

TINGKAT SELF CARE KLIEN RAWAT JALAN DIABETES MELLITUS DI RS PKU MUHAMMADIYAH BANTUL

Rosiana Nur Imallah¹⁾, Agustina Rahmawati²⁾

^{1,2} Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
e-mail : roshe_an@yahoo.co.id

ABSTRAK

Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang dapat mempengaruhi kondisi fisik, psikologis, sosial bahkan spiritual penderitanya. Salah satu upaya untuk dapat meminimalkan komplikasi DM adalah dengan melakukan self care DM. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat kepatuhan self care pada pasien DM yang menjalani rawat jalan di RS PKU Muhammadiyah Bantul. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian adalah 54 responden pasien rawat jalan di poliklinik penyakit dalam di RS PKU Muhammadiyah Bantul pada bulan Agustus 2019. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner SDSCA (Summary Diabetes Self Care Activities). Sebagian besar responden memiliki nilai tinggi dalam perilaku self care (51,9%). Perlunya upaya untuk meningkatkan kepatuhan self care pada pasien DM dan perawat dapat berperan penting didalamnya.

Kata Kunci: Self care, DM, rawat jalan.

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease that can affect the physical, psychological, social and even spiritual condition of the sufferer. One effort to minimize DM complications is by doing DM self care. This study aims to describe the level of self care adherence in DM patients undergoing outpatient care at PKU Muhammadiyah Hospital Bantul. This research is a quantitative research using a cross sectional approach. A sample of 54 respondents who were outpatients in the internal medicine clinic at PKU Muhammadiyah Hospital Bantul in August 2019. The measuring instrument used was the SDSCA (Summary Diabetes Self Care Activities) questionnaire. Self-care behavior in the majority of respondents in the high category (51.9%). The need for efforts to improve self-care compliance in DM patients and nurses can play an important role in it. The results of this study indicate that the majority of DM patient have high self-care behavior.

Keywords: Self care, DM, outpatient.

1. PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) menjadi ancaman serius bagi kesehatan masyarakat hingga peningkatan angka kematian. PTM menjadi penyebab kematian terbanyak di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Sebanyak 70 dari 100 orang klien PTM tidak menyadari bahwa dirinya terserang PTM, sehingga terlambat dalam mendapatkan penanganan. Hal tersebut mengakibatkan terjadinya berbagai macam komplikasi, kecacatan bahkan kematian (Kemenkes, 2014). Salah satu PTM yang saat ini banyak terjadi adalah

Diabetes Mellitus (DM). DM menyerang usia dewasa, lansia dan bahkan akhir-akhir ini juga menyerang remaja serta anak-anak (Rahmawati, 2018).

DM merupakan salah satu kelompok penyakit metabolik berupa peningkatan kadar gula darah (hiperglikemia) yang disebabkan oleh gangguan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya (PERKENI, 2015). Black & Hawk (2009) menjelaskan bahwa DM merupakan suatu penyakit kronik berupa hiperglikemia yang terjadi karena ketidakmampuan tubuh melakukan

metabolisme karbohidrat, lemak dan protein.

WHO (2013) menyatakan sebanyak 80% klien DM di dunia berasal dari negara berkembang salah satunya Indonesia. PERKENI (2015) menunjukkan data terbaru klien DM di Indonesia telah mencapai 9,1 juta jiwa, tingginya angka kejadian tersebut menempatkan Indonesia pada urutan keempat di dunia dengan jumlah penyandang DM terbanyak setelah Amerika Serikat, China dan India.

DM tipe 2 memiliki pengaruh cukup besar terhadap seluruh aspek kehidupan klien dan memiliki risiko terjadinya masalah komplikasi yang dapat mengancam jiwa (Rahmawati, 2018). Masalah-masalah tersebut dapat diminimalkan dengan melakukan penanganan segera dan pengontrolan secara ketat. Klien DM tipe 2 harus memiliki pengetahuan dan kemampuan yang cukup untuk melakukan pengontrolan terhadap penyakitnya yaitu dengan menjalankan perawatan diri (*self-care*). *Self-care* menggambarkan perilaku individu yang dilakukan secara sadar, bersifat universal dan terbatas pada diri sendiri (Hidayah, 2019).

Rahmawati (2018) menjelaskan bahwa *self-care* merupakan keterampilan individu dalam berperilaku sebagai usaha untuk memelihara kesehatan, kesejahteraan serta mempertahankan kehidupan. Individu yang mampu melaksanakan *self-care* secara efektif dan menyeluruh dapat membantu menjaga integritas dan fungsi tubuhnya.

