

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia atau yang sering dikenal dengan gula darah tinggi yang terjadi akibat gangguan sekresi insulin, resistensi insulin, atau keduanya (Lilmawati dkk., 2022; Pradiptha dkk., 2024). Menurut American Diabetes Association (2022) diabetes melitus terjadi ketika pankreas tidak memproduksi insulin yang cukup atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan. Insulin merupakan hormon yang berperan penting dalam mengatur metabolisme glukosa yang berfungsi sebagai sumber energi utama tubuh. Ketika mekanisme ini terganggu, glukosa menumpuk dalam darah mengakibatkan komplikasi akut maupun kronis apabila tidak dikelola dengan baik. Berdasarkan klasifikasi (American Diabetes Association, 2022), diabetes diklasifikasikan menjadi beberapa kategori yaitu diabetes tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes gestasional, dan diabetes hibrida yaitu campuran antara diabetes tipe 1 dengan tipe 2. Penyakit diabetes yang paling sering terjadi yaitu diabetes melitus tipe 2 sekitar 90-95% dari seluruh kasus diabetes karena dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan.

Berdasarkan International Diabetes Federation (IDF), tahun 2024 penderita diabetes di seluruh dunia tercatat sebanyak 589 juta orang dewasa usia 20-79 tahun menderita diabetes melitus dan data terbaru tahun 2025 melaporkan sebesar 11,1% orang menderita diabetes serta diperkirakan pada tahun 2050 akan terjadi peningkatan

sebesar 46% orang yang menderita diabetes (International Diabetes Federation, 2025). Di Indonesia prevalensi diabetes menurut International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2019 tercatat sebesar 6,2% dan meningkat menjadi sebesar 10,8% dengan jumlah kasus sebanyak 19.465.102 jiwa pada tahun 2021. Menurut Kementerian Kesehatan RI tahun 2018, Provinsi Bali sebesar 1,7% dengan menduduki peringkat 18 dari 34 provinsi yang ada di Indonesia. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2023) sebanyak 34.226 orang menderita diabetes. Buleleng menjadi salah satu kabupaten penyumbang penderita diabetes tertinggi nomor 2 yaitu sebanyak 8.561 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Bali, 2023). Puskesmas Buleleng 1 menjadi faskes dengan jumlah penderita diabetes terbanyak yaitu 797 (Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng, 2022). Data terbaru pada tahun 2024 jumlah penderita diabetes melitus di Puskesmas Buleleng 1 yaitu 704 orang.

Ketua Program Penyakit Tidak Menular (PTM) Puskesmas Buleleng 1 menyatakan bahwa kontrol glikemik masyarakat sangat dipengaruhi oleh gaya hidup, tingkat stres, serta dukungan keluarga. Hal ini menegaskan pentingnya intervensi holistik yang melibatkan perubahan pola hidup sehari-hari untuk mencegah komplikasi diabetes yang lebih serius. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 7 pasien diabetes melitus yang menjalani pengobatan di Puskesmas Buleleng 1, ditemukan bahwa seluruh responden (100%) masih menunjukkan perilaku ketidakpatuhan dalam menjalani pengobatan. 1 (14,3%) pasien mengaku hanya mengonsumsi obat dua kali sehari meskipun seharusnya tiga kali, sedangkan 3 (42,9%) pasien lainnya hanya mengonsumsi obat ketika merasa sakit saja. 4 (57,1%) pasien memiliki pola makan yang belum sesuai dengan anjuran diet diabetes, di mana mereka masih sering

mengonsumsi makanan tinggi gula dan tidak memperhatikan jadwal makan yang teratur. Kurangnya aktivitas fisik juga terlihat di mana 5 (71,43%) pasien mengaku jarang melakukan olahraga atau aktivitas fisik rutin. Minimnya kesadaran untuk melakukan kontrol kesehatan secara berkala turut menjadi kendala dalam pengelolaan penyakit. Akibatnya, 4 (57,1%) pasien masih memiliki kadar gula darah yang tinggi, sedangkan 1 (14,3%) pasien mengalami luka yang sulit sembuh akibat kadar gula yang tidak terkontrol. Hasil wawancara ini menggambarkan bahwa pasien masih mengalami kesulitan beradaptasi terhadap penyakit kronis yang dialami, baik dari aspek fisik maupun psikologis, sehingga menunjukkan pentingnya pendekatan psikososial seperti peningkatan resiliensi dalam pengelolaan diabetes melitus.

Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular yang prevalensinya meningkat dan paling umum terjadi di Indonesia. Tingginya kasus diabetes melitus perlu menjadi perhatian karena diabetes melitus dapat mengakibatkan komplikasi bagi pasien dalam waktu yang lama baik secara fisik maupun psikologis karena pasien dituntut untuk mandiri dalam menjalani terapi. Kerusakan mikrovaskular dapat memberikan dampak yang merugikan bagi organ mata, ginjal dan sistem saraf. Kerusakan makrovaskular juga sering kali terjadi seperti jantung koroner. Komplikasi yang terjadi pada kerusakan mikrovaskular dan makrovaskular dapat bersifat akut maupun kronis. Komplikasi yang sering terjadi seperti penyakit kardiovaskular, neuropati diabetik, nefropati diabetik, retinopati diabetik, komplikasi pada kaki, gangguan kulit, komplikasi kehamilan, gangguan sistem pencernaan, ketoasidosis diabetik (KAD) (Bodke dkk., 2023). Diabetes melitus selain menimbulkan dampak fisik juga dapat menimbulkan dampak fisiologis. Adam dkk. (2019) menunjukkan

adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dan peningkatan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus, dimana stres kronis dapat memicu hiperglikemia melalui mekanisme hormonal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mulia & Hersianda (2019) dinyatakan bahwa stres, depresi, distress diabetes, dan rendahnya resiliensi mengakibatkan kontrol glikemik pada pasien diabetes melitus menurun.

Pendekatan Teori Adaptasi Roy dapat digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan adaptasi pasien dalam menerima penyakitnya. Teori Adaptasi Roy memandang manusia sebagai sistem adaptif yang selalu berusaha menyesuaikan diri dengan perubahan internal maupun eksternal. Adaptasi yang baik memungkinkan terciptanya respon positif terhadap penyakit kronis, meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus, khususnya dalam aspek kontrol diri, energi, mobilitas, dan dukungan sosial. Resiliensi menjadi komponen penting dalam proses adaptasi, melindungi pasien dari dampak negatif stres dan depresi sehingga mereka mampu menghadapi tantangan pengelolaan kontrol glikemik dalam manajemen penyakit diabetes melitus.

Penelitian Yorke dkk. (2024) menemukan bahwa pasien diabetes melitus tipe 2 dengan tingkat resiliensi tinggi lebih mampu mengelola penyakit kronisnya sehingga peluang mencapai kontrol glikemik yang baik meningkat. Resiliensi membantu pasien beradaptasi dengan tuntutan pengelolaan jangka panjang, termasuk kepatuhan terhadap pengobatan, pola makan, dan gaya hidup sehat. Penelitian Rahmawati dkk. (2023) pada lansia dengan diabetes melitus menegaskan bahwa resiliensi berhubungan erat dengan *self-awareness*, di mana rendahnya resiliensi menyebabkan rendahnya kesadaran diri dalam mengontrol kadar gula darah. Dari perspektif keluarga, Luo dkk. (2022)

menunjukkan bahwa resiliensi orang tua dari anak dengan diabetes melitus tipe 1 berkorelasi dengan lebih sedikit gejala depresi dan distress diabetes, serta mendukung kontrol glikemik yang lebih baik pada anak. (Wojutari dkk., 2024) menegaskan bahwa resiliensi psikologis mampu memediasi hubungan antara distress diabetes dan depresi, sehingga pasien dengan resiliensi tinggi terlindungi dari dampak negatif distress emosional.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa resiliensi dan kontrol glikemik memiliki hubungan yang signifikan dan efektivitas intervensi. Resiliensi yang baik pada pasien diabetes menunjukkan dampak positif terhadap peningkatan kualitas hidup, perawatan diri, kontrol glikemik, dan kelelahan akibat diabetes pada lansia yang menderita diabetes melitus (Hana Lestari & Dwi Anggreini, 2025). Remaja dengan diabetes tipe 1 memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi secara signifikan berhubungan dengan kadar glukosa darah yang lebih rendah, yang menunjukkan kontrol glikemik yang lebih baik (Salam Ainul Yaqin & Hartono, 2023). Studi menunjukkan bahwa resiliensi diabetes dan terapi *mindfulness* membantu menurunkan skala diabetes *burnout/depression* dan secara tidak langsung berperan dalam mengontrol kadar glikemik penderita diabetes melitus tipe 2 (Kusumawati dkk., 2022). Penelitian ini menyoroti bahwa faktor psikologis khususnya resiliensi memiliki peran krusial dalam manajemen diabetes.

