

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes mellitus merupakan penyakit tidak menular, penyakit yang tidak ditularkan dari individu ke individu lain dan bersifat kronis. Diabetes Mellitus merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis ditandai dengan peningkatan kadar gula darah (WHO, 2025). Meningkatnya kadar gula darah ini disebabkan oleh kurangnya produksi kadar insulin atau ketidak mampuan tubuh memproduksi insulin.

Kecemasan (anxiety) merupakan respon emosional terhadap ketidakpastian dan ancaman, pada penderita diabetes sering muncul akibat kekhawatiran berlebih terhadap kadar gula darahnya yang dapat menyebabkan komplikasi, ketergantungan obat seumur hidup sebab diabetes mellitus termasuk penyakit yang belum bisa disembuhkan, serta tuntutan untuk menjaga gaya hidup dan pola makan yang ketat (Rismawati Saleh et al.,2022) dalam (Zahra et al, 2025). Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang belum dapat disembuhkan dengan jumlah rawat jalan terbanyak. Tingginya kasus Diabetes Mellitus ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti gaya hidup tidak sehat dan faktor psikis yang mempengaruhi kadar gula darah. Hal ini dapat berdampak pada kadar gula darah yang tidak stabil.

Menurut data *International Diabetes Federation (2024)* di seluruh dunia jumlah penderita Diabetes Mellitus pada tahun 2024 yaitu 589 juta jiwa, dan diprediksi akan meningkat menjadi 853 juta jiwa penderita Diabetes Mellitus pada tahun 2050. IDF (2025) melaporkan bahwa 11,1% atau 1 dari 9

populasi dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes, dan lebih dari 4 dari 10 orang tidak menyadari bahwa mereka mengidap atau menderita diabetes. Di Indonesia jumlah total kasus Diabetes pada orang dewasa mencapai 20,4 juta jiwa penderita Diabetes Mellitus prevalensi 11,3% diabetes pada orang dewasa. Pada Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur, jumlah penderita Diabetes Mellitus pada usia >15 tahun mencapai 882.315 orang (Dinkes Jatim, 2024). Di Kabupaten Ponorogo kasus Diabetes Mellitus pada tahun 2024 mencapai 17 ribu jiwa dan yang tercatat mendapatkan pelayanan Kesehatan sesuai standar atau yang dilayani Puskesmas sebanyak 15,8 jiwa (Dinkes Ponorogo, 2024). Pada data statistik Ponorogo penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo terdapat 563 jumlah penderita pada tahun 2024 (Statistik Ponorogo, 2024)

Diabetes Adalah kondisi kronis yang terjadi Ketika pankreas tidak mampu memproduksi hormon insuli, atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. Hormon ini berkerja seperti kunci glukosa dari makanan yang dikonsumsi untuk masuk ke dalam sel-sel tubuh dan menghasilkan energi. Tubuh memecah makanan karbohidrat menjadi glukosa dalam darah, dan insulin membantu glukosa masuk ke dalam sel (IDF, 2025).

Ketika tubuh tidak dapat memproduksi atau menggunakan insulin secara efektif, dapat menyebabkan kadar glukosa darah tinggi. Kadar gula darah yang tinggi dapat menyebabkan kerusakan pada organ dan jaringan tubuh. Yang seiring waktu dapat menyebabkan kerusakan pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf (WHO, 2025).

Komplikasi yang terjadi menjadi salah satu yang mempengaruhi kecemasan pada penderita Diabetes. Peningkatan kadar gula darah pada penderita DM selain dipengaruhi oleh faktor manajemen diri termasuk menjaga gaya hidup dan pola makan, faktor emosional juga dapat mempengaruhi peningkatan kadar gula darah. Kadar gula darah meningkat lebih cepat jika penderita mengalami kondisi cemas, dibandingkan saat tidak menjaga pola makannya seperti mengonsumsi makanan yang tidak sehat. Menurut para ahli, masalah emosional dapat menyebabkan kadar gula dalam darah tinggi secara kronis (Mc.Quade dan Alkman 1987) dalam (Litae, 2019).

Kecemasan dapat menyebabkan glikosuria dan gangguan metabolisme karbohidrat pada tubuh. Kecemasan meningkatkan hormon ACTH (Andrenocorticotrophic Hormone) yang mengaktifkan korteks adrenal untuk mengsekresi hormon glukokortikosteroid yang akan meningkatkan glukogenesis. Akibatnya, kadar glukosa darah meningkat saat seseorang mengalami kecemasan (Rismawati Saleh, 2020).

Pencegahan komplikasi pada penderita Diabetes Mellitus dapat dilakukan dengan penatalaksanaan 5 pilar Diabetes Mellitus yaitu perencanaan makanan atau pola makan (diet), pengobatan, aktifitas fisik (olahraga) dan edukasi atau pendidikan Kesehatan serta monitoring kadar gula darah. Tujuan edukasi untuk menambah pengetahuan penderita Diabetes Mellitus agar dapat memodifikasi gaya hidup dan menjaga pola makan dengan menu seimbang, olahraga yang teratur, tidak minum - minuman keras, tidak merokok, istirahat yang cukup, melakukan pemeriksaan rutin dan mengendalikan stress.

Adanya faktor emosional kecemasan terkait peningkatan kadar gula darah inilah yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan memberikan kuisioner terkait penilaian tingkat kecemasan terhadap penderita Diabetes Mellitus. Untuk mengetahui Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus Sebelum Dan Sesudah Edukasi Manajemen Stres Di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo di Puskesmas Wilayah Kabupaten Ponorogo.

1.2 Batasan Masalah

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini membatasi permasalahan Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus Sebelum Dan Sesudah Edukasi Manajemen Stres Di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo di Puskesmas Wilayah Kabupaten Ponorogo.

1.3 Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus Sebelum Dan Sesudah Edukasi Manajemen Stres di Puskesmas Wilayah Kabupaten Ponorogo?

1.4 Tujuan Penulisan

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum studi kasus ini adalah untuk mengetahui Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo sebelum dilakukan edukasi.
- b. Untuk mengetahui Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo setelah dilakukan edukasi.
- c. Untuk menganalisis Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo sebelum dan setelah edukasi.

1.5 Manfaat Penulisan

1.5.1 Manfaat Teoritis

Mengembangkan dan meningkatkan ilmu keperawatan tentang Tingkat Kecemasan pada penderita Diabetes Mellitus.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Perawat

Sebagai kajian ilmu keperawatan yang dapat menambah pengetahuan dan pengalaman tentang Perbedaan Tingkat Kecemasan Pada Penderita Diabetes Mellitus Sebelum Dan Sesudah Edukasi Manajemen Stres Di Wilayah Kerja Puskesmas Jetis Kabupaten Ponorogo. Khususnya terkait aspek psikis (kecemasan) dengan kondisi klinis (kadar gula darah) pada penderita diabetes mellitus.

b. Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Untuk memperoleh data dan hasil yang diperoleh dari Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi dan sebagai dasar untuk penentuan intervensi lanjutan dalam proses penanganan emosional atau psikososial yaitu Kecemasan pada penderita Diabetes Mellitus.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai referensi ilmiah dan sumber Pustaka untuk mengembangkan ilmu keperawatan. Selain itu, dapat menjadi data dasar bagi peneliti selanjutnya terkait manajemen stress pada penderita penyakit kronis.

d. Bagi Responden

Diharapkan dapat mengetahui Tingkat kecemasan yang dialami dan mengetahui kecemasan dapat mempengaruhi gula darah sehingga responden mampu menjaga emosional kecemasanya untuk kestabilan kadar gula darah.