BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Diabetes melitus merupakan penyakit yang dapat menimbulkan dampak buruk terhadap kesehatan seseorang. Diabetes melitus ditandai dengan peningkatan jumlah kadar gula di dalam darah sehingga ketika tidak dilakukan perawatan yang baik maka dapat menimbulkan masalah baru yang bisa mengancam kehidupan (Kurnayanti, dkk. 2018).

Data *World Heart Organization* (WHO 2019) menyebutkan bahwa tercatat 463 juta orang di dunia menderita diabetes mellitus atau terjadi peningkatan sekitar 8,5 pada populasi orang dewasa dan di perkirakan terdapat 2,2 juta kematian. Menurut *International of Diabetic Federation* (IDF, 2017) tingkat prevalensi global di Asia Tenggara pada tahun 2017 adalah sebesar 8,5%. Di Indonesia penderita diabetes melitus mencapai 7,3% penderita, Pada tahun 2020 terdapat 8,4 juta penderita diabetes melitus dan telah diperkirakan pada tahun 2030 Indonesia memiliki penyandang diabetes sebanyak 21,3 juta jiwa penderita diabetes melitus (Riskesdas, 2018). Prevalensi tertinggi pasien diabetes melitus di Indonesia berada di DIY sebesar 2,6%, kemudian DKI Jakarta sebesar 2,5%, Sulawesi Utara dan Kalimantan Timur sebesar (2,4%) (Purwoningsih & Purnama, 2017).

Penyakit diabetes melitus juga terdapat di provinsi Sumatera Utara dengan prevalensi penderita mencapai 918 pasien yang ada di 123 rumah sakit 28 kota/kabupaten seluruh propinsi Sumatera Utara, data Riskesdas (2018) di Provinsi Sumatera Utara terdapat sebanyak 2% penderita diabetes melitus yang didiagnosa oleh Nakes (tenaga kesehatan), dan untuk kota Medan sebanyak 2,7% penderita. (Bangun, 2018).

Mengingat penyakit diabetes melitus dapat menimbulkan dampak dalam segala aspek kehidupan maka diperlukannya pengelolaan penyakit diabetes melitus sehingga tidak menimbulkan efek samping yang merugikan seperti komplikasi yang berkepanjangan (Thrasher, 2017). Hal ini membuat setiap individu akan berusaha untuk mencari pengobatannya. Seseorang yang menderita diabetes melitus harus mampu mengelola penyakitnya sendiri dengan cara melakukan manajemen perawatan diri secara teratur untuk mengandalikan dan meminimalkan terjadinya komplikasi penyakit (Mustarim, dkk 2019). Manajemen perawatan diri adalah suatu tindakan yang dilakukan langsung secara sadar oleh seseorang untuk mampu merawat diri dan menjaga kondisi kesehatannya sendiri sehingga dapat mencegah terjadinya masalah lain yang bisa memberikan dampak buruk bagi kesehatan (Luthfa & Fadhilah, 2019).

Bentuk manajemen perawatan diri yang bisa dilakukan berupa pengaturan pola makan sehat dan seimbang, pengaturan aktivitas fisik (olahraga), penggunaan obat diabetes sesuai jadwal yang ditentukan, melakukan pemeriksaan kadar gula darah secara rutin dan melakukan perawatan kaki secara teratur (Rahayu, 2018). Pengaturan pola makan berfungsi untuk menetralkan asupan karbohidrat yang berlebih dengan kerja hormon insulin, aktivitas fisik dapat membantu menurunkan berat badan sehingga glukosa dalam darah dapat dibakar menjadi energi dalam tubuh, perawatan kaki dapat menjaga kesehatan kaki serta mencegah resiko timbulnya luka kaki yang dapat berkembang menjadi ulkus diabetik, dan monitoring gula darah rutin bertujuan untuk melihat keberhasilan dari penanganan diabetes yang telah dilakukan (Hidayah, 2019). Tercapainya manajemen perawatan diri tergantung pada penderita itu sendiri, jika manajemen perawatan diri dilakukan secara rutin dan terjadwal maka akan memperoleh tingkat keberhasilan dalam mencegah terjadinya komplikasi namun sebaliknya jika pelaksanaannya tidak rutin maka tingkat

keberhasilannya juga rendah sehingga mengakibatkan komplikasi yang lebih banyak (Ningrum, 2019).

Pelaksanaan manajemen perawatan diri bagi penderita diabetes melitus pada kenyataannya masih belum diterapkan dengan baik dan masih banyak pasien yang tidak patuh menerapkan manajemen perawatan diri. Hal ini didukung pada penelitian sebelumnya di Puskesmas Rowosari, rata-rata kegiatan manajemen perawatan diri pasien diabetes melitus masih belum dilakukan secara optimal (Istiyawanti, 2019). Program diet yang dianjurkan juga membuat pasien merasa bosan dan bahkan mencapai titik kejenuhan.Kebanyakan pasien berpikir bahwa program diet yang dianjurkan tidak begitu menyenangkan karna harus melakukan pemilihan makanan yang sesuai dengan yang dibutuhkan. Makanan yang seharusnya ingin dikonsumsi jadi tidak bisa lagi untuk dimakan. Sehingga dalam pemilihan makanan pun menjadi terbatas (Sundari, 2019).

