

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Diabetes Melitus saat ini menjadi salah satu penyakit yang prevalensinya terus mengalami peningkatan di dunia, baik pada negara maju ataupun negara berkembang, sehingga dikatakan bahwa Diabetes Melitus sudah menjadi masalah kesehatan atau penyakit global pada masyarakat. Hampir 80% kematian Diabetes Melitus terjadi dinegara berpenghasilan rendah dan menengah (Azis, Muriman, & Burhan, 2020).

Menurut Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2019 Indonesia berada di peringkat ke-7 dengan prevalensi Diabetes Melitus tertinggi di dunia yaitu sebesar 10,7 juta. Indonesia satu-satunya negara yang berkontribusi pada peningkatan Diabetes Melitus di Asia Tenggara. Sehingga wilayah Asia Tenggara peringkat ke-3 dengan prevalensi 11,3% (IDF 2019). Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (2018) didapatkan data bahwa prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur lebih dari 15 tahun (2%). Angka tersebut menunjukkan peningkatan dibanding prevalensi Diabetes Melitus pada penduduk \geq 15 tahun pada hasil Riskesdas 2013 sebesar 1,5%. Prevalensi Diabetes Melitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Angka tersebut menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita Diabetes yang mengetahui bahwa dirinya menderita Diabetes Melitus. Beberapa Provinsi dengan peningkatan prevalensi tertinggi sebesar 0,9%, yaitu Riau, DKI Jakarta, Banten, Papua Barat, dan termasuk Gorontalo (Riskesdas, 2018).

Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo tahun 2020, Diabetes Melitus di Kota Gorontalo sebanyak 122 orang, Kabupaten Gorontalo 341 orang, Kabupaten Boalemo 118 orang, Kabupaten Gorontalo 968 orang, Kabupaten Bone Bolango 1695 orang, Kabupaten Pohuwato 394 orang, dan total keseluruhan penderita Diabetes Melitus di Provinsi Gorontalo sebanyak 3638 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2020). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango pada tahun 2019 terdapat 116 orang penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Bulango Utara. Puskesmas Bulango Utara menempati peringkat ke-3 di Kabupaten Bone Bolango (Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango, 2019).

Diabetes Melitus merupakan suatu penyakit menahun yang ditandai dengan kadar gula darah melebihi batas normal yaitu kadar gula darah sewaktu sama atau lebih dari 200 mg/dl, dan kadar gula darah puasa di atas atau sama dengan 126 mg/dl. Tanda dan gejala yang timbul diantaranya peningkatan frekuensi buang air kecil, peningkatan rasa haus dan minum, peningkatan rasa lapar, lemas, dan bila terdapat luka, luka akan sukar sembuh (Hestiana, 2017).

Diabetes Melitus ini menyebabkan seseorang mengalami ketidakstabilan gula darah. Oleh karena itu gangguan pada insulin yang mengharuskan penderita Diabetes Melitus mengontrol insulin, melakukan pengobatan dan merubah pola hidup seperti diet atau pengontrolan makan, konsumsi obat, dan olahraga yang harus dijalani penderita Diabetes Melitus sepanjang hidupnya (Rochmah, Rasni, & Nur, 2019).

Pengobatan Diabetes Melitus yang paling utama adalah mengubah gaya hidup terutama mengatur pola makan yang sehat dan seimbang. Penerapan diet merupakan salah satu komponen utama dalam keberhasilan penatalaksanaan Diabetes, tetapi sering kali menjadi kendala dalam pelayanan Diabetes karena dibutuhkan kepatuhan dan motivasi. Hal ini tentunya dapat menimbulkan kejenuhan dan stres karena mereka harus menaati program diet yang dianjurkan selama hidupnya. Stres dua kali lebih mudah menyerang orang yang dengan Diabetes dibandingkan dengan orang yang tidak mengidap Diabetes (Setyorini, 2017).

Stres yang timbul dan lamanya stres ditentukan oleh berbagai kesulitan yang dialami pasien dengan Diabetes selama melaksanakan diet terutama berhubungan dengan jumlah makanan yang harus diukur, pembatasan jenis makanan, pola kebiasaan makan yang salah sebelum sakit serta selama menderita Diabetes. Penderita Diabetes mudah mengalami stres dalam melaksanakan program diet sehingga cara penanganan yang dilakukan penderita dalam menangani stres ketika menjalani diet dapat mempengaruhi keberhasilan mereka dalam mematuhi program diet serta pengendalian kadar gula darah (Setyorini, 2017).

Mekanisme koping merupakan respon yang digunakan untuk mengatasi masalah atau beban yang dapat menimbulkan stres. Mekanisme koping itu dibagi menjadi dua, yaitu adaptif dan maladaptif. Mekanisme koping adaptif merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh seseorang bertujuan untuk menyelesaikan masalah akibat adanya tekanan yang bersifat positif, rasional, dan konstruktif.

Mekanisme koping adaptif inilah yang diharapkan mampu mengurangi resiko angka kejadian depresi pada penderita Diabetes Melitus. Sebaliknya mekanisme koping maladaptif ialah suatu usaha yang dilakukan oleh individu dalam menyelesaikan masalah akibat dari adanya tekanan yang bersifat negatif, merugikan dan tidak dapat menyelesaikan masalah secara tuntas (Rachmah & Rahmawati, 2019).

