

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penelitian ini berfokus pada rendahnya *Self-Management* pada pasien Diabetes Mellitus. Manajemen diri (*Self-Management*) mencakup kapabilitas pasien dalam mengelola kondisi kesehatannya secara independen melalui regulasi pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, pemantauan kadar glukosa darah secara berkala, serta pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan secara berkelanjutan. Pengendalian diabetes melitus tidak hanya bergantung pada intervensi medis tenaga kesehatan, tetapi juga dipengaruhi secara signifikan oleh konsistensi pasien dalam menerapkan manajemen diri sehari-hari (Jafari, Naddafi[^], et al., 2024).

Namun demikian, berbagai penelitian menunjukkan bahwa *Self-Management* pada populasi pasien Diabetes Melitus masih berada pada kategori yang belum optimal. Minimnya *Self-Management* tercermin dari tidak optimalan pasien dalam mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, mematuhi program pengobatan, memantau kadar glukosa darah secara rutin, serta memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan secara berkelanjutan. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap buruknya kontrol glikemik, peningkatan risiko komplikasi, dan penurunan kualitas hidup pasien (Sukma Wicaturatmashudi et al., 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah penderita Diabetes Mellitus di dunia terus meningkat secara signifikan. Berdasarkan data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), penderita diabetes mengalami lonjakan signifikan dari sekitar 200 juta jiwa pada tahun 1990 menjadi 830 juta orang pada tahun 2022. Peningkatan prevalensi diabetes pada kelompok dewasa dari 7% pada tahun 1990 menjadi 14% pada tahun 2022 menegaskan bahwa penyakit ini tetap menjadi tantangan kesehatan global yang progresif (World Health

Organization, 2023). Kondisi serupa juga terjadi di Indonesia. Berdasarkan temuan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi diabetes melitus pada kelompok populasi berusia 15 tahun ke atas tercatat sebesar 11,3%. Angka ini mencerminkan eskalasi beban penyakit yang signifikan, di mana estimasi jumlah kasus mengalami peningkatan dari 18,6 juta individu pada tahun 2013 menjadi 23,9 juta individu pada tahun 2023. Hasil ini mengindikasikan bahwa diabetes tetap menjadi beban berat bagi sistem pelayanan kesehatan di Indonesia, khususnya terkait penguatan *Self-Management* pasien untuk mewujudkan kontrol glikemik yang efektif dan menekan risiko komplikasi (Kementerian Kesehatan, 2024). Rendahnya *Self-Management* pada pasien Diabetes Mellitus masih menjadi tantangan dalam pengendalian penyakit. Manajemen diri (*Self-Management*) yang sub-optimal berimplikasi langsung pada buruknya kontrol glikemik, eskalasi risiko komplikasi medis, serta degradasi kualitas hidup pasien. Oleh karena itu, peningkatan *Self-Management* merupakan aspek penting dalam keberhasilan pengelolaan Diabetes Mellitus (Sukma Wicaturatmashudi et al., 2024).

Di tingkat Provinsi Jawa Timur, Diabetes Melitus tetap menjadi salah satu penyakit tidak menular (PTM) dengan beban morbiditas yang signifikan serta menunjukkan tren eskalasi kasus yang konsisten setiap tahunnya. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa penerapan *Self-Management* dalam perawatan diabetes masih menjadi hambatan yang kerap dihadapi oleh sebagian besar penderita. Penerapan *Self-Management* yang optimal sangat krusial dalam memfasilitasi pasien mengontrol kadar glukosa darah sekaligus meminimalkan risiko komplikasi. Namun, tuntutan pengelolaan penyakit yang harus dilakukan sepanjang hidup sering kali menimbulkan kelelahan emosional, mental, dan fisik yang dikenal sebagai *Diabetes Burnout Syndrome*. Tingginya tingkat *burnout* dapat menyebabkan pasien kehilangan motivasi dalam menjalankan berbagai aktivitas *Self-*

Management, sehingga hubungan antara *Diabetes Burnout Syndrome* dan *Self-Management* menjadi penting untuk diteliti (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2024).

Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Tahun 2024, UPTD Puskesmas Bangsal menempati urutan keempat dalam daftar wilayah dengan cakupan penderita diabetes melitus terbanyak, yaitu mencapai 1.576 pasien. Studi pendahuluan pada 7 Mei 2026 melalui metode wawancara singkat terhadap 10 orang pasien Diabetes Mellitus yang terdaftar sebagai peserta Prolanis di UPTD Puskesmas Bangsal. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa dari 10 pasien Diabetes Mellitus yang diteliti, sebanyak 4 pasien memiliki *Self-Management* kategori kurang, 3 pasien kategori cukup, dan 3 pasien kategori baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa *Self-Management* pada pasien Diabetes Mellitus masih bervariasi dan memerlukan perhatian lebih dalam upaya peningkatan kualitas perawatan diri pasien.

