

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Mellitus (DM) merupakan kondisi kesehatan kronis yang serius yang terjadi akibat peningkatan kadar gula darah, karena tubuh tidak dapat memproduksi insulin yang cukup atau ketidakefektifan penggunaan insulin yang dihasilkan. Penyakit Diabetes Mellitus sering terjadi pada lansia, karena kemampuan sel pankreas untuk menghantarkan insulin menurun seiring bertambahnya usia. Dampak Diabetes tidak hanya terbatas pada aspek fisik seperti gangguan metabolik, neuropati, nefropati, atau retinopati. Banyak penderita diabetes juga mengalami tekanan psikologis yang serius, termasuk kecemasan, stres, dan depresi. Kecemasan merupakan respon emosional terhadap ketidakpastian dan ancaman, dan pada penderita Diabetes mellitus. Hal ini sering muncul akibat kekhawatiran berlebih terhadap komplikasi, ketergantungan obat seumur hidup, serta tuntutan untuk menjaga pola makan dan gaya hidup secara ketat (Saleh, Maryunis, & Murtini, 2022).

Seseorang yang telah mencapai tahap akhir proses hidupnya dan mencapai usia 60 tahun dianggap sebagai lansia. Menurunnya kemampuan tubuh untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan lingkungan, yang berdampak pada kesejahteraan fisik, mental, dan sosial, membuatnya lebih sulit bekerja dan berinteraksi dengan orang lain pada usia ini. Presentase lansia di Indonesia mencapai 9,27% atau sekitar 24,49% juta orang. Presentase terbesar terdiri dari lansia muda (umur 60-69 Tahun) sebesar 63,39%, lansia madya (umur 70-79 Tahun) sebesar 27,92% dan lansia tua (umur 80+) sebesar 8,69%. Jumlah

Lansia pada Tahun 2025 mencapai sekitar 6 juta jiwa dengan populasi lansia terbanyak di Indonesia. Menurut Menteri Sosial, data BPS tahun 2024 menunjukkan angka total lansia Indonesia sekitar 33 juta jiwa atau 12%. Jawa Timur juga memiliki persentase lansia yang tinggi (sekitar 13.86% atau lebih tinggi dari data lama) (Nuradha, Dolifah, & Hoedaya, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2024) bahwa tercatat 589 juta orang di dunia menderita Diabetes Mellitus dan menjadi penyebab utama kematian di dunia yang mencapai 71%. Menurut *International Diabetes*

Federation (IDF, 2024) Indonesia menjadi negara dengan jumlah penderita Diabetes Mellitus terbesar kelima di dunia. Berdasarkan laporan *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2024 ada 20,426,400 juta kasus penderita Diabetes Mellitus dengan total prevalensi 11,3% dari populasi dewasa. *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan setidaknya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 Tahun di dunia menderita Diabetes Mellitus pada Tahun 2019 Prevalensi Diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 Tahun. Angka tersebut diprediksikan akan terus meningkat sampai mencapai 578 juta di Tahun 2030 dan 700 juta di Tahun 2045 ((IDF), 2022).

Di Jawa Timur, penderita Diabetes Mellitus adalah 854.454 orang dari populasi usia diatas 15 Tahun. Di kabupaten Ponorogo, capaian pelayanan penderita Diabetes Mellitus pada Tahun 2023 sebesar 91,40% sedangkan di Tahun 2024 meningkat menjadi 92,60% tercatat mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sebanyak 15.825 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Ponorogo, 2024). Berdasarkan Profil Puskesmas Ponorogo Selatan Tahun 2024, Diabetes Mellitus termasuk ke dalam 15 penyakit terbanyak yang ditangani, dengan jumlah kunjungan pasien Non Insulin Dependent Diabetes Mellitus sebanyak 1.635 kasus dan menempati peringkat keempat penyakit terbanyak setelah hipertensi, myalgia, dan influenza (Puskesmas Ponorogo Selatan, 2024).

Data terbaru menunjukkan prevalensi Diabetes Mellitus pada lansia di Indonesia terus meningkat, dengan data global menunjukkan sekitar 19,3% populasi usia diatas 65 Tahun menderita Diabetes Mellitus dan diproyeksikan

naik, sementara studi lokal Indonesia menemukan prevalensi hingga 30,42% pada lansia yang dirawat, atau 26,05% dari kasus DM pada populasi umum. Pada Tahun 2024, jumlah penduduk lansia usia 60 Tahun ke atas mencapai 6.576 jiwa, yang berpotensi meningkatkan kejadian penyakit degeneratif, termasuk Diabetes Mellitus (Mustika M, Jumaini, & Marni, 2021).

