

BAB I

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM) yang menjadi tantangan utama dalam sistem kesehatan global. Bersama dengan penyakit jantung, kanker, dan gangguan pernapasan kronis, DM dikategorikan sebagai salah satu dari empat besar penyakit kronis yang menimbulkan beban kesehatan masyarakat paling signifikan. Diabetes mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronik yang dicirikan dengan ketidakmampuan tubuh dalam melakukan pekerjaannya dan kelompok kelainan heterogen yang ditandai oleh hiperglikemia (Pebriani,dkk, 2024). DM tipe 2 adalah bentuk paling umum dari diabetes, yang ditandai dengan resistensi insulin dan gangguan sekresi insulin progresif. Terutama disebabkan oleh faktor gaya hidup seperti diet tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan obesitas, (Rizkia, 2022).

Menurut *International Diabetes Federation IDF Diabetes Atlas, (2024)* sebanyak 11,1% dari populasi dewasa dunia (usia 20–79 tahun), atau sekitar 537 juta orang, hidup dengan diabetes pada tahun 2024. Dari jumlah tersebut, lebih dari 90% merupakan kasus diabetes tipe 2, sehingga diperkirakan terdapat sekitar 483 juta orang dewasa penderita diabetes tipe 2 secara global. Sekitar 40% dari seluruh penderita diabetes tidak menyadari bahwa mereka mengidap kondisi ini, sehingga angka sebenarnya kemungkinan lebih tinggi. *IDF* juga memproyeksikan bahwa pada tahun 2050, jumlah penderita diabetes global akan meningkat menjadi 853 juta orang dewasa, dengan diabetes tipe 2 tetap mendominasi.

Survei Kesehatan Indonesia 2023 juga menunjukkan bahwa diabetes tipe 2 lebih banyak ditemukan dibandingkan tipe 1, dengan persentase diabetes tipe 2 pada kelompok usia produktif (18-59 tahun) sebesar 52,1% dan pada usia lanjut (≥ 60 tahun) sebesar 48,9% (Kemenkes RI 2024). Pada Tahun 2022 penderita DM di Jawa Tengah mencapai 163.751 kasus atau sekitar 15,6% dari penyakit tidak menular di Jawa Tengah. Dan pada Kabupaten Boyolali tahun 2021 memiliki prevalensi DM sebesar 2,03% dengan 14.135 (Dinkes Jateng, 2023)

Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) tidak hanya ditandai oleh gangguan metabolisme glukosa, tetapi juga berisiko tinggi menimbulkan berbagai komplikasi kronis yang dapat memperburuk kualitas hidup pasien. Komplikasi tersebut mencakup komplikasi mikroangiopati seperti nefropati diabetik, retinopati, dan neuropati perifer, serta komplikasi makroangiopati seperti penyakit jantung koroner, stroke, dan penyakit pembuluh darah perifer.

Penatalaksanaan DM tipe 2 melibatkan lima komponen utama, yaitu edukasi pasien, pengaturan diet, pemberian terapi farmakologis, latihan jasmani, serta pemantauan kadar glukosa darah secara berkala (Andasari, 2024). Kelima aspek ini harus dijalankan secara konsisten agar kadar gula darah dapat dikontrol dan komplikasi dapat dicegah. Kelima aspek ini harus dijalankan secara konsisten agar kadar gula darah dapat dikontrol dan komplikasi dapat dicegah. DMT2 tidak hanya berfokus pada penurunan kadar glukosa darah, tetapi juga pada pencegahan dan penanganan dini komplikasi yang menyertainya melalui pendekatan menyeluruh, termasuk intervensi nutrisi yang tepat seperti diet ketogenik, yang potensial dalam mengendalikan parameter metabolik penyebab utama komplikasi (Purwandari,dkk, 2022).

