



HUBUNGAN MANAJEMEN DITI TERHADAP KADAR GULA DARAH

Maisyura¹, Murniati², Abdul halim³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Darussalam
Lhokseumawe, Aceh ²Program Studi Profesi Ners, STIKes
Darussalam Lhokseumawe, Aceh ³Program Studi Ilmu Keperawatan,
STIKes Darussalam Lhokseumawe, Aceh
maysyura.1999@gmail.com¹ murniatimurni176@gmail.com² ;
abdoel.hayatun@gmail.com³

Abstract

Effective self-management in diabetic patients is important to improve the achievement of goals in the management of Diabetes Mellitus. Therefore, patient compliance is needed in carrying out diabetes self-management to improve the patient's quality of life against Diabetes Mellitus. The purpose of the study was to determine the relationship between self-management of people with diabetes and blood sugar levels in people with diabetes mellitus in Beurawang Village, Jeumpa District, Bireuen Regency. This type of analytic research is to test the hypothesis with a cross sectional approach. The research was carried out on June 07 to June 12, 2019. The population in this study were DM patients, both male and female in Beurawang Village, Jeumpa Bireuen District. The sample in this study was 40 people using the total population technique. Collecting data by distributing questionnaires. Data processing method with editing, coding, transferring and tabulating steps. Based on the results of univariate analysis, self-management in type II DM patients was in the good category (57.5%) and blood sugar levels in type II DM patients were in the controlled category (62.5%). The results of the bivariate analysis obtained p value $0.006 < 0.05$, so it was concluded that there was a relationship between self-management and blood sugar levels in type II DM patients in Beurawang Village, Jeumpa District, Bireuen Regency. It is hoped that families and the community will be more enthusiastic and motivated to carry out self-management activities in Diabetes Mellitus and it is hoped that educational institutions will add information for students in the field of Community Nursing and Medical Surgical Nursing as well as additional references.

Keywords: Hypercholesterolemia, cupping therapy, non-pharmacology

Abstrak

Manajemen diri yang efektif pada pasien diabetes merupakan hal yang penting untuk meningkatkan pencapaian tujuan dalam penatalaksanaan Diabetes Mellitus. Oleh karena itu, diperlukan kepatuhan pasien dalam menjalankan manajemen diri diabetes untuk meningkatkan kualitas hidup pasien terhadap penyakit Diabetes Mellitus. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan manajemen diri penderita Diabetes dengan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus di Desa Beurawang Kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen. Jenis penelitian analitik untuk menguji hipotesis dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian telah dilaksanakan pada tanggal 07 Juni sampai dengan 12 Juni 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita DM baik pria maupun wanita di Desa Beurawang Kecamatan Jeumpa Bireuen. Sampel dalam penelitian ini adalah 40 orang dengan menggunakan teknik *total populasi*. Pengumpulan data dengan menyebarkan kuesioner. Metode pengolahan data dengan langkah *editing, coding, transferring* dan *tabulating*. Berdasarkan hasil analisis univariat manajemen diri pada pasien DM tipe II berada pada kategori baik (57.5%) dan kadar gula darah pada pasien DM tipe II berada pada kategori terkontrol (62.5%). Hasil analisis bivariat didapatkan p value $0.006 < 0.05$, jadi disimpulkan bahwa ada hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah pada pasien DM tipe II di Desa Beurawang Kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen. Diharapkan keluarga maupun masyarakat lebih antusias dan memotivasi diri untuk melakukan kegiatan manajemen diri pada Diabetes Mellitus dan diharapkan kepada Institusi Pendidikan agar menambah informasi untuk mahasiswa/i di bidang Keperawatan Komunitas maupun Keperawatan Medikal Bedah serta sebagai referensi tambahan.

Kata Kunci: Hiperkolesterolemia, terapi bekam, nonfarmakologi

PENDAHULUAN

Globalisasi pada zaman modern ini mempunyai dampak dalam kehidupan manusia, salah satunya adalah perubahan perilaku dan gaya hidup masyarakat. Perubahan tersebut memiliki dampak tersendiri terhadap kesehatan, termasuk peningkatan resiko penyakit degeneratif, salah satunya adalah Diabetes Mellitus (Darliana 2011 dalam fitroh, 2020). Diabetes Mellitus merupakan salah satu penyakit tidak menular dan bersifat genetik, namun dapat dicegah dengan perilaku gaya hidup yang sehat. Kebanyakan orang

mengetahui bahwa penyakit diabetes ini dapat dicegah tetapi kenyataannya yang terjadi sekarang mereka tidak peduli sehingga menyebabkan penderita Diabetes Mellitus semakin meningkat, ini dikarenakan perilaku gaya hidup yang tidak sehat seperti perubahan pola makan tradisional yang mengandung karbohidrat dan serat dari sayuran ke pola makan kebarat-baratan dengan komposisi makanan yang terlalu banyak mengandung protein, lemak, gula, garam dan sedikit serat (Mukrawati, 2017).

