

PENANGANAN DIABETES MELLITUS DI RSUD AJIBARANG:

KASUS DAN SOLUSI

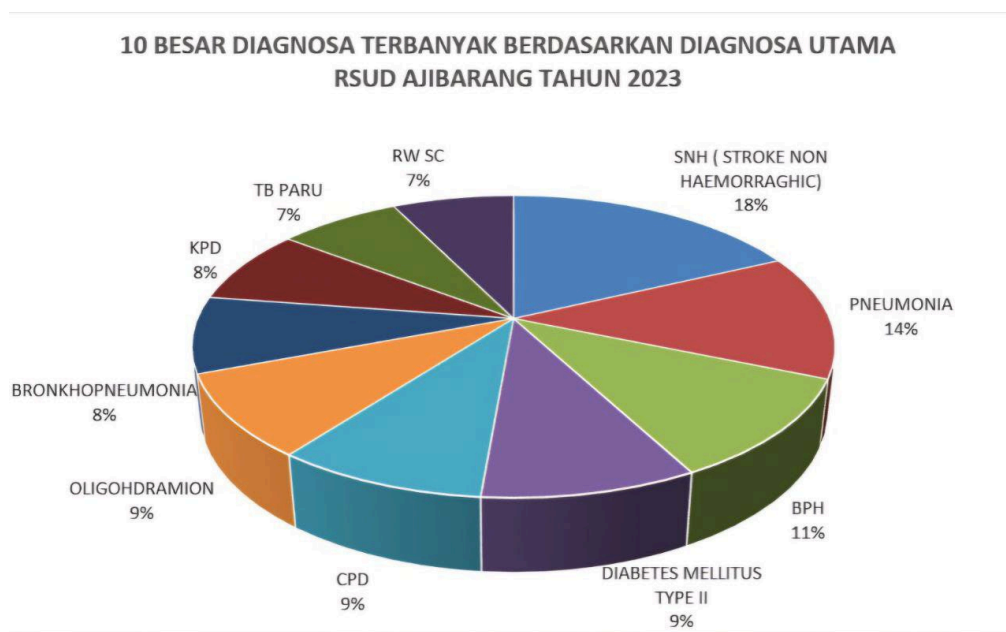
Oleh : Primanita Ulfah, S.Kep.,Ns.

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan kadar gula darah tinggi akibat kekurangan insulin atau ketidakmampuan tubuh untuk menggunakan insulin secara efektif. DM adalah salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat secara global, termasuk di Indonesia. Penyakit ini tidak hanya berdampak pada kualitas hidup penderitanya, tetapi juga memicu berbagai komplikasi serius yang dapat mengancam nyawa dan membutuhkan perawatan intensif.

DM terbagi menjadi 2 tipe, adalah DM tipe 1, terjadi ketika tubuh tidak dapat memproduksi insulin karena kerusakan pada sel beta pankreas dan DM tipe 2 terjadi ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif (resistensi insulin), sering dikaitkan dengan obesitas dan gaya hidup tidak sehat. Faktor resiko DM diantaranya adalah pola makan tidak sehat: konsumsi makanan tinggi gula dan lemak, gaya hidup tidak sehat: kurangnya aktivitas fisik, begadang, obesitas: berat badan berlebih meningkatkan risiko DM tipe 2, kurangnya edukasi kesehatan: banyak masyarakat yang belum memahami pentingnya pencegahan dan pengelolaan DM.

DM tidak hanya ditandai oleh kadar gula darah yang tinggi, tetapi juga oleh berbagai komplikasi jangka panjang yang dapat mempengaruhi hampir semua organ tubuh. Salah satu komplikasi yang paling serius adalah gagal ginjal. DM merusak pembuluh darah di ginjal, mengganggu fungsi penyaringan, dan menyebabkan penumpukan limbah di dalam tubuh. Menurut data dari Perhimpunan Nefrologi Indonesia (PERNEFRI), sekitar 50% pasien yang menjalani dialisis atau cuci darah di Indonesia adalah penderita DM. Komplikasi Lainnya : Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah: Penderita DM memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami penyakit jantung koroner, stroke, dan penyakit pembuluh darah perifer, **Neuropati Diabetik:** Kerusakan saraf akibat DM dapat menyebabkan nyeri, kesemutan, dan kehilangan fungsi pada anggota tubuh tertentu, **Retinopati Diabetik:** Komplikasi ini dapat menyebabkan kehilangan penglihatan dan merupakan salah satu penyebab utama kebutaan pada orang dewasa, **Luka Kronis dan Amputasi:** DM dapat menghambat penyembuhan luka, yang sering kali berujung pada infeksi parah dan amputasi.