Peningkatan aktifitas *self-care* akan berdampak terhadap peningkatan status kesehatan klien DM (Xu Yin, Toobert, Savage, Pan & Whitmer, 2008). Namun kenyataannya sebagian besar klien belum konsisten menjalankan aktifitas ini. Studi pendahuluan telah dilaksanakan pada lima klien DM tipe 2 di poli rawat jalan PKU Muhammadiyah Bantul. Hasil pengkajian diketahui bahwa 15% klien DM belum minum obat secara teratur, 27% belum melakukan pemantauan kadar gula darah secara teratur dan mengatakan bosan minum obat.

Pola makan pada klien DM tidak teratur dan klien mengatakan makan segala jenis makanan yang dihidangkan oleh keluarganya. Klien DM juga mengatakan tidak pernah melakukan latihan fisik dan perawatan kaki karena tidak tahu bagaimana cara melakukannya.

Self-care yang efektif merupakan hal yang sangat penting dalam pencapaian tujuan penatalaksanaan DM. Rahmawati (2018) menjelaskan bahwa keluarga sebagai orang terdekat bagi klien DM hendaknya memberikan dukungan dalam mencapai kemandiria

perawatan diri di rumah. Perawat diharapkan mampu mengembangkan intervensi keperawatan berdasarkan informasi yang ada untuk meningkatkan status kesehatan klien DM tipe 2 jangka pendek maupun jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat kepatuhan *self care* pada pasien DM yang menjalani rawat jalan di RS PKU Muhammadiyah Bantul pada bulan Agustus 2019.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner kuesioner SDSCA (*Summary Diabetes Self Care Activities*) yang terdiri dari 14 pertanyaan yang kemudian hasilnya dikategorikan menjadi rendah dan tinggi. Setelah mendapatkan *informed consent*, responden diberi waktu untuk mengisi kuesioner selama \pm 15 menit. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh klien yang telah terdiagnosa Diabetes Mellitus yang mengunjungi poliklinik penyakit dalam RS PKU Muhammadiyah Bantul dengan rata-rata kunjungan per bulan yaitu 180 klien. Metode pengambilan sampel menggunakan *quota sampling* dengan mengambil 30% dari populasi (Notoatmodjo, 2013) yaitu 54 klien. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *Consecutive sampling*. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah bersedia menjadi responden, pasien dengan DM tipe 2, terakhir dirawat di RS

karena DM minimal 6 bulan yang lalu, tidak mengalami gangguan pendengaran.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 54 responden, dengan komposisi reponden perempuan lebih banyak dari pada responden laki-laki yaitu 63%. Usia responden terbanyak ada pada golongan usia lansia awal (38,9%). Sebesar 53,7% responden telah menderita DM lebih dari lima tahun, serta 63% responden terakhir menjalani rawat inap di RS lebih dari tiga bulan terhitung dari pengambilan data penelitian ini dilakukan pada bulan Agustus, 2019.

Karakteristik profil responden dalam penelitian ini secara lebih detail dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	20	37,0
Perempuan	34	63,0
Usia		
Dewasa Akhir	6	11,1
Lansia Awal	21	38,9
Lansia Akhir	15	27,8
Manula	12	22,2
Lama Menderita DM		
Kurang dari 5 tahun	25	46,3
Lebih dari 5 tahun	29	53,7
Terakhir Rawat Inap		
Kurang dari 3 bulan	20	37,0
Lebih dari 3 bulan	34	63,0

Tabel 2 menggambarkan tingkat kepatuhan *self care* pasien DM, data menunjukkan bahwa sebagian besar reponden memiliki tingkat kepatuhan *self care* yang tinggi yaitu sebesar 51,9% dan 48,1% dalam kategori rendah.

Tabel 2 Tingkat Kepatuhan *Self care*

Kepatuhan <i>Self care</i>	Jumlah	Persentase
Rendah	26	48,1
Tinggi	28	51,9

Tindakan *self-care* pada 51,9% pasien DM termasuk dalam kategori tinggi. *Self-*

care yang tinggi pada hasil penelitian dikarenakan sebagian besar klien adalah perempuan dimana perempuan lebih tertarik pada status kesehatan dirinya, sehingga memberi pengaruh dalam pelaksanaan aktivitas *self-care* yang baik. Hal ini didukung dengan hasil penelitian Mathew, Gucciardi, Melo dan Barata (2012) yang menunjukkan bahwa perempuan lebih mudah menjalankan manajemen terpadu diabetes dalam kehidupan sehari-hari sedangkan pria lebih enggan untuk memberitahu teman-teman dan keluarga tentang diabetes dan kurang jeli terhadap praktik *self-care*.

