

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang untuk mencegah timbulnya komplikasi serius, seperti neuropati, nefropati, dan penyakit kardiovaskular. Kepatuhan pasien terhadap tindakan pencegahan komplikasi sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis mereka, salah satunya adalah diabetes *burnout syndrome*, yaitu kelelahan emosional, fisik, dan mental akibat tekanan menghadapi penyakit yang bersifat kronis (Tiawati & Febrianti, 2022). Diabetes *burnout syndrome* dapat menurunkan motivasi pasien untuk menjalankan pengobatan, diet, olahraga, dan pemeriksaan rutin, sehingga meningkatkan risiko komplikasi. Tanda-tanda yang umum ditemui pada individu dengan diabetes melitus mencakup peningkatan keinginan untuk makan (polifagi), rasa haus yang berlebihan (polidipsi), peningkatan frekuensi kencing terutama pada malam hari (poliuri), serta penurunan berat badan yang terjadi tanpa disengaja. Tanda-tanda ini sering kali tidak terdeteksi pada tahap awal, sehingga banyak kasus baru diketahui setelah komplikasi mulai muncul (Perkeni, 2021).

Data WHO tahun 2021 melaporkan bahwa terdapat 422 juta penderita diabetes mellitus di seluruh dunia, dengan 1,5 juta di antaranya meninggal dunia (WHO, 2022). Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia tahun 2021 mencapai 16% (Kemenkes RI, 2022). Jumlah penderita diabetes mellitus di

Provinsi Jawa Timur tahun 2024 tercatat 882.315 kasus diabetes mellitus yang terdeteksi, sedangkan di Kota Mojokerto tercatat sebanyak 5.333 orang (Dinkes Provinsi Jawa Timur, 2025) Peneliti melakukan studi pendahuluan di Poli Interna RS Reksa Waluya Mojokerto pada tanggal 20 Januari 2026 dan menemukan bahwa jumlah pasien diabetes mellitus tercatat sebanyak 1.335 orang. Data tersebut menunjukkan bahwa 1.182 pasien tidak mengalami komplikasi, sedangkan 153 pasien mengalami.

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Poli Interna RS Reksa Waluya Mojokerto pada tanggal 20 Januari 2026 terhadap 10 pasien diabetes melitus (DM), peneliti menemukan bahwa 6 dari 10 pasien memiliki tingkat diabetes *burnout syndrome* dalam kategori rendah. Sebanyak 6 dari 10 pasien menyatakan bahwa mereka mengalami kelelahan emosional dalam menghadapi penyakit diabetes setiap hari. Sebanyak 7 dari 10 pasien mengungkapkan bahwa mereka merasa terkuras secara fisik akibat kadar glukosa darah yang berada di luar batas normal. Sebanyak 8 dari 10 pasien mengaku bahwa mereka cenderung menghindari pencarian dukungan dalam pengelolaan diabetesnya. Sebanyak 5 dari 10 pasien menyatakan bahwa mereka sering melewatkan perawatan diabetes melitus meskipun menyadari pentingnya tindakan tersebut. Sebanyak 5 dari 10 pasien menunjukkan bahwa perilaku pencegahan komplikasi diabetes melitus tipe 2 berada dalam kategori tinggi. Sebanyak 4 dari 10 pasien meyakini bahwa mereka dapat mencapai kesembuhan melalui pengaturan diet tanpa mengonsumsi obat antidiabetes, serta hanya mengonsumsi obat secara rutin apabila mendapat dorongan dari keluarga.

Seseorang yang mengalami diabetes mellitus dengan kadar glukosa darah yang tidak terkontrol secara terus-menerus berisiko mengalami komplikasi. Kondisi hiperglikemia yang berlangsung dalam jangka panjang menyebabkan timbulnya komplikasi kronis yang berkembang secara perlahan, sering kali tidak terdeteksi pada tahap awal, namun semakin lama semakin berat dan membahayakan. Komplikasi tersebut meliputi komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular yang berdampak pada berbagai organ tubuh (Safira et al., 2023).

