

Eka Ratna Dewi¹
Suriadi²

JURNAL KEPERAWATAN: ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN DIABETES MELLITUS: LITERATUR REVIEW

Abstrak

Diabetes mellitus (DM) adalah salah satu penyakit metabolismik yang ditandai dengan hiperglikemia kronis akibat gangguan sekresi insulin atau resisten terhadap insulin. Diabetes paling sering dijumpai di seluruh dunia dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi jika tidak ditangani dengan baik. Asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien, membantu pasien dalam mengelola kondisi mereka secara efektif, baik secara fisik maupun psikologis, pencegahan komplikasi, serta pemantauan rutin terhadap kondisi pasien. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji berbagai pendekatan dalam asuhan keperawatan, mencegah komplikasi lebih lanjut pada pasien diabetes mellitus, serta peran perawat dalam membantu pasien mengelola kondisi diabetes melalui edukasi, pengawasan, dan intervensi medis yang holistik pada pasien diabetes mellitus melalui tinjauan pustaka,

Kata Kunci: Diabetes mellitus, Asuhan keperawatan, Manajemen diabetes, Pencegahan komplikasi, Pengendalian gula darah.

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is a metabolic disease characterized by chronic hyperglycemia due to impaired insulin secretion or insulin resistance. Diabetes is most common worldwide and can cause various complications if not treated properly. Nursing care for patients with diabetes mellitus aims to improve the quality of life of patients, help patients manage their condition effectively, both physically and psychologically, prevent complications, and routinely monitor the patient's condition. This article aims to review various approaches in nursing care, prevent further complications in patients with diabetes mellitus, and the role of nurses in helping patients manage diabetes through education, supervision, and holistic medical interventions in patients with diabetes mellitus through a literature review.

Keywords: Diabetes mellitus, Nursing care, Diabetes management, Prevention of complications, Blood sugar control.

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) didefinisikan sebagai suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologic yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein sebagai akibat insufisiensi fungsi insulin. Insufisiensi fungsi insulin dapat disebabakan oleh gangguan atau defisiensi produksi insulin oleh sel-sel beta Langerhans kelenjar pancreas atau disebabkan oleh kurang responsifnya sel-sel tubuh terhadap insulin (WHO, 1999). Gejala yang sering dialami oleh penderita DM adalah, sering buang air kecil (BAK), sering merasa haus dan lapar, terjadi penurunan berat badan, kerusakan saraf atau mengalami masalah/gangguan pada fungsi indera peraba.

Menurut data dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), prevalensi DM di dunia terus meningkat, World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa pada tahun 2021 terdapat 537 juta orang dewasa (usia 20-79 tahun) diseluruh dunia hidup dengan diabetes. Data penderita Diabetes melitus berdasarkan World Health Organization angka pastinya tidak tersedia. Tetapi World Health Organization (WHO, 2022) memprediksi, sekitar 422 juta orang di dunia menderita Diabetes Melitus. Menurut International Diabetes Federation (IDF), pada

^{1,2} ITEKES Muhammadiyah Pontianak
email: ekaratnarsud@gmail.com

tahun 2021, terdapat 1,1 juta kematian di dunia disebabkan oleh diabetes. Hari diabetes sedunia adalah kampanye kesadaran global terhadap diabetes melitus yang diadakan setiap 14 November. Hari Diabetes sedunia yang diperingati pada 14 November 2024, tema yang diangkat adalah "Memberdayakan Kesehatan Global", tema ini tidak hanya berfokus pada Kesehatan individu, tetapi juga menekankan pentingnya masyarakat dunia bekerja sama memerangi atau mengatasi masalah global ini.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menetapkan setiap tanggal 18 April diperingati sebagai Hari Diabetes Nasional, ini dilakukan guna menyadarkan masyarakat untuk menjaga kesehatan agar terhindar dari penyakit diabetes. Di lansir dari International Diabetes Federation (IDF) 2021, Indonesia menempati urutan ke lima dalam daftar negara tertinggi warganya penderita Diabetes. IDF memprediksi, jumlah penderita diabetes di Indonesia dapat mencapai 28,57 juta pada 2045.

