



TINGKAT *SELF CARE* DAN KEPATUHAN PASIEN RAWAT JALAN DIABETES MELLITUS TIPE II DI PUSKESMAS SENTOSA BARU KOTA MEDAN

SELF CARE LEVEL AND THE COMPLIANCE OF TYPE II DIEBETES MELLITUS OUTPATIENTS AT SENTOSA BARU HEALTH CENTER MEDAN

Arisma Rini^{*}, Afriadi², Dwi Setio Purnomo³

¹Mahasiswa Farmasi Fakultas Farmasi dan Kesehatan Umum, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

^{2,3}Dosen Farmasi Fakultas Farmasi dan Kesehatan Umum, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes Melitus merupakan penyakit kelainan metabolik dikarakteristikan dengan hiperglikemia serta kelainan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein diakibatkan oleh kelainan sekresi insulin. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara penerapan diet, aktivitas fisik dan terapi obat terhadap status kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II dan mengetahui tingkat *self care* dan kepatuhan pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe II. **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian survei bersifat deskriptif dengan analisa univariat dan bivariat. **Hasil:** Berdasarkan hasil analisis data jawaban kuisioner dan data status KGD responden pada *medical record* PRB yang diamati selama 3 bulan (Februari, Maret dan April) diperoleh bahwa sebanyak 95,66% pasien DM Tipe II patuh untuk mendapatkan obat 1 bulan dalam pelayanan PRB, dengan 54,35% pasien DM Tipe II memiliki status KGD sedang dan rata-rata tingkat *self care* pasien DM Tipe II di Puskesmas Sentosa Baru sebanyak 52,89% yang termasuk dalam kategori sedang. **Kesimpulan:** Kesimpulan penelitian ini yaitu ada hubungan antara penerapan jumlah makanan, jenis makanan, jadwal makan (diet), aktivitas fisik dan patuhnya pasien dalam meminum obat sesuai dosis terapi yang dianjurkan dokter terhadap status KGD pasien. Sebanyak 68 % pasien dengan status KGD Buruk sebelum penelitian pada bulan Januari menurun menjadi 33 % pasien dengan status KGD Buruk setelah 3 bulan dilaksanakan penelitian pada bulan April.

Kata Kunci : Diabetes, *Self Care*, Kepatuhan, Puskesmas

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is a metabolic disorder characterized by hyperglycemia and abnormal metabolism of carbohydrates, fats and proteins caused by abnormalities in insulin secretion. **Objectives:** The purpose of this study to determine the relationship between the application of diet, physical activity and drug therapy to the status of blood sugar levels in patients with type II diabetes mellitus and to determine the level of self-caredness and adherence to type II diabetes mellitus outpatients. **Method:** Research is a descriptive survey research with univariate and bivariate analysis. **Result:** Based on the analysis of questionnaire data and KGD status data of respondents at the DRR medical record observed for 3 months (February, March and April) it was found that 95.66% of Type II DM patients were obedient to get 1 month drug in DRR services, with 54, 35% of DM Type II patients have moderate KGD status and the average level of self-care of Type II DM outpatients at Sentosa Baru Health Center was 52.89% which was included in the moderate category. **Conclusion:** There is a relationship between the application of food quantity, type of food, meal schedule (diet), physical activity and patient compliance in taking medication according to the therapeutic dose recommended by the doctor to the patient's KGD status as many as 68% of patients with poor KGD status before the study in January decreased to 33% of patients with poor KGD status after 3 months of research conducted in April.

Keywords: Diabetes, *Self Care*, Compliance, Health Center

Alamat Korespondensi :

Arisma Rini : Institut Kesehatan Helvetia, Jl. Aksara Gg. Lingkungan No. 151 AA Kec. Medan Tembung, Kota Medan, Sumatera Utara, Indonesia, 20224. Hp.08137620555. Email : rin_edward@yahoo.com.

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) atau yang lebih dikenal dengan penyakit kencing manis merupakan penyakit kelainan metabolik yang dikarakteristikan dengan hiperglikemia (glukosa darah terlampaui meningkat) serta kelainan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein yang diakibatkan oleh kelainan sekresi insulin, maupun keduanya (1). Diabetes melitus dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak disadari oleh penderitanya dan saat diketahui sudah terjadi komplikasi. Hal ini berkaitan dengan kadar gula darah yang tinggi terus menerus dan pengelolaan yang tidak baik dalam mencegah komplikasi (2).

Menurut *American Diabetes Association*, diabetes melitus diklasifikasikan menjadi 4 jenis yaitu DM tipe I, DM tipe II, DM tipe lain dan DM gestasional. Dari berbagai tipe DM yang ada, DM tipe II merupakan jenis yang paling banyak ditemukan kasusnya dari 90-95% kasus DM yang terdiagnosis secara keseluruhan (3). Umumnya penderita DM tipe II mempunyai latar belakang kelainan berupa resistensi insulin yang disusul

kelelahan sel β pankreas dan ditandai dengan kadar gula darah yang (4).

