

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (PERKENI,2021). Data dari International Diabetes Federation (IDF, 2021) pada tahun 2021 menunjukkan jumlah penderita diabetes di dunia mencapai 537 juta. Angka ini diprediksi akan terus meningkat mencapai 643 juta di tahun 2030 dan 784 juta pada tahun 2045. Menurut (IDF, 2021), Indonesia menduduki peringkat kelima negara dengan jumlah diabetes terbanyak dengan 19,5 juta penderita di tahun 2021 dan diprediksi akan menjadi 28,6 juta pada 2045. Persoalan ini menjadi perhatian dari Kementerian Kesehatan, mengingat diabetes melitus merupakan ibu dari segala penyakit.

Berdasarkan data Pelayanan Kesehatan Penderita Diabetes Melitus (DM) Menurut Kabupaten Kota 2021 dari Dinas Kesehatan jumlah penderita diabetes melitus di Provinsi Jawa Tengah berjumlah 618.546 orang. Sementara, penderita penyakit diabetes melitus di Kabupaten Pati ada 31.276. Sedangkan, penderita DM yang mendapatkan pelayanan sesuai standar berjumlah 18.949. Pada tahun 2023, di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati terdapat sebanyak 8030 kunjungan pasien penderita diabetes melitus. Sedangkan, pada tahun 2024 di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah terdapat 9341 kunjungan pasien penderita diabetes melitus.

Diabetes Melitus jika tidak segera diatasi secara baik akan memunculkan berbagai komplikasi. Komplikasi yang mungkin terjadi seperti gagal ginjal, serangan jantung, amputasi kaki, sampai kerusakan saraf. Masalah tersebut akan mempengaruhi kondisi penderita DM yang berdampak pada kualitas hidup penderitanya. Komplikasi sering kali muncul dan tanpa disadari sudah berkembang hingga mengakibatkan komplikasi akut maupun kronik. Hal tersebut membuat penderita DM sulit mempertahankan kondisinya (Delfina et al., 2021).

Masalah yang sering timbul pada penderita diabetes melitus adalah bagaimana cara mempertahankan kadar glukosa dalam darah tetap terkontrol. Kontrol diabetes melitus yang buruk dapat mengakibatkan hiperglikemia dalam jangka panjang, yang menjadi pemicu beberapa komplikasi yang serius baik makrovaskular maupun mikrovaskular seperti penyakit jantung, penyakit vaskuler perifer, gagal ginjal, kerusakan saraf dan kebutaan. Banyaknya komplikasi yang mengiringi penyakit diabetes melitus menyebabkan terjadinya perubahan fisik, psikologis maupun sosial (Nasution, 2021).

Hasil penelitian (Putri et al., 2021) menyatakan bahwa kualitas hidup seseorang sangat bergantung pada *Self-management* yang penderita diabetes jalani. *Self-management* atau pengontrolan diri adalah suatu bentuk pengontrolan diri sesuai dengan pedoman 4 pilar penatalaksana diabetes, mulai dari pemberian edukasi hingga kepatuhan pasien dalam mengonsumsi pengobatan. Banyak dari penderita yang tidak menjalankan 4 pedoman tersebut dengan baik dan menyebabkan komplikasi yang cukup serius.

Menurut analisa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Duri et al., 2024) terdapat efektivitas kepatuhan pelaksanaan empat pilar diabetes terhadap penurunan kadar gula darah dan kadar HbA1C pada penderita diabetes melitus. Pengaruh terbesar pada penurunan gula dalam darah dan kadar HbA1C secara rata-rata adalah penyerapan edukasi, yang kedua patuh pada diet, ketiga patuh minum obat dan yang terakhir adalah pelaksanaan *exercise*. Pendidikan kesehatan tentang DM dapat meningkatkan pemahaman penderita tentang penyakit DM, dengan pemahaman ini sehingga penderita dapat mengontrol kadar glukosa dalam darah, dengan pengetahuannya serta dapat mengatur pola hidupnya.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Mukti, 2020) ketaatan minum obat penting bagi penderita DM, ia menyatakan kepatuhan minum obat 60% dapat mengontrol glukosa dalam darah, serta menurunkan nilai HbA1C. Kepatuhan diet berperan dalam mengontrol glukosa dalam darah. Membatasi konsumsi karbohidrat lemak dan protein maka kadar glukosa dan HbA1C dapat dikendalikan. Olahraga DM dapat membakar karbohidrat sehingga glukosa dalam darah juga turun demikian juga kadar HbA1C. Kombinasi intervensi 4 pilar yang

meliputi pendidikan kesehatan, kepatuhan pada obat, diet dan olahraga dapat mengendalikan kadar glukosa dalam secara bersama-sama sehingga DM dapat dikontrol (Marbun, 2023)

Penyandang diabetes melitus selama ini tidak mudah untuk mencapai sasaran gula darah yang diinginkan karena salah satu penyebabnya adalah kebanyakan pasien sering hanya mengandalkan obat-obatan saja, padahal banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi dan membantu capaian gula darah yang diinginkan seperti: makanan yang dikonsumsi, jumlahnya, jenisnya, bagaimana mengkonsumsinya, aktivitas sehari-hari yang dilakukan, bahkan pengetahuan dasar seseorang tentang diabetes itu juga sangat berperan (Sesaria et al., 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSU Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati, ditemukan adanya kesenjangan dalam pelayanan edukatif terhadap pasien diabetes melitus. Meskipun jumlah pasien terus meningkat setiap tahunnya, belum terdapat sistem edukasi yang terstruktur dan menyeluruh dari tenaga kesehatan, khususnya perawat, terkait manajemen diabetes melitus yang komprehensif. Edukasi masih diberikan secara lisan dan tidak standar, sehingga banyak pasien yang tidak memahami pentingnya penerapan empat pilar penatalaksanaan DM, yaitu kepatuhan diet, aktivitas fisik, kontrol gula darah, dan kepatuhan minum obat. Kesenjangan ini menjadi salah satu penyebab rendahnya tingkat kepatuhan pasien dan tingginya risiko komplikasi jangka panjang. Untuk menjembatani kebutuhan informasi pasien dan meningkatkan mutu edukasi, dibutuhkan metode penyampaian yang lebih efektif dan mudah dipahami. Salah satu media edukatif yang potensial adalah *booklet* atau buku saku.