Direktorat Jendral Pelayanan Kesehatan Republik Indonesia menyatakan bahwa di Indonesia tahun 2021 terdapat 1,47 juta jiwa menderita diabetes, prevalensi diabetes melitus pada tahun 2021 mencapai 10,6% pada usia 20 tahun – 79 tahun.. Kementerian Kesehatan Republic Indonesia mencatat data diabetes di Indonesia pada tahun 2023 adalah sebagai berikut: prevalensi diabetes di Indonesia ±11,7%, atau sekitar 19,5 juta jiwa. Pada Januari 2023 terdapat 1.645 anak di Indonesia terdiagnosa diabetes

Perlu diketahui, penyakit diabetes yang belum mendapatkan asuhan dengan baik, merupakan pintu masuk bagi penyakit-penyakit lainnya seperti stroke, penyakit jantung, infeksi kaki, kerusakan kulit atau gangrene yang dapat mengakibatkan amputasi, gagal ginjal dan bahkan disfungsi seksual sekalipun. Menurut dr. A.B Wardoyo, Sp. PD, spesialis penyakit dalam di RS Premier Bintaro, diabetes adalah "ibu dari segala penyakit". DM menjadi faktor seseorang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental dan atau sensorik dalam jangka waktu lama, International Diabetes Federation (IDF) dalam Atlas edisi ke -10 mengkonfirmasi bahwa diabetes termasuk salah satu diantara kegawatdaruratan Kesehatan global dengan pertumbuhan paling cepat pada abad ke 21.

Asuhan keperawatan pada pasien diabetes bertujuan untuk membantu pasien mencapai kontrol glikemik yang baik, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Untuk itu, perawat berperan dalam memberikan edukasi mengenai pengelolaan diabetes, pemantauan gula darah, diet, olahraga, serta pengelolaan obat-obatan.

Asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus berfokus pada pengelolaan gula darah, pencegahan komplikasi, serta promosi kesehatan secara keseluruhan. Peran perawat sangat penting dalam memberikan edukasi, melakukan pemantauan kondisi pasien, serta membantu pasien menjalani pengobatan secara efektif. Artikel ini akan mengulas berbagai pendekatan dalam asuhan keperawatan pada pasien diabetes berdasarkan tinjauan pustaka yang ada.

METODE

Artikel ini menggunakan pendekatan literatur review dengan mengumpulkan dan menganalisis berbagai literatur yang relevan dan berkaitan dengan asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus. Sumber-sumber yang digunakan diperoleh dari jurnal ilmiah, artikel penelitian, dan buku teks yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir yang dipertimbangkan untuk memastikan pembahasan relevansi dan kemutakhiran informasi. Pencarian literatur dilakukan melalui database seperti PubMed, Google Scholar, dan ScienceDirect dengan menggunakan kata kunci "nursing care in diabetes mellitus", "diabetes management nursing", "nurse's role in diabetes", dan "patient education diabetes".

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Peran Perawat dalam Pengelolaan Diabetes Mellitus

Bagi pasien DM yang dirawat di fasilitas pelayanan Kesehatan baik di Rumah Sakit (RS), Pusat Kesehatan Masyarakat (PUSKESMAS) dan lain-lain. Perawat memainkan peran sentral dalam pengelolaan diabetes mellitus, baik dalam pengawasan kesehatan sehari-hari, pendidikan pasien selama pasien dirawat, edukasi dalam rangka persiapan pulang pasca rawat inap serta memfasilitasi perubahan gaya hidup yang diperlukan untuk pengelolaan diabetes yang efektif. Menurut penelitian oleh Khatami et al. (2018), perawat bertanggung jawab dalam pemantauan

gula darah pasien, membantu mereka memahami cara penggunaan insulin atau obat oral, serta melakukan edukasi mengenai pola makan yang tepat dan pentingnya aktivitas fisik.

Perawat di ruang rawat inap juga memiliki tanggung jawab untuk memantau efek samping dari terapi yang diberikan, baik itu terapi farmakologis terapi non-farmakologis. Perawat memiliki peran untuk mengidentifikasi risiko komplikasi diabetes, memberikan intervensi yang diperlukan manakala terjadi efek samping dari terapi yang diberikan atau ditemukan komplikasi yang dapat menurunkan kualitas kesehatan pasien. Perawat juga berperan memastikan pasien yang akan kembali ke rumah, dapat mengikuti instruksi medis dengan baik.

Dalam konteks ini, peran perawat mencakup pemberian motivasi dan dukungan psikososial kepada pasien dalam menghadapi tantangan pengelolaan diabetes melitus dengan baik. Agar perawat dapat melakukan perannya, perawat diharapkan memiliki keterampilan komunikasi yang baik pula. Sehingga saat memberikan informasi kepada pihak pasien, mengenai pentingnya pengelolaan diabetes melitus, perawat dapat melakukannya dengan tepat. Menurut sebuah studi oleh Bunn et al. (2020), perawat yang terlatih dapat membantu pasien untuk memahami pentingnya pengaturan pola makan, olahraga, dan pengobatan dalam menjaga kestabilan kadar gula darah mereka.