Dalam penanggulangan diabetes, obat hanya merupakan pelengkap dari diet. (6). Antidiabetika oral umumnya baru diberikan bila diet (selama minimal 3 bulan), aktivitas fisik dan upaya penurunan berat badan tidak cukup menurunkan kadar gula darah yang tinggi. (7).

Self care menggambarkan perilaku individu yang dilakukan secara sadar, bersifat *universal*, dan terbatas pada diri sendiri. Tujuan *self care* diabetes adalah untuk mencapai pengontrolan gula darah secara optimal serta mencegah terjadinya komplikasi. Karena *self care* memiliki peranan penting dalam meningkatkan kualitas kesehatan dan kesejahteraan pasien (5).

Berdasarkan data laporan Penyakit Tidak Menular Dinas Kesehatan Kota Medan Tahun 2017, jumlah pasien diabetes melitus yaitu 20.103 jiwa penduduk dan 1170 jiwa penduduk merupakan pasien DM penderita baru. Untuk data laporan Penyakit Tidak Menular Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan Tahun 2017 yaitu terdapat 559 orang penderita diabetes melitus dan 105

penduduk merupakan pasien DM penderita baru.

METODE

Desain dan Jenis Penelitian

Rancangan penelitian menggunakan metode observasi dan analisis data secara Univariat dan Bivariat.

Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan, yang beralamat di Jl. Sentosa Baru No. 22 Kelurahan Sei Kera Hilir Kecamatan Medan Perjuangan Provinsi Sumatera Utara Kota Medan.

Waktu Penelitian

Penelitian telah dilaksanakan pada bulan Februari sampai dengan April 2018 di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan.

Populasi

Populasi yang digunakan adalah jumlah total pasien diabetes melitus tipe II rawat jalan Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan pada bulan Januari 2017 s/d Juni 2017 yang berjumlah 448 pasien.

Sampel

Untuk menghitung sampel atau responden yang digunakan dapat

menggunakan rumus Slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N1}{1 + N2.e^2}$$

$$n = \frac{253}{1 + 448 \times (0,1)^2}$$

$n = 46,16 \rightarrow$ dibulatkan menjadi 46 pasien

Keterangan :

N = Jumlah sampel

N1 = Jumlah rata-rata pasien dm tipe II yang berkunjung tiap bulan

N2 = Jumlah populasi

e = Batas toleransi kesalahan (eror toleransi) 10% (8).

Data primer

Data Primer dikumpulkan dengan melakukan wawancara secara langsung menggunakan pedoman wawancara (*questioner*) tentang tingkat *self care* pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan (3).

Data Sekunder

Data sekunder diperoleh dari Buku *Medical Record* PRB (Program Rujuk Balik) Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan (3)

Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner SDSCA (*Summary Diabetes Self Care Activities*). Terdapat 4 item pertanyaan pada kuesioner meliputi aktivitas diet, olahraga, pengukuran kadar gula darah, terapi.

Analisa Data

Analisa data yang diunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat untuk mendeskripsikan setiap variabel yang akan diteliti. Analisis bivariat untuk melihat hubungan bermakna dan mempengaruhi antara variabel dependen dan variabel independen (9).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian analisis univariat responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah pasien Diabetes Mellitus tipe II Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan yang berjumlah 46 orang. Data hasil penelitian yang diperoleh berupa karakteristik responden dari hasil jawaban kuisioner dan buku *medical record* PRB dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan Dan Pekerjaan di UPT Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan

No	Jenis kelamin	n	%
1	Laki-laki usia 45-59 Tahun	5	10,87
2	Laki-laki usia > 60 Tahun	12	26,09
3	Perempuan usia 45-59 Tahun	10	21,74
4	Perempuan usia > 60 Tahun	19	41,30
	Jumlah	46	100
No	Pendidikan	n	%
1	SMP	6	13,04
2	SMA	18	39,13

3	Diploma / DIII	6	13,04
4	Sarjana / S1	16	34,79
	Jumlah	46	100
No	Pekerjaan	n	%
1	Ibu Rumah Tangga	17	36,96
2	PNS	9	19,57
3	Pensiunan	12	26,08
4	Wiraswasta	7	15,21
5	Dosen	1	2,18
	Jumlah	46	100

Kepatuhan responden untuk datang setiap bulannya untuk mendapatkan pelayanan PRB di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Responden Berdasarkan Kepatuhan Datang Dan Tepat Waktu Setiap Bulan Ke Puskesmas