Diabetes *Burnout Syndrome* (DBS) memengaruhi perilaku pencegahan komplikasi diabetes melalui mekanisme psikologis dan emosional. Pasien yang mengalami DBS sering merasa lelah secara emosional, frustrasi, dan jenuh akibat pengelolaan penyakit yang bersifat kronis. Kondisi ini dapat menurunkan motivasi pasien untuk menjalankan perawatan diri, termasuk mematuhi diet, rutin memeriksa gula darah, berolahraga, dan minum obat sesuai anjuran (Safira et al., 2023). Perilaku pencegahan komplikasi seperti menjaga kadar gula darah tetap stabil, mengontrol tekanan darah, atau mencegah kerusakan organ target menjadi kurang konsisten. Semakin tinggi tingkat burnout, semakin rendah konsistensi pasien dalam melakukan tindakan pencegahan diabetes, sehingga risiko komplikasi meningkat (Jafari et al., 2024).

Upaya memperbaiki perilaku pencegahan komplikasi pada pasien diabetes dengan menurunkan Diabetes Burnout Syndrome dapat dilakukan melalui beberapa strategi terpadu. Intervensi edukatif yang meningkatkan

keterampilan dan pengetahuan pasien tentang manajemen diri secara mandiri terbukti mampu mengurangi tingkat burnout dan sekaligus meningkatkan motivasi pasien untuk melakukan tindakan pencegahan seperti pemantauan gula darah, diet, olahraga dan perawatan kaki. Pelatihan *self-instructional training* secara signifikan menurunkan skor *burnout* pada pasien diabetes tipe 2, yang pada gilirannya berdampak positif terhadap perilaku perawatan diri mereka (*self-care*) dalam pengelolaan penyakitnya (Jafari et al., 2024)

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai fenomena tersebut dengan mengambil judul: Hubungan Diabetes *Burnout Syndrome* Dengan Perilaku Pencegahan Komplikasi Pada Pasien Dengan Diabetes Mellitus Tipe-2 Di RS Reksa Waluya Mojokerto. Penelitian ini memberikan kontribusi baru karena sebagian besar studi sebelumnya lebih menekankan pada tingkat kepatuhan pengobatan, kontrol gula darah, atau aspek klinis diabetes, sedangkan penelitian ini menyoroti dimensi psikologis burnout sebagai faktor yang berpotensi memengaruhi perilaku pencegahan komplikasi. Penelitian ini menawarkan perspektif interdisipliner antara kesehatan mental dan perilaku preventif pada pasien diabetes mellitus, khususnya dalam konteks pelayanan rumah sakit di daerah lokal.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah: “Adakah hubungan diabetes *burnout syndrome* dengan perilaku pencegahan komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Reksa Waluya Mojokerto?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan diabetes *burnout syndrome* dengan perilaku pencegahan komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Reksa Waluya Mojokerto.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi *burnout syndrome* pada pasien diabetes mellitus di RS Reksa Waluya Mojokerto
2. Mengidentifikasi perilaku pencegahan komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Reksa Waluya Mojokerto
3. Menganalisis hubungan diabetes *burnout syndrome* dengan perilaku pencegahan komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Reksa Waluya Mojokerto

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori keperawatan dan kesehatan masyarakat, khususnya terkait hubungan aspek psikologis berupa diabetes *burnout syndrome* dengan perilaku pencegahan komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Reksa Waluya Mojokerto. Penelitian ini juga memperkuat landasan konseptual bahwa kondisi kelelahan emosional dan mental akibat penyakit kronis berpengaruh terhadap konsistensi pasien dalam menjalankan manajemen diri dan pencegahan komplikasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi bahan referensi dan sumber pembelajaran bagi institusi pendidikan kesehatan dalam mengembangkan materi terkait manajemen penyakit kronis yang terintegrasi antara aspek fisik dan psikologis. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi dasar pengembangan kurikulum serta penelitian lanjutan mengenai peran diabetes *burnout syndrome* terhadap perilaku pencegahan komplikasi pada pasien diabetes mellitus.

2. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Penelitian ini dapat menjadi referensi ilmiah bagi mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun karya tulis atau penelitian yang berkaitan dengan manajemen penyakit kronis, khususnya diabetes mellitus. Penelitian ini juga dapat memperluas wawasan mahasiswa mengenai pentingnya aspek psikologis, seperti diabetes *burnout syndrome*, dalam memengaruhi perilaku pencegahan komplikasi pada pasien.