

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) membunuh 41 juta orang setiap tahun mulai tahun 2023, yang meliputi penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernapasan, serta diabetes melitus (DM) menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2023. *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa di Indonesia jumlah penyandang DM diperkirakan akan mencapai 28,57 juta pada tahun 2045. Prevalensi terdiagnosis DM di Indonesia dari usia 0-75 tahun keatas adalah 1,7% serta Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) menduduki peringkat kedua tertinggi sebagai provinsi dengan prevalensi DM yang didiagnosis oleh dokter di Indonesia tahun 2023, sebesar 2,9% (SKI, 2023). Menurut koordinator PTM Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman mengatakan jika data Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman pada Triwulan III tahun 2024 terdapat 5 puskesmas terendah yang mendapatkan pelayan kesehatan sesuai standar yaitu yang pertama Puskesmas Godean II dengan 36,01%, Puskesmas Tempel 2 54,88%, Puskesmas Minggir 59,15%, Puskesmas Mlati II 59,96%, dan Puskesmas Gamping II 60,63%.

Menurut WHO, DM adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah. Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini bisa merusak organ penting seperti jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf seiring waktu. DM tipe 2, yang

paling sering terjadi pada orang dewasa, terjadi ketika tubuh tidak mampu memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup. Penanganan DM mencakup pola makan teratur, rutin berolahraga, menjaga kesehatan kaki, penggunaan obat-obatan, serta pemantauan kadar gula darah secara berkala (Subramanian *et al.*, 2020). DM apabila tidak ditangani dengan baik, akan berisiko mengalami berbagai komplikasi, seperti hiperglikemia, yang dalam kondisi parah dapat berujung pada kematian (Susanti & Bistara, 2023). Menjaga kesehatan bagi penderita diabetes dapat dilakukan dengan menstabilkan kadar gula darah melalui penerapan strategi manajemen perawatan diri yang efektif (Ayunda *et al.*, 2023).

Memberikan edukasi kepada penderita DM tipe 2 sangat penting untuk mendukung manajemen penyakit yang efektif, sekaligus meningkatkan pengetahuan dan kemampuan mereka dalam merawat diri sendiri, yang dikenal dengan istilah *Self Care Management* (Susanti & Bistara, 2023). *Self Care Management* berperan dalam mengoptimalkan kontrol metabolik, mencegah terjadinya komplikasi baik yang bersifat akut maupun kronis, serta meningkatkan kualitas hidup penderita. Hal ini dicapai dengan memengaruhi perilaku penyandang DM dan mendorong perubahan positif dalam pengetahuan, sikap, serta kebiasaan sehari-hari mereka. (Fahardianto & Rosyid, 2023). Meskipun terapi medis yang efektif semakin mudah diakses, masih sedikit penderita DM yang mencapai target pengobatan. Faktor-faktor terkadang termasuk keterbatasan akses terhadap layanan spesialis dan model perawatan pelayanan kesehatan yang sudah

kadaluwarsa dan tidak lagi sesuai dengan keadaan saat ini (Muntamah & Wulansari, 2021).

Teknologi bisa memberikan dukungan signifikan bagi penderita diabetes yang merawat diri mereka sendiri. Lebih dari 98% populasi Indonesia memiliki ponsel yang memungkinkan untuk mengakses internet dan mengunduh aplikasi. Oleh karena itu, manajemen diabetes menggunakan teknologi digital dapat menjadi lebih aman dan terjangkau (Muntamah & Wulansari, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Muntamah (2021) mengatakan bahwa *Diabetes Self Care Management* berbasis teknologi terbukti memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan tentang diabetes serta keterampilan dalam mengelola perawatan, sehingga kadar glukosa darah dapat lebih terkontrol.