No	Keterangan	n	%
1	Responden datang setiap bulan	44	95,66
2	Responden tidak datang setiap bulan	2	4,34
	Jumlah	46	100
No	Keterangan	n	%
1	Responden datang tepat tanggal yang ditentukan	20	43,48
2	Responden terlambat 2-4 hari dari tanggal yang ditentukan	10	21,73
3	Responden terlambat 5-10 hari dari tanggal yang ditentukan	12	26,09
4	Responden terlambat > 10 hari dari tanggal yang ditentukan	4	8,70
	Jumlah	46	100

Data hasil tingkat kadar gula darah (KGD) responden selama mendapatkan pelayanan PRB di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Kadar Gula Darah Responden

No	Kadar Gula Darah	n	%
1	KGD baik	6	13,05
2	KGD sedang	25	54,35
3	KGD buruk	15	32,60
Jumlah		46	100

Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan Dan Pekerjaan di UPT Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan

Berdasarkan tabel 1 dari data jenis kelamin dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 29 orang (63,04%), dimana kategori perempuan usia >60 Tahun berjumlah 19 orang (41,30%) dan perempuan usia 45-59 tahun berjumlah 10 orang (21,74%). Untuk jenis kelamin laki-laki usia >60 tahun berjumlah 12 orang (26,09%) dan usia 45-59 tahun berjumlah 5 orang (10,87%). Berdasarkan tabel data pendidikan dapat diketahui bahwa sebagian besar responden merupakan lulusan SMA/ sederajat yaitu sebanyak 18 orang (39,13%). Peringkat kedua adalah responden yang merupakan lulusan Sarjana (S1) sebanyak 16 orang (34,79%), selanjutnya responden yang merupakan lulusan Diploma (DIII) dan SMP berjumlah sama yakni 6 orang (13,04%). Berdasarkan data pada tabel pekerjaan dapat diketahui bahwa jenis pekerjaan sebagian besar responden merupakan Ibu rumah tangga yaitu

sebanyak 17 orang (36,96%). Peringkat kedua adalah responden yang merupakan pensiunan sebanyak 12 orang (26,08%), selanjutnya responden dengan pekerjaan PNS sebanyak 9 orang (19,57%), responden dengan pekerjaan wiraswasta sebanyak 7 orang (15,21%) dan responden dengan pekerjaan dosen hanya 1 orang (2,18%).

Responden Berdasarkan Kepatuhan Datang Dan Tepat Waktu Setiap Bulan Ke Puskesmas

Berdasarkan data pada tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden patuh untuk datang setiap bulannya untuk mendapatkan pelayanan PRB yakni sebanyak 44 orang (95,66%) dan hanya sebanyak 2 orang (4,34%) responden yang tidak datang selama 1 bulan ke Puskesmas untuk mendapatkan pelayanan PRB. Berdasarkan data pada tabel tepat waktu dapat diketahui bahwa sebagian besar responden patuh untuk datang tepat waktu sesuai tanggal yang ditentukan oleh petugas PRB untuk mendapatkan pelayanan PRB yakni sebanyak 20 orang (43,48%), kemudian responden yang terlambat 2-4 hari dari tanggal yang ditentukan sebanyak 10 orang (21,73%), responden yang terlambat 5-10 hari dari tanggal yang ditentukan sebanyak 12 orang (26,09%)

dan responden yang terlambat >10 hari dari tanggal yang ditentukan sebanyak 4 orang (8,70%).

Kadar Gula Darah Responden

Berdasarkan data pada tabel 3 dapat diketahui bahwa setelah dilakukannya pelayanan PRB terhadap responden di Laboratorium Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan selama 3 (tiga) bulan yaitu Februari, Maret dan April diperoleh data bahwa kadar gula darah sebagian besar responden adalah sedang yaitu sebanyak 25 orang (54,35%), kadar gula darah responden yang buruk sebanyak 15 orang (32,60%), sedangkan kadar gula darah responden yang baik yaitu sebanyak 6 orang (13,05%). Dari data pasien tersebut, menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan oleh peneliti dapat meningkatkan derajat kesehatan pasien tersebut yang dapat dibuktikan dengan menurunnya status KGD pasien menjadi lebih baik atau terkontrol dan menurunnya berat badan pasien tersebut.

Gambaran Status Kadar Gula Darah

Hasil penelitian diperoleh bahwa dari 46 pasien DM Tipe II di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan, sebagian besarnya yaitu 25 pasien (54,35%) memiliki status kadar gula darah pada

range 146-200 mg/dL yaitu termasuk “kategori kadar gula darah sedang”. Selanjutnya 15 pasien (32,60%) memiliki status kadar gula darah pada *range* >200mg/dL yang termasuk kategori kadar gula darah buruk. Sedangkan 6 pasien (13,05%) diantaranya dengan status kadar gula darah pada *range* 110-145 mg/dL yang merupakan status kadar gula darah baik. Kadar gula darah yang terlalu tinggi dalam jangka panjang akan menimbulkan komplikasi pada organ tubuh dengan resiko stroke, jantung koroner, ulkus/gangrene, kebutaan, dan gagal ginjal kronik (4).

