BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan kondisi hiperglikemia akibat gangguan sekresi insulin, penurunan sensitivitas sel terhadap insulin, maupun kombinasi keduanya. Kondisi ini mengakibatkan tubuh tidak mampu memetabolisme zat gizi dari makanan secara optimal sebagai sumber energi, yang berdampak pada peningkatan kadar glukosa darah melebihi batas normal.(Zainab, 2024)

Angka revalensi diabetes di Indonesia menunjukkan tren peningkatan. Riskesdas 2018 mencatat prevalensi sebesar 10,9% pada penduduk usia ≥15 tahun, sedangkan pada tahun 2023 meningkat menjadi 11,7% menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 (Survei Kesehatan(SKI), 2023). Kondisi ini mengindikasikan bahwa diabetes tidak hanya menjadi masalah klinis individu, tetapi juga membawa konsekuensi pada keluarga dan menimbulkan beban kesehatan nasional. Berdasarkan proyeksi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, jumlah penduduk yang menderita diabetes saat ini mencapai sekitar 19,5 juta jiwa dan diperkirakan akan mengalami peningkatan signifikan hingga mencapai 28,5 juta jiwa pada tahun 2045. (Survei Kesehatan Indonesia(SKI), 2023)

Meningkatnya kasus Diabetes Melitus (DM) ini berpotensi menimbulkan komplikasi serius yang berdampak pada kualitas hidup penderita. Secara global, International Diabetes Federation (IDF) melaporkan pada tahun 2021 terdapat sekitar 537 juta orang dewasa (usia 20–79 tahun) dengan diabetes, dan jumlah tersebut diproyeksikan meningkat menjadi 643 juta pada 2030 serta 783 juta pada 2045 (Webber, 2021)

Dampak Diabetes Melitus (DM) terlihat pada berbagai tingkat. Pada individu, penyakit ini meningkatkan risiko komplikasi dan mortalitas. Pada keluarga, keberadaan anggota dengan diabetes menambah beban psikososial serta ekonomi, karena keterlibatan keluarga diperlukan dalam perawatan harian (Sagala et al., 2023) Pada tingkat nasional, tingginya prevalensi diabetes memicu kenaikan biaya kesehatan serta menurunkan produktivitas tenaga kerja.

Keberhasilan pengelolaan diabetes sangat dipengaruhi oleh kepatuhan dalam melakukan self-care. Perawatan diri meliputi pengaturan diet, aktivitas fisik, konsumsi obat atau insulin secara teratur, pemantauan glukosa darah, dan pengendalian stres (Health, 2022) Namun demikian, tingkat kepatuhan, khususnya pada remaja dengan diabetes tipe 1, masih menjadi tantangan. Masa remaja ditandai dengan perawatan diri akan kemandirian, yang seringkali berdampak pada menurunnya konsistensi dalam melakukan regimen perawatan (Dashiff et al., 2009) Keterlibatan keluarga diawali dengan perawatan diri individu pada dm.

Perawatan diri menjadi penting karena membantu individu mengenali tanda-tanda perubahan kondisi tubuh secara dini, mencegah komplikasi seperti hipoglikemia, nefropati, dan penyakit jantung, serta meningkatkan kualitas hidup jangka panjang. Studi oleh Shrivastava et al. (2013) juga menegaskan bahwa kemampuan pasien dalam melakukan self-care secara mandiri berhubungan langsung dengan penurunan angka komplikasi dan kematian akibat diabetes. Dengan demikian, kemampuan individu dalam merawat dirinya sendiri bukan hanya bentuk tanggung jawab personal terhadap kesehatan, tetapi juga menjadi komponen utama dalam menekan beban penyakit dan mortalitas akibat diabetes melitus.

Modifikasi self-care sangat penting bagi perawat karena membantu menyesuaikan intervensi dengan kebutuhan, kemampuan, dan kondisi pasien secara individual. Individu bertanggung jawab terhadap pelaksanaan perawatan diri, sedangkan perawat berfungsi sebagai

fasilitator dan edukator yang membantu meningkatkan kemandirian pasien melalui edukasi kesehatan serta pendampingan berkelanjutan.. Faktor keperawatan yang memengaruhi masalah diabetes melitus dalam konteks self-care mencakup faktor internal seperti pengetahuan, motivasi, dan keyakinan diri (self-efficacy). Pelaksanaan perawatan diri (self-care) menjadi tanggung jawab individu, dengan perawat berperan sebagai pendukung dalam fungsi fasilitasi dan pendidikan. Dalam hal ini, perawat berkontribusi untuk meningkatkan kemandirian pasien dalam melakukan perawatan diri melalui edukasi kesehatan serta pendampingan yang diberikan secara berkelanjutan (Ciske & Orem, 1980).