Salah satu strategi yang terbukti efektif adalah manajemen mandiri (*self-care management*). Pendekatan ini memungkinkan pasien untuk terlibat secara aktif dalam pengambilan keputusan yang berkaitan dengan manajemen penyakitnya, yang pada gilirannya meningkatkan kontrol terhadap kondisi kesehatannya sendiri. Pasien yang memahami cara mengelola penyakitnya akan lebih mampu mengambil keputusan sehari-hari yang tepat terkait kesehatannya, seperti kapan harus berolahraga, jenis makanan yang perlu dikonsumsi, dan kapan harus berkonsultasi ulang ke layanan kesehatan. Manajemen mandiri mendorong pasien untuk lebih bertanggung jawab terhadap kesehatannya melalui perubahan perilaku yang berkelanjutan, termasuk pengukuran glukosa darah secara mandiri, perencanaan diet, dan keteraturan minum obat (Nurlaily et al, 2022).

Ketidaktahuan keluarga dalam mengelola perawatan anggota yang menderita Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 sering kali menjadi kendala utama dalam pelaksanaan manajemen mandiri penyakit ini. Berdasarkan hasil penelitian Pebriani

et al., (2024), Penelitian ini menunjukkan bahwa *self-care management* diabetes memiliki pengaruh signifikan terhadap kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2). Dari 42 responden yang diteliti di RS Islam Siti Khadijah Palembang, mayoritas pasien memiliki tingkat manajemen diri yang cukup (66,7). Hasil penelitian menunjukkan bahwa program edukasi tersebut secara signifikan meningkatkan kemampuan *self-care* pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol. Rata-rata skor *self-care* meningkat dari 41,4 menjadi 49,1, atau sekitar 18,6% peningkatan dimensi-dimensi *self-care* yang mengalami peningkatan signifikan mencakup pengaturan pola makan, pengelolaan kadar gula darah, dan perawatan kaki, dengan peningkatan rata-rata masing-masing sebesar 34%, 98%, dan 77%. Hal ini menunjukkan bahwa materi edukasi yang terfokus dan pendekatan komunikasi interpersonal mampu memberikan pemahaman yang lebih baik kepada pasien terkait pentingnya manajemen diabetes secara mandiri (Misra & Nayeem, 2024).

Edukasi kesehatan yang diberikan secara sistematis kepada keluarga dan pasien terbukti menjadi strategi efektif untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan dalam merawat penderita DM. Melalui pendekatan asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi, serta pemberian edukasi berulang dalam waktu singkat, pengetahuan keluarga mengenai manajemen DM dapat meningkat secara signifikan. Hal ini menegaskan pentingnya peran edukasi kesehatan dalam mengatasi ketidaktahuan dan meningkatkan kemampuan manajemen mandiri penderita DM tipe 2 (Noviyani, 2023).

Pemberian edukasi menggunakan berbagai media seperti audio, visual, leaflet, ceramah dan salah satunya booklet, booklet merupakan metode efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai manajemen diabetes mellitus tipe 2. Booklet sebagai media cetak berisi informasi yang terstruktur, lengkap, dan mudah dipahami, dilengkapi dengan gambar serta desain menarik yang mampu menarik minat baca serta memudahkan pemahaman materi.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, penulis tertarik untuk menyusun media komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) dalam bentuk booklet dengan judul “Manajemen Mandiri Diabetes Mellitus Tipe 2”. Adapun tujuan luaran ini adalah sebagai media sumber informasi yang dapat diakses kapan saja yang menyampaikan materi tentang manajemen mandiri diabetes mellitus tipe 2. Adapun manfaat media bagi penderita DM tipe 2 yaitu sebagai panduan manajemen mandiri penyakit DM. Manfaat bagi layanan kesehatan, booklet mempermudah penyampaian edukasi secara konsisten dan sistematis, sehingga meningkatkan efektivitas intervensi kesehatan. Manfaat bagi institusi pendidikan, booklet dapat digunakan sebagai bahan ajar yang mendukung pembelajaran tentang penyakit kronis dan manajemen kesehatan. Sedangkan bagi penulis atau penyusun materi, booklet menjadi media yang fleksibel untuk menyampaikan pesan edukasi dengan bahasa yang sederhana dan visual yang menarik, sehingga informasi dapat tersampaikan dengan baik dan berdampak positif pada perilaku kesehatan target audiens.