

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Diabetes melitus merupakan suatu penyakit yang disebabkan akibat adanya penumpukan glukosa di dalam darah dan terjadi akibat tubuh tidak memproduksi insulin yang cukup, sehingga penyerapan glukosa di dalam sel akan terhambat dan proses penyerapan glukosa juga akan ikut terhambat (ANRI, A. 2022). Penyakit ditandai dengan gejala yang khas yaitu buang air kecil secara terus menerus dalam jumlah yang banyak (Syamsiyah, 2022). Gangguan-gangguan yang terjadi pada pasien diabetes melitus itu disebabkan karena sekresi hormon insulin yang tidak bekerja sesuai dengan fungsinya, sehingga hormon insulin menjadi terganggu (resistensi insulin) (Agustina, R. 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021 prevalensi diabetes melitus di dunia akan terus bertambah, bahkan hampir mencapai 230 juta penduduk dan akan semakin bertambah naik setiap tahunnya sekitar 3% atau sekitar 7 juta jiwa. Tahun 2025 di perkirakan akan ada sekitar 425 juta orang yang mengalami diabetes melitus di dunia. Pada tahun 2021, *International Diabetes Federation* (IDF) mencatat Indonesia menempati urutan kelima dengan 19,47 juta penderita diabetes (Yoyoh *et al.*, 2024). Hal ini membuat prevalensi penyakit diabetes melitus di Indonesia menjadi 10,6%. Prevalensi diabetes melitus. Menurut profil Kesehatan Jawa Tengah pada tahun 2020 sebesar (13,67%), kemudian pada tahun 2021 sebesar (11,0%) dan pada

tahun 2022 sebesar (15,6%), hal ini menyebabkan tingginya angka kasus diabetes melitus di Jawa Tengah (Agustina R, 2024). Menurut data Puskesmas Cilacap Tengah bahwa prevalensi diabetes di Kabupaten Cilacap pada tahun 2019 tercatat sebanyak 7.840 kasus orang dengan diabetes melitus kemudian di tahun 2021 sebanyak 29.804 kasus orang dengan diabetes melitus (Prasetyani & Rahayu, 2021).

Sejalan dengan meningkatnya penduduk yang penderita diabetes melitus mengakibatkan berbagai masalah dalam aktivitas sehari-hari juga akan ikut terhambat. Masalah yang sering dihadapi oleh penderita diabetes melitus yaitu tidak terpenuhinya kebutuhan aktivitas fisik. Aktivitas fisik merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka dan membutuhkan suatu energi (WHO, 2022). Aktivitas fisik pada dasarnya merupakan penggunaan sistem gerak tubuh secara efisien, terkoordinasi, dan aman. Sehingga menghasilkan gerakan yang baik dan untuk menjaga keseimbangan tubuh. (Chandra & Batubara, 2021). Aktivitas fisik yang kurang pada seseorang menjadi salah satu faktor risiko terjadinya intoleransi aktivitas.

Intoleransi aktivitas merupakan ketidakcukupannya energi untuk melakukan aktivitas sehari-hari, dengan karakteristik pada klien seperti mengeluh lelah, sulit bernafas, rasa tidak nyaman yang timbul setelah beraktivitas (PPNI, 2016). Dampak dari intoleransi aktivitas jika tidak ditangani akan menyebabkan seseorang mengalami kelelahan. Kelelahan pada pasien diabetes melitus, dapat terjadi karena berbagai masalah, diantaranya masalah psikologis, kelelahan mental dan masalah fisik. Menurut Karla dan

Sahay (2018) mengatakan bahwa masalah fisik yang terjadi pada penderita diabetes disebabkan oleh tingginya kadar ion fosfat anorganik dan kalium, sehingga penderita diabetes melitus akan mengalami kelelahan. Selain itu, resistensi insulin yang menurun dan produksi Adenosin Trifosfat (ATP) pada mitokondria yang terhambat dapat menyebabkan kelelahan. Sedangkan masalah psikologis akibat diabetes melitus yaitu dapat menyebabkan suasana hati yang tidak menyenangkan, masalah psikologis yang berkaitan dengan status mental yang lelah sehingga menyebabkan kesulitan berkonsentrasi, cemas dan mudah marah (Handayani *et al.*, 2023). Hasil penelitian di beberapa negara menyatakan bahwa kelelahan terjadi pada pasien diabetes melitus. Seperti di India pada pasien yang baru di diagnosa diabetes melitus rata-rata mencapai 61% pasien merasakan kelelahan, di Amerika sebesar 40%, di Eropa 23-40%, dan di Indonesia sebesar 51,5% (Romadlon *et al.*, 2022). Sehingga kelelahan menjadi permasalahan yang dapat menurunkan aktivitas pada pasien DM, dalam hal ini perlu penatalaksanaan yang tepat untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Penatalaksanaan pada pasien Diabetes Melitus (DM) bertujuan untuk meningkatkan perawatan pada pasien, meningkatkan kualitas hidup dan mencegah timbulnya komplikasi penyakit pada penderita diabetes melitus (PERKENI, 2021). Penatalaksanaan untuk kelelahan berdasarkan intervensi keperawatan diantaranya manajemen energi, manajemen nutrisi, manajemen latihan dan pergerakan, *Activity Daily Living*, manajemen kenyamanan baik fisik maupun psikis, manajemen istirahat dan tidur, manajemen dukungan