Hal ini didukung pada penelitian yang dilakukan di Puskesmas Torogo Kabupaten Garut oleh (Windani, 2019) didapatkan hasil manajemen diri berdasarkan diet pada kategori baik (14,5%), sedang (48,6%), buruk (37,0%), berdasarkan pengobatan pada kategori baik (44,2%), sedang (16,7%), buruk (39,1%), berdasarkan latihan fisik pada kategori baik (1,4%), sedang (98,6%), dan tidak ada yang buruk, berdasarkan pemantauan gula darah pada kategori baik (16,7%), sedang (50,0%), buruk (33,3%) dan berdasarkan perawatan kaki. pada kategori baik (4,3%), sedang (94,9%), buruk (7%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan manajemen diri pada penderita diabetes melitus masih belum dilakukan semaksimal mungkin. Dibuktikan dengan masih adanya aspek manajemen perawatan diri yang dilakukan oleh pasien masih dalam kategori buruk.

Tercapainya manajemen perawatan diri yang maksimal diperlukan pemahaman yang cukup dalam mengakses informasi dan menerima informasi mengenai perawatan dirinya, didukung dengan pengetahuan yang cukup serta dukungan keluarga yang dapat memotivasi penderita untuk patuh dalam melaksanakan manajemen perawatan diri dengan baik (Sabil, 2019). Pengetahuan sangatlah penting dalam proses pengendalian diabetes mellitus, pengetahuan atau knowledge adalah hasil penginderaan terhadap objek yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan perabaan. Pengetahuan dapat mencerminkan tindakan seseorang sehingga perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasasi oleh pengetahuan (Rachmawati, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Gultom (2012) menjelaskan bahwa pendidikan merupakan unjuk tombak atau dasar utama dalam mencapai keberhasilan pengobatan seseorang. Dengan tingginya tingkat pendidikan seseorang maka semakin bagus tingkat pengetahuannya tentang bagaimana melakukan manajemen perawatan diri yang sesuai dengan aturan dan tata cara pengobatan sehingga proses pengobatan dapat tercapai dengan baik. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2019) didapatkan hasil bahwa pasien dengan pengetahuan yang cukup dan manajemen diri cukup sebanyak 28 orang (90,3%) dan masih ada pasien dengan pengetahuan yang buruk dan manajemen diri kurang sebanyak 5 orang (20,8%).

Hasil survei pendahuluan yang dilakukan peneliti di Desa Banuagea Kecamatan Tuhemberua Kabupaten Nias Utara didapatkan hasil bahwa jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 65 jiwa. Pada studi pendahuluan yang dilakukan pada 5 orang penderita DM, didapatkan hasil 4 orang mengatakan mengetahui tentang makan atau diet yang dikonsumsi oleh penderita diabetes namum terkadang

mengonsumsi makanan yang manis karna merasa jenuh dengan diet yang dianjurkan dan 1 orang lainnya mengatakan tidak tahu tentang makanan atau diet yang baik untuk penderita diabetes. Pada penggunaan obat diabetes, 1 orang diantaranya mengatakan menggunakan insulin sesuai dengan dosis dan jadwal yang dianjurkan, 3 orang diantaranya mengatakan mengonsumsi obat diabetes namum tidak setiap hari diminum, dan 1 orang lainnya mengatakan saat ini hanya mengonsumsi obat-obatan tradisional saja.

Kegiatan manajemen perawatan diri lainnya yaitu berolahraga (aktivitas fisik), 3 orang diantaranya mengatakan bahwa dengan bekerja seperti berkebun merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang dapat dilakukan untuk mengontrol gula darah, sedangkan 2 orang lainnya tidak pernah melakukan aktivitas fisik (olahraga) dikarenakan penderita merasa malas untuk melakukan olahraga. Pada kegiatan pengecekan gula darah semua penderita diabetes mengatakan bahwa pengecekan gula darah sangat penting untuk dilakukan, namum 3 orang mengatakan tidak rutin melakukan pengecekan gula darah. Selanjutnya untuk kegiatan perawatan kaki 2 orang mengatakan bahwa perawatan kaki tidak terlalu dipedulikan namum 3 orang lainnya mengatakan bahwa perawatan kaki yang sering dilakukan seperti memotong kuku dan selalu menggunakan alas kaki saat keluar rumah.

Manajemen perawatan dapat membantu penderita diabetes melitus dalam mengontrol gula darah secara mandiri. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Manajemen Perawatan Diri Pada Penderita Diabetes Melitus di Desa Banuagea Kecamatan Tuhemberua Kabupaten Nias Utara”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran tingkat pengetahuan tentang manajemen perawatan diri pada penderita diabetes melitus di Desa Banuagea Kecamatan Tuhemberua Kabupaten Nias Utara?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang manajemen perawatan diri pada penderita diabetes melitus di Desa Banuagea Kecamatan Tuhemberua Kabupaten Nias Utara.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi tempat penelitian

   Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan penderita dalam mengembangkan manajemen perawatan diri yang baik sehingga penyakit diabetes melitus yang diderita dapat terkontrol dengan baik.

2. Bagi pendidikan keperawatan

   Diharapkan dapat menjadi bahan membelajaran tambahan yang berguna bagi mahasiswa/i Politeknik Kemenkes Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli mengenai gambaran tingkat pengetahuan tentang manajemen perawatan diri pada pasien diabetes melitus.

3. Bagi peneliti

   Peneliti mampu mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang sudah dimiliki dalam memecahkan masalah gambaran tingkat pengetahuan tentang manajemen perawatan diri pada penderita diabetes melitus.

4. Bagi peneliti selanjutnya

   Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya yang sejenis atau yang berkaitan mengenai gambaran tingkat pengetahuan tentang manajemen perawatan diri pada pasien diabetes melitus.