

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Penyakit Tidak Menular (PTM) yakni penyakit kardiovaskular, kanker, pernapasan kronis, juga diabetes mellitus masih menjadi penyebab kematian terbesar secara global sekitar 74% dari total kematian dunia atau sekitar 41 juta kematian setiap tahun. (IDF, 2021) di antara jenis PTM tersebut, diabetes mellitus menunjukkan tingkat mortalitas yang tinggi. Pada tahun 2021, tercatat sejumlah 6,7 juta kematian akibat diabetes mellitus di seluruh dunia, setara dengan satu kematian setiap lima detik. Negara dengan jumlah kematian tertinggi akibat diabetes mellitus meliputi Tiongkok 1,4 juta jiwa, Amerika Serikat 700 ribu jiwa, dan India dengan 640 juta jiwa. Di Kawasan Asia Tenggara, Indonesia termasuk dalam negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi yaitu sekitar 20,4 juta orang berusia 20-79 tahun dengan angka kematian mencapai 236 ribu per tahun. (IDF, 2024)

Menurut International Diabetes Federation (IDF), jumlah individu berusia 20–79 tahun yang hidup dengan diabetes mellitus di dunia terus mengalami peningkatan, dari 537 juta orang pada tahun 2021 menjadi sekitar 590 juta orang pada tahun 2024, dan diperkirakan akan mencapai 852 juta orang pada tahun 2050 ((IDF, 2024). Di Indonesia, jumlah penderita diabetes juga menunjukkan peningkatan, yaitu dari 19,5 juta kasus pada tahun 2021 menjadi 20,4 juta orang dewasa pada tahun 2024, sehingga menempatkan Indonesia pada peringkat kelima dunia sebagai negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak ((IDF, 2025). Sejalan dengan data tersebut, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes mellitus pada penduduk usia ≥ 15 tahun sebesar 2,2% berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan, serta 11,7% penduduk memiliki kadar glukosa darah tinggi berdasarkan hasil pemeriksaan laboratorium. Pada tingkat provinsi Jawa Barat sebagai salah satu provinsi dengan jumlah penduduk terpadat di Indonesia yaitu sekitar 50,49 juta jiwa menunjukkan prevalensi diabetes mellitus yang relative tinggi sebesar 2,2% lebih dari satu juta penduduk mengalami penyakit

diabetes mellitus. diabetes mellitus tipe 2 yakni bentuk diabetes yang paling dominan ada di populasi dewasa. sekitar 50,2% dari seluruh kasus diabetes mellitus yang terdiagnosis merupakan diabetes mellitus tipe 2, sehingga menunjukkan bahwa tipe ini memberikan kontribusi terbesar terhadap angka penyakit diabetes di Indonesia.(Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Prevalensi Diabetes Melitus relative tinggi dan menjadi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius, baik pada tingkat nasional maupun daerah. Pada tahun 2024, banyak pasien Diabetes Melitus di Kabupaten Bogor tertulis sejumlah 65.751 orang, sedangkan di Kota Bogor jumlah penderita mencapai 17.912 orang, yang terdiagnosis penyakit tersebut. Gambaran tingginya kasus diabetes mellitus juga terlihat pada fasilitas pelayanan kesehatan, di mana data di Radjak Hospital Cileungsi menunjukkan bahwa dalam tiga bulan terakhir terdapat 1.336 pasien Diabetes Melitus yang melewati pengobatan di Poli Penyakit Dalam. Tingginya jumlah kunjungan pasien Diabetes Melitus tersebut mengindikasikan bahwa penyakit ini masih menjadi masalah kesehatan kronis yang dominan dan memerlukan upaya penatalaksanaan yang optimal, tidak hanya berfokus pada aspek klinis, tetapi juga pada peningkatan kualitas hidup pasien.

Diabetes melitus yakni penyakit metabolik kronis yang paling banyak diderita, diindikasi pada penaikan kadar glukosa darah (hiperglikemia) yang disertai terganggunya metabolisme akibat ketidakseimbangan hormonal maupun proses metabolik. Kondisi tersebut bisa memunculkan komplikasi jangka panjang pada berbagai organ, termasuk mata (retinopati), ginjal (nefropati), sistem saraf (neuropati), dan sistem kardiovaskular akibat kerusakan pembuluh darah. Diabetes Mellitus terjadi ketika tubuh tidak mampu mempertahankan kadar glukosa dalam rentang normal (80–130 mg/dL pada kondisi puasa, 100–200 mg/dL saat puasa sementara, serta 120–200 mg/dL dua jam setelah makan), sehingga menumpuknya glukosa dalam darah akibat ketidakmampuan tubuh mengendalikan peningkatan. Diabetes melitus diklasifikasikan menjadi dua tipe utama yaitu, Tipe 1 atau *Insulin Dependent Diabetes Mellitus* (IDDM) terjadi akibat respons autoimun yang merusak sel β pankreas sebagai penghasil insulin, sehingga tubuh tidak dapat

memproduksi insulin sama sekali dan memerlukan terapi insulin sepanjang hidup. Serta, diabetes tipe 2 terjadi ketika tubuh masih produksi insulin tetapi sensitivitas sel terhadap hormon insulin menurun (*insulin resistance*), hingga glukosa tidak bisa masuk ke dalam sel secara efektif. Kondisi ini menyebabkan pankreas bekerja lebih berat untuk menghasilkan insulin hingga akhirnya mengalami kelelahan dan terjadi penurunan sekresi hormon. Sejumlah Faktor risiko seperti obesitas, pola makan tinggi gula dan lemak, kurang aktivitas fisik, serta faktor genetik berperan besar dalam diabetes mellitus ini. (Mulyana et al., 2024)

