

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Usia lanjut (lansia) merupakan fase akhir fase kehidupan manusia yang ditandai pada proses penuaan alami yang disertai dengan penurunan berbagai fungsi tubuh, baik fungsi biologis, psikologis, maupun sosial (Akbar et al., 2021). Seiring bertambahnya usia menyebabkan lansia mengalami perubahan, baik dalam aspek fisik, psikologis, maupun sosial, termasuk penurunan fungsi tubuh dan perubahan peran dalam kehidupan sehari-hari. Apabila perubahan tersebut tidak diikuti dengan kesiapan kemampuan beradaptasi yang memadai, maka kondisi tersebut dapat memicu permasalahan fisik, emosional, dan sosial yang berpengaruh terhadap kesejahteraan hidup lansia (Nurpadilah et al., 2021; Fitri Malau et al., 2023). Penurunan fungsi tubuh yang terjadi pada lansia meningkatkan kerentanan terhadap berbagai penyakit tidak menular, terutama penyakit degeneratif kronis. Salah satu kondisi umum di kalangan lansia adalah diabetes melitus (Destria Efliani, 2024; Leni et al., 2022).

Diabetes melitus merupakan penyakit dengan tingkat prevalensi tinggi di negara berkembang dan menunjukkan kecenderungan peningkatan dari setiap tahun (Sakul & Andriani, 2025). Kondisi ini tidak hanya berdampak secara fisik, tapi juga tekanan emosional tersebut dikenal sebagai diabetes distress (Srywahyuni et al., 2025). Diabetes distress adalah kondisi stres emosional atau perasaan khawatir yang dialami pasien terkait dengan pengelolaan penyakit diabetes yang dialami (Kurniyawan et al., 2023). Kondisi

ini dapat ditandai dengan munculnya perasaan putus asa, rendahnya rasa percaya diri, serta kesulitan dalam menjalani pola hidup yang diperlukan untuk mengontrol diabetes (Kadek et al., 2024; Nugroho et al., 2024). Berlandaskan data WHO (2022), setidaknya 422 juta orang di seluruh dunia mengalami diabetes melitus. Selain itu, laporan tahun 2021 dari Federasi Diabetes Internasional (IDF) menyatakan bahwa total penderita diabetes melitus di Indonesia menjangkau 19,5 juta orang berusia 20–79 tahun. Data ini menunjukkan bahwa diabetes melitus tetap menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius perkara kesehatan masyarakat yang signifikan serta memerlukan perhatian dan upaya yang cukup dan membutuhkan perhatian serta upaya pencegahan yang berkelanjutan (Kusumastuti et al., 2023; Yanti Eka Safitri et al., 2025). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kabupaten Mojokerto tahun 2019, jumlah kasus diabetes mellitus tercatat sebanyak 14.921 kasus atau sekitar 6,64% dari total sepuluh penyakit terbesar yang dilaporkan. Angka-angka ini menunjukkan bahwa Diabetes Mellitus masih merupakan masalah kesehatan dengan prevalensi yang cukup tinggi di Kabupaten Mojokerto, sehingga diperlukan perhatian khusus dalam upaya pencegahan dan pengendalian (BPS, 2023).

Menurut data yang diperoleh dari Puskesmas Ngoro, jumlah pasien prolans tercatat sebanyak 197 orang dengan jumlah pasien lanjut usia ≥ 60 yang menderita diabetes melitus sebanyak 65 orang. Pada tanggal 27 Februari 2026, peneliti melakukan studi pendahuluan sebagai tahap awal untuk mendapatkan gambaran umum tentang tingkat stres akibat diabetes dan perilaku perawatan

diri pada pasien diabetes melitus lanjut usia. Studi pendahuluan dilakukan melalui wawancara langsung terhadap 5 orang lansia berusia di atas 60 tahun. Hasil wawancara mengungkapkan terdapat 5 responden lansia yang menderita diabetes melitus, sebanyak 3 responden (60%) mengalami tekanan emosional sedang akibat diabetes, sedangkan 2 responden (40%) mengalami tekanan emosional ringan. Pada perilaku *self care*, 2 responden (40%) tidak patuh terhadap pengaturan diet dan jarang melakukan aktivitas fisik, 1 responden (20%) tidak rutin minum obat, serta 2 responden (40%) jarang memeriksa kadar gula darah secara teratur dan tidak melakukan perawatan kaki yang tepat. Secara keseluruhan, seluruh responden (100%) mengalami diabetes distress dengan tingkat ringan hingga sedang serta menunjukkan perilaku perawatan diri yang masih kurang optimal. Temuan ini menunjukkan bahwa tingkat diabetes distress berpotensi memengaruhi *self care* pada lansia penderita diabetes melitus.