Salah satu bentuk intervensi teknologi yang mulai diterapkan dalam praktik medis adalah *message reminder*, yang berfungsi untuk mengingatkan penderita agar tetap patuh terhadap pengobatan, mengidentifikasi mereka yang tidak patuh beserta alasan di baliknya, serta memberikan panduan atau arahan yang sesuai dengan kondisi masing-masing individu. (Belete *et al.*, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Nurhasanah (2022) menyebutkan bahwa ada perubahan tingkat kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 setelah mereka menerima edukasi lewat WhatsApp. Aplikasi ini punya banyak kelebihan, seperti gratis digunakan, bisa mengirim pesan teks, gambar, video, audio, maupun pesan suara dengan mudah. WhatsApp juga memungkinkan komunikasi dalam

grup yang beranggotakan lebih dari 50 orang, dan penggunaan datanya lebih hemat dibandingkan aplikasi sejenis. Oleh karena itu, WhatsApp menjadi pilihan yang praktis dan efektif sebagai media edukasi kesehatan. (Nurhasanah *et al.*, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Mlati II ditemukan bahwa pada bulan Januari-September 2024 terdapat 347 orang dengan penyandang DM tipe 2 dan yang berumur 20-55 tahun berjumlah 137 orang. Kegiatan senam prolanis di Puskesmas Mlati II dilaksanakan setiap hari sabtu yang rata-rata dihadiri oleh 20 orang. Hal tersebut beresiko pada ketidakstabilan kadar glukosa darah penyandang karena kurangnya minat untuk beraktivitas, Puskesmas Mlati II sendiri juga belum ada program setiap hari untuk mengingatkan penyandang DM melakukan gaya hidup yang sehat. Berdasarkan latar belakang dan fenomena tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh edukasi melalui *message reminder* terhadap *diabetes self management score* pada penyandang DM tipe 2.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh edukasi melalui *message reminder* terhadap *diabetes self management score* pada penyandang DM tipe 2?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuainya pengaruh edukasi melalui *message reminder* untuk monitoring *diabetes self management score* pada penyandang DM tipe 2.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik penyandang DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Mlati II.
- b. Diketuainya sebelum dan sesudah *diabetes self management score* pada penyandang DM tipe 2 yang melaksanakan program prolans dan dengan *message reminder*.
- c. Diketuainya sebelum dan sesudah *diabetes self management score* pada kelompok kontrol yang hanya melaksanakan program prolans.
- d. Diketuainya perbedaan hasil *diabetes self management score* antara kelompok intervensi dengan *message reminder* serta kelompok kontrol yang hanya melaksanakan program prolans.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian adalah ilmu keperawatan untuk melihat adanya pengaruh edukasi melalui *message reminder* untuk memonitor *diabetes self management score*.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi kemajuan bidang ilmu keperawatan terutama tentang pengaruh edukasi melalui

message reminder terhadap *diabetes self management score* pada penyandang DM tipe 2.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penyandang DM Tipe 2 di Puskesmas Mlati II

Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan serta motivasi untuk melakukan perawatan DM secara mandiri.

b. Bagi Puskesmas Mlati II

Diharapkan dapat menjadi pedoman serta acuan bagi sumber daya kesehatan dalam pelayanan keperawatan.

c. Bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi untuk penelitian di masa yang akan datang dan sebagai sarana pembelajaran untuk memajukan ilmu pengetahuan.

F. Keaslian Penelitian

1. Penelitian Belete (2023) dengan judul "*What is the effect of mobile phone text message reminders on medication adherence among adult type 2 DM patients: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials*". Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana pengaruh pengingat melalui pesan teks di ponsel terhadap kepatuhan pasien dalam menjalankan self-care management, khususnya dalam kepatuhan minum obat. Model *random effects* digunakan untuk

menghitung ukuran efek gabungan dari berbagai studi. Selain itu, analisis subkelompok dilakukan untuk mengidentifikasi kemungkinan sumber perbedaan hasil antar studi. Seluruh kekuatan dan keandalan bukti yang diperoleh dievaluasi menggunakan pendekatan penilaian, pengembangan, dan evaluasi rekomendasi.