Diabetes Mellitus dapat menimbulkan perasaan cemas karena merupakan penyakit kronis yang tidak bisa disembuhkan. Ini sebabnya banyak penderita mengalami reaksi psikologis negatif seperti kemarahan, perasaan tidak berharga, peningkatan tingkat kecemasan, serta depresi. Ketegangan psikologis seperti stres, kecemasan, dan depresi dapat memperburuk kondisi kesehatan atau penyakit yang diderita lansia. Orang yang menderita Diabetes Mellitus memiliki tingkat kecemasan 20% lebih tinggi dibandingkan dengan orang yang tidak menderita Diabetes Mellitus (Az Zahra & Prajayanti, 2025).

Prevalensi kecemasan di Negara berkembang pada usia dewasa dan lansia sebanyak 50%. Berdasarkan data Kemenkes sepanjang Tahun 2020 sebanyak 18.373 jiwa mengalami gangguan kecemasan. Kecemasan dan Diabetes Mellitus memiliki hubungan yang erat, terutama berkaitan dengan gaya hidup tidak sehat yang berpengaruh besar terhadap kondisi kesehatan. Selain itu, kemajuan teknologi yang semakin pesat membuat seseorang cenderung kurang bergerak karena banyak aktivitas yang dilakukan secara pasif, seperti duduk lama dengan bermain handphone, kondisi ini dapat menurunkan kebugaran fisik. Dan adanya penyakit yang diderita, menyebabkan penurunan kondisi fisik dan psikologis seseorang, sehingga memicu terjadinya kecemasan (Sari & Widyanata, 2023).

Kecemasan pada lansia penderita Diabetes Mellitus dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya ketakutan terhadap komplikasi penyakit seperti luka diabetik, gangguan penglihatan, dan penyakit jantung. Selain itu, keharusan mengonsumsi obat secara rutin, melakukan pemeriksaan gula darah, serta pembatasan pola makan sering menimbulkan perasaan khawatir dan takut kondisi penyakitnya semakin memburuk. Lansia penderita DM sering merasa khawatir menjadi beban bagi keluarga serta cemas terhadap kemampuan menjalani aktivitas sehari-hari seperti sebelumnya (Akbar, 2023).

Upaya pengendalian kadar gula darah pada lansia penderita Diabetes Mellitus tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga perlu memperhatikan kondisi psikologis, khususnya pada tingkat kecemasan. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pengendalian yang bersifat holistik. Contohnya seperti edukasi kesehatan, edukasi yang baik dapat meningkatkan pemahaman lansia sehingga mampu mengurangi rasa takut dan kekhawatiran terhadap penyakit yang diderita. Selain itu, manajemen kecemasan juga menjadi bagian penting dalam pengendalian gula darah. Intervensi nonfarmakologis seperti relaksasi napas dalam, distraksi, aktivitas spiritual, serta dukungan keluarga bisa membantu menurunkan tingkat kecemasan pada lansia. Lingkungan keluarga yang suportif dapat memberikan rasa aman dan meningkatkan motivasi lansia dalam menjalani pengobatan (Angraini & Baharuddin, 2020) dalam (Sari & Widyanata, 2023).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik ingin mengambil penelitian tentang "Gambaran Tingkat Kecemasan pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan" Tujuan

dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan pada pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah "Bagaimana Tingkat Kecemasan pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran tingkat kecemasan pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik lansia penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan berdasarkan usia, jenis kelamin, status pekerjaan, status perkawinan, lama menderita DM, dan tingkat pendidikan
2. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada lansia penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ponorogo Selatan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengembangan ilmu keperawatan, yang berguna dalam perawatan

kesehatan mengenai penanganan pada lansia yang menderita Diabetes Mellitus yang memiliki masalah keperawatan terkait dengan kecemasan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Klien

Dapat membantu lansia penderita Diabetes Mellitus untuk mengenali tingkat kecemasan yang dialami sehingga dapat meningkatkan kesadaran dalam menjaga kesehatan fisik dan psikologis.

2. Bagi Perawat

Dapat menjadi informasi bagi perawat dalam mengenali tingkat kecemasan pada lansia penderita Diabetes Mellitus sehingga dapat membantu pasien untuk mengurangi kecemasan.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan peneliti dalam melakukan penelitian keperawatan, khususnya terkait masalah psikologis pada lansia penderita Diabetes Mellitus, serta sebagai salah satu syarat penyelesaian pendidikan D3 keperawatan.

4. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi institusi pelayanan kesehatan dalam meningkatkan mutu pelayanan, terutama dalam penanganan aspek psikologis pada lansia penderita Diabetes Mellitus.

5. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan pembelajaran bagi institusi pendidikan keperawatan dalam pengembangan ilmu dan peningkatan kualitas pembelajaran terkait keperawatan lansia dengan Diabetes Mellitus.