

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan suatu kondisi kelainan metabolik yang ditandai oleh tingginya kadar gula dalam darah, akibat dari produksi insulin yang tidak memadai oleh pankreas atau ketidakmampuan tubuh dalam menggunakan insulin secara efisien (Suryati, 2021). Kadar glukosa yang terlalu tinggi melebihi batas normal dapat merusak saraf dan mengganggu pembuluh darah yang mengalirkan darah ke jantung, sehingga penderita diabetes melitus perlu menjaga kadar gula darah dengan baik untuk mengurangi risiko terjadinya komplikasi jangka panjang (Yellyanda et al., 2022). Diabetes melitus terdiri dari beberapa tipe, antara lain tipe 1, tipe 2, diabetes gestasional, serta DM tipe lain yang disebabkan oleh faktor-faktor tertentu. Di antara jenis-jenis tersebut, DM tipe 2 merupakan yang paling sering terjadi (Faida & Santik, 2020).

Internasional Diabetes Federation (IDF) menunjukkan adanya peningkatan jumlah kasus Diabetes Melitus (DM) dari tahun 2019 hingga 2030, yakni dari 10,7 juta menjadi 13,7 juta penderita pada tahun 2030. Berdasarkan data tahun 2019, Indonesia menempati peringkat ketujuh dari sepuluh negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi, dengan total 10,7 juta kasus (Kemenkes RI, 2020). Menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2021, Diabetes Melitus (DM) menempati urutan kedua sebagai Penyakit Tidak Menular dengan proporsi tertinggi, yakni sebesar 10,7%, setelah hipertensi. Jumlah penderita DM di Jawa Tengah pada tahun tersebut diperkirakan mencapai 618.546 orang. Sementara itu, di Kabupaten Tegal, tercatat sebanyak 3.803 kasus DM dengan prevalensi sebesar 1,73% (Riskesdas, 2018). DM dapat menyebabkan komplikasi berbagai penyakit seperti penyakit jantung, gagal ginjal, retinopati, stroke, impotensi, luka gangren (luka yang lama sembuh dan cenderung membusuk).

Komplikasi akibat DM dapat dicegah dengan melakukan pengendalian yang konsisten dan terarah melalui perubahan gaya hidup pasien yang tepat, jelas, dan berkelanjutan. Manajemen DM mencakup 5 pilar meliputi pembatasan pola makan, peningkatan aktivitas fisik, pengobatan yang sesuai, pemeriksaan medis rutin, serta edukasi (Boyoh et al., 2019). Manajemen Diabetes Melitus merupakan upaya yang dilakukan oleh pasien secara mandiri untuk mengendalikan dan mengelola penyakitnya, termasuk pola makan, pemantauan kadar gula darah, pengobatan, aktivitas fisik dan pencegahan komplikasi. Mengenai 5 pilar perlu dilakukan agar glukosa dapat terkontrol dengan baik. Kadar gula darah yang tidak terkontrol sering disebabkan oleh ketidakteraturan dalam mengikuti manajemen DM. Jika penderita dapat menjaga keteraturan dalam mengikuti manajemen DM, kadar glukosa darah dapat terkontrol dengan baik, sehingga mengurangi risiko munculnya penyakit lainnya (Angriani et al., 2020).

Salah satu cara menjaga kestabilan gula darah adalah dengan pengetahuan pasien mengenai manajemen DM yang sangat penting agar mereka dapat mengambil keputusan yang tepat dalam mengatur perilaku yang dapat mencegah komplikasi. Pengetahuan yang baik tentang manajemen DM akan mendukung perilaku pengobatan yang tepat, sementara pengetahuan yang terbatas dapat menyebabkan perilaku pengobatan yang kurang efektif (Hamid et al., 2022).

Pada penelitian yang dilakukan di RSUD Wangaya kota Denpasar pada 30 responden bahwa sebagian besar responden 19 (63,3%) mempunyai tingkat pengetahuan manajemen DM yang cukup, 9 (30%) baik, dan 2 (6,7%) kurang (Daryaswanti et al., 2019). Hal ini didukung oleh teori Falco (2020) mengatakan bahwa penderita diabetes melitus yang mengalami kurangnya pengetahuan dalam manajemen DM dapat menimbulkan komplikasi yang mengiringi perjalanan penyakitnya. Pada manajemen DM dapat memberikan suatu sikap yang berfokus pada tanggung jawab individu dalam pengelolaan penyakitnya yang berupa tindakan setiap individu secara teratur untuk kontrol diabet termasuk melaksanakan penyembuhan dan menghindari komplikasi yang akan timbul.

