

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Perubahan struktur demografi global menunjukkan peningkatan signifikan jumlah penduduk lanjut usia (lansia) di berbagai negara, termasuk Indonesia. Fenomena ini terjadi akibat meningkatnya angka harapan hidup dan menurunnya tingkat kematian. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2022), lansia adalah individu berusia 60 tahun ke atas, sedangkan dalam Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, kategori lansia di Indonesia dimulai dari usia 60 tahun. Peningkatan jumlah lansia ini membawa dampak besar terhadap sistem pelayanan kesehatan, karena kelompok usia tersebut lebih rentan mengalami berbagai penyakit degeneratif dan kronis yang memerlukan pemantauan serta perawatan jangka panjang agar kualitas hidup tetap terjaga (*United Nations*, 2022; Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Salah satu penyakit kronis yang paling sering dialami oleh lansia adalah Diabetes Melitus (DM). Kondisi ini merupakan gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi atau kerja insulin. Seiring bertambahnya usia, proses fisiologis tubuh mengalami penurunan, termasuk dalam metabolisme glukosa, sehingga risiko terjadinya Diabetes Melitus Tipe 2 meningkat. Faktor lain seperti menurunnya aktivitas fisik, kebiasaan makan tinggi kalori, serta perubahan komposisi tubuh yang memicu resistensi insulin turut memperburuk kondisi tersebut. Akibatnya, banyak lansia mengalami komplikasi seperti neuropati, nefropati, dan retinopati yang tidak hanya menurunkan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, tetapi juga meningkatkan angka rawat inap berulang (Huang & Davis, 2020).

Peningkatan jumlah lansia yang disertai dengan tingginya angka kejadian diabetes menunjukkan bahwa masalah kesehatan ini tidak hanya menjadi isu individu, tetapi juga tantangan global dalam bidang kesehatan masyarakat. Data WHO (2023)

memperkirakan sekitar 19,3% individu berusia di atas 65 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019, dan jumlah ini berpotensi meningkat dua kali lipat pada tahun 2045 jika tidak dilakukan intervensi yang efektif. Lonjakan kasus ini erat kaitannya dengan gaya hidup tidak sehat, peningkatan prevalensi obesitas, serta rendahnya kesadaran terhadap pentingnya pengendalian kadar glukosa darah melalui edukasi dan perubahan perilaku. Dengan demikian, meningkatnya populasi lansia dan prevalensi diabetes yang terus bertambah menuntut adanya upaya komprehensif dalam pengelolaan penyakit ini, baik melalui tindakan promotif, preventif, maupun rehabilitatif untuk mempertahankan kualitas hidup lansia secara optimal.

Kawasan Asia Tenggara merupakan wilayah dengan peningkatan kasus Diabetes Melitus (DM) tercepat di dunia. Berdasarkan *International Diabetes Federation (IDF) Diabetes Atlas* edisi ke-11 (2025), jumlah orang dewasa berusia 20–79 tahun yang hidup dengan diabetes di kawasan ini mencapai sekitar 106,9 juta jiwa pada tahun 2024 dan diperkirakan meningkat menjadi 185 juta jiwa pada tahun 2050, dengan sekitar 42,7% kasus belum terdiagnosis. Di antara negara-negara di kawasan ini, Indonesia memiliki jumlah penderita terbanyak yaitu sekitar 20,4 juta orang pada tahun 2024 dan diproyeksikan mencapai 28,6 juta pada tahun 2050. Thailand memiliki sekitar 6,4 juta kasus, Malaysia menunjukkan prevalensi tertinggi dengan sekitar 4,75 juta penderita, Filipina mencatat sekitar 4,73 juta kasus dengan proyeksi 8,6 juta pada tahun 2050, sedangkan Vietnam dan Myanmar masing-masing memiliki sekitar 2,5 juta dan 2,36 juta penderita pada tahun 2024. Angka-angka tersebut menegaskan bahwa seluruh negara di Asia Tenggara menghadapi peningkatan signifikan kasus diabetes yang dipengaruhi oleh urbanisasi, pola makan tinggi kalori, obesitas, dan gaya hidup sedentari (IDF, 2025)

