

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kadar gula darah yang tinggi pada pasien Diabetes Mellitus (DM) menjadi salah satu tantangan utama dalam pengelolaan penyakit yang sifatnya kronis, khususnya di tingkat pelayanan kesehatan primer. Kondisi tersebut sangat berhubungan dengan kemampuan pasien dalam melaksanakan perawatan mandiri secara konsisten, meliputi aturan pola konsumsi makan, kepatuhan terhadap pengobatan, melakukan aktivitas fisik, serta memantau kadar gula darah secara teratur (Yusuf et al., 2023).

Fenomena yang ditemukan pada pasien Diabetes Mellitus (DM) di pelayanan kesehatan primer menunjukkan bahwa kadar gula darah tinggi masih menjadi permasalahan yang cukup tinggi meskipun pasien telah menjalani pengobatan rutin. Berdasarkan studi pendahuluan awal yang dilakukan peneliti di Klinik Pratama Medika Husada Kota Mojokerto pada periode Februari–Maret 2026, dari 60 pasien Diabetes Mellitus yang terdaftar, kebanyakan menunjukkan kadar gula darah puasa yang belum terkontrol sesuai target terapi. Hasil wawancara awal menunjukkan bahwa beberapa pasien mengaku sering lupa atau tidak teratur dalam menjalankan diet diabetes, kurang konsisten melakukan aktivitas fisik, serta merasa jenuh selama menjalani pengobatan jangka panjang. Selain itu, sebagian pasien juga mengungkapkan kurangnya motivasi untuk mempertahankan perilaku hidup sehat karena minimnya interaksi dan dukungan dari sesama penderita Diabetes Mellitus

yang memiliki pengalaman serupa. Kondisi ini menunjukkan bahwa selain faktor medis, pengendalian kadar gula darah juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikososial, terutama dukungan sosial yang mampu mendorong kepatuhan pasien dalam menjalankan manajemen perawatan diri secara berkelanjutan.

Seiring dengan kejadian tersebut peneliti melihat adanya metode *Peer Support Group* (dukungan yang diberikan oleh kelompok yang memiliki kondisi atau pengalaman kesehatan yang sama) (Taylor, 2022) diduga memiliki korelasi dengan proses pengelolaan kadar gula darah pada pasien DM dan terbukti efektif dalam proses kontrol kadar gula darah pada pasien DM.

Data global menunjukkan bahwa lebih dari 589 juta orang usia dewasa hidup dengan DM pada tahun 2025 dan angka ini terus meningkat (IDF, 2025). Menurut data dari IDF tahun 2024 angka kasus DM di Indonesia mencapai 20,4 juta kasus (IDF, 2025). Provinsi Jawa Timur termasuk salah satu wilayah yang memiliki angka kasus DM yang tinggi. Laporan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2021 mencatat bahwa sebanyak 929.535 kasus DM dilaporkan di seluruh wilayah Jawa Timur, dengan 867.257 penderita (93,3%) yang telah terdiagnosis dan menerima pelayanan kesehatan formal. Angka tersebut menggambarkan besarnya jumlah individu yang perlu mendapatkan monitoring dan intervensi kesehatan berkelanjutan untuk mencegah komplikasi kronis DM (Dinkes Jatim, 2022).

Sedangkan kota Mojokerto sebagai bagian dari Provinsi Jawa Timur juga menunjukkan prevalensi DM yang perlu mendapat perhatian. Data rekam medis di wilayah Kota Mojokerto menunjukkan 7.715 pasien DM terdaftar, yang mencerminkan beban kasus DM pada tingkat layanan primer (Dinkes Jatim, 2023).

Kemudian pada studi pendahuluan yang dilakukan di Klinik Pratama Medika Husada Kota Mojokerto setidaknya terdapat 60 pasien yang menderita Diabetes Mellitus.

Ketidakstabilan kadar gula darah yang terjadi pada pasien DM dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berhubungan, baik biologis maupun psikososial. Faktor biologis meliputi IMT, genetik, obesitas, dan usia (ANRI, 2022). Kemudian faktor psikososial yang utama adalah *Peer Support Group* (dukungan yang diberikan oleh kelompok yang memiliki kondisi atau pengalaman kesehatan yang sama) yang aktif untuk saling memotivasi perilaku hidup sehat, melalui pendekatan komprehensif yang mencakup edukasi, dukungan emosional, dan motivasi bersama, yang terbukti berkaitan dengan kontrol gula darah menjadi lebih baik (Azmiardi et al., 2021). Selain itu, kepatuhan terhadap diet, aktivitas fisik, serta pola hidup sehat juga berhubungan signifikan dengan kadar gula darah pada pasien DM (Khulwatunnisa, 2025).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Azmiardi et al., 2021) menunjukkan bahwa intervensi berbasis *Peer Support Group* dalam program pengendalian DM secara mandiri dapat meningkatkan kontrol glikemik pada pasien diabetes tipe 2 dibandingkan dengan perawatan standar. Sebuah penelitian intervensi dari Qian, dkk menunjukkan bahwa setelah mengikuti program *Peer Support Group* selama 4 bulan, persentase pasien dengan kontrol gula darah meningkat dari 29,3% menjadi 44,2%, atau mengalami peningkatan sebesar 14,9% ($p < 0,05$) (Qian et al., 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan *Peer Support Group* dapat meningkatkan kepatuhan pasien dalam pengelolaan diabetes.

