

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) adalah masalah kesehatan masyarakat yang paling penting di seluruh dunia. Selain menyebabkan diabetes, penyakit jantung, dan gagal ginjal, DM juga merupakan penyebab kematian dini paling umum di seluruh dunia. Federasi Diabetes Internasional (IDF) memperkirakan bahwa pada tahun 2019, setidaknya 463 juta orang di seluruh dunia berusia antara 20 dan 79 tahun menderita diabetes. Angka prevalensi ini mencapai 3,9% dari total populasi pada rentang usia tersebut. Menurut perkiraan IDF, Pada tahun 2019, prevalensi diabetes meningkat seiring bertambahnya usia. 19,9%, atau 111,2 juta orang berusia antara 65 dan 79 tahun, menderita diabetes, menurut perkiraan. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta pada tahun 2045 (IDF, 2019). Daftar sepuluh negara dengan tingkat penyakit tertinggi versi IDF menempatkan Indonesia di peringkat ketujuh, dengan 10,7 juta penderita diabetes. Ini adalah satu-satunya negara di Asia Tenggara yang berada dalam daftar tersebut. Oleh karena itu, kontribusi besar Indonesia terhadap prevalensi diabetes di Asia Tenggara dapat dihitung (Puspasari et al., 2023)

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pada tahun 2021 terdapat 422 juta orang di seluruh dunia yang menderita diabetes, dan 1,5 juta kematian secara langsung disebabkan oleh penyakit ini (Safutri et al., 2023). Dengan 19,5 juta penderita diabetes, Indonesia berada di urutan kelima tertinggi di dunia, diikuti oleh Amerika Serikat, Tiongkok, India, dan Pakistan. Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Jawa Barat 2019

menunjukkan bahwa prevalensi diabetes di Jawa Barat adalah 1,74 persen atau sekitar 570.611 orang. Dinas Kesehatan Jawa Barat memperkirakan bahwa 46.837 orang akan menderita diabetes pada tahun 2021. Sebaliknya, Kota Sukabumi memiliki 3.714 kasus diabetes melitus yang dilaporkan pada tahun 2021. (Pamungkas et al., 2025)

Tahun 2045, Federasi Diabetes Internasional (2020) mencatat bahwa 75% penderita diabetes berusia antara 20 dan 46 tahun, dan kemungkinan akan ada 629 juta penderita diabetes setiap tahunnya. Laporan Hasil Studi Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) memperkirakan 1.017.290 penduduk Indonesia, atau sekitar 8,5% dari populasi, menderita diabetes melitus (DM), meningkat dari 31% pada tahun 2013. Sebanyak 132.565 orang, atau sekitar 1,6% dari populasi, menderita diabetes di Jawa Tengah saja (Romdhoni et al., 2024)

Di seluruh dunia, terdapat lebih dari 463 juta kasus diabetes yang terus meningkat setiap tahun dilaporkan oleh Federasi Diabetes Internasional (IDF) pada tahun 2019; Angka tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 700 juta pada tahun 2045, dan Indonesia berada di peringkat 6 di dunia dengan lebih dari 19,5 juta penderita diabetes pada tahun 2021. (Pamungkas et al., 2025)

Pada tahun 2020, 80.788 penduduk Sulawesi Selatan yang menerima layanan kesehatan berkualitas menderita diabetes, dengan Kota Makassar (18.305) dan Kabupaten Bone (7.455) memiliki jumlah kasus tertinggi. Kabupaten Barru (881) dan Kabupaten Selayar (927) memiliki kasus terendah (Abrar, Kendek, 2022)

Jumlah kasus meningkat signifikan di Kota Makassar, terutama di wilayah kerja Puskesmas Pampang, dari 806 pada tahun 2022 menjadi 999 pada tahun 2023. Puskesmas Pampang, sebuah fasilitas pelayanan kesehatan primer, menghadapi banyak

kendala dalam mengendalikan diabetes, terutama kurangnya edukasi masyarakat mengenai gaya hidup sehat, termasuk manajemen stres, aktivitas fisik, dan pola makan seimbang. Lebih lanjut, karena masyarakat kurang menyadari pentingnya pemeriksaan gula darah rutin, banyak kasus diabetes baru ditemukan pada stadium lanjut. Hal ini meningkatkan kemungkinan komplikasi dan mempersulit penanganan penyakit (Syaipuddin et al., 2025)

65% kematian akibat penyakit jantung dan stroke disebabkan oleh diabetes melitus, menurut American Diabetes Association tahun 2022. Selain itu, Orang dewasa penderita diabetes melitus memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan dengan orang tanpa diabetes penyakit jantung dua hingga empat kali lebih tinggi (Abdul Majid, 2024)

