

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyebab kegawatdaruratan dan menjadi ancaman global dunia saat ini. *International Diabetes Federation (IDF)* mendata setidaknya terdapat 537 juta orang yang mengidap penyakit DM. IDF memperkirakan pada tahun 2030 sampai dengan 2045 angka kasus DM mencapai 642 hingga 783 juta orang (IDF, 2021). Di Indonesia pada tahun 2021, terdapat 19 juta (10,6%) dari 179 juta total populasi dewasa berumur 20–79 tahun menderita DM. Jika dihitung perbandingannya, dalam 9 orang setidaknya ada 1 orang dengan DM (IDF, 2021). Prevalensi DM dari tahun 2013 sampai dengan 2018 di Provinsi Sumatera Barat mengalami peningkatan hingga mencapai 2,5 juta (Risesdas Sumatra Barat, 2018). DM tipe 2 berada pada urutan ke-5 dari 10 penyakit terbanyak di Kota Padang dengan total penderita DM yang mendapatkan layanan puskesmas sebanyak 13.733 orang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2022).

World Health Organization (WHO) menyatakan 95% dari total kejadian DM merupakan jenis DM tipe 2. DM tipe 2 mengganggu fungsi tubuh dalam menggunakan insulin atau disebut juga dengan resistensi insulin. Insulin berfungsi untuk memproses gula darah menjadi energi dalam tubuh. Peningkatan resistensi insulin tidak bisa dikompensasi

karena sel beta pankreas tidak dapat memproduksi insulin yang adekuat sehingga dapat mempengaruhi banyak sistem organ di dalam tubuh dan dapat menyebabkan komplikasi serius (PERKENI, 2021). Komplikasi dari penyakit DM tipe 2 dapat berupa gangguan pada penglihatan, kerusakan ginjal, kerusakan sistem saraf dan penyakit lainnya seperti kardiovaskuler, stroke, dan penyakit vaskuler perifer (Kemenkes RI, 2019b). Komplikasi yang disebabkan oleh DM tipe 2 akan menjadi masalah serius seperti ulkus, infeksi, gangren, amputasi, dan berujung pada kematian (Eva, 2019). Angka DM tipe 2 dengan komplikasi di Kota Padang yaitu sebanyak 11.844 dari total kasus secara keseluruhan (BPS, 2023).

Peningkatan kasus dan kejadian komplikasi DM tipe 2 tidak bisa dipungkiri telah merenggut banyak jiwa. Pada tahun 2021, sekitar 6,7 juta jiwa usia dewasa berumur 20 – 79 tahun meninggal akibat komplikasi dan di Indonesia sendiri yaitu sebanyak 236 ribu jiwa (IDF, 2021). Penyakit DM tipe 2 akan berdampak fatal jika dibiarkan sehingga membutuhkan upaya untuk mencegah terjadinya komplikasi.

Upaya yang harus dilakukan untuk mencegah terjadinya komplikasi pada pasien DM tipe 2 yaitu manajemen diri. Penelitian yang dilakukan Hartono (2019) menjelaskan bahwa kejadian komplikasi pada penderita DM tipe 2 dipengaruhi oleh baik atau tidaknya manajemen diri. Manajemen diri merupakan tindakan yang dilakukan seorang pasien untuk mengatur dan mengontrol penyakit mereka secara mandiri meliputi tindakan pengobatan dan upaya mencegah komplikasi (Ningrum et al.,

2019). Manajemen diri pada pasien DM tipe 2 meliputi 5 komponen yaitu monitor kadar gula darah, aktivitas/latihan fisik, terapi farmakologis, perawatan kaki, dan diet/pola makan (Toobert et al., 2000).