sosial (Riani, 2024). Penatalaksanaan juga harus melibatkan anggota keluarga, karena keluarga berperan penting dalam pengelolaan diabetes melitus, dan keluarga membutuhkan edukasi untuk memberikan pemahaman terkait diabetes melitus. Salah satu penatalaksanaan untuk mengatasi intoleransi aktivitas yang dapat menyebabkan pasien diabetes melitus mengalami kelelahan yaitu dengan manajemen energi.

Manajemen energi merupakan salah satu intervensi yang digunakan untuk mengatasi kelelahan dan berperan untuk menghasilkan konservasi energi, peningkatan toleransi aktivitas, dan ketahanan tubuh guna melakukan aktivitas hidup sehari-hari dan pergerakan atau latihan (Caron dalam Meiliarani & Idramsyah, 2023). Manajemen energi merupakan metode untuk mengidentifikasi dan mengelola penggunaan energi untuk mengatasi atau mencegah terjadinya kelelahan serta mengoptimalkan suatu proses pemulihan (PPNI, 2018). Salah satu bentuk manajemen energi yaitu penerapan teknik konservasi energi dengan menggunakan prinsip 4P (*Planning, Pacing, Prioritizing, and Potitioning*) (Riani, 2024). Manajemen energi merupakan bentuk penerapan dari konservasi energi. Konservasi energi merupakan teknik untuk mengatur pernafasan ketika beraktivitas sehingga terjadi penghematan energi dan megatasi kelelahan. Teknik konservasi energi ini melibatkan perubahan aktivitas pada seseorang sehingga dapat mengelola kelelahan dengan baik (Vatwani dalam Meiliarani & Idramsyah, 2023).

Adapun hasil penelitian yang menjadi referensi mengenai penelitian tentang hubungan manajemen energi dengan kelelahan diantaranya menurut

Sutawardana *et al.*, (2022) dengan judul jurnal “Pemeriksaan Manajemen Energi dengan Kelelahan pada Pasien Diabetes Melitus dalam penelitian tersebut dilakukan oleh 3 orang dengan menggunakan 34 responden. Dari hasil uji analisisnya menggunakan *Spearman rank* diperoleh *p value* 0,033, dengan nilai koefisien korelasi (*r*) -0,366, menjelaskan bahwa semakin baik seseorang menerapkan manajemen energi, maka kelelahan akan semakin rendah dan terkontrol. Kemudian hasil penelitian menurut *Nursing Intervention Clasification* (2016), upaya untuk mengatasi kelelahan yaitu dengan melakukan konservasi energi yaitu dengan meminimalkan aktivitas yang membutuhkan energi dalam jumlah yang cukup besar. Beberapa hal dalam konservasi energi menjelaskan tentang manajemen energi. Manajemen energi yang dimaksud disini adalah untuk menghindari kegiatan-kegiatan yang membutuhkan banyak energi serta oksigen. Dari hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara manajemen energi dengan kelelahan.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah di telaah mengenai intoleransi aktivitas pada penderita diabetes melitus, penulis tertarik melakukan studi kasus tentang “Implementasi Manajemen Energi untuk Mengatasi Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas pada Pasien Diabetes Melitus”

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut dapat disimpulkan perumusan masalah yang muncul yaitu “Bagaimana Implementasi Manajemen Energi untuk Mengatasi Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas pada Pasien Diabetes Melitus”

C. TUJUAN PENULISAN

1. Tujuan Umum

Mendiskripsikan implementasi manajemen energi untuk mengatasi intoleransi aktivitas pada pasien diabetes melitus.

2. Tujuan Khusus

1. Mendiskripsikan kondisi pasien diabetes melitus
2. Mendiskripsikan implementasi manajemen energi untuk mengatasi intoleransi aktivitas pada pasien diabetes melitus
3. Mendiskripsikan respon yang muncul pada pasien diabetes melitus selama perawatan
4. Mendiskripsikan hasil implementasi manajemen energi untuk mengatasi intoleransi aktivitas pada pasien diabetes melitus

D. MANFAAT PENULISAN

1. Bagi Penulis

- 1) Untuk mengetahui tindakan manajemen energi untuk mengatasi intoleransi aktivitas pada pasien diabetes melitus serta respon pasien sebelum dan sesudah dilakukan implementasi.
- 2) Untuk mendalami kasus diabetes melitus dengan asuhan keperawatan sekaligus menerapkan manajemen energi.

2. Bagi Pembaca

Menambah referensi bagi pembaca untuk kasus-kasus diabetes melitus dengan penerapan manajemen energi.

3. Bagi Institusi

Untuk menambah referensi penguatan dari masalah keperawatan intoleransi aktivitas dengan menerapkan manajemen energi.