

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Diabetes berdasarkan *American Diabetes Association (ADA)*, yakni kumpulan kondisi metabolik yang diindikasikan oleh kadar gula darah yang tinggi (hiperglikemia) didasari oleh adanya kelainan dalam kerja atau sekresi insulin, maupun keduanya. Diabetes melitus yakni satu dari sekian banyaknya isu kesehatan utama yang menghadirkan risiko komplikasi jangka panjang maupun pendek bagi masyarakat.¹ *ADA* mengklasifikasikan diabetes melitus ke dalam sejumlah tipe, yakni gestasional, DM tipe 1, tipe 2, dan tipe lainnya. DM tipe 2 ialah tipe yang paling umum ditemui, dimana prevalensinya mencapai lebih dari 90-95% dari seluruh kasus diabetes.²

Terdapat 2 kategori faktor risiko yang mampu mempercepat terkenanya diabetes melitus, yakni faktor yang mampu dilakukan perubahan (dimodifikasi) dan yang tidak mampu diubah. Faktor risiko yang dapat diubah melibatkan kondisi seperti obesitas atau memiliki berat badan lebih dengan indeks masa tubuh (IMT) ≥ 23 kg/m, tekanan darah tinggi (hipertensi) dengan nilai $>140/90$ mmHg, kurangnya aktivitas fisik, tingkat dislipidemia yang mana mempunyai kadar HDL kurang dari 40 mg/dl, kebiasaan mengonsumsi makanan tidak sehat, dan pola makan tinggi glukosa serta rendah serat. Keadaan seperti ini mampu memperbesar risiko mengalami intoleransi glukosa, prediabetes, dan DM tipe 2. Faktor risiko yang tidak mampu diubah, sebagai contohnya yakni jenis kelamin, usia, riwayat keluarga dengan DM, faktor ras dan etnis, pengalaman melahirkan bayi dengan berat badan melebihi 4kg ataupun mempunyai riwayat diabetes gestasional, serta riwayat lahir dengan berat badan rendah di bawah 2500 gram, turut berperan dalam meningkatkan risiko. Di samping itu, gaya hidup juga memiliki peran penting dalam perkembangan diabetes melitus tipe 2, seperti kurangnya kegiatan fisik, kebiasaan merokok, dan minum alkohol yang berlebihan.³

Penyakit DM bilamana tidak ditangani bisa mengakibatkan berbagai penyakit lain seperti masalah mikrovaskular (nephropathy, retinopathy, dan

neuropathy) serta masalah makrovaskular (penyakit arteri koroner, stroke, dan ulkus kaki diabetes) yang mampu membahayakan nyawa penderitanya.⁴ Pada saat penderita Diabetes Melitus menghadapi komplikasi, alhasil nantinya membawa dampak pada kualitas hidup dan Umur Harapan Hidup (UHP) yang turun, serta angka kesakitan yang meningkat. Kualitas hidup merujuk pada persepsi individu seseorang mengenai status fisik, emosional, dan sosial.⁵ Penyakit diabetes mellitus dapat menyebabkan dampak pada domain fisik dan psikologis. Dampak fisiknya meliputi retinopati diabetik, nefropati diabetik, dan neuropati diabetik. Sementara itu, dampak psikologisnya meliputi kemarahan, depresi, hilangnya harapan, rasa kesepian, perasaan tidak berdaya, kecemasan, duka cita, rasa malu, dan perasaan bersalah. Selain itu, penderita juga mungkin mengalami sikap pasif, ketergantungan pada orang lain, ketidaknyamanan, kebingungan, dan penderitaan psikologis lainnya.⁶

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), terdapat kenaikan kejadian diabetes di Indonesia sejak tahun 2013, yang awalnya sejumlah 6,9%, naik hingga 8,5% pada tahun 2018. Data tahun 2020 memperlihatkan bahwasanya prevalensi DM di Indonesia mencapai 8,2%. Dibandingkan dengan rata-rata prevalensi di negara-negara berpendapatan menengah ke bawah, yang sebesar 7,5%, dapat disimpulkan bahwa prevalensi DM di Indonesia sedikit lebih tinggi dari rata-rata tersebut.⁷

Di Kota Jambi penyakit DM adalah penyakit tidak menular paling tinggi setelah hipertensi, dimana kasus hipertensi di Kota Jambi tercatat sebanyak 7.032 penderita dan diikuti oleh penyakit DM yaitu 2.725 penderita dan dilanjutkan dengan obesitas yaitu 2.382 penderita.

