

**GAMBARAN SELF CARE MANAGEMENT PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MAJALENGKA**

**DESKRIPTIF OF SELF CARE MANAGEMENT ON DIABETES MELLITUS MEDICAL PATIENT AT HEALTH CENTER MAJALENGKA AREA**

**<sup>1</sup>Idris Handriana, <sup>2</sup> Hera Hijriani**

*<sup>1,2</sup>Prodi Keperawatan, STIKes YPIB Majalengka*

*email :<sup>1</sup> idrishandriana141284@gmail.com; <sup>2</sup>herahijriani5910@gmail.com*

**ABSTRACT**

*Diabetes mellitus is one of chronic illness which is caused by intrude on pancreas that means pancreas can not produce insulin which is incharge to control the blood sugar inside our body. Self care management is on independent action done by a person to complete their needs for their self development. This research is to find out the deskriptif of self care management on diabetes mellitus medical patient at Health Center Majalengka Area. This research using korelational methode eith crossectional approach, in this research there are 56 respondent have been involve with purposive sampling. From the deskriptif analysis obtained self care management less 4 people by 7.1%, enough 36 people by 64.3% and good as many as 16 people by 38.6%. in patients diabetes mellitus medical patient at Health Center Majalengka Area. It is hoped that health workers will always provide health education to people with diabetes mellitus on how to increase self care management.*

**Keywords:** *Diabetes Mellitus, Self Care Management*

**ABSTRAK**

Diabetes mellitus merupakan suatu penyakit metabolik yang bersifat kronik karena adanya gangguan pada pankreas sehingga tidak mampu menghasilkan insulin yang berfungsi untuk mengatur gula darah di dalam tubuh. *Self care management* merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara mandiri oleh seseorang untuk memenuhi kebutuhan dalam mengatur fungsi dan perkembangan individu tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self care management* pada pasien diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Majalengka. Jenis penelitian yang digunakan adalah kerelasional dengan pendekatan *deskriptif*, sampel dalam penelitian ini sebanyak 56 responden dengan teknik *purposive sampling*. Hasil analisis Data dengan *deskriptif* didapatkan *self care management* kurang 4 orang sebesar 7.1%, cukup 36 orang sebesar 64.3 % dan baik sebanyak 16 orang sebesar 38.6 % pada pasien diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Majalengka. Diharapkan kepada petugas kesehatan untuk selalu memberikan pendidikan kesehatan kepada penderita diabetes mellitus tentang cara meningkatkan *self care management*.

**Kata kunci:** *Diabetes Mellitus, Self Care Management*

**PENDAHULUAN**

Di dunia jumlah penderita diabetes pada tahun 2013 sebanyak 382 juta orang dan mengalami peningkatan pada tahun 2017 yaitu sebanyak 425 juta orang pada kelompok umur 20-79 tahun dan sebanyak 451 juta orang pada kelompok umur 18-99 tahun. Penyakit diabetes mellitus akan terus mengalami peningkatan dan pada tahun 2040 diperkirakan orang yang hidup dengan diabetes mellitus adalah sebanyak 629 juta orang pada kelompok umur 20-79 tahun, sebanyak 693 juta orang pada kelompok umur 18-99 tahun (International Diabetes Federation, 2017).

Pada tahun 2015 Indonesia menempati urutan ke 7 untuk penderita diabetes mellitus setelah Cina, India, Amerika Serikat, Brazil, Rusia dan Mexico yaitu sejumlah 10 juta orang. SRS 2014 menyatakan bahwa penyebab kematian akibat komplikasi diabetes mellitus Indonesia berada pada urutan ketiga (World Health Organisation (WHO), 2015). Menurut data Risesdas 2018, Indonesia mengalami peningkatan jumlah penderita diabetes mellitus yang berusia >15 tahun dari tahun 2013 (6,9%) sampai 2018 (8,5%) yaitu sebanyak 1,6% dari jumlah penduduk (Kementrian kesehatan RI, 2018).

Kejadian kasus baru diabetes mellitus dikabupaten Majalengka pada tahun 2017 sebanyak 399 kasus. Penyakit diabetes mellitus berada pada sepuluh besar penyakit yaitu sejumlah 1.540 kasus berdasarkan kunjungan di Puskesmas (Dinkes, 2017). Penyakit diabetes mellitus merupakan penyakit tidak menular (PTM) penyebab kematian di dunia dengan persentase 70 %. Diabetes mellitus dikenal sebagai penyakit *silent killer* karena penderitanya baru menyadari setelah terjadinya komplikasi. Penyakit tidak menular ini mengalami peningkatan dari tahun ketahun dan paling banyak disebabkan karena faktor gaya hidup yang kurang baik seperti merokok, pola makan tidak sehat, aktifitas fisik yang kurang, obesitas, memiliki tekanan darah tinggi, gula darah tinggi dan kolesterol tinggi. Upaya yang telah dilakukan dalam pengendalian penyakit tidak menular ini adalah dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat seperti pemantauan kesehatan secara berkala, rajin melakukan aktifitas fisik, diet sehat seimbang dan istirahat yang cukup (Kemenkes, 2016).