Menurut (Novianti & Syamsurizal, 2021), *booklet* adalah media pembelajaran dengan penyampaian yang lebih singkat daripada buku dengan suatu topik materi, sehingga dapat lebih mudah untuk dibawa kemana saja. *Booklet* merupakan buku minimalis yang minimal memiliki lima halaman dan maksimal empat puluh halaman bergambar tidak termasuk halaman judul. Karena *booklet* efektif, maka *booklet* dipilih dan dimanfaatkan untuk sarana penyampaian informasi dan digunakan dalam meningkatkan suatu pemahaman sebuah materi.

Manfaat *booklet*/buku saku sebagai media untuk memberikan pendidikan kesehatan yang sistematis mengintegrasikan pendidikan individu dan keluarga yang tidak hanya digunakan pada saat di rumah sakit tetapi juga merupakan perawatan yang diperluas saat berada di rumah. Di dalam *booklet* terdapat gambar dan tulisan, sehingga *booklet* dapat di konsep sesuai tema maupun materi yang dibutuhkan. Maka dengan itu seseorang akan banyak menggali informasi dari *booklet* tersebut individu pun juga bisa mengenal sesuatu dari gambar yang disajikan. Pemilihan warna yang menarik juga bisa dikenalkan, serta lebih terfokuskan individu.

Pernyataan diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Tan et al., 2023) menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan mengenai kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus sebelum dan sesudah diberikan edukasi media *booklet*. Menurut (Kune et al., 2023) dengan diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* akan bertambahnya pengetahuan responden diabetes melitus tipe 2. Pemberian media *booklet* inilah responden dapat memiliki pengetahuan yang baik tentang asupan makanan bagi responden, yang selanjutnya dapat merubah sikap dan perilakunya sehingga diharapkan dapat mengendalikan kadar glukosa darahnya.

Perbedaan *booklet* diabetes melitus ini dengan *booklet* sebelumnya adalah di inovasi penerapan kepatuhan empat pilar diabetes melitus. Pada *booklet* yang pernah ada mengenai diabetes melitus hanya terdapat edukasi pendidikan kesehatan diabetes melitus dan kepatuhan minum obat. Akan tetapi, pada *booklet*/buku saku yang penulis buat terdapat edukasi mengenai kepatuhan empat pilar diabetes melitus beserta penerapannya yang akan dipantau selama satu bulan. Kepatuhan empat pilar diabetes melitus yang akan dipantau dalam buku saku ini berupa kepatuhan diet DM, kepatuhan aktivitas fisik (olahraga), kontrol gula darah, dan kepatuhan minum obat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk menyusun tugas akhir karya kinerja yang berjudul “Strategi Kepatuhan Empat Pilar pada Penderita Diabetes Melitus di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati”.

B. Lingkup Pengabdian Dan Pengembangan

Tugas ini didedikasikan untuk meningkatkan kepatuhan empat pilar diabetes melitus sebagai upaya pengendalian kadar gula darah pasien diabetes melitus melalui strategi yang terintegrasi dan efektif. Fokus utama pengabdian ini adalah memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan kesehatan masyarakat, khususnya dalam mengendalikan kadar gula darah pasien diabetes melitus agar terkontrol.

Tugas ini mengembangkan pendekatan baru dalam pengendalian kadar gula darah pasien diabetes melitus dengan memanfaatkan empat pilar dalam pengendalian diabetes melitus, seperti buku saku kepatuhan empat pilar diabetes melitus yang berisi rincian edukasi, pengaturan diet diabetes melitus, rincian aktivitas kegiatan yang bisa dilakukan pada penderita diabetes melitus, dan penerapan kepatuhan empat pilar diabetes melitus.

Dengan adanya buku saku kepatuhan empat pilar diabetes melitus ini, bertujuan untuk mempercepat proses pengobatan dan meningkatkan persentasi terkontrolnya kadar gula darah pasien diabetes melitus di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah. Melalui penerapan strategi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam mengurangi beban penyakit diabetes melitus secara global.

C. Tujuan Tugas Akhir Program RPL

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari Tugas Akhir Karya Kinerja ini adalah untuk mengembangkan metode dan pendekatan efektif untuk meningkatkan kepatuhan empat pilar pada pasien diabetes melitus di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati.

2. Tujuan Khusus

- a. Meningkatkan kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati.

- b. Meningkatkan kepatuhan olahraga (aktivitas fisik) pada pasien diabetes melitus di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati.
- c. Meningkatkan kontrol gula darah pada pasien diabetes melitus di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati.
- d. Meningkatkan kepatuhan minum obat pada pasien diabetes melitus di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati.

D. Manfaat Tugas Akhir Program RPL

1. Manfaat bagi Universitas

Sebagai referensi untuk mahasiswa yang akan datang untuk melakukan tugas akhir karya kinerja dengan judul yang sama di Universitas Ngudi Waluyo.

2. Manfaat bagi Tempat Bekerja

Sebagai referensi dan strategi baru dalam melakukan pengendalian kadar gula darah pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati.

3. Manfaat bagi Mahasiswa

Sebagai penerapan teori yang telah dipelajari selama perkuliahan dan juga mengembangkan keterampilan di dunia kerja.