Salah satu dari 10 penyebab kematian teratas dan bahaya utama bagi kesehatan dunia adalah diabetes melitus (DM). Penyakit ini disebut sebagai pembunuh diam-diam karena memengaruhi banyak organ dan menimbulkan beragam gejala. Jika kadar gula darah seseorang ≥ 200 mg/dl dua jam setelah makan, ≥ 126 mg/dl sebelum makan, dan ≥ 200 mg/dl secara acak, mereka dapat didiagnosis menderita diabetes (Daryani, 2023). Genetika, obesitas, pola makan yang buruk, perubahan gaya hidup, obat-obatan yang mengubah gula darah, ketidakaktifan, penuaan, merokok, kehamilan, dan stres semuanya dapat berkontribusi terhadap diabetes tipe II (Zatihulwani et al., 2025)

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit jangka panjang yang masih menjadi masalah kesehatan utama karena pengelolaan yang buruk dapat menyebabkan komplikasi. Menurut Wilson Sihalohe dkk. (2024), pasien yang tidak mempraktikkan perawatan diri yang tepat biasanya tidak memiliki kualitas hidup yang baik dan lebih

rentan terhadap masalah dan kematian (Wilson Sihalohe et al., 2024)

Berbagai masalah yang berkaitan dengan diabetes melitus berpotensi menurunkan kualitas hidup dan bahkan menyebabkan kematian. Komplikasi diabetes melitus meliputi masalah pada pembuluh darah besar (makrovaskular) dalam sirkulasi koroner, yang dapat memengaruhi aliran darah ke otak. Terapi yang tidak tepat dan kadar Masalah mikrovaskular seperti retinopati dan nefropati dapat muncul akibat glukosa darah yang tidak terkontrol. Ulkus kaki terjadi akibat gangguan neuropati pada sistem saraf otonom dan motorik, yang mengganggu vaskularisasi di ekstremitas (Wilson Sihalohe et al., 2024)

Edukasi diperlukan untuk mengendalikan diabetes melitus agar pasien dapat merawat diri sendiri. Hal ini mencakup menjaga pola makan sehat, termasuk mengurangi makanan olahan tinggi garam, keju, mentega, atau saus, makanan yang digoreng, produk susu tinggi lemak, dan makanan manis tinggi lemak. Selain itu, pasien sangat disarankan untuk menjaga kesehatan kaki secara teratur, berolahraga secara teratur dan menjalani pemeriksaan gula darah dipusat kesehatan terdekat. Kemampuan seseorang untuk merawat diri sendiri guna mencapai kesehatan dan kesejahteraan yang optimal disebut sebagai aktivitas perawatan diri. Tujuan manajemen perawatan diri bagi penderita diabetes adalah menjaga kadar glukosa dan aktivitas insulin dalam rentang normal dan menghindari masalah. (Pamungkas et al., 2025)

Kemampuan pasien untuk merawat diri sendiri, tanpa bantuan orang lain, dikenal sebagai perawatan diri. Bagi penderita diabetes melitus, manajemen perawatan diri mencakup kepatuhan terhadap rencana makan, berolahraga, mengelola kadar gula darah, minum obat, dan merawat kaki mereka untuk menghindari masalah (Malini dkk., 2022). Praktik perawatan diri memiliki dampak positif pada

aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual kehidupan penderita diabetes melitus. Sejalan dengan pengakuan akan kemungkinan kendala dari keinginan untuk menjadi manusia dan normal, Orem menyatakan bahwa perawatan diri dapat meningkatkan fungsi dan perkembangan manusia dalam tatanan social (Zaura et al., 2021). Ketika seseorang tidak sehat, penyimpangan perawatan diri dapat diamati. Fisiologi, proses psikologis, struktur tubuh, dan bahkan fungsi fisiologis umum semuanya dapat terdampak oleh penyakit (Wilson Sihaloho et al., 2024)

Bagi penderita diabetes melitus, perawatan diri adalah tindakan yang dilakukan untuk mempertahankan tingkat glukosa darah dalam rentang normal. Pendekatan seseorang dalam mengelola penyakitnya dapat diubah secara signifikan dengan mempraktikkan perawatan diri yang efektif. Oleh karena itu, praktik perawatan diri yang efektif dianggap dapat meningkatkan kesejahteraan (Perawatan et al., 2025)