Bagi mereka yang menderita diabetes mellitus, beberapa intervensi yang efektif dapat meningkatkan kualitas kesehatan mereka yang disebut dengan *self care management*. *Self care management* merupakan suatu cara yang dilakukan oleh seseorang dalam melakukan perawatan secara mandiri. Dengan adanya *self care management* maka program dalam pengobatan dapat berjalan dengan efektif karena penderita akan menyadari pentingnya pengobatan dan perawatan yang dilakukan. *Self care management* pada penderita diabetes mellitus adalah suatu tindakan yang meliputi pengaturan makan/diet, peningkatan aktifitas fisik, mengontrol gula darah, pengobatan yang teratur dan perawatan kaki yang dilakukan oleh perorangan dalam mengontrol penyakit diabetes mellitus (Kholifah, 2014).

Agar penderita diabetes mellitus dapat bertahan hidup lebih lama dan sehat maka perlu adanya dukungan kesehatan profesional dan *self care management* yang baik

(Federación Internacional de la Diabetes, 2015). Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan sebelumnya bahwa masalah komplikasi yang terjadi pada penderita diabetes mellitus dapat dikendalikan atau dicegah dengan *self care management*. *Self care management* sangat penting dilakukan bagi penderita diabetes mellitus karena dapat meningkatkan kualitas kesehatan dan kesejahteraannya (Sulistria, 2013).

Berdasarkan latar belakang di atas. Maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bagaimanakah gambaran *Self Care Management* pada Pasien Diabetes Mellitus di wilayah kerja Puskesmas Majalengka”

## METODE PENELITIAN

Disain penelitian yang akan diteliti termasuk ke dalam disain *deskriptif* dengan cara observasi dan kuesioner. Penelitian deskriptif adalah suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada baik secara alamiah maupun buatan manusia. Fenomena itu bisa berupa bentuk, aktivitas, karakteristik, perubahan, hubungan, kesamaan, dan perbedaan antara fenomena yang satu dengan yang lainnya (Sukadinata, 2011).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Gambaran *Self Care Management* Pada Pasien Diabetes Mellitus

Self Care Management	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Kurang</b>	4	7.1
<b>Cukup</b>	36	64.3
<b>Baik</b>	16	28.6
<b>Total</b>	56	100

Berdasarkan table 4.1 dapat disimpulkan bahwa dari 56 total responden yang memiliki *self care management* kurang yaitu 4 orang (7.1%), yang memiliki *self care management* cukup yaitu 36 orang (64.3%) dan yang memiliki *self care management* baik yaitu 16 orang (28.6%). Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah (64.3%) memiliki *self care management* Cukup.

### B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Majalengka diperoleh hasil sebanyak 4 orang (7.1%)

memiliki *self care management* kurang, sebanyak 36 orang (64.3%) memiliki *self care management* cukup dan sebanyak 16 orang (28.6%) yang memiliki *self care management* baik. Hal ini menjelaskan bahwa sebagian penderita diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Majalengka memiliki *self care management* yang cukup. Hal ini dapat dilihat dari hasil jawaban kuesioner bahwa sebagian besar (87.5%) penderita diabetes mellitus tidak melakukan aktifitas fisik secara khusus (bersepeda dan berenang) dan sebagian besar (66%) tidak melakukan perawatan kaki dengan baik seperti mengeringkan jari kaki setelah mencuci kaki.

Menurut peneliti, kurangnya *self care management* pada penderita diabetes mellitus tersebut disebabkan karena kebanyakan penderita berada pada usia rata-rata 50 tahun dan hal tersebut mempengaruhi penderita dalam melakukan aktifitas fisik secara khusus seperti bersepeda dan berenang. Kemudian kurangnya perawatan kaki bisa disebabkan karena pengetahuan yang kurang sehingga penderita diabetes mellitus tidak mengetahui komplikasi yang dapat ditimbulkan jika perawatan kaki tidak rutin dilakukan.

*Self care management* merupakan tindakan yang dilakukan secara mandiri oleh penderita penyakit diabetes mellitus untuk memenuhi kebutuhan dalam mengatur fungsi dan perkembangan penderita. Saat *self care management* dilakukan dengan baik maka dapat mencegah terjadinya komplikasi pada penderita diabetes mellitus seperti serangan jantung, gagal ginjal, amputasi kaki dan kerusakan saraf (Chan, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh (Siwi Handayani et al., 2013) dengan judul “ Perilaku *Self Management* Pasien Diabetes Mellitus” menunjukkan hasil bahwa dari total 94 responden sebagian besar 61 orang (64.9%) memiliki *self management* yang baik dan sebagian kecil 33 orang (35.1%) yang memiliki *self management* yang sedang. Perilaku *self management* yang paling tinggi yaitu sebanyak 89 orang (94.7%) memiliki aspek perilaku medikasi yang baik.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan, sehingga dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Berdasarkan distribusi Gambaran *self care management* penderita diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Majalengka dari total 56 responden sebagian besar memiliki *self care management* cukup yaitu 36 orang (64.3 %).

