

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menua merupakan suatu proses biologis yang tidak dapat dihindari dan berlangsung secara alami. Proses penuaan ini dapat menimbulkan berbagai permasalahan, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, ekonomi, psikologis termasuk penyakit diabetes melitus (Framesti, 2023). Diabetes Melitus merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh lansia dan berpotensi menimbulkan cedera hingga kematian mendadak pada kelompok usia lanjut. Peningkatan usia yang disertai proses degeneratif dapat menyebabkan penurunan berbagai fungsi tubuh, termasuk pada sistem endokrin. Kondisi ini dapat memicu terjadinya resistensi insulin sehingga kadar glukosa dalam darah menjadi tidak stabil (Safitri et al., 2024).

Seiring dengan meningkatnya usia, banyak lansia mengalami penurunan kemampuan fisik maupun mental yang dapat mempengaruhi kondisi kesehatan mereka, termasuk munculnya penyakit degeneratif seperti diabetes melitus. Lansia yang telah lama menderita diabetes umumnya memiliki kualitas hidup yang lebih rendah karena penyakit tersebut memberikan dampak negatif terhadap kondisi fisik dan psikologis (Muflihatin et al., 2024). Selain itu, penderita diabetes sering mengalami keterbatasan dalam melakukan perawatan aktivitas mandiri sehari-hari serta kurang mampu berpartisipasi dalam kegiatan sosial (Nurpadilah et al., 2021). Menurut Hartono (2023) diabetes melitus merupakan penyakit yang sebenarnya tidak bisa sembuh total, tetapi kadar gula darahnya masih bisa dikendalikan serta komplikasi pada lansia dapat dicegah. Masalah yang dialami oleh penderita diabetes juga bisa berkurang jika mereka memiliki kemampuan melakukan *self care activities for diabetes* sehingga kadar gula darah dapat lebih terkontrol (Hartono et al., 2023).

Menurut Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (2024), prevalensi diabetes melitus (DM) di dunia menunjukkan tren peningkatan yang signifikan. *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa pada tahun 2021

sekitar 10,5% penduduk dunia berusia 20–79 tahun, atau setara dengan 537 juta orang dewasa, hidup dengan diabetes. Angka tersebut diproyeksikan terus meningkat hingga mencapai 12,2% atau sekitar 783 juta penderita pada tahun 2045. Situasi di Indonesia juga menunjukkan kondisi yang serupa. Berdasarkan data IDF tahun 2024, Indonesia masih menempati posisi lima besar negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia. Sementara itu, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus berdasarkan pemeriksaan kadar glukosa darah pada penduduk usia 15 tahun ke atas mencapai 11,7% (PERKENI, 2024).

Salah satu masalah keperawatan yang sering terjadi pada pasien diabetes melitus adalah ketidakmampuan pasien dalam menerapkan aktivitas perawatan mandiri secara optimal (Marliana et al., 2025). Ketidakmampuan tersebut biasanya disebabkan oleh kurangnya pengetahuan pasien mengenai pola makan sehat, rasa bosan terhadap pengaturan diet, kesalahpahaman tentang jenis makanan yang boleh dikonsumsi, serta ketidaksesuaian antara selera pasien dengan menu diet yang diberikan. Jika kondisi ini tidak dikontrol dengan baik, maka dapat menyebabkan kadar glukosa darah menjadi tidak stabil sehingga meningkatkan risiko terjadinya komplikasi dalam jangka Panjang (Putra, 2025).

Teori *self care* merupakan teori yang dikemukakan oleh Dorothea Orem (1959). Menurut Orem, *self care* adalah upaya yang dilakukan individu untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi tubuh serta mendukung perkembangan dalam kehidupan sosial sesuai dengan potensi yang dimiliki manusia. Teori ini juga menjelaskan bahwa manusia memiliki keterbatasan, namun tetap memiliki keinginan untuk mempertahankan kondisi kesehatan agar tetap normal (Andriyanti, 2017). *Self-care Activities* Penderita diabetes mencakup berbagai aktivitas penting, antara lain pengaturan pola makan, pemantauan kadar glukosa darah, kepatuhan terhadap terapi obat, perawatan kaki, serta aktivitas fisik atau olahraga. Pengaturan pola makan bertujuan untuk menjaga keseimbangan metabolisme tubuh sehingga kadar glukosa darah tetap terkontrol dalam rentang normal. Pemantauan kadar glukosa darah dilakukan

untuk menilai efektivitas pengelolaan diabetes yang telah dijalankan. Terapi obat berperan dalam membantu mengendalikan kadar glukosa darah dan mengurangi risiko terjadinya komplikasi. Selain itu, perawatan kaki penting dilakukan untuk mencegah luka maupun komplikasi kaki diabetik. Aktivitas fisik atau olahraga juga diperlukan karena dapat meningkatkan sensitivitas insulin, sehingga membantu tubuh menggunakan glukosa secara lebih efektif dan mendukung fungsi tubuh secara optimal (Hasanah, 2024).