Menurut data dari International Diabetes Federation (IDF) tahun 2023, jumlah penderita DM di Indonesia terus meningkat secara signifikan. Data dari Kementerian Kesehatan RI menunjukkan bahwa prevalensi DM pada tahun 2018 adalah sekitar 10,9% dari populasi dewasa, dan angka ini diperkirakan terus meningkat seiring dengan perubahan gaya hidup dan pola makan masyarakat. Berdasarkan data terbaru RSUD Ajibarang tahun 2023, prevalensi pasien dengan diagnosis utama DM di RSUD Ajibarang mencapai 9% dari total pasien yang dirawat. Laporan internal ruang rawat inap Camar Bawah menunjukkan bahwa prevalensi kasus DM mencapai 15-20%, menjadikannya peringkat kedua dalam 10 besar kasus penyakit. Sebagian besar kasus DM di ruang Camar Bawah adalah DM tipe 2, selebihnya adalah DM Tipe 1, dan DM Tipe lain dengan komplikasi.



Pengobatan DM melibatkan penggunaan obat oral dan injeksi insulin. Edukasi mengenai penggunaan obat yang benar sangat penting untuk menghindari komplikasi lebih lanjut. Berbagai jenis insulin (cepat, sedang, dan panjang) digunakan sesuai kebutuhan pasien. Penggunaan insulin memerlukan pengetahuan khusus, di antaranya: **Cara penyuntikan yang benar:** Lokasi penyuntikan dan teknik yang tepat. Lokasi penyuntikan yang dianjurkan sekarang adalah di area perut, dibagi menjadi 4 bagian dan membentuk huruf S. Penyuntikan dimulai dari kiri ke kanan, **Penyimpanan insulin:** Insulin harus disimpan pada suhu yang tepat untuk menjaga efektivitasnya. Jika masih dalam segel disimpan dalam suhu kulkas dan jika sudah dibuka disimpan di suhu ruangan, **Pemantauan gula darah:** Pasien harus rutin memantau kadar gula darah untuk menyesuaikan dosis insulin.

Pola hidup sehat sangat penting dalam pengelolaan diabetes: **Diet seimbang:** Mengonsumsi makanan bergizi dengan porsi yang tepat, **Aktivitas fisik:** Rutin berolahraga minimal 30 menit sehari, **Pemeriksaan kesehatan rutin:** Memantau kondisi kesehatan secara berkala untuk mendeteksi komplikasi sejak dini.

Ruang Camar Bawah, sebagai salah satu fasilitas kesehatan yang menangani kasus-kasus DM dan komplikasinya, menghadapi berbagai tantangan. Pasien yang datang sering kali berada dalam kondisi yang sudah parah, memerlukan penanganan intensif, dan biaya pengobatan yang tinggi. Selain itu, kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan dan kontrol DM juga menambah beban pada fasilitas kesehatan ini. Oleh karena itu, edukasi terkait DM selalu dilakukan secara masif di RSUD Ajibarang, baik melalui edukasi langsung, discharge planning pasien post rawat inap, maupun melalui media sosial.

Kesimpulan

Diabetes mellitus dan komplikasi gagal ginjal menjadi masalah kesehatan yang semakin meningkat pada tahun 2024. Edukasi masyarakat tentang pengobatan, penggunaan insulin, dan pola hidup sehat sangat penting untuk mengendalikan tren ini. Dengan edukasi yang tepat, masyarakat dapat lebih baik dalam mengelola diabetes dan mencegah komplikasi serius. Kesadaran dan kerjasama dari semua pihak, termasuk pemerintah, tenaga kesehatan, dan masyarakat, diperlukan untuk menghadapi tantangan ini dan meningkatkan kualitas hidup penderita DM. Dengan langkah-langkah yang tepat, kita dapat berharap untuk melihat penurunan angka komplikasi serius dan peningkatan kualitas hidup bagi penderita DM di masa depan.

Daftar Pustaka

1. **Kementerian Kesehatan RI.** (2024). Laporan Tahunan Kesehatan Nasional.
2. **American Diabetes Association.** (2024). Standards of Medical Care in Diabetes—2024.
3. **World Health Organization.** (2024). Global Report on Diabetes.