## DAFTAR PUSTAKA

- ADA. (2018). *Standars Of Medical Care In Diabetes 2018*, 41(1).
- Amelia, M et al. (2014). Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keluarga Untuk Memberikan Dukungan Kepada Klien Diabetes Mellitus Dalam Menjalani Diet. *JOM PSIK*, 1(2),1–10.
- Azis, A., & Aminah, S. (2018). Pengetahuan, Motivasi Dan Kepatuhan Diet Pasien DM Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwungu Kendal. *SMART Keperawatan*, 5(1), 72–79.
- Bisnar, J. R. (2017). *Self-Care Management Among Older Adults With Diabetes Mellitus : A systematic literature review*.
- Chan, M. (2014). Global report on diabetes. *World Health Organization*, 58(12), 1–88. <https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14>
- Damayanti Santi. (2015). *Diabetes Mellitus & Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Donsu, J. D. T. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Ernawati, Setiawati, E. P., & Kurniawan, T. (2015). Pengaruh Motivasi Internal dan Eksternal terhadap Diabetes Self Management di Wilayah Kecamatan Gombang Kabupaten Kebumen Gombang Subdistrict Kebumen Regency. *Jsk*, 1, 55–62.
- Federacion Internacional de la Diabetes. (2015). *Atlas De La Diabetes De La FDI. International Diabetes Federation*. <https://doi.org/10.1289/image.ehp.v119>.
- International Diabetes Federation. (2017). IDF Worldwide table 2017. [www.diabetesatlas.org](http://www.diabetesatlas.org). <https://doi.org/http://www.diabetesatlas.org>.
- Kemenkes, RI. (2016). Profil Kesehatan Indonesia 2016. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI
- Kementrian kesehatan RI. (2018). Hasil utama riskesdas 2018. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kholifah, S. N. (2014). Self-management interventions. *Jurnal Ners*, 9, 143–150.
- Larsen, D. P. (2017). *Lubskin's Chronic Illness Impact And Intervention*. Wyoming
- Matthie, N. (2013). Sickle Cell Disease: The Role of Self-Care Management. *Graduate Thesis and Dissertation*, (1), 1–77.
- Notoatmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Padila. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Press, D. (2013). Self-care management strategies among individuals living with type 2 diabetes mellitus : nursing interventions, 99–105.
- Priyatno, D. (2017). *Panduan Praktis Olah Data Menggunakan SPSS*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.

- Saam, S., & Wahyuni, S. (2014). *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Sari, D., & Utami, G. T. (2017). Hubungan Motivasi Diri Terhadap Kepatuhan Melaksanakan Diet Pada Penderita Hipertensi. *JKA*,10 (3), 580–588.
- Saryono, & Anggraeni, M. D. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif Dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Schmitt, A., Gahr, A., Hermanns, N., Kulzer, B., Huber, J., & Haak, T. (2013). The Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ): Development and Evaluation Of An Instrument To Assess Diabetes Self-Care Activities Associated With Glycaemic Control. *Health and Quality of Life Outcomes*, 11(1), 1. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-11-138>.
- Siwi Handayani, D., Yudianto, K., & Kurniawan, T. (2013). Perilaku Self-Management Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 1(1),30-38.
- Sugiyono, P. D. (2017). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistria, Y. M. (2013). Tingkat Self care Pasien Rawat Jalan Diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas, 2(2), 1–11
- Susilo, W. H., Aima, H., & Suprpti, F. (2014). *Biostatistika Lanjut dan Aplikasi Riset*. Jakarta: CV.Trans Info Media.
- Tanto, C., Liwang, F., Hanifan, S., & Pradipta, E. A. (2014). *Kapita Selekta Kedokteran (IV)*. Jakarta: Media Aesculapius.
- Tholib, A. M. (2016). *Buku Pintar Perawatan Luka Diabetes Melitus*. Jakarta: Salemba Medika.
- Tombokan et al. (2015). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan Berobat Pasien Diabetes Melitus pada Praktek Dokter Keluarga di Kota Tomohon. *JIKMU*, 5(2), 260–269.
- Toobert, D. J., Hampson, S. E., & Glasgow, R. E. (2000). The Summary Of Diabetes Self-Care Activities Measure: Results from 7 studies and a revised scale. *Diabetes Care*, 23(7), 943–950.
- Wijaya, A. S., & Putri, Y. M. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah (Keperawatan Dewasa)*. Bengkulu: Nuha Medika.
- World Health Organisation (WHO). (2015). WHO 2015. Retrieved from <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2015/jmp-report/en>.