Hasil perhitungan rata-rata 46 responden tingkat *self care* pasien DM Tipe II Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan sebanyak 52,89 % yang termasuk dalam *range* 50%-75% merupakan kategori tingkat *self care* “sedang” dan dari 46 responden, 44 responden (95,66%) diantaranya datang setiap bulan untuk mendapatkan pelayanan PRB di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan yang menunjukkan bahwa pasien DM tipe II Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan “patuh” untuk mendapatkan pelayanan PRB. Tetapi rata-rata pasien tersebut masih belum menjalankan pola hidup sehat

dengan mengikuti pola diet untuk penderita DM Tipe II, dimana pasien tersebut masih mengkonsumsi gula, makanan yang manis, cemilan, sirup dan makanan yang mengandung lemak, santan dan lainnya.

Untuk meningkatkan derajat kesehatan penderita DM Tipe II tersebut di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan telah mengadakan kegiatan senam prolanis dan edukasi kepada penderita DM Tipe II yang dilaksanakan oleh Dokter Puskesmas Sentosa Baru. Edukasi tentang pola hidup sehat, konsumsi obat yang benar dan tepat dosis, pentingnya aktivitas fisik dan olahraga kepada penderita DM Tipe II (10).

Pada penderita DM tipe II, aktivitas fisik berperan utama dalam pengaturan kadar gula darah. Dimana aktivitas fisik meningkatkan aktivitas termogenetis dan proses metabolisme tubuh dalam menghasilkan energi, termasuk metabolisme glukosa. Aktivitas fisik secara teratur pada penderita DM tipe II dapat meningkatkan sensitivitas insulin yang mempengaruhi kadar gula darah menjadi terkontrol (2).

Penderita diabetes mellitus (DM) penting mematuhi serangkaian pengobatan yang diberikan oleh dokter.

Mematuhi pengobatan pada DM merupakan tantangan agar tidak terjadi komplikasi. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan, di antaranya adalah dukungan pasangan dan *Health Locus of Control* (HLOC). Dukungan pasangan, merupakan elemen terpenting pada diri individu penderita DM, karena interaksi pertama dan paling sering dilakukan individu. HLOC merupakan keyakinan individu pada peristiwa-peristiwa yang berhubungan dengan kesehatan individu tersebut. (11).

KESIMPULAN

Tingkat *self care* pada sebagian besar penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan tahun 2018 termasuk kategori sedang. Tingkat kepatuhan pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan tahun 2018 adalah baik.

SARAN

Bagi Puskesmas Sentosa Baru Kota Medan hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan dalam melakukan perbaikan sekaligus meningkatkan mutu pelayanan kesehatan masyarakat pada “Program Cerdik dan Patuh” pasien diabetes melitus tipe II melalui pelayanan Program Rujuk Balik (PRB) dari BPJS Kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada kedua pembimbing yang telah membantu dalam pelaksanaan dan pembuatan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. National Center for Chronic Disease Prevention. Prevention. National Diabetes Fact Sheet: National Estimates And General Information On Diabetes And Prediabetes In The United States, 2011;201(1).
2. Ilyas E. Latihan Jasmani Bagi Penyandang Diabetes Mellitus Dalam: Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu. Jakarta Balai Penerbit FK UI. 2011;
3. Association AD. National Diabetes Statistics Report. Centers Dis Control. 2014;
4. Waspadji S. Diabetes Mellitus: Mekanisme Dasar Dan Pengelolaannya Yang Rasional. Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu Jakarta Balai Penerbit FKUI. 2005;29-42.
5. Sulistria YM. Tingkat Self Care Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Kalirungkut Surabaya. Calyptra. 2013;2(2):1-11.
6. Ganiswara, SG. Farmakologi Dan Terapi. Gaya Baru, Jakarta. 2007;772:777.
7. Tjay TH, Rahardja K. Obat-Obat Penting, Edisi-6. PT Elex Media Komputindo, Balai Pustaka, Jakarta. 2007;
8. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
9. Sugiyono M. Penelitian Bisnis. Cetakan Keenam, CV Alf Bandung. 2004;
10. Sukardji K. Penatalaksanaan Gizi Pada Diabetes Mellitus. Di Dalam Buku Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu (Panduan Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Bagi Dr Dan Edukator) Ed Ke-2, Cetakan Ke-7. 2011;49-54.
11. Pratita ND. Hubungan Dukungan Pasangan Dan *Health Locus Of Control* Dengan Kepatuhan Dalam Menjalani Proses Pengobatan Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe-2. Calyptra. 2012;1(1):1-24.