Diabetes Melitus Tipe 2 terjadi ketika produksi insulin oleh sel β pankreas menurun atau ketika tubuh tidak mampu memanfaatkan insulin secara efektif. Kondisi tersebut insulin tidak dapat bekerja secara optimal dalam membantu proses penyerapan glukosa ke dalam sel. Insulin merupakan hormon utama yang berfungsi menjaga kestabilan kadar glukosa dalam darah dengan memfasilitasi penggunaan glukosa sebagai sumber energi. Apabila hormon insulin tidak bekerja secara efektif, glukosa tidak dapat masuk ke sel untuk diubah menjadi energi sehingga terjadi peningkatan kadar glukosa dalam darah (hiperglikemia) (Rahmadiya & Kurnia, 2024). Peningkatan angka kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) dipengaruhi oleh kombinasi faktor genetik serta faktor lingkungan. Lingkungan memiliki peran yang cukup signifikan, terutama terkait perubahan pola hidup masyarakat, seperti pola makan yang tidak teratur dan tidak seimbang, konsumsi makanan tinggi kalori dan lemak, serta rendahnya aktivitas fisik, yang akhirnya dapat meningkatkan terjadinya obesitas. (Nina et al., 2023)

Penyakit diabetes melitus terus menunjukkan peningkatan dari tahun ke tahun, dan salah satu faktor yang turut mempengaruhi kondisi tersebut adalah kurang optimalnya kemampuan penderita saat menjalankan perawatan diri (*Self Care*). Manajemen *Self Care* merupakan kemampuan individu untuk mengelola serta mengendalikan kondisi kesehatannya secara mandiri. Pada pasien diabetes melitus, pelaksanaan perawatan diri yang konsisten memiliki peran penting dalam mencegah serta meminimalkan risiko terjadinya komplikasi. Kemampuan *self care management* pada pasien diabetes mellitus dapat diukur menggunakan instrument

kuesioner yang menilai berbagai aspek perilaku perawatan diri meliputi pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, kepatuhan terhadap terapi obat, dan perawatan kaki. Pengukuran dilakukan berdasarkan skor yang mencerminkan tingkat kemampuan pasien dalam menjalankan perilaku perawatan diri. Ketidakmampuan pasien diabetes melitus tipe 2 dalam menjalankan *Self Care* dapat memperburuk kondisi penyakit dan mempercepat munculnya komplikasi. Sehingga, peningkatan kemampuan *Self Care Management* menjadi aspek yang sangat penting dalam menurunkan risiko komplikasi sekaligus meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus. (Srywahyuni et al., 2021)

Self Care memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan kemampuan individu untuk mengelola dirinya sekaligus mempertahankan kualitas hidup, khususnya pada penderita diabetes melitus. (Oktaviana Manda et al., 2020) Pelaksanaan *Self Care* yang optimal dapat membantu mempertahankan fungsi insulin, menjaga kestabilan kadar gula darah, mencegah munculnya komplikasi, dan pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup pasien dengan diabetes melitus tipe 2. (Muflihatin et al., 2024)

Kualitas hidup mencerminkan tingkat kesejahteraan individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari di tengah kondisi penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang. Diabetes melitus tipe 2 tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis, hubungan sosial, serta lingkungan tempat individu beraktivitas. Beban pengobatan yang berkelanjutan, fluktuasi kadar glukosa darah, serta risiko terjadinya komplikasi kronis dapat menimbulkan keterbatasan fisik dan tekanan psikologis, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap penurunan kemampuan individu dalam menjalankan aktivitas dan mempertahankan peran sosialnya.

Kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 menjadi indikator penting untuk menilai sejauh mana penyakit tersebut memengaruhi kesejahteraan individu secara menyeluruh. Konsep kualitas hidup bersifat kompleks dan multidimensional karena melibatkan penilaian subjektif terhadap kesehatan fisik, kondisi psikologis,

hubungan sosial, serta lingkungan hidup yang mendukung fungsi kehidupan sehari-hari. Faktor-faktor seperti perawatan yang harus dijalani secara berkelanjutan, perubahan kadar glukosa darah, serta risiko komplikasi kronis berpotensi menurunkan kualitas hidup penderita. Namun demikian, upaya pengelolaan penyakit yang dilakukan secara optimal dapat membantu mempertahankan kesejahteraan dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

Kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 diukur menggunakan instrumen WHOQOL-BREF, yang mengevaluasi kualitas hidup berdasarkan empat domain utama, yakni kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Instrumen ini banyak digunakan dalam penelitian bidang kesehatan karena kemampuannya dalam menggambarkan kondisi kualitas hidup individu secara menyeluruh dan objektif. Hasil pengukuran kualitas hidup diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai kemampuan penderita diabetes melitus tipe 2 dalam menjalani kehidupan secara optimal. (Syatriani et al., 2023)

Penelitian yang dilakukan oleh Eunike et al. (2025) mengenai hubungan antara *Self Care* dan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Advent Bandung menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut ($\text{Sig} = 0,293$). Temuan ini menunjukkan meskipun mayoritas responden sudah menjalankan *self care* dengan baik, hal tersebut tidak secara proporsional meningkatkan kualitas hidup mereka. Kondisi psikologis, keberadaan komplikasi, serta dukungan sosial diduga turut memengaruhi kualitas hidup pasien sehingga *self care* bukan satu-satunya faktor penentu.

Hasil tersebut berbeda pada penelitian yang dilakukan oleh Derang et al. (2024) berjudul “*Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan.*” Pada penelitian yang melibatkan 53 responden tersebut, ditemukan hubungan yang kuat antara *self care* dan kualitas hidup, dengan nilai $r = 0,523$ dan $p\text{-value} = 0,001$ ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik *self care* yang dilakukan pasien, maka semakin

baik kualitas hidup yang mereka rasakan sebaliknya, kurangnya self care dapat meningkatkan risiko komplikasi dan menurunkan kesejahteraan pasien.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Radjak Hospital Cileungsi pada 7 November 2025, dilakukan wawancara dengan 5 responden diabetes mellitus tipe 2 yang menunjukkan *Self Care Management* belum dilakukan secara optimal. 3 responden teratur mengonsumsi obat, sementara 2 responden tidak teratur mengonsumsi obat. 2 responden rutin memeriksa gula darah secara mandiri, sedangkan 3 responden melakukannya tidak teratur. Dalam hal pengaturan pola makan (diet) 3 responden berusaha mengikuti aturan makan yang dianjurkan tenaga kesehatan, tetapi 2 responden masih mengalami kesulitan dalam menjaga makan. Pada aktivitas fisik, hanya 3 responden melakukan olahraga ringan seperti jalan kaki, dan senam, sedangkan 2 responden jarang berolahraga.

Berdasarkan uraian data diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self Care Management* dan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi”

1.2 Rumusan Masalah

Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) yakni penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan diri secara mandiri (*self care*) yang optimal untuk mencegah timbulnya komplikasi juga mempertahankan kualitas hidup penderita. Ketidakteraturan atau kurangnya efektivitas dalam pelaksanaan *Self Care Management* dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup pasien. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *Self Care Management* dan *Quality Of Life* pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 yang menjalani perawatan di Radjak Hospital Cileungsi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan *Self Care Management* dan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, Status Pekerjaan, dan Lama Menderita DM pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.
2. Mengidentifikasi tingkat *Self Care management* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.
3. Mengidentifikasi tingkat *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.
4. Menganalisis hubungan antara Usia dengan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.
5. Menganalisis hubungan antara Jenis Kelamin dengan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.
6. Menganalisis hubungan antara Lama Menderita DM dengan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.
7. Menganalisis hubungan antara Tingkat Pendidikan dengan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.
8. Menganalisis hubungan antara Status Pekerjaan dengan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.
9. Menganalisis hubungan antara *Self Care management* dengan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Radjak Hospital Cileungsi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Pelayanan Kesehatan dan Masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan dorongan, informasi, serta memperluas pemahaman masyarakat mengenai pentingnya penerapan self care management dalam upaya mempertahankan kualitas hidup.

1.4.2 Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan bisa menaikkan kesadaran serta pemahaman mengenai pentingnya *self care management* dalam pengelolaan Diabetes Mellitus Tipe 2. Dengan adanya wawasan ini, responden diharapkan terdorong untuk melakukan

perubahan perilaku yang lebih positif dalam aktivitas sehari-hari sehingga dapat menunjang peningkatan kualitas hidup mereka.

1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi perawat saat merancang asuhan keperawatan yang berfokus pada peningkatan kemampuan *Self Care* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Selain itu, hasil penelitian ini juga memperkuat peran perawat sebagai edukator dan motivator dalam membantu pasien mengelola penyakitnya secara mandiri, serta menjadi landasan dalam pengembangan intervensi keperawatan yang ditujukan untuk meningkatkan *Quality Of Life* pasien.

1.4.4 Bagi Lokasi Tempat Penelitian

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi terkait hubungan antara *Self Care Management* dan *Quality Of Life* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Selain itu, hasilnya juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan evaluasi dan acuan bagi perawat di Rumah Sakit Radjak Hospital Cileungsi dalam mengembangkan penelitian lanjutan terkait permasalahan Diabetes Mellitus di wilayah tersebut