Meskipun resiliensi terbukti berkontribusi terhadap kontrol glikemik di berbagai penelitian, bagaimana peran tersebut terwujud dalam konteks lokal yang memiliki karakteristik demografi dan sosio-kultural tersendiri serta prevalensi kasus yang tinggi masih memerlukan perhatian khusus. Hal ini menjadi relevan terutama di

wilayah dengan prevalensi diabetes tinggi, seperti Kabupaten Buleleng, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Buleleng I di mana jumlah penderita tergolong tinggi. Tingkat resiliensi merupakan komponen psikososial penting yang berkontribusi terhadap keberhasilan pengelolaan penyakit diabetes melitus, baik secara langsung melalui peningkatan kemampuan adaptasi terhadap penyakit kronis dan kontrol glikemik maupun secara tidak langsung dengan menurunkan risiko stres, depresi, dan distress diabetes. Tanpa resiliensi yang memadai, pasien lebih rentan mengalami gangguan psikologis yang berdampak negatif pada kontrol glikemik. Penelitian ini menggunakan pendekatan Teori Adaptasi Roy untuk mengkaji peran resiliensi dalam meningkatkan kontrol glikemik pada pasien diabetes di Puskesmas Buleleng I. Pendekatan ini diharapkan dapat memberikan solusi holistik dengan memperhatikan aspek psikologis dan sosial pasien yang dapat meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi komplikasi diabetes, sehingga berdampak pada aspek fisik yaitu terkontrolnya glikemik pasien diabetes melitus.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat resiliensi pada pasien diabetes melitus dengan di Puskesmas Buleleng I?
2. Bagaimana kontrol glikemik pasien diabetes melitus di Puskesmas Buleleng I?
3. Apakah terdapat hubungan tingkat resiliensi dengan kontrol glikemik pasien diabetes melitus di Puskesmas Buleleng I?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis apakah ada hubungan antara tingkat resiliensi pada pasien diabetes dengan kontrol glikemik pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Buleleng I.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat resiliensi pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Buleleng I.
- b. Mengidentifikasi kontrol glikemik pasien diabetes melitus di Puskesmas Buleleng I.
- c. Mengidentifikasi hubungan tingkat resiliensi dengan kontrol glikemik pasien diabetes melitus di Puskesmas Buleleng I.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memperdalam pemahaman tentang bagaimana tingkat resiliensi berkaitan dengan kontrol glikemik pada pasien diabetes melitus. Selain itu, hasilnya diharapkan dapat menjadi acuan penting bagi institusi pendidikan, tenaga kesehatan, dan peneliti dalam mengembangkan ilmu keperawatan serta merancang intervensi yang lebih tepat sasaran untuk memperbaiki pengelolaan diabetes dari sudut pandang psikososial.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini dapat membantu meningkatkan pemahaman akan pentingnya memperkuat resiliensi dalam menghadapi tantangan pengelolaan penyakit.

Dengan demikian, pasien diharapkan mampu meningkatkan kontrol glikemik sekaligus kualitas hidup mereka.

a. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi dasar dalam memberikan edukasi dan dukungan psikososial yang lebih terarah. Hal ini memungkinkan intervensi yang dilakukan menjadi lebih efektif dalam meningkatkan kepatuhan pasien terhadap pengobatan dan pengendalian kadar gula darah.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan wawasan baru mengenai peran tingkat resiliensi dalam pengendalian glikemik pasien diabetes melitus. Temuan ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan studi lanjutan maupun peningkatan metode edukasi dan intervensi yang lebih efektif dalam penatalaksanaan diabetes, khususnya dari aspek psikososial.