Selain faktor jenis kelamin, usia juga menjadi faktor yang mendukung peningkatan *self-care*. Usia klien dalam penelitian ini tergolong pada masa usia lansia awal. Konsep Orem (2001) menjelaskan bahwa individu pada usia dewasa dapat melakukan *self-care* secara mandiri, sedangkan bayi, anak-anak dan orang sakit membutuhkan bantuan untuk memenuhi kebutuhan *self-care*. Sebagian besar klien DM pada penelitian ini adalah klien DM yang mampu menjalankan aktifitas sehari-hari seperti individu lain pada umumnya, mampu bekerja, mampu melaksanakan tugas dan mampu berinteraksi sosial sengan baik. Kemampuan klien untuk melakukan aktifitas mendukung klien untuk dapat memenuhi kebutuhannya sendiri dan melakukan perawatan diri secara mandiri.

Tindakan *self-care* pada penelitian ini meliputi pengaturan diet, keteraturan latihan fisik, monitoring gula darah, pengobatan serta perawatan kaki. Aktifitas *self-care* klien DM yang rendah terdapat pada aktifitas latihan fisik, monitoring gula darah, pengobatan dan perawatan kaki. Hal ini ditunjukkan dengan adanya skor minimal (0) pada item aktifitas tersebut. Salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya aktifitas *self-care* adalah tingkat pengetahuan klien DM yang masih rendah terkait hal tersebut. Menurut asumsi peneliti selama ini kegiatan pendidikan kesehatan pada klien DM cenderung lebih berfokus tentang penyakit DM dan diet sedangkan pengetahuan mengenai aktifitas *self-care*

yang lainnya masih jarang diberikan oleh tenaga kesehatan. Hal ini didukung oleh Husnah, Zufry dan Maisura (2014) yang menyatakan bahwa kurangnya pemahaman klien tentang manfaat diet, olahraga dan obat menyebabkan ketidakpatuhan klien dalam menjalani terapi.

Pengetahuan klien tentang DM merupakan sarana yang dapat membantu klien menjalankan penanganan DM selama hidupnya sehingga semakin baik pengetahuan klien maka semakin tinggi kesadaran klien untuk merubah perilakunya (Waspadji, 2007). Hasil penelitian Husnah, Zufry dan Maisura (2014) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan klien DM dalam menjalani terapi obat, nutrisi dan aktivitas fisik. Peningkatan pengetahuan pada klien DM akan meningkatkan kepatuhan klien dalam menjalankan *self-care* karena mereka mengerti cara mengelola penyakitnya dan menyadari pentingnya pencegahan komplikasi.

Kegiatan *self-care* sangat penting untuk dipahami dan dilaksanakan oleh pasien DM, karena merupakan cara yang efektif untuk memantau kadar gula darah. Menurut Orem (2001) tujuan *self-care* berorientasi pada pemenuhan kebutuhan guna mempertahankan kehidupan, memelihara kesehatan dan kesejahteraan dalam keadaan sehat maupun sakit. Klien DM diharapkan mampu melakukan aktivitas *self-care* diabetes dengan konsisten setiap hari sehingga dapat tercapai kadar gula darah dalam batas normal dan meminimalisasi terjadinya komplikasi.

Perilaku *self-care* dapat terlaksana dengan baik jika klien memiliki kesadaran dan kemauan untuk menjalankan aktivitas *self-care*. Aktivitas *self-care* yang baik akan mencapai pemantauan kadar gula darah yang akurat sehingga dapat meminimalkan terjadi komplikasi dan kualitas hidup klien DM semakin meningkat.

Berdasarkan hal tersebut perlu adanya pendampingan untuk mengontrol aktifitas *self-care* klien DM. Hal ini sesuai

dengan hasil penelitian Ekawantini, Induniasih, Istianah dan Sarwo (2011) yang menyatakan bahwa model pendampingan berpengaruh terhadap terkontrolnya Diabetes Melitus pada penderita DM.

4. KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 51,9% responden memiliki *selfcare* tinggi dan 48,1% memiliki tingkat *self care* yang masih rendah.

5. SARAN

Diperlukan upaya serius dari perawat maupun petugas kesehatan lainnya agar mampu meningkatkan *self care* klien DM yang lebih optimal melalui pendidikan kesehatan maupun pelatihan bagi klien DM.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

- a. Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia (KEMENRISTEKDIKTI) atas hibah penelitian dosen pemula yang telah diberikan kepada peneliti.
- b. Direktur RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta atas kesempatan yang diberikan untuk melakukan penelitian.
- c. Rektor Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta atas dukungan yang telah diberikan untuk menyelesaikan penelitian ini.
- d. Ketua LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta atas kesempatan dan dukungan yang telah diberikan dalam menyelesaikan penelitian ini.
- e. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta atas dukungan yang telah diberikan untuk menyelesaikan penelitian ini.
- f. Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta atas dukungan yang telah diberikan untuk menyelesaikan penelitian ini.