2. Edukasi Pasien tentang Pengelolaan Diabetes

Edukasi kepada pasien diabetes mellitus adalah aspek penting dari asuhan keperawatan. Dalam hal ini, perawat perlu memberikan edukasi kepada penderita diabetes melitus mengenai pola makan sehat yang dapat membantu mengontrol kadar glukosa darah, edukasi pentingnya aktivitas fisik yang teratur, pentingnya menjaga kesehatan psikologis, mengontrol stress, dan menjalankan aktivitas spiritual sesuai keyakinannya masing-masing. Bahkan juga sangat penting bagi perawat memberikan edukasi kepada pendidik diabetes melitus untuk mengenal tanda-tanda manakala tubuh mengalami hipoglikemia atau hiperglikemia. Perawat berperan memberikan edukasi mengenai langkah-langkah yang perlu dilakukan oleh penderita diabetes untuk mengatasi keduanya. Edukasi yang baik oleh perawat kepada penderita diabetes dan pemahaman yang baik dari pasien terhadap edukasi yang diterimanya, diharapkan dapat meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup penderita diabetes. Berbagai studi dan penelitian menunjukkan bahwa Pendidikan yang efektif dapat membantu pasien mengelola kadar gula darah mereka dengan lebih baik dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang. Penelitian yang dilakukan oleh Parchman et al. (2016) menunjukkan bahwa intervensi pendidikan yang melibatkan sesi edukasi tentang pengukuran gula darah, cara pemberian insulin, serta pengaturan pola makan secara teratur dapat meningkatkan pemahaman pasien dan memperbaiki pengelolaan diabetes.

Edukasi yang efektif juga dapat meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan dan pengelolaan gaya hidup mereka. Sebuah penelitian oleh Viana et al. (2017) menyebutkan bahwa pendidikan tentang cara memantau gula darah, mengenali gejala hipoglikemia, serta teknik pemberian insulin adalah komponen kunci dalam pengelolaan diabetes.

3. Manajemen Diet Dan Pola Makan Pada Pasien Diabetes

Khusus diabetes tipe 2, penyebabnya sangat erat berkaitan dengan faktor gaya hidup seseorang, seperti: kurangnya aktivitas fisik dan olahraga, stress tidak tertangani dengan baik dan pola makan tidak sehat. Penderita diabetes mellitus tipe 2, memiliki resiko mengalami gangguan serius pada organ jantung, mata dan saraf. Untuk mencegah timbulnya gangguan tersebut, penderitanya perlu mengatur pola makan, konsumsi obat dan melakukan pemeriksaan rutin. Sehingga diet yang seimbang dan pengaturan pola makan yang tepat sangat penting bagi pasien diabetes untuk mengontrol kadar gula darahnya.

Saat pasien mendapatkan pelayanan di fasilitas pelayanan kesehatan, penting bagi Perawat melakukan perannya sebagai pemberi informasi mengenai jenis-jenis makanan yang aman dikonsumsi, memiliki efek menurunkan konsentrasi gula darah dan menyertakan juga informasi mengenai jenis-jenis makanan yang tidak/kurang aman dikonsumsi oleh penderita diabetes atau makanan yang memiliki efek meningkatkan konsentrasi gula darah dalam tubuh. Perawat juga dapat memberikan informasi bagaimana cara menghitung asupan kalori berdasarkan angka kecukupan gizi (AKG) yang harus dipenuhi setiap hari oleh masing-masing orang untuk hidup sehat. Setelah memperoleh informasi tersebut, diharapkan penderita diabetes dapat terhindar dari faktor resiko terjadi komplikasi serta mampu menjalani hidup mandiri dan berkualitas. Menurut Mirmiran et al. (2019), pendekatan diet yang berbasis pada pembatasan karbohidrat

dan peningkatan konsumsi serat dapat membantu pengelolaan gula darah pada pasien diabetes tipe 2. Pendekatan diet pada pasien diabetes tidak hanya terbatas pada pemilihan makanan, tetapi juga pada kebiasaan makan, seperti pembagian waktu makan yang lebih teratur dan menghindari makan berlebihan. Mengetahui hal tersebut, perawat juga dapat membantu merencanakan waktu makan bagi penderita diabetes yaitu menerapkan makan sebelum merasa lapar dan berhenti makan sebelum kenyang.