Pasien dengan diabetes melitus sangat penting untuk melakukan perawatan diri karena keberhasilan pengendalian penyakit ini sangat bergantung pada kedisiplinan individu dalam mengelola gaya hidup sehari-hari. Perawatan diri mencakup pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, dan kepatuhan terhadap terapi farmakologis. Tanpa keterlibatan aktif pasien dalam proses ini, pengendalian glukosa darah sulit dicapai secara optimal (Health, 2022)

Apabila perawatan diri tidak dilakukan secara konsisten, maka pasien berisiko tinggi mengalami komplikasi baik akut maupun kronis. Komplikasi akut seperti hipoglikemia dan ketoasidosis diabetikum dapat membahayakan nyawa, sedangkan komplikasi kronis seperti nefropati, retinopati, neuropati, dan penyakit kardiovaskular dapat menurunkan kualitas hidup secara signifikan. Selain itu, dampak jangka panjangnya dapat memengaruhi kondisi fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi pasien serta keluarganya (Shrivastava et al., 2013)

Bagi tenaga keperawatan, pemahaman mengenai urgensi self-care pasien DM merupakan aspek fundamental dalam praktik asuhan keperawatan. Perawat berperan tidak hanya dalam memberikan edukasi, tetapi juga dalam memfasilitasi keterlibatan keluarga untuk

mendukung keberhasilan perawatan. Ketertarikan peneliti dalam mengangkat tema ini didasari oleh tingginya angka prevalensi diabetes di Indonesia yang mencapai 11,7% pada tahun 2023 (RISKESDAS, 2023), serta rendahnya tingkat kepatuhan pasien dalam melaksanakan perawatan diri. Fakta ini menunjukkan pentingnya pendekatan keperawatan yang berfokus pada peningkatan self-care dengan melibatkan keluarga sebagai mitra utama dalam perawatan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Lerep Kabupaten Semarang pada bulan Oktober 2025, diperoleh data dari bagian rekam medis bahwa terdapat sebanyak 330 pasien Diabetes Melitus Tipe 2 yang terdaftar dan aktif mengikuti program pengelolaan penyakit kronis (Prolanis). Dari jumlah tersebut, sebanyak 178 pasien memenuhi kriteria inklusi penelitian, yaitu pasien yang rutin melakukan kontrol minimal dua kali dalam tiga bulan terakhir dan mampu berkomunikasi dengan baik.

Hasil wawancara awal dengan petugas program Prolanis menunjukkan bahwa sebagian besar pasien masih mengalami kesulitan dalam mempertahankan perilaku perawatan diri yang optimal, khususnya dalam hal kepatuhan terhadap pola makan, aktivitas fisik, dan pemantauan kadar glukosa darah. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Lin et al. (2024) yang menggunakan instrumen Self-Care Inventory-Revised (SCI-R) pada 285 responden, di mana ditemukan bahwa 58% responden belum mencapai tingkat self-care yang optimal, dengan rata-rata skor SCI-R sebesar 72 pada skala 0–100.

B. Rumusan Masalah

Dari Latar belakang yang telah dijelaskan, terdapat rumusan masalah dalam penelitian ini:

1. Bagaimana karakteristik individu dengan Diabetes Melitus (DM) dalam menjalankan perawatan diri sehari-hari.

2. Mendeskripsikan bagaimana paisen Diabetes Melitus (DM) melakukan rutinitas perawatan harian dan pemeriksaan kadar glukosa darah secara mandiri.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik penderita Diabetes Melitus (DM) dalam melaksanakan perawatan diri, terutama terkait rutinitas perawatan harian dan pemeriksaan kadar glukosa darah secara mandiri.

2. Tujuan Khusus

   a. Mendeskripsikan karakteristik responden pasien Diabetes Melitus (DM).

   b. Mendeskripsikan perawatan diri pada pasien Diabetes Melitus (DM).

D. Manfaat Penelitian

1. Teori

   a. Memperkaya keilmuan di bidang keperawatan, khususnya mengenai perilaku perawatan diri pada pasien dengan penyakit kronis seperti Diabetes Melitus (DM).

   b. Memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori mengenai kepatuhan pasien terhadap regimen perawatan diri.

2. .Klinis

   a. Memberikan gambaran nyata terkait perilaku kepatuhan pasien Diabetes Melitus (DM) dalam perawatan diri serta pemeriksaan glukosa darah, yang dapat dijadikan dasar intervensi keperawatan yang lebih tepat sasaran.

   b. Mendukung tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam menyusun edukasi kesehatan yang lebih fokus mengenai pentingnya kepatuhan perawatan diri dan pemeriksaan mandiri untuk menekan risiko komplikasi.

c. Bagi pasien, hasil penelitian dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran akan pentingnya kepatuhan dalam melakukan perawatan diri serta pemeriksaan gula darah secara mandiri guna menunjang kualitas hidup.
d. Bagi keluarga, penelitian ini dapat menjadi pedoman dalam memberikan dukungan dan pendampingan terhadap anggota keluarga yang menderita Diabetes Melitus (DM).