Di Eropa pada tahun 2019, dilakukan penelitian untuk mengetahui bagaimana sikap manajemen diri pada penderita DM tipe 2. Dari total responden, 85% menunjukkan sikap manajemen diri yang negatif. Sebagian besar dari mereka merupakan perempuan, tinggal bersama, memiliki level edukasi yang rendah, pendapatan yang rendah, dan jarang memeriksakan gula darah. Tingkat pendidikan yang rendah juga dapat menghambat perolehan dan pemahaman informasi kesehatan dan penerapannya yang menyebabkan level edukasi rendah, pengetahuan rendah sehingga manajemen diri buruk (Borba et al., 2019). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Darmayanti et al (2021) menunjukkan dari total seluruh responden, 52,5% mengalami tingkat kepatuhan manajemen diri yang buruk seperti jarang memeriksakan gula darah, jarang melakukan aktivitas fisik, tidak pernah memeriksa kondisi kaki dan adanya komplikasi yang dialami hampir dari separuh dari total responden. Penelitian tersebut didukung oleh penelitian Kardila et al (2022) yang meneliti gambaran manajemen diri pada pasien DM tipe 2 di Kota Padang, didapatkan hasil bahwa rerata penderita DM tipe 2 masih banyak yang jarang melakukan pemantauan kadar gula darah teratur dan tidak mencatat hasil pemeriksaan dikarenakan tingginya biaya yang

diperlukan dan tingkat pendidikan yang rendah sehingga pasien tersebut memiliki pemahaman yang kurang terkait efektifitas dari manajemen diri.

Manajemen diri pada pasien DM tipe 2 pada beberapa penelitian terdahulu masih belum dilakukan dengan optimal. Sebagian besar disebabkan oleh kurangnya pemahaman dan kemampuan untuk mengumpulkan informasi kesehatan yang disebut dengan literasi kesehatan (Mewo et al., 2023). Berdasarkan literatur, literasi kesehatan merupakan kemampuan untuk mendapatkan, mengolah, dan memahami informasi kesehatan yang dibutuhkan untuk membuat keputusan kesehatan yang tepat (Sørensen et al., 2012). Literasi kesehatan bergantung pada kapasitas seseorang untuk mampu mengolah informasi kesehatan (Rosya et al., 2022). Memahami informasi sangat dibutuhkan dalam mengambil keputusan yang tepat. Untuk itu penderita DM tipe 2 harus memahami panduan pola hidup, aturan, dan pantangan yang perlu ditaati (Ezalina et al., 2023).

Literasi Kesehatan yang rendah menjadi penghalang dalam manajemen diri pada pasien DM tipe 2 sehingga keterampilan perawatan diri rendah, peningkatan penggunaan layanan kesehatan rendah, tingkat rawat inap tinggi, peningkatan kejadian berbagai penyakit, dan pada akhirnya meningkatkan resiko tingkat kematian. Hal tersebut menjadi alasan mengapa literasi kesehatan menjadi hal yang krusial untuk dimiliki dan ditingkatkan oleh penderita DM tipe 2. Jika kemampuan memahami baik, maka pengetahuan seseorang akan meningkat, jika pengetahuan

meningkat, penderita memiliki keyakinan diri untuk mampu mengambil tindakan dan perilaku manajemen diri yang baik (Sabil et al., 2019).

Penelitian *literature review* yang dilakukan oleh Sabil et al (2019) menunjukkan bahwa literasi kesehatan merupakan faktor yang lebih mendominasi untuk mendukung manajemen diri yang tepat bagi penderita DM tipe 2. Penelitian oleh Farida (2018) juga menyatakan bahwa variabel literasi kesehatan berpengaruh positif dan signifikan terhadap manajemen diri yaitu dengan hubungan korelasi sebesar 47,75% dan sisanya dipengaruhi oleh beberapa faktor lain. Manajemen diri memiliki hubungan korelasi yang paling kuat dengan literasi kesehatan dibandingkan variabel lain seperti dukungan keluarga dan *self efficacy* (Saqila & Muflihatin, 2021). Meskipun literasi kesehatan memiliki dampak yang positif terhadap manajemen diri, namun tingkat literasi kesehatan pada penderita DM tipe 2 saat ini masih tergolong rendah.