Dari informasi menurut dinas kesehatan provinsi jambi tahun 2019-2022, ditemui angka kejadian diabetes yang fluktuatif, pada tahun 2019 terdapat angka kejadian diabetes mellitus sebanyak 26.486 penderita, tahun 2020 menurun menjadi 22.300 penderita, pada tahun 2021 meningkat lagi menjadi 36.572 penderita dan menurun lagi di tahun 2022 menjadi 35.807 penderita. Berdasarkan data tersebut Kota Jambi menempati posisi tertinggi, dengan didasarkan data dinas kesehatan kota jambi pada tahun 2020-2022 di ketahui angka kejadian diabetes yang fluktuatif pada tahun 2019 terdapat angka

kejadian diabetes sebanyak 9.408, 2020 terdapat angka kejadian diabetes sebanyak 295 penderita, kemudian meningkat pada tahun 2021 menjadi 10.233 dan di tahun 2022 prevalensi DM tipe II untuk Kota Jambi sebanyak 11,679 melalui proporsi 2,04 % setiap 100 jumlah penduduk . Angka kejadian diabetes paling tinggi ada di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu dengan dengan prevalensi 0,99%. Dengan mengacu data terbaru dari Puskesmas Putri Ayu pada tahun 2023 terdapat angka kejadian diabetes melitus tipe 2 sebanyak 158 penderita.⁸

Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF) ada 463 juta orang pada usai 20-79 tahun di dunia mengidap diabetes pada tahun 2019 ataupun setara dengan angka prevalensi sebanyak 9,3% dari keseluruhan penduduk pada usia yang sama.⁹ IDF diabetes atlas melaporkan prevalensi diabetes global pada usia 20-79 tahun pada tahun 2021 terdapat 10,5% (536,6 juta orang), mengalami peningkatan menjadi 12,2% (783,2 juta) pada 2045. Dengan didasarkan data dari *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2022, ada sekitar 537 juta orang dewasa di seluruh dunia yang mengidap diabetes, atau sekitar 1 dari 10 orang. Sayangnya, hampir separuh dari mereka tidak memiliki kesadaran bilamana mereka memiliki keadaan tersebut. Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia terus naik per tahunnya, dan saat ini diabetes melitus menempati peringkat ke-3 sebagai penyakit yang menyebabkan kematian di Indonesia. Indonesia menempati peringkat kelima diabetes paling tinggi di dunia dengan sekitar 19,47 juta orang yang terkena penyakit ini.¹⁰

Kualitas hidup, atau *Quality of Life* (QOL), merujuk pada pandangan individu pada posisi mereka pada kehidupan, yang dipengaruhi oleh budaya, nilai-nilai, dan konteks di mana mereka hidup. Konsep ini mencakup aspek-aspek sebagai contohnya keadaan psikologis, keyakinan personal, kesehatan fisik, hubungan sosial, tingkat ketergantungan, dan hubungan mereka dengan tujuan harapan, hidup, standar, dan perhatian pada masa yang akan datang dan lingkungan sekitarnya. Pada pasien diabetes mellitus (DM), penurunan kualitas hidup seringkali diikuti oleh kesulitan pasien untuk melaksanakan perawatan diri dengan mandiri, yang umumnya dikenal sebagai *self care*.¹¹ Untuk

mencegah diabetes bertambah parah penanganan intervensi diabetes harus dilakukan. Meskipun tidak bisa disembuhkan, diabetes dapat dikontrol dengan manajemen diri. Manajemen diri merujuk pada tindakan sehari-hari yang dilakukan individu untuk mengendalikan atau meminimalkan dampak penyakit. Pengendalian diabetes memerlukan perawatan medis terus-menerus dan pendidikan mengenai manajemen diri dalam menghindari komplikasi akut dan meminimalisir risiko komplikasi kronis.¹² Self management adalah kemampuan individu, khususnya penderita diabetes, dalam mengelola masalah kesehatannya, termasuk gejala, perubahan fisik, dan aspek psikososial sebagai dampak dari berubahnya gaya hidup yang lebih sehat.¹⁰

Salah satu masalah utama yang dihadapi pasien DM masih minimnya kemampuan penderita DM dalam mengendalikan penyakitnya dengan cara melaksanakan *self care* diabetes. *Self care* yang efektif adalah aspek utama pada perawatan pasien. Resiko komplikasi atau bahkan kematian sering kali diakibatkan oleh *self care* yang belum maksimal. Pada saat penderita diabetes melitus mempunyai komplikasi, nantinya berujung pada menurunnya kualitas hidup, serta peningkatan angka kesakitan.¹³

Self care adalah gambaran perilaku yang individu lakukan dengan sadar, yang sifatnya universal, dan terfokus pada diri sendiri. Pada konteks pasien diabetes melitus (DM), perawatan diri mencakup terapi obat, mengawasi pola makan (diet), memantau kadar gula darah, perawatan kaki, dan berkegiatan fisik. Jika *self care* dilaksanakan secara efektif, sehingga berkemampuan meningkatkan kualitas hidup penderita DM. Sebaliknya, pelaksanaan yang kurang optimal dapat berdampak negative pada kualitas hidup pasien DM.¹¹