Pengelolaan gula darah adalah inti dari perawatan diabetes. Perawat memiliki peran utama dalam pemantauan gula darah pasien secara teratur. Perawat selain memastikan bahwa pasien memahami bagaimana cara mengatur pola makan yang benar, perawat juga harus memastikan bahwa penderita diabetes memahami penggunaan obat dengan benar. Penggunaan insulin injeksi atau obat oral lainnya harus dilakukan sesuai dengan protocol medis, dan perawat bertanggung jawab untuk memberikan instruksi yang jelas kepada pasien tentang cara penggunaan obat tersebut.

4. Pemantauan dan Pengelolaan Obat pada Pasien Diabetes

Pengelolaan gula darah adalah inti dari perawatan diabetes. Perawat memiliki peran utama dalam pemantauan gula darah pasien secara teratur. Perawat selain memastikan bahwa pasien memahami bagaimana cara mengatur pola makan yang benar, perawat juga harus memastikan bahwa penderita diabetes memahami penggunaan obat dengan benar. Penggunaan insulin injeksi atau obat oral lainnya harus dilakukan sesuai dengan protocol medis. Dalam hal ini perawat memiliki peran untuk memberikan penjelasan kepada pihak pasien tentang cara memberlakukan (menyimpan obat) agar tidak terjadi perubahan pada konsentrasi dan efektifitas obat, cara penggunaan obat, cara menghitung dosis obat yang dibutuhkan pasien, waktu mengkonsumsi obat serta intervensi apa yang harus dilakukan jika terjadi efek samping obat yang tidak diharapkan di alami oleh pasien. Seperti yang telah dijelaskan di atas, perawat memiliki peran dalam membantu pasien mengenali tanda-tanda hipoglikemia atau hiperglykemia dan memberikan tindakan yang tepat jika terjadi perubahan konsentrasi gula darah di dalam tubuh.

Penelitian oleh Liu et al. (2018) menunjukkan bahwa pemantauan kadar gula darah secara rutin dapat membantu pasien mengetahui efektivitas pengobatan mereka dan menyesuaikan tindakan lebih lanjut. Manajemen obat-obatan, baik insulin maupun obat oral, merupakan bagian penting dari pengelolaan diabetes. Studi oleh Ho et al. (2017) menunjukkan bahwa ketidakpatuhan terhadap pengobatan diabetes sering menjadi masalah utama dalam pengelolaan diabetes. Oleh karena itu, penting bagi perawat untuk melakukan pendekatan berbasis konseling dan motivasi agar pasien lebih disiplin dalam menjalani pengobatan.

5. Pencegahan dan Pengelolaan Komplikasi Diabetes Mellitus

Diabetes mellitus jika tidak dikelola dengan tepat, dapat menimbulkan berbagai komplikasi serius bagi penderitanya. Menurut penelitian oleh Berbudi et al. (2018), deteksi dini terhadap komplikasi diabetes dapat mengurangi prevalensi amputasi dan meningkatkan kualitas hidup pasien secara signifikan. Komplikasi jangka Panjang yang beresiko muncul seperti neuropati, retinopati, gagal ginjal, serta penyakit jantung dan kardiovaskular. Komplikasi yang tidak diharapkan oleh semua penderita diabetes melitus ini dapat dicegah atau diminimalkan melalui pengelolaan yang baik terhadap kadar glukosa darah dan pengawasan kesehatan secara teratur. Dalam hal ini, perawat berperan penting dalam mendeteksi tanda-tanda awal komplikasi dan merujuk pasien untuk mendapatkan pengobatan lebih lanjut. Pemantauan kaki, pemeriksaan mata, dan tes fungsi ginjal adalah beberapa langkah yang perlu dilakukan untuk mencegah komplikasi lebih lanjut.

Menurut penelitian oleh Berbudi et al. (2019), deteksi dini terhadap komplikasi diabetes dapat mengurangi angka kejadian komplikasi berat, seperti amputasi atau kebutaan. Perawat harus melakukan pemeriksaan kaki secara rutin, mengedukasi pasien tentang pentingnya pemeriksaan mata dan ginjal, serta memastikan bahwa pasien mengadopsi pola hidup sehat yang dapat mencegah komplikasi diabetes.

