

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang memerlukan perhatian serius karena jumlah penderitanya terus meningkat dan membutuhkan pengelolaan jangka panjang. Berbeda dengan penyakit akut yang sebagian besar pengobatannya bergantung pada tenaga kesehatan, keberhasilan pengendalian diabetes sangat dipengaruhi oleh keterlibatan pasien dalam mengelola kondisi kesehatannya sehari-hari (Mawaddah, 2024). Pengelolaan yang tidak optimal dapat menyebabkan terjadinya berbagai komplikasi yang berdampak pada kualitas hidup pasien, peningkatan angka kesakitan, hingga kematian. Oleh karena itu, diabetes melitus tidak hanya menjadi masalah klinis, tetapi juga menjadi masalah kesehatan masyarakat yang membutuhkan upaya pengendalian secara berkelanjutan (Cypress et al., 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO), jumlah penyandang diabetes melitus di dunia mengalami peningkatan yang sangat signifikan dalam beberapa dekade terakhir. WHO melaporkan bahwa jumlah penderita diabetes meningkat dari sekitar 200 juta orang pada tahun 1990 menjadi sekitar 830 juta orang pada tahun 2022 (Zaki et al., 2024). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) melaporkan bahwa pada tahun 2024 diperkirakan terdapat lebih dari 20 juta penduduk dewasa di Indonesia yang hidup dengan diabetes. Pada tingkat regional, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur (2024) memperkirakan jumlah penderita diabetes melitus usia ≥ 15 tahun mencapai 882.315 orang (Suryati et al., 2020). Data

di Kabupaten Mojokerto, diabetes melitus juga menjadi salah satu penyakit kronis yang banyak ditemukan di fasilitas pelayanan kesehatan. Profil Kesehatan Kabupaten Mojokerto Tahun 2024 menunjukkan bahwa terdapat 35.535 penderita diabetes melitus usia ≥ 15 tahun yang mendapatkan pelayanan kesehatan. Pada UPTD Puskesmas Bangsal penderita diabetes melitus yang aktif mengikuti kegiatan Prolanis berjumlah 78 orang.

PERKENI menjelaskan bahwa peningkatan jumlah kasus diabetes dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup, pola makan yang kurang sehat, rendahnya aktivitas fisik, obesitas, kebiasaan merokok, serta meningkatnya usia harapan hidup masyarakat (Soelistijo, 2021). Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 juga menunjukkan bahwa diabetes melitus masih menjadi salah satu penyakit kronis yang memberikan beban besar terhadap sistem pelayanan kesehatan karena memerlukan pengobatan, pemantauan, dan pengelolaan jangka panjang (Kemenkes RI, 2025). Oleh karena itu, keberhasilan pengelolaan diabetes tidak cukup hanya melalui terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan keterlibatan aktif pasien dalam melakukan pengelolaan penyakit secara mandiri (*Self-Care*) (Shrivastava et al., 2013).

Self-care merupakan serangkaian aktivitas yang dilakukan secara mandiri oleh pasien diabetes melitus untuk mempertahankan kondisi kesehatan, mengendalikan kadar glukosa darah, mencegah komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup (Shrivastava et al., 2013). *American Diabetes Association* menegaskan bahwa sebagian besar keberhasilan terapi diabetes bergantung pada kemampuan pasien dalam menerapkan perilaku *self-care* secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari

(*American Diabetes Association*, 2025). Dengan demikian, pasien tidak hanya berperan sebagai penerima terapi, tetapi juga sebagai pelaksana utama pengelolaan penyakitnya sendiri (Lu et al., 2024).

Salah satu instrumen yang banyak digunakan untuk mengukur perilaku *self-care* pada pasien diabetes melitus adalah *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA) yang dikembangkan oleh Toobert, Hampson, dan Glasgow (Toobert et al., 2000). Instrumen SDSCA telah digunakan dan dimodifikasi dalam berbagai penelitian untuk menilai aktivitas *self-care* pasien diabetes melitus. Salah satu bentuk modifikasi SDSCA digunakan dalam penelitian Nurjannah (2022) yang terdiri atas 13 item pertanyaan dan mencakup lima komponen perilaku *self-care*, yaitu pola makan (*diet*), aktivitas fisik (*physical activity*), pemantauan glukosa darah mandiri (*self-monitoring of blood glucose*), kepatuhan pengobatan (*medication*), dan perawatan kaki (*foot care*). Kelima komponen tersebut merupakan bagian penting dalam pengelolaan diabetes melitus karena berkaitan dengan upaya mempertahankan kondisi kesehatan, mencegah terjadinya komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup pasien (Nurjannah, 2022).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat *self-care* yang baik berhubungan dengan pengendalian diabetes yang lebih optimal. *Systematic review* yang dilakukan oleh (Chrvala et al., 2016) menunjukkan bahwa pasien yang memperoleh edukasi diabetes memiliki perilaku *self-care* yang lebih baik serta mengalami perbaikan kontrol glikemik dibandingkan sebelum memperoleh edukasi. Penelitian (Powers et al., 2020) juga menjelaskan bahwa pelaksanaan *self-care* secara konsisten mampu menurunkan kadar HbA1c, mengurangi risiko

komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus. Selain itu, (Ausili et al., 2018) menyatakan bahwa pasien yang memiliki *self-care* baik cenderung lebih patuh terhadap pengobatan, aktivitas fisik, dan pengaturan pola makan sehingga pengendalian penyakit menjadi lebih optimal.