Tujuan utama dalam penatalaksanaan diabetes melitus adalah mencegah serta mengurangi risiko terjadinya komplikasi, baik yang bersifat akut maupun kronis (Khunafa'ati, 2023). Menurut Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, pengendalian diabetes melitus dapat dilakukan melalui penerapan *Self-Care Activities for Diabetes* yang meliputi lima pilar utama, yaitu pengaturan pola makan (diet), aktivitas fisik atau olahraga, terapi obat, pemantauan kadar glukosa darah, dan perawatan kaki. Pendapat ini sejalan dengan Waspadji (2009) yang dikutip dalam Framesty Mellania (2021), yang menyatakan bahwa komplikasi diabetes melitus dapat dicegah melalui pengendalian kadar gula darah dengan pendekatan terapi farmakologis maupun nonfarmakologis (Framesty, 2021). Keberhasilan penatalaksanaan diabetes melitus sangat bergantung pada kemampuan pasien dalam memulai, menjalankan, dan mempertahankan perilaku perawatan diri (*self-care*) secara mandiri dan berkelanjutan (Juwariah & Priyanto, 2021).

Hasil penelitian Agustina dkk. (2022) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-care activities* dan kadar gula darah puasa (GDP) pada pasien diabetes melitus tipe II di RSUD Kelet ($r = 0,192$; $p = 0,036$). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa semakin baik pelaksanaan *self-care activities*, maka kadar GDP pasien cenderung lebih rendah. Sebaliknya, rendahnya penerapan *self-care activities* berhubungan dengan peningkatan kadar GDP pada pasien diabetes melitus tipe II (Agustina et al., 2022). Hasil ini sejalan dengan pendapat Jeany dkk. (2015) yang dikutip dalam Framesty (2021), yang menyatakan bahwa pasien dengan pemahaman yang

baik mengenai diabetes melitus akan lebih mampu melakukan pengelolaan penyakit secara mandiri melalui *self-care*. Pengelolaan diabetes yang dilakukan secara tepat dapat meningkatkan status kesehatan, mencegah terjadinya komplikasi, mendukung proses pemulihan, serta berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup pasien (Framesty, 2021)

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa penerapan *self-care activities for diabetes* merupakan salah satu upaya yang efektif dalam membantu mengendalikan kadar glukosa darah pada lansia dengan diabetes melitus. Oleh karena itu, asuhan keperawatan memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan lansia melakukan perawatan mandiri melalui edukasi, pendampingan, pemantauan, serta pemberdayaan pasien agar mampu menerapkan perilaku *self-care* secara konsisten. Dengan optimalnya pelaksanaan asuhan keperawatan yang berfokus pada peningkatan *self-care activities for diabetes*, diharapkan ketidakstabilan kadar glukosa darah dapat dikendalikan sehingga risiko komplikasi dapat diminimalkan dan kualitas hidup lansia meningkat. Atas dasar tersebut, penulis tertarik menyusun Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Analisa Asuhan Keperawatan Lansia dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Melalui *Self-Care Activities for Diabetes*.”

1.2 Tujuan Penulisan

1.2.1 Tujuan Umum

Tujuan dari pembuatan karya tulis ilmiah akhir ners ini untuk melakukan analisa dan memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan ketidakstabilan gula darah menggunakan penerapan *Self Care Activities for diabetes*.

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis Analisa Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Melalui *Self-Care Activities For Diabetes*.

2. Menganalisis Penerapan Analisa Asuhan Keperawatan Lansia Dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Melalui *Self-Care Activities For Diabetes*.

1.3 Manfaat

1.3.1 Manfaat Teoritis

Manfaat Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah menambah refensi tentang asuhan keperawatan mengenai efektifitas *Self Care Activities for diabetes* dalam upaya meningkatkan pengelolaan penyakit dan pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus dan sebagai bahan masukan untuk pengembangan ilmu keperawatan terutama di bidang ilmu keperawatan komunitas.

1.3.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat Aplikatif

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat menjadi acuan sekaligus sumber informasi praktis dalam pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien yang mengalami ketidakstabilan kadar gula darah melalui penerapan *Self-Care Activities for Diabetes*. Hasil karya ilmiah ini juga berpotensi mendukung peningkatan kualitas pelayanan kesehatan, khususnya bagi perawat dalam memberikan asuhan yang holistik, berkesinambungan, dan berorientasi pada kebutuhan pasien. Dengan demikian, mutu pelayanan keperawatan diharapkan dapat semakin optimal, terutama dalam mendukung pengelolaan Diabetes Melitus secara mandiri, efektif, dan terencana.

2. Manfaat Keilmuan

Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat digunakan sebagai referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya pada bidang keperawatan gerontik atau komunitas dan keperawatan medikal bedah terkait pengelolaan Diabetes Mellitus. Selain itu, karya ilmiah ini dapat menjadi bahan acuan dalam penyusunan standar asuhan keperawatan

yang berfokus pada penerapan *Self-Care Activities for Diabetes* serta sebagai bahan pembelajaran bagi mahasiswa keperawatan dan Ners generalis dalam meningkatkan kompetensi akademik dan klinis.

3. Manfaat Metodologi

Hasil Karya Ilmiah Akhir Ners ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya, terutama yang berkaitan dengan asuhan keperawatan pada pasien Diabetes Melitus serta penerapan *Self-Care Activities* dalam pengelolaan dan pengendalian kadar gula darah. Selain itu, karya ilmiah ini dapat digunakan sebagai landasan dalam pengembangan penelitian keperawatan yang lebih inovatif, relevan, dan aplikatif sehingga mampu memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu keperawatan di masa mendatang.