Pada individu dengan diabetes melitus, stres sering muncul sebagai akibat dari persepsi keterbatasan dalam mengendalikan kondisi kesehatan yang dialami. Kecemasan diabetes merupakan kondisi kecemasan yang dialami pasien mengenai kualitas layanan kesehatan yang mereka terima (Pragholapati et al., 2021). Gejala kecemasan pada penderita diabetes meliputi hilangnya harapan untuk sembuh, menurunnya harga diri, dan berkurangnya kemampuan untuk mempertahankan gaya hidup yang diperlukan untuk mengendalikan penyakit tersebut (Mamu et al., 2025). Kecemasan pengelolaan kesehatan bisa picu distress diabetes. Dukungan keluarga dapat mengurangi tingkat stres dan

meningkatkan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2. Sementara dukungan sosial lingkungan meningkatkan perilaku perawatan diri pasien (Puput Mulyono & Kresna Agung Yudhianto, 2025). *Self care* pada pasien diabetes sangat bergantung pada motivasi, yaitu dorongan internal/eksternal yang diwujudkan melalui hasrat, minat dan kebutuhan dalam mencapai tujuan. Namun, banyak pasien diabetes memiliki motivasi rendah sehingga secara konsisten tidak melakukan perawatan diri (Adhi Prasetya et al., 2023). *Self care* penting bagi pasien diabetes untuk mengawasi kadar gula darah. Pasien diabetes melitus dianjurkan menjalankan aktivitas *self care* rutin setiap hari agar glukosa tetap normal dan risiko komplikasi minimal. Perilaku perawatan diri optimal jika pasien memiliki kesadaran dan kemauan. Pengetahuan diperoleh dari edukasi tenaga kesehatan tentang penanganan diabetes. Perawatan diri meningkatkan kualitas hidup, mengontrol gula darah, dan menekan prevalensi penyakit (Rantung et al., 2021; Kalirungkut & Sulistria, 2023).

Hasil penelitian dari Yanti Eka Safitri et al. (2025) Penelitian tentang diabetes distress dari total 55 orang yang memberikan tanggapan, terdapat 22 di antaranya yang masuk dalam kategori ringan (40.0%), 20 orang dalam kategori sedang (36.4%), dan 13 responden berada pada tingkat berat (23.6%). Sedangkan untuk perawatan diri, dari 55 responden, mayoritasnya memiliki perawatan diri yang baik sebanyak 36 responden (65.5%) dan 19 responden lainnya memiliki *self care* yang kurang (34.5%).

Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek psikologis berupa diabetes *distress* dengan *self care*

pada kelompok lansia dengan diabetes melitus. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pengelolaan diabetes tidak hanya bergantung pada terapi medis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor psikologis, sosial, dan perilaku pasien. Namun, kajian yang secara spesifik meneliti hubungan antara diabetes *distress* dan *self care* pada lansia masih terbatas, terutama di negara berkembang (Azis et al., 2025).

Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut masih diperlukan mengenai hubungan antara stres akibat diabetes dan perilaku perawatan diri pada pasien diabetes melitus. pada lansia di puskesmas ngoro, terutama distress dan perilaku perawatan diri. Sehingga peneliti merasa tertarik untuk mengambil tema hubungan antara diabetes *distress* dan *self care* pasien lanjut usia diabetes di Puskesmas Ngoro.

1.2 Rumusan Masalah

Berlandaskan uraian latar belakang tersebut, diabetes distress merupakan salah satu masalah psikologis yang dapat memengaruhi *self care* pada lansia dengan diabetes melitus. Meskipun beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara diabetes distress dan self care, kajian yang dilakukan pada populasi lansia khususnya di Tingkat pelayanan kesehatan primer seperti Puskesmas Ngoro masih terbatas.

Berdasarkan hal tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah terdapat Hubungan Diabetes *Distress* Dengan *Self Care* Pada Lansia Diabetes Melitus Di Puskesmas Ngoro?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan *diabetes distress* dengan *self care* pada lansia penderita diabetes melitus di Puskesmas Ngoro.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat *diabetes distress* pada lansia diabetes melitus di puskesmas Ngoro.
2. Mengidentifikasi *self care* pada lansia diabetes melitus di Puskesmas Ngoro.
3. Menganalisis hubungan antara *diabetes distress* dengan *self care* pada lansia diabetes melitus yang di Puskesmas Ngoro.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penderita Diabetes Melitus

Penelitian ini di harapkan dapat meningkatkan kesadaran lansia penderita diabetes melitus mengenai pentingnya pengelolaan stress emosional (*diabetes distress*) dan *self care* secara optimal. Dengan demikian, penderita dapat lebih termotivasi dalam menjaga mencegah pola makan, aktivitas fisik, memantau gula darah, berolahraga, dan mematuhi terapi.

1.4.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi tenaga Kesehatan yang memberikan edukasi, konseling, serta intervensi yang berfokus pada terapi medis serta psikologi pasien. Tenaga kesehatan dapat

mengembangkan pendekatan holistik dalam meningkatkan *self care* pada lansia yang menderita diabetes melitus.

1.4.3 Bagi Puskesmas Ngoro

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi serta bahan evaluasi dalam meningkatkan program promotif dan preventif, khususnya terkait manajemen diabetes melitus pada lansia. Selain itu, hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar dalam penyusunan program edukasi dan dukungan psikososial bagi pasien diabetes melitus di Puskesmas Ngoro.

1.4.4 Bagi Intitusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah dan sumber pembelajaran bagi mahasiswa serta dosen dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya terkait manajemen diabetes melitus pada lansia dan pendekatan psikososial dalam pelayanan kesehatan.

1.4.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian Temuan studi ini diharapkan dapat menjadi dasar dan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian terkait diabetes *distress*, *self care*, serta intervensi psikologis pada pasien diabetes melitus, khususnya pada kelompok lansia.