

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes mellitus (DM) tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis yang menjadi beban signifikan bagi sistem kesehatan global maupun nasional. Penyakit ini ditandai oleh gangguan metabolik berupa resistensi insulin atau defisiensi sekresi insulin yang menyebabkan hiperglikemia kronis. DM tipe 2 memerlukan pengelolaan yang intensif dan rutin, mengingat dampaknya yang luas terhadap kesehatan individu, seperti peningkatan risiko komplikasi jangka panjang seperti neuropati, nefropati, dan retinopati. Kontrol gula darah yang efektif sangat penting dalam mencegah atau memperlambat perkembangan komplikasi tersebut. Oleh karena itu, pasien DM tipe 2 membutuhkan pengawasan yang berkelanjutan terhadap kadar gula darah mereka (American Diabetes Association, 2023).

Pengelolaan DM tipe 2 yang tidak optimal dapat memperburuk kondisi kesehatan pasien, meningkatkan risiko komplikasi serius yang memerlukan perawatan lebih intensif, serta menambah beban ekonomi dan sosial. Hasil rekam medis di Puskesmas Sangkapura, didapatkan bahwa sebagian besar 70% pasien yang berobat masih didapatkan gula darah naik saat waktu control. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 pasien diabetes melitus di Puskesmas Sangkapura, 6 pasien menyampaikan bahwa belum mengetahui perihal komplikasi yang akan ditimbulkan jika gula darah tidak terkontrol

dengan baik sehingga pasien tidak memperhatikan pola makan yang baik. Puskesmas Sangkapura memberikan penyuluhan per lisan pada pasien saat berkunjung namun hal itu dilakukan saat ditemukan masalah kesehatan pada pasien. Hal ini menjadikan fenomena sampai saat ini bahwa kasus DM Tipe 2 di Puskesmas Sangkapura masih menjadi permasalahan yang harus diselesaikan.

Menurut data dari International Diabetes Federation (IDF) dalam IDF Diabetes Atlas edisi ke-10 tahun 2023, diperkirakan sekitar 537 juta orang dewasa di seluruh dunia hidup dengan diabetes, dan angka ini diproyeksikan akan meningkat menjadi 784 juta pada tahun 2045 (IDF, 2023). Di Indonesia, prevalensi diabetes pada populasi dewasa tercatat mencapai 10,7%, menjadikan Indonesia sebagai salah satu negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi di dunia (IDF, 2023). Di Kabupaten Gresik, jumlah penderita DM pada tahun 2024 tercatat sebanyak 62.642 orang, sementara di Puskesmas Sangkapura, Pulau Bawean, tercatat adanya 2322 kasus DM. Pasien diabetes mellitus yang terdaftar pada bulan Desember 2024, dengan jumlah total sebanyak 156 orang. Meskipun angka ini tergolong lebih kecil dibandingkan dengan total penderita diabetes di Kabupaten Gresik, namun tren peningkatan kasus ini menunjukkan bahwa DM tipe 2 di Pulau Bawean merupakan masalah kesehatan yang semakin signifikan. Data ini juga menggambarkan pentingnya pengelolaan yang lebih baik untuk menghindari komplikasi yang lebih berat pada pasien DM tipe 2.

Pengelolaan DM tipe 2 memerlukan pendekatan yang komprehensif

dan berkelanjutan, mencakup kontrol pola makan, peningkatan aktivitas fisik, terapi farmakologis, serta edukasi pasien. Salah satu intervensi yang terbukti efektif dalam mendukung pengelolaan diabetes adalah *Self-Management Education* (SME) atau pendidikan manajemen mandiri. SME bertujuan untuk memberdayakan pasien dengan memberikan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi yang diperlukan untuk mengelola kondisi mereka secara mandiri (Powers et al., 2020). Program ini mencakup berbagai aspek penting, seperti pemahaman tentang patofisiologi diabetes, teknik pemantauan gula darah, pengelolaan pola makan sehat, peningkatan aktivitas fisik, serta kepatuhan terhadap pengobatan.

Implementasi SME di daerah pedesaan seperti Pulau Bawean menghadapi berbagai tantangan. Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan akses informasi kesehatan. Masyarakat di daerah terpencil sering kali memiliki tingkat literasi kesehatan yang rendah, sehingga sulit bagi mereka untuk memahami pentingnya pengelolaan diabetes yang efektif (Rys et al., 2023). Selain itu, keterbatasan tenaga kesehatan di Puskesmas Sangkapura menjadi kendala dalam memberikan edukasi yang memadai kepada pasien. Dengan jumlah tenaga medis yang terbatas, sulit untuk melaksanakan program edukasi yang intensif dan berkelanjutan (Shrivastava et al., 2020).