Kurangnya pengetahuan penderita DM dalam mengelola penyakitnya berpotensi menyebabkan komplikasi fisik dan psikologis, dampak psikologis di antaranya ada menarik diri, depresi dan cemas, di mana kecemasan menjadi salah satu gangguan mental yang sering muncul. Kecemasan, pada gilirannya, dapat memperburuk kondisi fisik penderita DM dengan meningkatkan kadar gula darah, yang menciptakan siklus yang sulit diatasi. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi yang memadai, serta dukungan psikologis yang tepat, agar penderita dapat mengelola penyakitnya dengan lebih baik dan mengurangi risiko komplikasi yang mengiringinya, termasuk kecemasan. Peningkatan pengetahuan tentang pengelolaan DM tidak hanya penting untuk pengendalian fisik penyakit, tetapi juga memiliki dampak positif dalam mengurangi komplikasi psikologis yang berupa kecemasan (Rita et al., 2018). Kecemasan adalah perasaan takut yang tidak memiliki alasan yang jelas dan tidak terkait dengan situasi tertentu. Kecemasan bisa dialami oleh siapa saja ketika menghadapi tekanan atau perasaan yang mendalam, yang dapat menyebabkan gangguan mental dan berkembang menjadi masalah jangka panjang (Pardede et al, 2020). Menurut jurnal Nurafriani (2022), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecemasan pada penderita DM meliputi pengetahuan, usia, jenis kelamin, komplikasi, durasi menderita penyakit, tingkat pendidikan, dukungan keluarga, status pekerjaan, stres, tingkat aktivitas fisik dan tingkat spiritualitas. Pengetahuan yang kurang akan menyebabkan kecemasan yang akan berdampak seperti menarik diri dari lingkungan sosial, kesulitan berkonsentrasi dalam menjalankan aktivitas, menurunnya nafsu makan, mudah tersinggung, kurang mampu mengendalikan emosi atau amarah, menjadi lebih sensitif, serta mengalami gangguan tidur.

Penelitian yang dilakukan oleh Tri dan Widya pada tahun 2019 melibatkan 81 responden yang merupakan pasien diabetes melitus. termasuk DMT2 di RS Mitra Husada Pringsewu Lampung menunjukkan sebagian besar sebanyak 52 (64,2%) mengalami kecemasan berat dan 29 (35,8%) lainnya mengalami kecemasan ringan. Hal ini sejalan dengan penelitian Ade (2021) yang menyatakan kecemasan yang terjadi disebabkan karena pengetahuan manajemen DM yang kurang baik.

Pengetahuan manajemen DM yang baik merupakan kondisi yang dapat mengurangi kecemasan pasien, sehingga diharapkan pasien dapat menyesuaikan diri dalam melaksanakan manajemen DM dan mengontrol kecemasan.

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Balapulang pada tanggal 24 Januari 2025. Diperoleh data pasien DM di Puskesmas Balapulang Jumlah pasien yang menderita diabetes melitus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, yakni sebanyak 450 orang pada tahun 2021, meningkat menjadi 594 orang pada tahun 2022, kemudian 809 orang pada tahun 2023, dan mencapai 849 orang pada tahun 2024 pasien menderita DM. Menggunakan metode wawancara kepada 10 orang dengan diabetes melitus di Puskesmas Balapulang dengan mengajukan beberapa pertanyaan tentang manajemen DM seperti diet, olahraga, kontrol gula darah, edukasi dan pengobatan. Didapatkan 7 orang menjawab kurang mengetahui manajemen DM dan 3 lainnya menjawab sudah mengetahui tentang manajemen DM, selanjutnya mengenai cemas didapatkan 7 orang mengalami cemas dengan jawaban ada rasa cemas yang datang begitu saja, kadang tangan saya gemetar, kadang juga nafsu makan saya berubah, saya juga cemas karena memikirkan dampak seperti komplikasinya terkena penyakit lain juga dan bahkan sampai kematian, dan 3 orang lainnya tidak cemas.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah disampaikan, peneliti melaksanakan penelitian “tentang hubungan pengetahuan manajemen diabetes melitus (DM) dengan kecemasan pada penyandang DM tipe 2 yang berkunjung di Puskesmas Balapulang”.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan manajemen DM dengan tingkat kecemasan pada penyandang DM tipe 2 yang berkunjung di Puskesmas Balapulang.

1.2.2 Tujuan Khusus

- 1.2.2.1 Mengidentifikasi pengetahuan manajemen diabetes melitus (DM) pada penyandang DM tipe 2 yang berkunjung di Puskesmas Balapulang.
- 1.2.2.2 Mengidentifikasi kecemasan pada penyandang DM tipe 2 yang berkunjung di Puskesmas Balapulang.
- 1.2.2.3 Menganalisis hubungan pengetahuan manajemen diabetes melitus (DM) dengan kecemasan pada penyandang DM tipe 2 yang berkunjung di Puskesmas Balapulang.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Aplikatif

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi penyandang DM tipe 2 dalam melakukan manajemen DM sekaligus dapat mengurangi kecemasan yang dialami.

1.3.2 Manfaat Keilmuan

Dalam keilmuan keperawatan penelitian ini diharapkan bisa membantu memecahkan masalah terkait pengetahuan manajemen DM dan kecemasan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2.

1.3.3 Manfaat Metodologi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai acuan, baik secara teoritis maupun data empiris, bagi peneliti selanjutnya yang ingin melanjutkan atau memperluas studi mengenai pengetahuan manajemen diabetes melitus dan tingkat kecemasan pada penyandang diabetes melitus tipe 2.