Untuk mengatasi stres pada penderita Diabetes Melitus diperlukan koping yang sehat agar status kesehatan dan kualitas hidup tetap terjaga, sehingga penderita harus mampu melakukan mekanisme koping yang adaptif agar dapat mematuhi aturan tentang pola hidup sehat. Mekanisme koping yang adaptif dapat berupa pemecahan masalah, meminta bantuan orang lain, berpikir positif, dan melakukan aktivitas yang positif. Mekanisme koping pada beberapa orang berbeda-beda, beberapa faktor yang mempengaruhi adalah usia, jenis kelamin, pendidikan, status ekonomi, dan status kesehatan. Jika mekanisme koping yang dilakukan adaptif maka dapat mengurangi tingkat stres tetapi jika mekanisme koping yang dilakukan maladaptif maka dapat meningkatkan stres atau menimbulkan stres baru (Putra, Wuryaningsih, & Padoli, 2017).

Adapun penelitian yang mendukung diantaranya penelitian yang dilakukan oleh Firmansyah (2019), hasil penelitian menunjukkan bahwa mekanisme koping pasien Diabetes Melitus yang adaptif sebanyak 35 orang (50%) sama banyaknya dengan mekanisme koping maladaptif sebanyak 35 orang (50%). Penelitian yang dilakukan oleh Putra, Wuryaningsih, dan Padoli (2017), didapatkan bahwa mekanisme koping klien Diabetes Melitus seluruhnya adaptif dan tidak ada yang

menggunakan maladaptif. Tabulasi silang antara mekanisme koping dan tipe Diabetes Melitus tipe 1 seluruhnya (100%) menggunakan mekanisme koping adaptif dan klien Diabetes Melitus tipe 2 juga seluruhnya (100%) juga menggunakan mekanisme koping adaptif dari total sampel Diabetes Melitus. Tidak ada satupun klien Diabetes Melitus tipe 1 maupun tipe 2 yang menggunakan mekanisme koping maladaptif.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di Puskesmas Bulango Utara pada tanggal 12 Januari 2021, didapatkan jumlah penderita Diabetes sebanyak 79 orang. Hasil wawancara dengan 3 orang penderita Diabetes Melitus didapatkan beberapa data yaitu dilihat dari pendapat penderita terkait kondisinya yang terdiagnosis Diabetes Melitus, 2 orang mengatakan masih belum menerima kondisinya sedangkan 1 orang lainnya sudah menerima kondisinya. Dan dilihat dari penggunaan pertolongan saat meminta bantuan orang lain dalam mengatasi situasi yang membuat tertekan, 2 orang mengatakan tidak meminta bantuan orang lain dalam mengatasi masalah sedangkan 1 orang mengatakan meminta bantuan orang lain. Kemudian dilihat dari cara penderita mengurangi kekhawatiran terkait penyakitnya, 2 orang mengatakan mereka mengerjakan hal-hal lain sebagai distraksi sedangkan 1 orang sebaliknya. Serta pelayanan konseling tentang mekanisme koping pada penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Bulango Utara saat ini masih belum berjalan secara optimal, dan jumlah penderita Diabetes Melitus masih tinggi.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka peneliti tertarik untuk meneliti Gambaran Mekanisme Koping pada Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Bulango Utara.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun sebelumnya, maka didapatkan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Pada *International Diabetes Federation* (2019) Diabetes menempati peringkat ke-3 dengan prevalensi sebesar 11,3%. Pada *Riskesdas* (2013-2018) prevalensi Diabetes Melitus meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018.
2. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo (2020) terdapat jumlah keseluruhan penderita Diabetes Melitus sebanyak 3638 orang. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango pada tahun 2019 terdapat 116 orang penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Bulango Utara. Puskesmas Bulango Utara menempati peringkat ke-3 di Kabupaten Bone Bolango (Dinas Kesehatan Kabupaten Bone Bolango, 2019).
3. Hasil wawancara dengan 3 orang penderita Diabetes Melitus didapatkan beberapa data yaitu dilihat dari pendapat penderita terkait kondisinya yang terdiagnosis Diabetes Melitus, 2 orang mengatakan masih belum menerima kondisinya sedangkan 1 orang lainnya sudah menerima kondisinya. Dan dilihat dari penggunaan pertolongan saat meminta bantuan orang lain dalam mengatasi situasi yang membuat tertekan, 2 orang mengatakan tidak meminta bantuan orang lain dalam mengatasi masalah sedangkan 1 orang mengatakan

meminta bantuan orang lain. Kemudian dilihat dari cara penderita mengurangi kekhawatiran terkait penyakitnya, 2 orang mengatakan mereka mengerjakan hal-hal lain sebagai distraksi sedangkan 1 orang sebaliknya.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana mekanisme coping pada penderita Diabetes Melitus?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui mekanisme coping pada penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Bulango Utara.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik penderita Diabetes Melitus.
2. Mengetahui mekanisme coping penderita Diabetes Melitus.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah referensi, wawasan, informasi dan pengetahuan tentang mekanisme coping pada penderita Diabetes Melitus.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi Puskesmas

Hasil Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi puskesmas dalam memberikan pelayanan kesehatan khususnya bagi penderita Diabetes

Melitus untuk melakukan pendidikan kesehatan mengenai mekanisme koping.

2. Bagi Pasien

Hasil Penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pasien yaitu menambah informasi dan pengetahuan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi pengembangan penelitian selanjutnya khususnya mengenai mekanisme koping pada penderita Diabetes Melitus.