Faktor geografis Pulau Bawean yang terisolasi juga menambah kesulitan dalam penyelenggaraan layanan kesehatan yang optimal. Aksesibilitas ke fasilitas kesehatan yang terbatas menyulitkan pasien untuk

mendapatkan pemeriksaan rutin dan edukasi intensif yang diperlukan untuk pengelolaan diabetes. Infrastruktur yang kurang memadai, seperti transportasi dan komunikasi, juga menghambat efektivitas program SME (Badan Pusat Statistik Kabupaten Gresik, 2020).

Pentingnya SME dalam pengelolaan DM tipe 2 telah didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa program edukasi ini dapat menurunkan kadar gula darah secara signifikan. Penelitian yang dilakukan oleh Powers et al. (2020) menunjukkan bahwa program SME yang terstruktur dapat menurunkan kadar gula darah rata-rata sebesar 0,6% hingga 1,2%, yang secara signifikan mengurangi risiko komplikasi diabetes. Selain itu, SME juga berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup pasien dengan meningkatkan pengetahuan mereka tentang pengelolaan penyakit dan mendorong perubahan perilaku positif.

Di Pulau Bawean, penerapan SME diharapkan dapat memberikan dampak positif yang signifikan dalam pengelolaan DM tipe 2. Program ini dirancang untuk memberikan edukasi intensif melalui beberapa sesi yang meliputi pemberian informasi tentang patofisiologi diabetes, teknik pemantauan gula darah, panduan pola makan sehat, rekomendasi aktivitas fisik yang aman, serta pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan. Evaluasi efektivitas program ini mencakup pengukuran kadar gula darah sebelum dan sesudah intervensi, penilaian peningkatan pengetahuan dan keterampilan pasien melalui kuesioner, serta diskusi kelompok untuk memahami pengalaman pasien dalam menerapkan SME dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh SME terhadap kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Sangkapura, Pulau Bawean. Diharapkan dengan melibatkan pendekatan berbasis kelompok dan individu, program SME dapat menyesuaikan dengan kebutuhan lokal dan mengatasi kendala yang ada. Solusi untuk masalah di Pulau Bawean dapat mencakup penggunaan teknologi, seperti aplikasi mobile untuk pemantauan gula darah dan edukasi kesehatan, untuk meningkatkan akses informasi bagi masyarakat yang terisolasi. Selain itu, pelatihan bagi tenaga medis lokal untuk meningkatkan keterampilan dalam memberikan edukasi dan pemantauan juga akan menjadi kunci keberhasilan program ini.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada Pengaruh *Self-Management Education* terhadap pengetahuan dan Kadar Gula Darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Sangkapura ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh *Self-Management Education* terhadap pengetahuan dan Kadar Gula Darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Sangkapura.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pasien diabetes mellitus tipe 2

sebelum dan setelah intervensi *Self-Management Education*/SME di Puskesmas Sangkapura

2. Mengidentifikasi kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sebelum dan sesudah intervensi *Self-Management Education*/SME di Puskesmas Sangkapura
3. Menganalisis pengaruh *Self-Management Education*/ SME terhadap pengetahuan pasien diabetes mellitus tipe 2 sebelum dan sesudah intervensi *Self-Management Education*/SME di Puskesmas Sangkapura
4. Menganalisis pengaruh *Self-Management Education*/ SME terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2 sebelum dan sesudah intervensi *Self-Management Education*/SME di Puskesmas Sangkapura

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian teoretis mengenai pengaruh *Self-Management Education* (SME) dalam pengelolaan diabetes mellitus (DM) tipe 2, khususnya terkait kontrol gula darah dan pemberdayaan pasien. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk pengembangan teori terkait manajemen mandiri pada penyakit kronis, termasuk pendekatan edukasi berbasis komunitas di wilayah pedesaan.
2. Penelitian ini memberikan data dan informasi yang dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut, khususnya dalam konteks implementasi SME

di wilayah dengan karakteristik geografis dan sosial ekonomi tertentu, seperti Pulau Bawean. Temuan ini juga dapat membantu dalam pengembangan model intervensi SME yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan lokal.

1.4.2 Praktis

1. Bagi profesi

Penelitian ini dapat menjadi panduan bagi tenaga kesehatan di Puskesmas Sangkapura dalam merancang dan mengimplementasikan program edukasi kesehatan yang lebih efektif. Informasi mengenai kendala yang dihadapi pasien juga dapat membantu tenaga kesehatan dalam memberikan pendampingan yang lebih tepat sasaran.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh Puskesmas Sangkapura untuk meningkatkan mutu layanan kesehatan, khususnya dalam pengelolaan diabetes mellitus. Program SME yang terbukti efektif dapat dijadikan salah satu layanan rutin, sehingga memperkuat upaya promotif dan preventif di komunitas.

3. Bagi Masyarakat dan Tempat Penelitian

Edukasi yang diberikan kepada pasien diabetes dalam penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat sekitar terhadap pentingnya pencegahan dan pengelolaan diabetes. Dengan demikian, masyarakat secara keseluruhan dapat lebih memahami dan mendukung