Provinsi DKI Jakarta menempati posisi tertinggi di Indonesia dalam hal prevalensi Diabetes Melitus (DM). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2023, prevalensi DM di DKI Jakarta mencapai 3,4%, angka ini merupakan yang tertinggi dibandingkan provinsi lain di Indonesia. Data rinci per kota administratif

menunjukkan bahwa Kota Jakarta Pusat memiliki angka rawat inap terkait diabetes tertinggi, yaitu sekitar 10.626 per 100.000 penduduk, diikuti oleh Jakarta Selatan dengan sekitar 10.308 per 100.000, Jakarta Timur sekitar 8.934 per 100.000, dan Jakarta Barat sekitar 8.285 per 100.000 penduduk. Sementara itu, Jakarta Utara juga menunjukkan trend peningkatan kasus, terutama pada kelompok lanjut usia dengan komorbiditas seperti hipertensi dan obesitas. Kondisi ini menegaskan perlunya pendekatan berbasis edukasi dan peningkatan kemampuan pengelolaan diri (*self-management*) bagi lansia dengan diabetes di seluruh wilayah DKI Jakarta.

Menghadapi meningkatnya permasalahan Diabetes Melitus (DM), pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan (Kemenkes RI) telah melaksanakan berbagai upaya pengendalian penyakit tersebut. Berbagai strategi ditempuh melalui Program Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) yang menekankan pentingnya deteksi dini, edukasi kesehatan, serta pencegahan faktor risiko melalui Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) PTM di tingkat masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2022a). Selain itu, pemerintah juga menggalakkan kampanye CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stres) serta Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) sebagai bentuk promosi gaya hidup sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Kemenkes turut bekerja sama dengan organisasi profesi seperti PERKENI (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia) dalam pelaksanaan edukasi, skrining dini, serta pelatihan pengelolaan mandiri diabetes bagi masyarakat (PERKENI, 2021). Seluruh upaya ini bertujuan untuk menekan angka kejadian dan komplikasi DM, sekaligus meningkatkan kemampuan pengelolaan diri (*self-management*), terutama pada kelompok lansia yang memiliki risiko tinggi terhadap ketidakstabilan kadar glukosa darah.

Namun demikian, efektivitas program pengendalian Diabetes Melitus pada lansia tidak hanya bergantung pada intervensi medis dan kebijakan pemerintah, tetapi juga ditentukan oleh tingkat pengetahuan diri (*health literacy*) lansia dalam mengontrol kadar glukosa darah. Pemahaman yang baik mengenai penyakit, pengaturan diet,

aktivitas fisik, penggunaan obat, serta pengenalan tanda-tanda hipoglikemia dan hiperglikemia berperan penting dalam meningkatkan kemampuan kontrol mandiri terhadap kadar glukosa darah. Lansia yang memiliki pengetahuan memadai mengenai pengelolaan diabetes cenderung lebih patuh menjalani terapi, menjaga pola makan, serta melakukan pemeriksaan rutin secara berkala. Sejumlah penelitian membuktikan bahwa peningkatan pengetahuan diri dapat memperbaiki perilaku self-care, meningkatkan efikasi diri, dan menurunkan risiko komplikasi kronis. Oleh karena itu, edukasi kesehatan yang berkesinambungan, terarah, dan mudah dipahami menjadi kunci keberhasilan pengendalian diabetes pada lansia guna mempertahankan kualitas hidup yang optimal (Rahman et al., 2024).

