

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang terjadi saat pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau bila tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan. Hal ini biasanya menyebabkan hiperglikemia pada pasien diabetes melitus. Hiperglikemia pada diabetes melitus yang tidak dikontrol dengan baik dapat menyebabkan kerusakan serius pada sistem tubuh, terutama saraf dan pembuluh darah (*World Health Organization, 2017*). Selain menimbulkan komplikasi yang berat diabetes melitus juga membuat penderita tidak mampu beraktivitas atau bekerja seperti biasa, dan memberikan beban bagi keluarga, serta merugikan dari segi ekonomi, karena memerlukan perawatan dan pengobatan seumur hidup. Diabetes melitus dapat berhasil dikelola dan dicegah komplikasinya, terutama ketika terdeteksi lebih awal. Bahkan lebih baik, melakukan pencegahan dengan membuat perubahan gaya hidup, seperti meningkatkan diet dan latihan fisik (*International Diabetes Federation, 2017*).

*International Diabetes Federation (2019)*, melaporkan bahwa 463 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes dan tingkat prevalensi global mencapai 9,3%. Kondisi yang berbahaya adalah 50,1% penderita diabetes tidak terdiagnosis. Hal tersebut membuat status diabetes sebagai silent killer masih menghantui dunia. Diperkirakan pada tahun 2045 jumlah penderita diabetes akan meningkat sebesar 45% atau setara dengan 629 juta penderita. Indonesia menempati urutan ketujuh dari 10 negara dengan penderita terbanyak dengan 10,7 juta orang. Indonesia adalah satu-satunya negara di Asia Tenggara yang masuk dalam daftar ini (*Kemenkes RI, 2020*).

Prevelensi diabetes melitus berdasarkan riskesdas 2018 menunjukkan Sumatra Utara memiliki prevelensi diabetes melitus dengan kasus 69.517(1,39%), Kota Gunungsitoli memiliki kasus besar 679 (1,89%), Nias Selatan 1.530 kasus (1,10%), Nias Utara 661 kasus (0,54%), Nias Barat 416 kasus (0,81%), dan Nias 668 kasus (0,78%).(Riskesdas Sumut, 2018).

Diabetes melitus merupakan penyakit yang membutuhkan perawatan lanjutan, pendidikan dan manajemen diri sangat penting untuk mencegah terjadinya komplikasi akut serta mengurangi resiko komplikasi jangka panjang (ADA, 2014). Diabetes melitus dapat mempengaruhi seluruh aspek penderitanya serta meningkatkan resiko terjadinya komplikasi yang dapat mengancam jiwa apabila tidak dilakukan pengontrolan yang tepat, masalah tersebut dapat diminimalkan dengan melakukan pengelolaan terhadap penyakit tersebut dengan cara self management (Mulyani, 2016).

Diabetes melitus yang tidak terkontrol dengan baik dapat menyebabkan berbagai komplikasi yang bahkan sampai menyebabkan kematian. Menurunkan risiko komplikasi dapat dilakukan dengan manajemen diri (*self management*) penderita diabetes melitus dan setiap penderita diabetes melitus harus dapat melakukannya dengan baik. Pada penderita diabetes melitus sangat diperlukan pemantauan pemahaman perilaku pola hidup dalam melakukan *self management* yang terdiri dari rutinitas minum obat, pemantauan gula darah, perilaku tentang diet, dan aktivitas fisik (Windani et al, 2019).

*Self management* adalah kegiatan individu yang memperhatikan dan menjaga kondisi kesehatan dan penyakit, serta mencegah komplikasi penyakit. Hal ini dapat dicapai dengan mengatur dan memelihara perilaku hidup sehat dalam hal aktivitas fisik, nutrisi, obat-obatan, dan lain-lain. Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang memerlukan pemantauan setiap hari dan pengobatan yang

multipel. Oleh karena itu, pasien diabetes melitus memiliki tanggung jawab terbesar untuk pengobatan penyakitnya. Oleh karena itu, *self management* adalah inti dari manajemen diabetes (Azka, 2016).

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Linda (2017) di Puskesmas Srandol Semarang, didapatkan bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus disana telah mengetahui terkait pentingnya melakukan *self-management* diabetes pengaturan diet (pola makan), aktivitas olahraga, perawatan kaki, konsumsi obat secara teratur, serta monitoring gula darah. Namun dalam penerapannya, sebagian besar pasien diabetes masih belum menjalankan beberapa aspek *self-management* secara optimal.

Pernyataan di atas didukung oleh penelitian Citra Windani (2019), tentang “Gambaran Self Management Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Tarogong Kabupaten Garut” didapatkan bahwa sebanyak 134 responden melakukan *self-management* dalam kategori sedang dengan presentase 97,1 % dan 4 responden dalam kategori baik dengan presentase 2,9 %. Perilaku *self-management* terdiri atas aspek diet, olah raga, pemantauan gula darah, perawatan kaki masih ditingkatkan lagi.

Penelitian yang dilakukan oleh Novita Putri (2019) didapatkan hasil sebanyak 14 responden (17,9%) memiliki *self management* tinggi, sebanyak 31 responden (39,8%) memilih *self management* yang sedang, dan yang memiliki tingkat *self management* yang rendah sebanyak 33 responden (42,3%).

Dari survey pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas Gunungsitoli didapatkan sebanyak 68 orang yang menderita diabetes melitus di Desa Tuhemberua Ulu Kecamatan Gunungsitoli. Berdasarkan informasi yang peneliti dapatkan dari 8 orang penderita diabetes melitus didapatkan 5 orang penderita diabetes melitus menyatakan tidak melaksanakan kontrol rutin mengambil obat, memeriksa kadar gula darah, menjaga pola makan dan melakukan

kegiatan aktifitas fisik dengan baik dan 3 orang penderita diabetes melitus menyatakan melaksanakan kontrol rutin mengambil obat, memeriksa kadar gula darah, menjaga pola makan dan melakukan kegiatan aktifitas fisik dengan baik.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan dan studi pendahuluan yang dilakukan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus di Desa Tuhemberua Ulu Kecamatan Gunungsitoli.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimanakah Gambaran *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Tuhemberua Ulu Kecamatan Gunungsitoli?

## **C. Tujuan Penelitian**

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi Gambaran *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus Di Desa Tuhemberua Ulu Kecamatan Gunungsitoli.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Untuk menambah pengalaman dan pengetahuan dalam melakukan suatu penelitian tentang Gambaran *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus.

### **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai bahan tambahan untuk kepastakaan pendidikan dalam mempersiapkan tenaga kesehatan/perawat yang profesional dalam melaksanakan pelayanan keperawatan berupa penyuluhan kepada penderita Diabetes Melitus.

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Sebagai referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan tentang Gambaran *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus.

### **4. Bagi responden**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan masyarakat terutama bagi penderita diabetes melitus.