Selain itu, penelitian quasi-eksperimental menunjukkan bahwa pasien yang mengikuti program *Peer Support Group* memiliki kadar gula darah yang lebih terkontrol dibandingkan kelompok kontrol ($p < 0,05$) (Maina et al., 2025). Secara global, sekitar 67% program *Peer Support Group* di negara berkembang terbukti efektif dalam meningkatkan kepatuhan serta pengendalian kadar gula darah pada pasien DM (Sherifali et al., 2024).

Faktor perilaku dan kemampuan program pengendalian DM secara mandiri turut menentukan proses keberhasilan pengendalian kadar gula darah. Pasien yang memiliki pengetahuan dan kemampuan pengelolaan diri yang baik cenderung lebih mampu menjaga kestabilan kadar glukosa darah dalam batas normal (Faizal & Anggraini, 2025). Faktor psikologis seperti stres dan rendahnya motivasi juga dapat memperburuk kontrol glikemik (Chandra, 2022). Berdasarkan berbagai faktor tersebut, pendekatan berbasis dukungan sosial seperti metode *Peer Support Group* berpotensi meningkatkan motivasi, kepatuhan, serta kemampuan pengelolaan diri pasien DM. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan *Peer Support Group* terhadap kadar gula darah pada pasien DM menjadi penting untuk dilakukan.

Upaya untuk manajemen kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus (DM) tidak hanya mengandalkan terapi farmakologis berupa obat-obatan hipoglikemik oral (OHO) (Prawinda et al., 2024), tetapi juga memerlukan intervensi non-farmakologis yang dapat diterapkan secara mandiri oleh pasien. Metode non-farmakologis tersebut dapat meliputi program aktivitas fisik terstruktur, seperti latihan aerobik dan resistance training juga menjadi intervensi yang memiliki peran penting dalam meningkatkan sensitivitas terhadap insulin dan menurunkan kadar

gula darah. Selain manfaat fisiologis, olahraga rutin juga dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis pasien (Colberg et al., 2016).

Kemudian salah satu strategi non farmakologi yang terbukti efektif adalah implementasi metode *Peer Support Group*, yaitu pendekatan berbasis dukungan sesama penderita Diabetes Mellitus yang saling memberikan edukasi, motivasi, serta dukungan emosional secara berkelanjutan dapat mengubah kontrol glikemik menjadi lebih baik pada pasien DM tipe 2 dibandingkan perawatan standar (Azmiardi et al., 2021). Karena melalui *Peer Support Group*, pasien memperoleh dukungan emosional dari individu dengan kondisi serupa, sehingga dapat mengurangi stres, kecemasan, dan perasaan terisolasi. Dukungan *Peer Support Group* yang konsisten juga berperan dalam mempertahankan perubahan perilaku sehat dalam jangka panjang. Selain itu, penelitian empiris yang lebih baru juga menunjukkan bahwa *Peer Support Group* berpengaruh positif terhadap aspek psikososial pasien, seperti penurunan distress diabetes dan peningkatan kemampuan coping dalam menghadapi tantangan penyakit. Metode *Peer Support Group* ini memberikan wadah bagi pasien untuk saling berbagi pengalaman serta strategi coping, sehingga mengurangi tekanan emosional dan meningkatkan fokus pada manajemen kesehatan diri sendiri (Susila, W. D. C., Faniwati, F., Intaniah, Y., Nisstyo, R. D., & Nurwahidah, 2025).

Berdasarkan bukti ilmiah tersebut, metode *Peer Support Group* di pelayanan klinik menjadi salah satu cara strategis untuk meningkatkan pengendalian kadar gula darah melalui penguatan motivasi, pengetahuan, dan dukungan sosial pasien DM. Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh *Peer Support Group* dengan

kadar gula darah relevan untuk dilakukan guna mendukung pengembangan intervensi keperawatan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi di atas, penulis ingin memfokuskan penelitian agar lebih terarah dengan rumusan masalah yaitu:

Bagaimanakah Pengaruh *Peer Support Group* terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien DM di Klinik Pratama Medika Husada Kota Mojokerto?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh *Peer Support Group* terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien DM di Klinik Pratama Medika Husada Kota Mojokerto.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah intervensi *Peer Support Group* pada kelompok intervensi di Klinik Pratama Medika Husada Kota Mojokerto.
2. Menganalisis perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol tanpa intervensi *Peer Support Group* di Klinik Pratama Medika Husada Kota Mojokerto.

3. Menganalisis perbedaan perubahan kadar gula darah pada pengukuran kedua pada kelompok intervensi yang mendapatkan *Peer Support Group* dan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan intervensi *Peer Support Group* pada pasien DM di Klinik Pratama Medika Husada Kota Mojokerto.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan dan pengetahuan mengenai Pengaruh *Peer Support Group* terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien DM di Klinik Pratama Medika Husada Kota Mojokerto.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden dan Keluarga

Memberikan edukasi untuk membantu mengenal, memahami, menerima masalah dan menemukan penyelesaian masalah yang dialami mengenai Pengaruh *Peer Support Group* terhadap Kadar Gula pada Pasien DM.

2. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini nantinya diharapkan dapat menjadi data kesehatan pasien Diabetes Mellitus sehingga mendorong program intitusi kesehatan dan pemerintah dalam upaya pencegahan dan penanggulangan Diabetes

Mellitus untuk memperbaiki kontrol kadar gula darah sedini mungkin di wilayah kerja Klinik Pratama Medika Husada Mojokerto.

3. Bagi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan perawat dalam penatalaksanaan pasien Diabetes Melitus, khususnya pada pasien dengan kontrol glikemik yang belum optimal. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat peran perawat sebagai edukator melalui pemberian edukasi kesehatan dan motivasi kepada pasien serta keluarga dalam mendukung keberhasilan pengelolaan penyakit.