Diabetes Mellitus termasuk dalam salah satu

penyakit dari empat prioritas penyakit tidak menular didunia serta dapat mengakibatkan kebutaan, serangan jantung, stroke, gagal ginjal dan amputasi kaki. Pada tahun 2013 pengobatan Diabetes Mellitus menjadi salah satu pengeluaran kesehatan terbesar di dunia dan pada tahun 2012 diabetes merupakan penyebab kematian ke delapan di dunia (*World Health Organization*, 2016).

Data Diabetes tidak hanya menyebabkan kematian *premature* diseluruh dunia. Penyakit ini juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung dan gagal ginjal. Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevelensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevelensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki-laki. Prevelensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 576 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045. Pada tahun 2011 kemudian didapatkan data mengenai 10 negara dengan prevalensi diabetes mellitus terbesar,

diantaranya: Cina, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, Meksiko, Indonesia, Jerman, Mesir dan Bangladesh (*Internasional Diabetes Federation*, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar menyebutkan bahwa prevalensi orang dengan Diabetes Mellitus di Indonesia terus meningkat dari tahun 2007 sebesar 0,7% berdasarkan hasil diagnosis dokter/tenaga kesehatan, pada tahun 2013 sebesar 1,5% berdasarkan hasil diagnosis dokter/tenaga kesehatan dan pada tahun 2018 sebesar 2% berdasarkan hasil diagnosis dokter/tenaga kesehatan (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berdasarkan hasil surveilans terpadu penyakit berbasis Puskesmas (kasus baru) di 23 Kabupaten/Kota di Provinsi Aceh tahun 2014 jumlah penderita diabetes sebanyak 48.480 orang, penyakit DM menduduki ranking kedua dari 10 penyakit berbasis Puskesmas, kemudian pada tahun 2015 terjadinya penurunan jumlah penderita diabetes yaitu 24.660 orang, dan pada tahun 2016 terjadinya peningkatan jumlah penderita diabetes sebanyak 30.555 orang (Dinas Kesehatan Aceh, 2016). Hasil Riset Kesehatan Dasar menyebutkan bahwa prevalensi DM di Aceh terus mengalami peningkatan dari tahun 2007 sebesar 1%, tahun 2013 sebesar 1,8%, dan tahun 2018 sebesar

2,4% (Kemenkes RI, 2018).

Beberapa masalah yang dapat timbul pada pasien Diabetes Mellitus ini dapat di kendalikan apabila pasien dapat menerapkan perilaku manajemen diri (*self-management*) pada penyakitnya. *Self management* diabetes dapat mencerminkan perilaku pasien secara sadar serta keinginan dari diri sendiri untuk mengendalikan penyakit Diabetes Mellitus (Hidayah, 2019).

Menurut Sugiyama dkk (2015) manajemen diri merupakan suatu aktifitas yang dilakukan individu dalam melakukan suatu tindakan berdasarkan keinginannya dengan tujuan mengelola penyakit yang diderita. Sedangkan menurut Huang dkk (2014) aspek yang termasuk di dalam manajemen diri meliputi aktivitas pengaturan pola makan (diet), aktivitas fisik, pemantauan kadar gula darah, kepatuhan minum obat, dan perawatan kaki.

Penulis disini ingin mengetahui bagaimana manajemen diri yang diterapkan oleh penderita Diabetes Mellitus, mengingat bahwa masyarakat lebih sulit dalam mengontrol makanan, rajin berolahraga serta cek up kadar gula darah masih sulit dilakukan oleh masyarakat, sehingga penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah di Desa Beurawang Kecamatan Jeumpa kabupaten Bireuen”

METODE PENELITIAN

A. Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional* yaitu suatu metode untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor resiko dengan efek. Desain penelitian ini akan menjelaskan hubungan antara manajemen diri diabetes dengan kadar gula darah penderita Diabetes Melitus.

B. Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah penderita DM baik pria maupun wanita di Desa Beurawang Kecamatan Jeumpa Bireuen yang berjumlah 40 orang. Teknik pengambilan sampel adalah total populasi.

C. Instrumen penelitian

Alat pengumpulan data dalam penelitian ini adalah lembar questioner yang terdiri dari inisial nama, jenis kelamin, pekerjaan, dan kadar gula darah. Pengukuran kadar gula darah menggunakan alat ukur gula darah.

D. Prosedur

Pengumpulan dilakukan di Desa Beurawang kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen. Penelitian dimulai dengan meminta surat izin penelitian dari kampus STikes Darussalam lhokseumawe yang diajukan kepada Geuchik Desa Beurawang

kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen yang kemudian disetujui untuk melakukan penelitian. Penelitian dilakukan selama 7 hari, hari pertama peneliti mendapat 6 responden, hari kedua peneliti mendapat 6 responden, hari ketiga peneliti mendapat 6 responden, hari keempat peneliti mendapat 5 responden, hari kelima peneliti mendapat 6 responden, hari keenam peneliti mendapat 5 responden, hari ketujuh peneliti mendapat 6 responden

E. Analisa Data

Untuk menguji hipotesa melalui uji *Chi square* dengan bantuan komputerisasi menggunakan program SPSS 17.0 versi untuk menunjukkan hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah.

Tabel 1 menunjukkan hasil distribusi frekuensi karakteristik responden didapatkan bahwa mayoritasnya berada pada umur 50-70 tahun yang berjumlah sebanyak 21 responden (52.5%). Pendidikan responden mayoritasnya berada pada pendidikan SMA yang berjumlah sebanyak 17 responden (42.5%). Pekerjaan responden mayoritasnya berada pada tani yang berjumlah sebanyak 19 responden (47.5%). Jenis kelamin responden mayoritasnya berada pada jenis kelamin laki-laki yang berjumlah sebanyak 22 responden (55.0%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

HASIL

A. Karakteristik Responden

No	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persen (%)
1	Umur		
	a. <50 tahun	15	37.5
	b. 50-70 tahun	21	72.5
	c. >70 tahun	4	10.0
2	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	22	55.0
	b. Perempuan	18	45.0
3	Pendidikan		
	a. SD	5	12.5
	b. SMP	11	27.5
	c. SMA	17	42.5
	d. Perguruan tinggi	7	17.5
4	Pekerjaan		
	a. PNS	7	17.5
	b. Wiraswasta	14	35.0
	c. Tani	19	47.5

Tabel 2 . Distribusi Frekuensi Manajemen Diri di
Desa Beurawang Kecamatan Jeumpa Kabupaten

Bireuen

No	Manajemen Diri	Kadar Gula Darah				Total		α	p value
		Terkontrol		Tidak Terkontrol					
		f	%	f	%	f	%		
1	Baik	18	47.5	4	10.0	23	57.5	0.05	0.006
2	Kurang	6	15.0	1	27.5	17	42.5		
Total		24	62.5	5	37.5	29	100		

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa pada variabel manajemen diri mayoritas berada pada kategori baik dengan yaitu sebanyak 23 responden (57.5%). Sedangkan pada variabel kadar gula darah mayoritas berada pada kategori terkontrol yaitu sebanyak 25 responden (65.5%) Selanjutnya diperoleh hasil analisa statistik menggunakan *chi-square* dari 40 responden. Didapatkan bahwa p value $0.006 < 0.05$, hal ini menunjukkan bahwa p value lebih kecil dari nilai signifikan, jadi disimpulkan bahwa ada hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah pada penderita DM di Desa Beurawang Kecamatan Jeumpa Kabupaten Bireuen.

B. Pembahasan

Manajemen diri penderita diabetes mellitus pada kategori baik dengan yaitu sebanyak 23 responden (57.5%). Sedangkan kadar gula darah mayoritas berada pada kategori terkontrol yaitu sebanyak 25 responden (65.5%).