Sejalan dengan hal tersebut, berbagai penelitian terdahulu juga menegaskan pentingnya peningkatan pengetahuan diri dalam pengelolaan Diabetes Melitus pada lansia. Alliston et al. (2024) dalam penelitiannya berjudul *The Effects of Diabetes Self-Management Programs on Clinical and Patient-Reported Outcomes in Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis* menemukan bahwa program edukasi pengelolaan diri mampu menurunkan kadar HbA1c secara signifikan serta meningkatkan efikasi diri dan perilaku perawatan diri pada lansia. Hasil serupa dilaporkan oleh Butayeva et al. (2023) dalam studi *The Impact of Health Literacy Interventions on Glycemic Control and Self-Management Outcomes among Type 2 Diabetes Mellitus: A Systematic Review*, yang menunjukkan bahwa intervensi peningkatan literasi kesehatan berpengaruh positif terhadap kontrol glukosa darah dan kemampuan manajemen diri pasien diabetes tipe 2.

Selain itu, penelitian Ong-Artborirak et al. (2023) berjudul *Health Literacy, Self-Efficacy, Self-Care Behaviors, and Glycemic Control among Older Adults with Type 2 Diabetes Mellitus: A Cross-Sectional Study in Thai Communities* juga memperkuat bukti adanya hubungan signifikan antara tingkat literasi kesehatan, efikasi diri, perilaku perawatan diri, dan kadar HbA1c pada lansia diabetes. Temuan ini sejalan dengan hasil studi Shiferaw et al. (2021) dalam *Effect of Educational Interventions on Knowledge of the Disease and Glycaemic Control in Patients with*

*Type 2 Diabetes Mellitus: A Systematic Review and Meta-Analysis*, yang menunjukkan bahwa intervensi edukatif secara konsisten meningkatkan pengetahuan pasien serta berkontribusi terhadap penurunan kadar glukosa darah puasa.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Bhayangkara Tk 1 Puskokes Polri pada bulan Oktober 2025 terhadap 30 lansia dengan diagnosis Diabetes Melitus, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar pasien belum memiliki pengetahuan yang baik mengenai pengelolaan penyakitnya. Hasil wawancara menunjukkan sebanyak 56,7% responden tidak mengetahui secara tepat tentang pengaturan pola makan yang sesuai bagi penderita diabetes, 63,3% tidak memahami pentingnya aktivitas fisik teratur, dan 46,7% belum mampu mengenali tanda-tanda hipoglikemia maupun hiperglikemia.

Selain itu, hasil observasi terhadap catatan medis menunjukkan bahwa 60% pasien memiliki kadar gula darah sewaktu di atas 180 mg/dL, sedangkan hanya 20% yang mencapai kadar gula darah dalam rentang normal. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar lansia belum mampu melakukan kontrol gula darah secara optimal selama menjalani perawatan. Perawat di ruang rawat inap juga menyampaikan bahwa edukasi mengenai manajemen diabetes yang diberikan kepada pasien lansia belum dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan. Edukasi lebih banyak dilakukan secara umum tanpa menyesuaikan dengan tingkat pemahaman individu pasien. Hal ini menyebabkan pasien kurang memahami pentingnya pengaturan gaya hidup, kepatuhan minum obat, serta pemantauan kadar glukosa darah secara rutin.

Temuan tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan diri lansia tentang penyakitnya dengan kemampuan mereka dalam mengontrol kadar glukosa darah. Berdasarkan hasil survei pendahuluan ini, diperlukan intervensi yang berfokus pada peningkatan pengetahuan diri (self-knowledge) melalui edukasi kesehatan yang sistematis dan terarah agar lansia dapat lebih mandiri dalam

mengontrol kadar gula darahnya. Berdasarkan uraian diatas, oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang efektivitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan kontrol gula darah pada lansia dengan Diabetes Melitus di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Bhayangkara Tk 1 Puskokkes Polri.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan hasil survei pendahuluan yang dilakukan di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Bhayangkara Tk I Puskokkes Polri, diperoleh bahwa sebagian besar lansia dengan Diabetes Melitus belum memiliki pengetahuan diri yang memadai dalam mengelola penyakitnya. Hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa banyak pasien belum memahami pentingnya pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, serta tanda-tanda hipoglikemia dan hiperglikemia. Kondisi tersebut berdampak pada ketidakstabilan kadar gula darah selama masa perawatan di rumah sakit.

