

LITERATURE REVIEW : SELF MANAGEMENT BERESIKO KOMPLIKASI KARDIOVASKULER PADA PASIEN DIABETES MELLITUS

¹Ikrima Rahmasari,*, ²Putri, ALSK., ³Yudhianto, KA., ⁴Purwaningsih, I

¹Universitas Duta Bangsa, ikrima_rahmasari@udb.ac.id

²Universitas Duta Bangsa, adindaty561@gmail.com

³Universitas Duta Bangsa, kresna_agung@udb.ac.id

⁴Politeknik Kesehatan Karya Husada, iswantip76@gmail.com

ABSTRAK

Penderita Diabetes mellitus beresiko mengalami komplikasi yang dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Penyakit kardiovaskuler merupakan salah satu komplikasi utama diabetes mellitus (DM) dan beresiko memperburuk prognosis. Komplikasi tersebut dapat diminimalkan melalui Self Management yang merupakan kunci utama dalam pengelolaan penyakit maupun pencegahan komplikasi dan dampak yang diakibatkannya. Penelitian ini menggunakan data literature review hal ini dikarenakan untuk membandingkan hasil penelitian yang telah ada dan membuat kesimpulan tentang self management beresiko komplikasi kardiovaskuler pada pasien diabetes mellitus. Peneliti mengambil beberapa jurnal dengan kata kunci self management, komplikasi kardiovaskuler, diabetes mellitus yang kemudian dipilih lima jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Faktor yang mempengaruhi perilaku self management pada pasien diabetes mellitus adalah komplikasi kardiovaskuler belum ditemukan secara spesifik. Namun, faktor yang mempengaruhi self management diabetes mellitus diantaranya pengetahuan tentang diabetes, self efficacy dan dukungan keluarga. Faktor lain yang mempengaruhi self management diabetes yaitu usia, jenis kelamin dan lama menderita diabetes, factor social dan ekonomi, factor motivasi, dan factor komunikasi petugas kesehatan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi pihak institusi pendidikan untuk meningkatkan asuhan keperawatan dalam memberikan intervensi menangani komplikasi kardiovaskuler pada pasien diabetes mellitus.

Kata Kunci : Self Management, Komplikasi Kardiovaskuler, Diabetes Mellitus

ABSTRACT

Patients with diabetes mellitus are at risk for complications that can affect their quality of life. Cardiovascular disease is one of the main complications of diabetes mellitus (DM) and is at risk of worsening the prognosis. These complications can be minimized through Self Management which is the main key in the management of the disease as well as the prevention of complications and the resulting impact. This study uses literature review data, this is due to compare the results of existing studies and make conclusions about self management at risk of cardiovascular complications in patients with diabetes mellitus. Researchers took several journals with the keywords self management, cardiovascular complications, diabetes mellitus and then selected five journals that matched the inclusion and exclusion criteria. Factors that influence self-management behavior in patients with diabetes mellitus are cardiovascular complications that have not been specifically identified. However, factors that influence self-management of diabetes mellitus include knowledge about diabetes, self-efficacy and family support. Other factors that influence diabetes self-management are age, gender and duration of diabetes, social and economic factors, motivational factors, and communication factors for health workers. This study is expected to be a reference for educational institutions to improve nursing care in providing interventions to deal with cardiovascular complications in patients with diabetes mellitus.

Keywords: Self Management, Cardiovascular Complications, Diabetes Mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes melitus memiliki komplikasi yang menyebabkan kematian terbesar di dunia menurut International Diabetes Federation (IDF) dan setiap penderita DM di dunia meninggal

setiap 6 detik akibat komplikasinya (IDF, 2015). Kematian pada penderita diabetes disebabkan karena komplikasi akut maupun kronis. Komplikasi akut meliputi hiperglikemi dan hipoglikemi, sedangkan komplikasi kronik meliputi: penyakit stroke dan jantung, neuropati (kerusakan syaraf penyebab kaki diabetik dan amputasi) retinopati (kerusakan pembuluh darah kecil di retina penyebab katarak dan kebutaan) dan penyebab utama gagal ginjal (Soegondo, 2011). Fenomena saat ini di beberapa rumah sakit bahwa para petugas kesehatan mengaku belum memberikan edukasi secara maksimal kepada penderita DM dan beberapa penderita DM yang akan pulang ke rumah masih memiliki pengetahuan yang kurang dalam mencegah komplikasi. Kurangnya pemahaman ini diduga menyebabkan rendahnya self care management diabetes sehingga penderita DM akan memiliki risiko yang lebih tinggi mengalami komplikasi salah satunya gangguan kardiovaskuler (Indaryati, 2018).