Faktor psikologis, seperti kejenuhan fisik dan emosional yang bersumber dari tuntutan pengelolaan diabetes melitus jangka panjang, berpotensi menurunkan efikasi *Self-Management* pasien. Tingkat kelelahan (*fatigue*) yang tinggi pada pasien berbanding terbalik dengan tingkat motivasi dalam menerapkan domain utama manajemen diri meliputi regulasi nutrisi, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, dan pemantauan glikemik sehingga berdampak negatif pada efektivitas pengelolaan diabetes (Kuo et al., 2023). Ketika *Diabetes Burnout Syndrome* terjadi, pasien cenderung mengalami kelelahan emosional, kehilangan motivasi, dan merasa kewalahan dalam menjalankan pengelolaan diabetes sehari-hari. Kondisi ini berdampak pada menurunnya efikasi *Self-Management* pasien, seperti regulasi nutrisi, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, dan pemantauan glikemik (Jafari, Naddafi[^], et al., 2024). Kondisi ini selanjutnya menyebabkan *Self-Management* menjadi tidak optimal, karena pasien kehilangan motivasi dan kemampuan untuk menjalankan berbagai aspek pengelolaan diabetes secara mandiri dan

berkelanjutan. Penurunan *Self-Management* tersebut dapat berdampak pada buruknya kontrol glikemik, meningkatnya risiko komplikasi, serta menurunnya kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus.

Upaya untuk mengurangi *Diabetes Burnout Syndrome* pada pasien Diabetes Mellitus dapat dilakukan melalui peningkatan kemampuan *Self-Management*. *Self-Management* yang baik mencakup regulasi nutrisi, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, dan pemantauan glikemik. Pasien yang mampu menjalankan *Self-Management* dengan baik cenderung memiliki tingkat stres dan beban psikologis yang lebih rendah dibandingkan pasien dengan *Self-Management* yang kurang optimal (Kusnanto et al., 2019).

Selain itu, *Diabetes Burnout Syndrome* merujuk pada bentuk kondisi kelelahan emosional, mental serta fisik yang dipicu oleh tingginya beban pengelolaan diabetes secara berkepanjangan. Dampak dari kondisi ini meliputi pengabaian perilaku perawatan mandiri, penurunan kepatuhan terapi pengobatan, hingga pemburukan kontrol glikemik pada pasien. Oleh sebab itu, penguatan kapasitas manajemen diri (*self-management*) merupakan intervensi strategis yang krusial dalam memitigasi serta meminimalkan risiko kejenuhan diabetes (*diabetes burnout syndrome*) pada populasi penderita Diabetes Melitus (Abdoli et al., 2020). Dengan demikian, identifikasi hubungan antara *Diabetes Burnout Syndrome* dan *Self-Management* pada pasien Diabetes Mellitus diperlukan sebagai dasar pengembangan program edukasi dan pendampingan yang dapat meningkatkan kemampuan perawatan diri serta menurunkan risiko *burnout* pada pasien.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan masalah dan komplikasi yang telah diuraikan pada latar belakang, fokus utama penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Adakah hubungan *Diabetes Burnout Syndrome* dengan *Self-Management* pada pasien Diabetes Mellitus?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis korelasi antara *Diabetes Burnout Syndrome* dengan *Self-Management* pada penderita Diabetes Mellitus.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi *burnout syndrome* pada pasien Diabetes Mellitus
2. Mengidentifikasi *Self-Management* pada pasien Diabetes Mellitus
3. Menganalisis Hubungan *Diabetes Burnout Syndrome* dengan *Self-Management* pada pasien Diabetes Mellitus

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi pada literatur mengenai hubungan kelelahan psikis (*diabetes burnout*) dengan upaya pencegahan komplikasi. Secara praktis, temuan ini dapat dijadikan kerangka dasar bagi pengembangan keilmuan dan acuan studi lanjutan dalam praktik Keperawatan Medikal Bedah, terutama dalam mengoptimalkan asuhan keperawatan bagi penderita Diabetes Mellitus.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi literatur serta menjadi rujukan tambahan terkait korelasi antara *Diabetes Burnout Syndrome* dan kapasitas *Self-Management* pada populasi penderita Diabetes Melitus.

2. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Hasil penelitian ini berpotensi memberikan kontribusi keilmuan berupa artikulasi data empiris yang akurat terkait interelasi antara derajat *Diabetes Burnout Syndrome* dengan *Self-Management* pada penderita Diabetes Melitus.