Diskusi

Asuhan keperawatan pada pasien diabetes melitus bertujuan meningkatkan kualitas hidup pasien, mengontrol konsentrasi gula darah serta mencegah timbulnya atau mengurangi resiko komplikasi. Studi oleh Fisher et al. (2019) menunjukkan bahwa dukungan emosional yang diberikan oleh perawat dapat membantu pasien mengurangi kecemasan terkait penyakit mereka

dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Pendekatan psikososial yang baik juga melibatkan keluarga pasien, untuk memastikan bahwa pasien mendapat dukungan sosial yang cukup dalam mengelola diabetes.

SIMPULAN

Penyakit diabetes tidak hanya mempengaruhi keadaan fisik, tetapi justru sangat berpengaruh terhadap aspek psikososial penderitanya. Stres, kecemasan yang berlebihan hingga depresi sering kali dialami oleh penderita diabetes melitus yang mengalami kegagalan untuk mengelola penyakit mereka. Penderita diabetes yang tidak mengalami komplikasi hendaknya mendapatkan perhatian yang serius dari perawat, agar kedepannya penderita terhindar dari komplikasi yang tidak diharapkan. Perawat dituntut untuk memastikan agar penderita diabetes mampu mengelola atau mengontrol penyakitnya dengan efektif sehingga komplikasi yang dikhawatirkan tidak terjadi. Bagi penderita yang telah mengalami komplikasi, Perawat perlu memberikan dukungan psikologis untuk membantu pasien mengatasi perasaan cemas yang berlebihan tersebut agar tidak mengarah pada keadaan depresi. Perawat berperan membantu penderita diabetes untuk menemukan sumber-sumber efektif yang dapat menumbuhkan rasa percaya diri dan memberikan semangat bagi penderita diabetes menjalani terapi untuk memperoleh kesembuhan. Perawat juga diharapkan berperan aktif membangun komunikasi kepada keluarga yang terdekat baik dekat secara fisik maupun dekat secara psikologis dengan penderita agar lebih terlibat lebih dalam lagi dalam asuhan keperawatan. Keterlibatan keluarga terhadap asuhan keperawatan sering memunculkan motivasi secara psikologis bagi penderita untuk sembuh.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penulisan artikel ini begitu begitu banyak pihak-pihak yang membantu baik secara moril maupun material, pertama-tama penulis mengucapkan puji dan syukur ke khadirat Tuhan Yang Kuasa yang telah menganugerahi kesehatan saat penulis menyusun artikel ini. Terimakasih juga penulis ucapkan kepada orangtua, suami dan anak yang telah memberikan support dari awal hingga akhir penulisan artikel, terimakasih kepada Prof Suriadi atas bimbingan beliau hingga tercetus ide tentang isi artikel ini serta terimakasih saya ucapkan kepada pimpinan instansi tempat bekerja dan rekan-rekan perawat satu tim di tempat tugas. Berkat doa dan dukungan yang luar biasa dari anda semua, penulisan artikel ini dapat terlaksana.

DAFTAR PUSTAKA

- Berbudi, D., et al. (2018). Early detection of diabetic complications: The role of nurses. *Journal of Diabetes Nursing*, 22(2), 72-80.
- Ho, T. Y., et al. (2017). Medication adherence in patients with diabetes: The role of nursing interventions. *Journal of Clinical Nursing*, 26(7-8), 1067-1074.
- Khatami, N., et al. (2018). Nurses' role in diabetes management: A comprehensive review. *Journal of Diabetes Research*, 2018(1), 1-7.
- Mirmiran, P., et al. (2019). Diet and lifestyle management for type 2 diabetes. *Nutrition & Diabetes*, 9(1), 19.
- Parchman, M. L., et al. (2016). Diabetes education interventions in primary care. *The Diabetes Educator*, 42(5), 588-597.
- Berbudi, D., et al. (2019). Early detection and prevention of diabetic complications: A nurse's role. *Journal of Diabetes Nursing*, 21(3), 133-141.
- Bunn, C., et al. (2020). The role of nursing in diabetes management: A review of practices. *Journal of Clinical Nursing*, 29(4), 515-523.
- Fisher, L., et al. (2019). Psychological challenges in diabetes management: The nurse's role in supporting mental health. *Diabetes Care*, 42(9), 1560-1567.
- Liu, J., et al. (2018). The impact of blood glucose monitoring on diabetes management: A nurse's perspective. *Journal of Diabetes Research*, 15(4), 101-109.
- Viana, M. S., et al. (2017). Diabetes education programs: Effects on patient outcomes. *Journal of Diabetes Education*, 43(5), 469-478.