Hal ini sejalan dengan penelitian ini penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2019) dengan judul hubungan perilaku *Self-Manajemen* dengan kadar

gula darah pada pasien Diabetes Mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya. Hasil penelitian didapat bahwa sebagian responden memiliki tingkat *Self Management* baik (59,5%). Beberapa aspek seperti pengaturan pola makan, kepatuhan konsumsi obat, sebagian responden termasuk katagori baik, namun pada aspek aktivitas fisik/olah raga, perawatan diri/kaki dan monitoring gula darah masih dalam kategori kurang. Selain itu sebagian responden memiliki kadar gula darah yang terkontrol (50,6%).

Menurut Kusniawati (2011) manajemen diri diabetes merupakan program atau tindakan yang harus dijalankan sepanjang kehidupan dan menjadi tanggung jawab penuh bagi setiap pasien diabetes. *Self management* diabetes adalah tindakan yang dilakukan perorangan untuk mengontrol diabetes meliputi tindakan pengobatan dan pencegahan komplikasi (Amerta, 2019). Manajemen diri diabetes adalah tindakan yang dilakukan seorang pasien dalam mengontrol penyakit, yang meliputi tindakan pengobatan dan mencegah komplikasi (Medical dictionary, 2017).

Kadar gula darah adalah terjadinya suatu peningkatan setelah makan dan mengalami penurunan di waktu pagi hari bangun tidur. Bila seseorang dikatakan mengalami *hyperglycemia* apabila keadaan kadar gula dalam darah jauh diatas nilai normal, sedangkan *hypoglycemia* suatu keadaan kondisi dimana seseorang mengalami penurunan nilai gula dalam

darah dibawah normal (Rudi 2013).

Rutin melakukan pemantauan kadar gula darah merupakan salah satu upaya pencegahan yang dapat dilakukan oleh pasien Diabetes Mellitus. Melakukan pemantauan kadar gula darah yang teratur dapat mencegah munculnya komplikasi baik mikrovaskular maupun makrovaskular. Selain itu, dengan melakukan pemantauan kadar gula darah secara teratur akan dapat menunjukkan keberhasilan pelaksanaan diet, olah raga, obat dan usaha menurunkan berat badan yang dilakukan oleh pasien Diabetes Mellitus (kuniawan, 2010).

Menurut asumsi peneliti penyakit diabetes melitus merupakan masalah kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian dan penanganan yang baik, mengingat prevalensinya yang tinggi dan meningkat, dapat menimbulkan komplikasi yang cukup berat ditambah besarnya biaya yang diperlukan dalam penanganan penderita. Dengan mengetahui manajemen diri yang baik pada penderita Diabetes Mellitus akan lebih mudah dalam pengendalian faktor risiko yang ditimbulkan seperti pengaturan pola makan, latihan fisik, minum obat

secara teratur dan melakukan monitoring gula darah mandiri.

KESIMPULAN

Kadar gula darah masyarakat yang menderita DM di desa Beurawang dalam keadaan terkontrol dan menerapkan manajemen diri dengan baik. Rekomendasi : diperlukan penelitian lebih lanjut dengan metode yang berbeda atau jumlah sampel yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

Mukrawati. 2017. *Gambaran Perilaku Keluarga dalam Upaya Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus*. Diakses dari <http://etd.unsyiah.ac.id/baca/index.php?id=S145&page=1>.

World Health Organization. 2016. *Global Report on Diabetes*. WHO Journal: 978- 88.

Internasional Diabetes Federation. (2019). *IDF DIABETES ATLAS (9th ed)*. BELGIUM: *International Diabetes Federation*. Retrieved from <https://www.diabetesatlas.org/en/resources/>

Kementrian Kesehatan RI. 2014. *Waspada diabetes; eat well, life well*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

Hidayah, Milda. 2019. *Hubungan Perilaku Self- Manajemen Dengan Kadar Gula darah Pada Pasien Diabetes*

Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. 176-182

Huang M, Zhao R, Li S. dan Jiang X. 2014. *Self-management behavior in patients with type 2 diabetes: A cross-sectional survey in western urban China.* PLoS ONE. 9(4).

Sugiyama T, Steers WN, Wenger NS, Duru OK. and Mangione CM. 2015. Effect of a community-based diabetes self-management empowerment program on mental health-related quality of life: a causal mediation analysis from a randomized controlled trial. *BMC health services research.*15: 115.

Kusniawati. 2011. *Self care diabetes pada klien diabetes melitus tipe 2 di rumah sakit umum Tangerang.* Jakarta: Universitas Indonesia.

Kurniawan I. 2010. *Diabetes melitus tipe 2 pada usia lanjut.* *Public Health:* 576–84.