Terkait komplikasi kardiovaskular, penderita DM berisiko mengalami komplikasi ini 2 kali lebih besar dari pada pasien non-DM (Kemenkes RI, 2014). Komplikasi kronis makrovaskuler sebanyak 66,5% terdiri dari penyakit jantung koroner 33%, penyakit pembuluh darah otak 18,8% dan penyakit pembuluh darah perifer 30% (Edwina & Manaf 2015). Sebuah sistematik review mencatat bahwa penyakit kardiovaskular ditemukan pada 32,2% penderita diabetes dan merupakan penyebab utama kematian pada 9,9% pasien diabetes tipe 2 (Einarson, 2018). Sumber lain mencatat bahwa dibandingkan non-DM, orang DM dewasa 2-4 kali lebih berisiko meninggal akibat komplikasi kardiovaskular (Tanash & Deaton, 2016). Pengelolaan gaya hidup, seperti aktifitas fisik, diet, obat, serta pengecekan dan pengendalian gula darah merupakan upaya strategis menurunkan risiko komplikasi lanjut pada penderita DM (Dewi & Triseptinora, 2014). Dalam pengelolaan jangka panjang, penting bagi penderita untuk aktif berpartisipasi melakukan pengendalian melalui partisipasi dalam edukasi, merencanakan diet, aktifitas fisik serta obat-insulin (Perkeni, 2015). Penelitian membuktikan bahwa pasien dengan perilaku pengelolaan diri (self-management) yang baik memiliki risiko komplikasi lebih rendah dan kualitas hidup yang lebih tinggi (Antari, W, 2016).

Self management yang efektif diperoleh jika individu memiliki pengetahuan dan ketrampilan untuk melakukan pengelolaan DM secara mandiri. Pendekatan diabetes self-management education telah dilakukan oleh beberapa peneliti terhadap beberapa masalah meliputi, self care pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 (Indrayati, 2018) dan (Rahmawati, 2016), menyatakan bahwa self-care didefinisikan sebagai tindakan yang dilakukan individu sendiri untuk memenuhi kebutuhan guna mempertahankan kehidupan, kesehatan dan kesejahteraannya sesuai dengan keadaan baik sehat maupun sakit yang dimana menitikberatkan pada bagaimana individu memenuhi kebutuhan perawatan secara mandiri. Sedlar (2017) mengemukakan bahwa komplikasi akan meningkatkan jumlah, jenis dan kompleksitas self-management yang harus dijalankan. Pasien DM dengan komplikasi penyakit kardiovaskular diharuskan menjalankan dua jenis self-management sekaligus yang mencakup berhenti merokok, kontrol tekanan darah, periksa kolesterol, kontrol kadar gula darah, aktivitas fisik, dan menjalankan diet DM serta diet jantung. Sehingga penting mengidentifikasi perilaku selfmanagement pasien DM dengan komplikasi kardiovaskular.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan untuk menyusun literature review yaitu menggunakan electronic data base. Pencarian jurnal melalui PubMed, Science Direct dan Google Scholar. Kata kunci yang digunakan dala, pencarian jurnal yaitu sel management, komplikasi kardiovaskuler, diabetes mellitus. Tahun jurnal yang digunakan dibatasi dalam 10 tahun terakhir. Jurnal yang digunakan dalam literature review diperoleh dari berbagai jurnal penelitian diantaranya Cendikia, Journal of Diabetes Research, Jurna Ilmiah Kesehatan, Jurnal Ilmu Keperawatan, e-Jurnal Pustaka Kesehatan dan Jurnal Keperawatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Secara umum, self-management merupakan upaya strategis dalam pengelolaan pasien DM jangka panjang yang dapat meminimalisir dampak buruk dari DM beserta komplikasi yang ditimbulkannya. Pasien DM dengan komplikasi kardiovaskular disarankan memiliki kemampuan melakukan aktivitas hariannya dalam mengelola dan mengontrol gejala (kadar gula darah, tekanan darah, dan kadar kolesterol), mengelola diet, aktivitas fisik, pengobatan, pencegahan komplikasi dan mencari informasi (Sedlar dkk., 2017; Vellone dkk., 2017). Kegiatan-kegiatan tersebut terbukti efektif dan memberikan manfaat terhadap peningkatan fungsi kardiovaskuler (Kisore, dkk, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan, 2020 menemukan bahwa self management secara umum dalam katogori rendah. Dalam penelitiannya mengkategorikan perilaku self management DM dengan komplikasi kardiovaskuler yaitu dengan pemantauan, diet, aktivitas fisik, pengobatan, pencegahan komplikasi, dan merokok. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Nejjadgar., dkk (2017) yang mengatakan mayoritas penderita diabetes memiliki skor self management yang rendah. Self management rendah pada penelitian ini dapat disebabkan karena komplikasi dari penyakit jantung yang dialami penderita yang menjadikan self management menjadi semakin sulit dijalankan. Reyes, (2017) menemukan bahwa pasien DM yang disertai penyakit kronik lain mengungkapkan banyaknya kesulitan dalam mengelola penyakitnya. Selain menjalankan diet DM dan kontrol gula darah, pasien juga harus menjalankan diet dan mengatur pola aktivitas, diet dan kegiatan lain sebagai penderita penyakit jantung yang bisa jadi bertentangan satu sama lain.