Persamaan penelitian ini terletak pada penggunaan pengingat melalui pesan teks di ponsel untuk memengaruhi kontrol metabolik pada penderita DM. Namun, perbedaannya ada pada fokus tujuan; penelitian ini menitikberatkan pada kepatuhan minum obat, sementara penelitian Anda bertujuan mengontrol pola hidup melalui edukasi tentang 5 pilar diabetes. Selain itu, media yang digunakan dalam penelitian juga berbed.

2. Penelitian Susanti (2023) dengan judul “*Influence Self Monitoring Blood Glucose (SMBG) and Diabetes Self Management Education (DSME) on the Stability of Blood Glucose Levels*”. Penelitian ini berkontribusi untuk mengevaluasi cara *Self Monitoring Blood Glucose (SMBG)* dan *Diabetes Self Care Management Education (DSME)* untuk mempengaruhi stabilitas kadar glukosa darah.

Persamaan penelitian adalah memiliki tujuan yang sama yaitu untuk mengatur *self management* dalam menstabilkan kadar glukosa darah. Perbedaan penelitian adalah intervensi yang digunakan yaitu menggunakan buku panduan DSME.

3. Penelitian Represas-Carrera (2021) dengan judul "*Effectiveness of mobile applications in diabetic patients' healthy lifestyles: A review of systematic reviews*". Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi aplikasi mobile yang dirancang untuk membantu orang dewasa dengan diabetes mengelola gaya hidup mereka agar metabolisme tetap terkontrol. Selain itu, penelitian ini juga menjelaskan fitur-fitur aplikasi yang digunakan, mengidentifikasi aspek gaya hidup sehat yang menjadi fokus, serta membahas efek samping yang mungkin muncul.

Persamaan penelitian ini terletak pada tujuan utama, yaitu mengatur self-management untuk menstabilkan kadar gula darah. Sedangkan perbedaannya terletak pada jenis intervensi yang digunakan, di mana penelitian ini memanfaatkan aplikasi khusus yang dirancang untuk mengelola diet dan aktivitas fisik. Selain itu, jenis penelitian dan media yang digunakan juga berbeda.

4. Penelitian Subramanian (2020) dengan judul "*Effectiveness of nurse-led intervention on self-management, self-efficacy and blood glucose level among patients with Type 2 DM*". Penelitian ini mengevaluasi efektivitas intervensi yang dipimpin oleh perawat dalam mengelola kadar gula darah dan kemampuan manajemen mandiri pada penderita DM tipe 2. Kelompok kontrol dalam penelitian ini tidak mendapatkan intervensi dari perawat, melainkan hanya diberikan edukasi melalui video yang menjelaskan tentang kondisi penyakit, termasuk diet, pengobatan, latihan tangan dan kaki, serta manajemen perawatan di

rumah. Setelah 15 hari, kedua kelompok menjalani posttest untuk mengukur hasil intervensi.

Persamaan penelitian ini adalah sama-sama bertujuan mengatur *self-management* untuk menstabilkan kadar gula darah. Perbedaannya terletak pada jenis intervensi yang diberikan; penelitian ini menggunakan video edukasi selama 30 menit yang membahas berbagai aspek penyakit dan perawatan mandiri.

5. Penelitian Ayunda (2023) dengan judul “Hubungan *Self Care Management* Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Penyandang DM”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self care management* dengan kadar gula darah pada penderita diabetes. Sampel minimal yang digunakan adalah 30 responden. Dari 10 artikel yang dianalisis, ditemukan bahwa *self care management* berhubungan signifikan dengan kadar glukosa darah ($p\text{-value} < 0,05$). Artinya, semakin baik *self care management* yang dijalankan oleh penderita, semakin stabil pula kadar gula darah mereka. Persamaan penelitian ini terletak pada tujuan yang sama, yaitu mengatur *self-management* untuk menstabilkan kadar glukosa darah. Namun, perbedaannya adalah penelitian ini tidak menggunakan media teknologi sebagai sarana *self care management*, serta memiliki jenis penelitian yang berbeda.