Selama ini, perawat di ruang rawat inap telah melakukan beberapa bentuk intervensi edukatif, seperti penyuluhan singkat saat pemberian obat, konseling individu secara terbatas, serta edukasi umum melalui leaflet atau poster kesehatan. Namun, pelaksanaan edukasi tersebut belum terstruktur, tidak dilakukan secara berkesinambungan, dan belum dievaluasi efektivitasnya terhadap peningkatan pengetahuan pasien maupun pengaruhnya terhadap kontrol gula darah. Akibatnya, sebagian besar lansia belum mampu menerapkan perilaku perawatan diri secara optimal.

Melihat kondisi tersebut, diperlukan suatu penelitian untuk mengetahui efektivitas intervensi peningkatan pengetahuan diri yang dilakukan secara sistematis terhadap kemampuan pasien dalam mengontrol kadar glukosa darahnya. Dengan demikian, penelitian ini berfokus untuk menjawab pertanyaan utama, yaitu apakah pendidikan kesehatan efektif dalam peningkatan pengetahuan lansia tentang kontrol gula darah pada lansia dengan Diabetes Melitus?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui efektivitas pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan kontrol gula darah pada lansia dengan Diabetes Melitus di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Bhayangkara Tk 1 Puskokkes Polri.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Teridentifikasi gambaran karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan di ruang rawat inap Rumah Sakit Bhayangkara Tk 1 Puskokkes Polri.
2. Teridentifikasi distribusi rata-rata peningkatan pengetahuan kontrol kadar gula darah pada lansia dengan Diabetes Melitus sebelum diberikan pendidikan kesehatan di ruang rawat inap Rumah Sakit Bhayangkara Tk 1 Puskokkes Polri.
3. Teridentifikasi distribusi rata-rata peningkatan pengetahuan kontrol kadar gula darah pada lansia dengan Diabetes Melitus sesudah diberikan pendidikan kesehatan di ruang rawat inap Rumah Sakit Bhayangkara Tk 1 Puskokkes Polri.
4. Teranalisis perbedaan peningkatan pengetahuan kontrol kadar gula darah lansia dengan Diabetes Melitus sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan di ruang rawat inap Rumah Sakit Bhayangkara Tk 1 Puskokkes Polri.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Rumah Sakit**

1. Memberikan informasi tentang efektivitas peningkatan pengetahuan diri lansia terhadap kontrol gula darah, sehingga dapat dijadikan dasar pengembangan program edukasi diabetes di ruang rawat inap.
2. Meningkatkan mutu pelayanan keperawatan melalui intervensi edukasi yang berbasis bukti.

#### **1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan**

1. Menjadi bahan referensi dan tambahan ilmu bagi mahasiswa keperawatan dan tenaga pendidik dalam memahami hubungan edukasi kesehatan dengan pengendalian penyakit kronis pada lansia.
2. Memberikan contoh implementasi penelitian keperawatan berbasis praktik klinik.

#### **1.4.3 Bagi Perawat**

1. Menambah wawasan dan keterampilan perawat dalam memberikan edukasi dan mendukung kontrol gula darah pasien lansia.
2. Membantu perawat dalam merencanakan tindakan keperawatan yang lebih efektif berdasarkan bukti.

#### **1.4.4 Bagi Lansia (Pasien)**

1. Membantu lansia meningkatkan pengetahuan diri terkait pengelolaan diabetes sehingga dapat lebih mandiri dalam mengontrol kadar gula darah.
2. Mengurangi risiko komplikasi akibat ketidakstabilan gula darah melalui penerapan edukasi yang tepat.

#### **1.4.5 Bagi Peneliti**

1. Menambah pengalaman dan pemahaman dalam melakukan penelitian keperawatan berbasis bukti di lingkungan rumah sakit.
2. Memberikan dasar ilmiah untuk penelitian lanjutan terkait intervensi edukasi pada pasien diabetes atau penyakit kronis lainnya.