Menurut penelitian Hartono (2019), pasien DM pada umumnya merawat diri sendiri dengan baik, yang membantu sebagian orang terhindar dari komplikasi. Kualitas hidup pasien DM akan terpengaruh oleh komplikasi. Penelitian sebelumnya oleh Chaidir dkk. (2017), yang menemukan koefisien korelasi sebesar 0,432, yang menunjukkan hubungan positif, mendukung hal ini. Akibatnya, kualitas hidup seseorang meningkat seiring dengan tingkat perawatan diri mereka (Perawatan et al., 2025)

Perawatan diri, yang meliputi pengendalian nutrisi, olahraga, minum obat sesuai anjuran, memantau kadar gula darah, dan merawat kaki sendiri, merupakan salah satu taktik yang terbukti meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes (Wilson Sihaloho et al., 2024)

Edukasi kesehatan merupakan strategi penting untuk mendorong perawatan diri yang efektif. Karena bermanfaat, mudah

dipahami, dan dapat diulang, leaflet dianggap berhasil membantu pasien meningkatkan pengetahuan, sikap, dan kemampuan mereka dalam mengendalikan penyakit (Nurvita, 2023).

Salah satu cara untuk mengelola diabetes melitus adalah dengan memberi orang tahu. Memberikan pesan kesehatan kepada individu atau kelompok untuk meningkatkan pemahaman disebut edukasi. Salah satu hal yang dapat membantu pasien mengendalikan diabetes mereka sepanjang hidup adalah pemahaman mereka tentang diabetes melitus. Oleh karena itu, pasien akan lebih mampu mengubah perilaku mereka jika mereka lebih memahami penyakit mereka. Spanduk dan leaflet merupakan media atau alat penjangkauan. Promosi kesehatan, yang membantu masyarakat menyerap informasi kesehatan, merupakan salah satu cara pelaksanaan edukasi kesehatan. Leaflet dan spanduk mudah dibawa, memiliki bahasa yang ringkas dan mudah dipahami, serta menampilkan gambar yang menarik. Hasil penelitian Aritonang (2021) menunjukkan bahwa pamflet merupakan alat yang bermanfaat untuk mengedukasi penderita diabetes mellitus (Gizi & Pontianak, 2022)

Pada tanggal 20 Agustus 2025, survei awal dan wawancara langsung dengan petugas Puskesmas Pampang di Kelurahan Pampang, Kecamatan Panakukang, Kota Makassar, mengungkapkan bahwa Ibu B, seorang anggota keluarga yang tinggal di dekat fasilitas tersebut, dan istrinya yang berusia 53 tahun, Ibu B, keduanya menderita diabetes melitus. Setelah berdiskusi dengan Ibu B, diketahui bahwa beliau belum belajar cara merawat diri dengan baik sejak menderita diabetes.

Berdasarkan literatur diatas Oleh karena itu, penulis ingin melakukan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) saat bekerja sebagai pembunuh komunitas dan home care di kelurahan pampang, kecamatan pampang kota makassar pada tanggal 20 Agustus 2025

dengan judul “Intervensi Edukasi Dengan Media Leaflet (*Self-Care*) Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang”.

B. Rumusan Masalah

Penulisan KIAN ini bertujuan untuk melakukan Intervensi Edukasi Dengan Media Leaflet (*Self-Care*) Pada Pasien Diabetes Melitus yang Berada Di Lingkungan Puskesmas Pampang Kota Makassar.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah Mahasiswa yang menerima asuhan diharapkan dapat mempelajari pasien diabetes secara mandiri.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan penelitian pada pasien diabetes melitus
- b. Menetapkan diagnosa perawatan untuk pasien diabetes melitus
- c. Merencanakan intervensi merawat diri pada pasien
- d. Melaksanakan perawatan diri pada pasien
- e. Menilai hasil perawatan diri pada pasien diabetes melitus

D. Manfaat Penelitian

1. Untuk mahasiswa

Mahasiswa dapat menggunakan dokumen ilmiah ini sebagai titik awal untuk penelitian mereka sendiri tentang subjek ini.

2. Untuk institusi pendidikan

Dokumen ini dapat digunakan sebagai referensi untuk meningkatkan standar pengajaran dan memperkaya

pengetahuan tentang penggunaan asuhan keperawatan untuk pasien diabetes melitus.

3. Bagi pelayanan Kesehatan

Perawat dapat memanfaatkannya sebagai sumber pengetahuan dan masukan untuk meningkatkan pelayanan keperawatan, terutama dalam hal asuhan keperawatan untuk pasien diabetes melitus.

4. Bagi pasien dan keluarga

Untuk mengatasi kesulitan diabetes melitus dengan implementasi terbaru, penelitian ini diyakini akan memberikan informasi lebih lanjut kepada pasien dan keluarga mereka.