Hal ini dibuktikan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Toar et al., (2020) di Manado yang menyatakan bahwa tingkat literasi kesehatan pada pasien DM tipe 2 masih tergolong rendah, sebagian besar responden (63,5%) memiliki kemampuan untuk membaca namun (69,2%) dari total responden tidak mampu untuk memahami istilah medis dalam informasi kesehatan yang diberikan. Temuan ini didukung oleh penelitian Mandasari et al (2023) dari total seluruh responden yaitu 97 orang lansia, hanya 21 orang yang memiliki literasi kesehatan dalam kategori baik,

kategori bermasalah (*problematic*) sebanyak 33 orang, dan tidak memadai (*inadequate*) sebanyak 43 orang.

Pemberian edukasi dan pendidikan kesehatan merupakan salah satu kegiatan penting dalam upaya meningkatkan literasi kesehatan sehingga pengetahuan penderita DM tipe 2 akan meningkat dan memiliki kemampuan mengambil dan menerapkan keputusan dalam manajemen penyakit (Saqila & Muflihatin, 2021). Edukasi dinilai efektif dalam peningkatan pengetahuan yang diiringi dengan kemampuan memahami informasi yang baik sehingga penderita DM tipe 2 memiliki manajemen diri dan memiliki kontrol glikemik jangka panjang yang lebih baik (PERKENI, 2021 & Haskas et al., 2020).

Pemerintah mengadakan program upaya peningkatan kesehatan dan pencegahan komplikasi bagi penderita penyakit kronis seperti DM tipe 2 yang disebut dengan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS). Tujuan kegiatan PROLANIS adalah mendorong mereka yang menderita kondisi kronis untuk mencapai kualitas hidup yang optimal dengan indikasi 75% peserta terdaftar yang datang ke Puskesmas mempunyai temuan “baik” pada pemeriksaan (Abdiana, 2019). Puskesmas yang memiliki jumlah penderita DM terbanyak yaitu Puskesmas Andalas sebanyak 1.175 orang, Puskesmas Belimbing sebanyak 1.058 orang, dan Puskesmas Lubuk Begalung sebanyak 1.002 orang. Ketiga puskesmas tersebut aktif dalam melaksanakan kegiatan PROLANIS seperti pemberian edukasi, pendidikan kesehatan serta informasi baik secara langsung

maupun social media di setiap grup PROLANIS puskesmas dan senam setiap minggu.

Peneliti melakukan survei awal pada tanggal 11 sampai dengan 14 Desember 2023 pada 10 pasien DM tipe 2 anggota aktif PROLANIS penderita DM tipe 2 yang pernah mendapatkan edukasi mengenai DM di Puskesmas Andalas. Peneliti melakukan wawancara untuk mengetahui bagaimana literasi kesehatan dan manajemen diri beberapa penderita. Terdapat delapan dari 10 pasien menyatakan mampu mengakses informasi terkait kesehatan dengan mudah, informasi kesehatan tersebut berasal dari pelayanan puskesmas, pasien juga sering mengkomunikasikan keluhan dan mendapatkan informasi kesehatan dari orang-orang sekitar maupun memperoleh informasi dari sosial media. Enam dari 10 orang pasien mampu memahami informasi kesehatan, memahami makanan apa saja yang boleh dan pantang dikonsumsi seorang penderita DM tipe 2, namun hanya lima orang diantaranya yang mampu menilai dan mengevaluasi apakah informasi kesehatan tersebut valid atau tidak. Hanya sedikit pasien yang mampu mengambil dan menerapkan keputusan atas informasi kesehatan yang didapatkan.