Temuan dari penelitian yang dilaksanakan oleh Hardianti dkk (2020) yang mana mempunyai hasil pengujian Chi-Square, didapatkan nilai yang memperlihatkan jika $p < \alpha$, yang mana mengindikasikan keterkaitan yang signifikan antara self-care dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2¹⁴ Sebuah penelitian serupa oleh Tesha dkk (2021) memperlihatkan bahwasanya dari 126 responden yang melakukan self-care dengan baik, sejumlah 123 responden (50,8%) mempunyai kualitas hidup yang baik.

Sementara dari 116 responden dengan tingkat *self-care* yang kurang, ditemukan 105 responden (43,4%) dengan kualitas hidup yang kurang. Dihasilkan p-value senilai 0,000, yang memperlihatkan adanya keterkaitan antara *self-care* dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 di Kabupaten Bireuen.¹⁵

Berdasarkan wawancara awal yang dijalankan di Puskesmas Putri Ayu pada 5 orang penderita diabetes menunjukkan bahwasanya 3 diantaranya memiliki *self care* yang rendah, ditandai dengan 2 orang tidak melakukan aktivitas fisik, 4 orang pasien mengontrol gula darah hanya ketika mengambil obat rutin saja yaitu 1 kali sebulan, padahal pasien DM tipe 2 di anjurkan agar menjalankan cek gula darah sewaktu yaitu 2 kali dalam sehari dengan kadar gula darah 100-140 mg/dl, 3 orang pasien tidak mengikuti pola makan yang sehat dan tidak mampu mengikuti diet seimbang, jadwal makan bagi penderita DM biasanya 6 kali sehari dengan 3 kali makan berat dan 3 kali makan selingan, dan 3 orang pasien masih rendahnya kesadaran dalam melaksanakan perawatan kaki, seperti mempertahankan kebersihan kaki dan menggunakan alas kaki. Untuk kategori minum obat pasien di putri ayu sudah mengkonsumsi obat sesuai anjuran petugas kesehatan Puskesmas Putri Ayu.

Dengan mengacu pada persoalan yang dipaparkan diatas, maka perlu dilaksanakan penelitian mendalam terkait “Hubungan *Self care* dengan kualitas hidup pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi Tahun 2023.

1.2 Rumusan Masalah

Mengacu pada penjabaran latar belakang tersebut, sehingga rumusan masalah penelitian ini ialah “Bagaimana hubungan *self care* dengan kualitas hidup penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi Tahun 2023?”

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan *self care* dengan kualitas hidup penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini:

1. Untuk mengetahui gambaran kualitas hidup (QOL) pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi tahun 2023.
2. Untuk mengetahui gambaran karakteristik individu meliputi, usia, jenis kelamin, pekerjaan, tingkat pendidikan, penghasilan pasien pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi tahun 2023.
3. Untuk mengetahui gambaran *self care* meliputi pola makan, aktivitas fisik, perawatan kaki, pengobstan dan kontrol gula darah pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi tahun 2023.
4. Untuk mengetahui hubungan karakteristik individu meliputi, usia, jenis kelamin, pekerjaan, tingkat pendidikan, penghasilan dengan kualitas hidup pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi tahun 2023.
5. Untuk mengetahui hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi tahun 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penderita Diabetes Melitus

Memperdalam pemahaman masyarakat tentang kualitas hidup bagi individu dengan diabetes melitus, dengan tujuan guna meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes.

1.4.2 Bagi Puskesmas Putri Ayu

Penelitian ini harapannya mampu menjadi bahan pertimbangan dan informasi tentang peningkatan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2.

1.4.3 Bagi Dinas Kesehatan Kota Jambi

Untuk memperluas informasi sehubungan dengan kualitas hidup pada individu yang menderita diabetes mellitus tipe 2, menjadi landasan guna memperbaiki program pengendalian penyakit tersebut.

1.4.4 Bagi Pengembangan Ilmu Adminitrasi Kebijakan Kesehatan

Pengembangan ilmu kesmas khususnya peminatan Adminitrasi Kebijakan Kesehatan dan untuk memperluas referensi di perpustakaan terkait faktor resiko yang memiliki relevansi dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 dan mampu dijadikan menjadi bahan pembelajaran memperkaya pengetahuan tentang faktor yang berkaitan dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini harapannya mampu dijadikan referensi bagi peneliti berikutnya dan mampu diperbaiki menjadi lebih sempurna.