Rendahnya self-management dalam penelitian ini tidak terkait dengan perbedaan jenis kelamin. Baik responden laki-laki maupun perempuan. Factor lain yang menyebabkan rendahnya self management adalah pendidikan, menurut Kusuma (2013) mengatakan pendidikan yang rendah akan menghambat individu dalam mengolah informasi, sebaliknya individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan cenderung memiliki efikasi dan perilaku perawatan diri yang baik. Data lain menunjukkan bahwa usia mempengaruhi self management, tantangan pasien pada usia ini adalah adanya penurunan fungsi fisik, psikologis maupun kognitif sebagai akibat proses degenerative (Weinger, 2014). Dengan kondisi ini, pasien akan kesulitan untuk minum obat tepat waktu dan sesuai dosis karena daya ingat yang kurang baik. Begitu juga untuk dalam menjalankan olahraga rutin, pasien akan mengalami kesulitan akibat kemampuan fisik yang sudah menurun. Di sisi lain, self-management membutuhkan kemampuan mengelola gejala sekaligus menyesuaikan terapi dengan kondisi penyakitnya. Dengan kemampuan kognitif yang menurun, pasien lansia akan cenderung mengalami kegagalan dalam menjalankan self-management (Weinger dkk., 2014). Penelitian lain menemukan bahwa lansia akan cenderung memiliki self-management yang baik jika mereka memiliki support keluarga atau care giver yang membantunya menjalankan selfmanagement di rumah (Mohd-Yusoff, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Basri (2019) menyebutkan rata-rata penderita DM belum patuh dalam pengaturan diet, kontrol kesehatan dan terapi, serta olahraga. Hal ini dikarenakan kurangnya pendidikan kesehatan dan minimnya sumber informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan. hal ini menyebabkan penderita DM belum optimal melakukan perawatan diri. Selain itu dukungan keluarga juga berperan dalam keberhasilan penderita DM melakukan perawatan diri (Luthfa, 2016). Self management harus konsisten dilakukan untuk menghindari komplikasi diabetes yang dapat berdampak fatal bagi banyak organ di seluruh tubuh. Komplikasi inilah yang menimbulkan dampak penderitaan berkepanjangan bagi pasien, baik secara fisik maupun mental, sehingga menurunkan kualitas hidupnya.

KESIMPULAN

Dari beberapa jurnal yang telah ditelaah, didapatkan kesimpulan bahwa sebagian besar penderita DM memiliki perilaku self management yang rendah, terutama pada aspek pemantauan

dalam pencegahan komplikasi. Dengan demikian, penting bagi petugas kesehatan untuk memperbaiki upaya peningkatan self management yang telah dijalankan pada pasien DM yang mengalami komplikasi kardiovaskuler.

DAFTAR PUSTAKA

- Antari, G. A. A., Widyantari, D. M., & Raya, N.A. J. (2016). Hubungan Diabetes Self Management dan Persepsi Penyakit Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Paguyuban Diabetes Puskesmas II Denpasar Barat
- Kemkes RI. (2014a). Infodatin-diabetes. Pusat Data Dan Informasi
- PERKENI. (2015a). Konsensus Pengendalian dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2015. Perkeni. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.00>
- Weinger, K., Beverly, E.A., & Smaldone, A., (2014). Diabetes self-care and the Older Adult. *Western Journal of Nursing research*, 36(9):1272-1298
- Kusuma, H., & Hidayati, W. (2013). Hubungan Antara Motivasi Dengan Efikasi Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Persadia Salatiga. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 1(2), 132–141
- Basri, M. H. (2019). Pengalaman pasien DM tipe 2 dalam melakukan perawatan ulkus diabetik secara mandiri. *Endurance*, 4(1), 58–69
- Federation, I. D. (2015). *Diabetes Atlas*. Retrieved from <https://www.idf.org>
- Luthfa, I. (2016). Family support pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Bangetayu Semarang, Analisis Rasch Model. *Jurnal Keperawatan Dan Pemikiran Ilmiah Nurscope*, 2(2), 1–12
- Prasestiyo, H. (2017). Analisis hubungan faktor lama menderita dan komplikasi penyakit dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di rumah sakit pku muhammadiyah bantul. Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Retrieved from <http://digilib.unisayogya.ac.id/2537/>
- Indaryati, S. (2018). Pengaruh Diabetes Self Management Education (Dsme) Terhadap Self-Care Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Kota Palembang. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, ISSN 2615-6563
- Weinger, K., Beverly, E.A., & Smaldone, A.,(2014). Diabetes self-care and the Older Adult. *Western Journal of Nursing research*, 36(9):1272-1298
- Mohd-Yusoff, N.H., Rahman, R.A., & Kadir, A.A. (2017). Diabetes self-care and its associated factors among elderly diabetes in primary care. *Journal Taibah University Medical Sciences*. 12(6), 504-511
- Nejaddadgar, N., Solhi, M., Jegarghosheh, S.,Abolfathi, M., & Ashtarian, H. (2017). SelfCare and Related Factors in Patients with Type 2 Diabetes. *Asian J Biomed Pharmaceut Sci*, 7(61), 6–10
- Reyes, J., Tripp-Reimer, T., Parker, E., Muller, B.,& Laroche, H. (2017). Factors Influencing Diabetes Self-Management Among Medically Underserved Patients With Type II Diabetes. *Global Qualitative Nursing Research*, 4, 2333393617713097. <https://doi.org/10.1177/2333393617713097>