Hasil survei awal terkait manajemen diri, didapatkan sebagian besar rutin melakukan pengecekan kadar gula darah 1x sebulan ke puskesmas dan meminum obat, namun hanya enam dari 10 pasien melakukan latihan aktivitas fisik/ berolahraga secara rutin. Mereka hanya melakukan aktivitas fisik saat puskesmas mengadakan senam, terkadang

puskesmas hanya mampu melaksanakan senam 1x seminggu, padahal idealnya aktivitas dan latihan fisik harus dilaksanakan minimal 3x seminggu dengan durasi 30-45 detik. Seharusnya mereka mampu mencukupi aktivitas dan latihan fisik secara mandiri, namun mereka menganggap aktivitas seperti bekerja juga sudah merupakan bentuk dari latihan aktivitas fisik. Beberapa pasien menjalankan diet makanan sesuai anjuran. Namun masih terdapat pasien yang memiliki manajemen diet yang buruk, sering menambahkan pemanis pada makanan ataupun minuman yang dikonsumsi. Tujuh dari 10 pasien tidak mengetahui bagaimana cara perawatan kaki untuk menghindari terjadinya ulkus atau luka pada penderita DM tipe 2.

Secara garis besar, survei awal membuktikan bahwa tingkat literasi kesehatan dan manajemen diri pada pasien DM tipe 2 anggota PROLANIS di Puskesmas Andalas Kota Padang masih belum optimal dilaksanakan dengan baik. Peneliti juga menemukan bahwa penelitian terdahulu terkait hubungan literasi kesehatan dengan manajemen diri pada pasien DM Tipe 2 tidak dijelaskan apakah dilakukan pada anggota PROLANIS yang aktif atau tidak. Padahal kemampuan literasi kesehatan menjadi akar dan berperan penting dalam manajemen diri pasien DM Tipe 2, terutama pada peserta PROLANIS, karena peserta yang aktif telah terpapar informasi kesehatan melalui kegiatan penyuluhan setiap bulannya. Selain itu, sebagian besar penelitian terdahulu banyak meneliti keterkaitan faktor lain seperti pengetahuan terhadap manajemen diri, efikasi diri, persepsi

terhadap penyakit, peran diri dan lama menderita dengan tingkat manajemen diri.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kepada pasien anggota PROLANIS di Puskesmas Kota Padang tentang “Hubungan Literasi Kesehatan dengan Manajemen Diri pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Anggota PROLANIS di Puskesmas Kota Padang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah hubungan literasi kesehatan dengan manajemen diri pada penderita diabetes melitus tipe 2 anggota PROLANIS di Puskesmas Kota Padang”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah menganalisis hubungan literasi kesehatan dengan manajemen diri pada penderita DM tipe 2 anggota PROLANIS di Puskesmas Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi literasi kesehatan pasien DM tipe 2 anggota PROLANIS di Puskesmas Kota Padang.
- b. Diketahui distribusi frekuensi manajemen diri pasien DM tipe 2 anggota PROLANIS di Puskesmas Kota Padang.

- c. Diketahui hubungan antara literasi kesehatan dengan manajemen diri pasien DM tipe 2 anggota PROLANIS di Puskesmas Kota Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini memberikan wawasan dan kebermanfaatan bagi peneliti dan dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis tentang hubungan literasi kesehatan dan manajemen diri pada penderita DM tipe 2 anggota PROLANIS di Puskesmas Kota Padang.

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini bermanfaat dan dapat digunakan sebagai bahan referensi penelitian lanjutan yang lebih mendalam pada masa yang akan datang.

b. Bagi Puskesmas

Penelitian ini dapat memberikan informasi terkait literasi kesehatan dan manajemen diri pasien diabetes melitus sehingga dapat digunakan sebagai pertimbangan dalam pembuatan kebijakan program dalam upaya pencegahan komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup pada pasien DM tipe 2.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini bisa menjadi acuan dan masukan pada penelitian selanjutnya terkait literasi kesehatan dan manajemen diri pasien diabetes meliputi pengetahuan dan keterampilan pada pasien DM tipe 2.