Meskipun demikian, pelaksanaan *self-care* pada pasien diabetes melitus masih belum optimal. Menurut (Shrivastava et al., 2013) menjelaskan bahwa rendahnya perilaku *self-care* masih menjadi salah satu penyebab utama buruknya pengendalian diabetes di berbagai negara. Penelitian (Gayatri et al., 2022) menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes melitus di Indonesia masih memiliki tingkat *self-care* kategori sedang hingga rendah, terutama pada aspek aktivitas fisik dan perawatan kaki. Penelitian (Lestari & Zulkarnain, 2021) juga menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan, rendahnya motivasi, lama menderita diabetes, serta kurangnya dukungan keluarga memengaruhi kemampuan pasien dalam menerapkan *self-care* secara konsisten. Hasil tersebut menunjukkan bahwa perilaku *self-care* masih menjadi tantangan dalam pengelolaan diabetes melitus.

Penelitian mengenai *self-care* pada pasien diabetes melitus telah banyak dilakukan, namun sebagian besar penelitian berfokus pada hubungan *self-care* dengan kualitas hidup, kontrol glikemik, *self-efficacy*, kepatuhan pengobatan, maupun kejadian komplikasi diabetes (Toobert et al., 2000). Penelitian yang secara khusus menggambarkan tingkat *self-care* menggunakan *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA) masih relatif terbatas, terutama pada pelayanan kesehatan tingkat pertama. Informasi mengenai *self-care* yang telah

maupun belum dilakukan dengan baik sangat diperlukan sebagai dasar penyusunan program edukasi, promosi kesehatan, serta intervensi keperawatan yang lebih tepat sasaran (Powers et al., 2020). Selain itu, karakteristik demografi, budaya, pendidikan, kondisi sosial ekonomi, dan akses pelayanan kesehatan yang berbeda pada setiap daerah memungkinkan adanya variasi perilaku *self-care* sehingga hasil penelitian dari suatu wilayah belum menggambarkan kondisi wilayah lainnya (Nasution et al., 2021).

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai gambaran *self-care* pada pasien diabetes melitus perlu dilakukan untuk mengetahui tingkat *self-care* pasien berdasarkan instrumen *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA), yaitu pola makan (*diet*), aktivitas fisik (*physical activity*), pemantauan glukosa darah mandiri (*self-monitoring of blood glucose*), kepatuhan pengobatan (*medication*), dan perawatan kaki (*foot care*). Hasil penelitian ini diharapkan memberikan gambaran mengenai tingkat *self-care* sehingga dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dalam menyusun program edukasi, promosi kesehatan, dan pendampingan yang lebih tepat sasaran sesuai kebutuhan pasien diabetes melitus. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan menjadi sumber informasi ilmiah bagi institusi pendidikan, pelayanan kesehatan, serta peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai *self-care* pada pasien diabetes melitus.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, didapatkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimanakah gambaran *self-care* pada pasien diabetes melitus di UPTD Puskesmas Bangsal?".

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self-care* pada pasien diabetes melitus di UPTD Puskesmas Bangsal berdasarkan hasil pengukuran menggunakan kuesioner *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA).

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan, khususnya di bidang keperawatan medikal bedah, mengenai gambaran *self-care* pada pasien diabetes melitus berdasarkan *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA). Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah bagi pengembangan penelitian selanjutnya mengenai *self-care* pada pasien diabetes melitus.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien Diabetes Melitus

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran pasien diabetes melitus mengenai pentingnya pelaksanaan *self-care* dalam pengelolaan penyakit. Pasien diharapkan mampu mengevaluasi perilaku perawatan diri yang telah dilakukan sehingga dapat meningkatkan kepatuhan dalam menjalankan pengelolaan diabetes secara mandiri.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi tenaga kesehatan dalam mengidentifikasi gambaran *self-care* pasien diabetes melitus berdasarkan *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA). Informasi tersebut dapat digunakan sebagai dasar dalam menyusun program edukasi, promosi kesehatan, serta pendampingan yang lebih terarah untuk meningkatkan perilaku *self-care* pasien diabetes melitus.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi ilmiah di bidang keperawatan, khususnya mengenai *self-care* pada pasien diabetes melitus. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan acuan bagi mahasiswa maupun dosen dalam pengembangan ilmu keperawatan medikal bedah.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai *self-care* pada pasien diabetes melitus. Peneliti selanjutnya dapat mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi *self-care*, hubungan *self-care* dengan luaran klinis, maupun mengembangkan intervensi yang bertujuan meningkatkan perilaku *self-care* pada pasien diabetes melitus.