REFERENSI

- Abraham, Mehammedsrage. 2011. *Self-Care in Type 2 Diabetes: A Systematic Literature Review on Factors Contributing to Self-Care among Type 2 Diabetes Mellitus Patients*. Tesis. Linnaeus University.
- Alligood, M.R. & Tomey, A.M. 2006. *Nursing theory : utilization & application*. 3th ed. Missouri : Mosby.
- American Diabetes Association (ADA). 2010. Diagnostic and Classification of Diabetes Mellitus. www.care.diabetesjournals.org diakses pada tanggal 22 Februari 2016.
- Bai, Y.L., Chiou, C.P., & Chang, Y.Y. 2009. Self-care behaviour and related factor ini older people with type 2 diabetes. *Journal of Clinical Nursing*, 18, 3308-3315.
- Black, J.M., & Hawk, J.H. 2009. *Medical-Surgical Nursing: Clinical Management for positive outcome*. 8th ed. Singapore : Saunders Elsevier.
- Damayanti, S. 2015. *Diabetes Mellitus dan Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Ekawantini, R. D., Induniasih, Istianah, U. & Sarwo, A. 2011. Pengaruh Model Pendampingan Terhadap Terkontrolnya Diabetus Melitus Pada Penderita DM Tipe II Di Wilayah Puskesmas Gamping II Sleman. *Tunas-Tunas Riset Kesehatan Volume 1 nomor 1, Desember 2011 ISSN: 2089-4686*.
- Hartini, S.K. 2009. *Panduan Lengkap untuk Diabetisi, Keluarga dan Profesional Medis*. Bandung : PT Mizan Pustaka.
- Hasdinah, H.R. 2012. *Mengenal Diabetes Mellitus pada Orang Dewasa dan Anak-Anak dengan Solusi Herbal*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Hidayah, M. (2019) Hubungan Perilaku Self-Manajemen Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. IAGIKMI & Universitas Airlangga
- Husnah, Zufry, H., Maisura. 2014. Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan pasien diabetes melitus dalam menjalani terapi di RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala Volume 14 Nomor 2 Agustus 2014*.
- IDF. 2014. IDF Diabetes Atlas, <http://www.idf.org> diakses pada tanggal 22 Februari 2016.
- IDF. 2011. One Adult In Ten Will Have Diabetes By 2030, <http://www.idf.org> diakses pada tanggal 22 Februari 2016.
- Irawan, D. 2010. Prevalensi dan Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Daerah Urban Indonesia (Analisa Data Sekunder Riskesdas 2007). *Thesis*. Universitas Indonesia.
- Kekenusa, J. S., Ratag, B. T., & Wuwungan, G. 2013. Analisis hubungan antara umur dan riwayat keluarga menderita DM dengan kejadian penyakit DM tipe 2 pada pasien rawat jalan di poliklinik penyakit dalam BLU RSUP Prof. Dr. R.D Kandou Manado. Diakses di <http://fkm.unsrat.ac.id> pada tanggal 22 April 2016.
- Kemendes RI. 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. Jakarta : Kemendes RI.
- Kemendes RI. 2014. *Buku Pintar Posbindu PTM seri 2: Penyakit Tidak Menular dan Faktor Resiko*. Jakarta : Kementerian Kesehatan.
- Kusniawati. 2011. *Analisis Faktor yang Berkontribusi Terhadap Self Care Diabetes pada Klien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD Tangerang*. Tesis. Tidak dipublikasikan. FIK.UI.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori & Aplikasi*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nwankwo, C.H., Nandy, B. & Nwankwo, B.O. 2010. Factor Influencing disease self-management among veterans with diabetes and poor glycemic control. *Society of General Internal Medicine*. 22. 442-446.
- PERKENI. 2015. *Konsesus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus*

- Tipe 2 di Indonesia*. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia.
- Rahmawati, A. (2018). Dukungan Informasi Kelurga Meningkatkan Self Care Klien DM Tipe 2 Di Ambarketawang Sleman Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*. Vol 5
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2013. *Kecenderungan Prevalensi DM Berdasarkan Wawancara pada Umur ≥ 15 tahun Menurut Provinsi 2007 dan 2013*.
- Xu Yin, Toobert, D., Savage, C., Pan, W., & Whitmer, K. 2008. Factor influencing diabetes self-management in Chinese people with type 2 diabetes. *Research ini Nursing & Health*, 31, 613-625.
- Yusra, A. 2011. *Hubungan anatara Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Poliklinik Penyakit Dalam RSU Pusat Fatmawati Jakarta*. Tesis. FIK UI.