

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) adalah kondisi metabolik jangka panjang yang ditandai dengan tingginya kadar glukosa dalam darah disebabkan oleh masalah dalam sekresi atau fungsi insulin. Tipe yang paling sering dijumpai adalah diabetes tipe 2, yang biasanya terjadi pada orang dewasa, dan muncul ketika tubuh tidak dapat merespons insulin dengan baik atau tidak memproduksi insulin dalam jumlah yang memadai. Selama tiga dekade terakhir, tingkat kejadian diabetes tipe 2 telah meningkat secara signifikan di negara-negara dengan beragam tingkat pendapatan. Diabetes tipe 1, sebelumnya dikenal sebagai diabetes remaja atau diabetes yang bergantung pada insulin, adalah suatu kondisi kronis di mana pankreas tidak mampu memproduksi insulin atau hanya memproduksi sangat sedikit. Penyakit ini menunjukkan tren peningkatan jumlah kasus di seluruh dunia, termasuk di Indonesia, sehingga menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang penting serta memiliki dampak besar terhadap kualitas hidup para penderitanya (WHO, 2025).

Salah satu tanda penting dari kesehatan masyarakat adalah bertambahnya usia harapan hidup. Dengan bertambahnya usia harapan hidup, ini menunjukkan bahwa jumlah penduduk yang berusia tua semakin banyak. Usia tua merupakan fase akhir dalam perjalanan hidup seseorang, yaitu saat individu telah meninggalkan masa lalu yang lebih ceria, atau berpindah dari waktu yang penuh makna (WHO, 2024). Diabetes pada

orang tua merupakan kondisi jangka panjang yang banyak dialami oleh individu di usia lanjut, dengan sekitar 33% dari mereka yang berusia 65 tahun dan lebih. Jenis diabetes yang paling sering terjadi pada lansia adalah diabetes tipe 2. Nyatanya, hampir separuh dari mereka yang mengidap diabetes tipe 2 adalah orang berusia 65 tahun ke atas. Orang tua memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami masalah kesehatan yang berkaitan dengan diabetes, seperti hipoglikemia, penyakit jantung, dan gagal ginjal (IDF, 2025).

Dalam edisi kesepuluh Atlas dari *International Diabetes Federation* (IDF), diabetes diungkapkan sebagai salah satu isu kesehatan global yang menjadi fokus utama pada abad ke-21. Jumlah penderita diabetes di seluruh dunia telah mencapai lebih dari 537 juta orang, dan angka ini diperkirakan akan terus bertambah menjadi 600 juta pada tahun 2030 serta lebih dari 700 juta pada tahun 2045 (IDF, 2025). Laporan dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 didapatkan hasil penderita Diabetes Melitus pada lansia yakni 55-64 tahun sebesar 51,8%; 65-74 tahun sebesar 52,5%; dan 75 tahun ke atas sebesar 50,8% (Santika , 2023).

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, tahun 2023, angka diabetes di Jawa Timur lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata nasional yang hanya 1,5%, yaitu mencapai 842. 004 individu. Ini menunjukkan bahwa ada peningkatan angka diabetes melitus di Provinsi Jawa Timur (Istiqomah , 2025).

Perkembangan kasus Diabetes Melitus di Kabupaten Ponorogo antara tahun 2020 hingga 2024 menunjukkan peningkatan yang konsisten. Pada tahun 2020, diperkirakan jumlah orang yang menderita berada di antara 18. 500 hingga 20. 000 dengan penurunan dalam skrining akibat terbatasnya akses ke layanan kesehatan di awal pandemi. Pada tahun 2021, angka tersebut meningkat menjadi 21. 430, di mana sebagian besar penderita adalah orang yang berusia lebih dari 45 tahun, termasuk kategori lansia dan pra-lansia (BPS Kabupaten Ponorogo, 2023).

Karakteristik penderita Diabetes Melitus di wilayah ini sangat didominasi oleh kelompok lansia, khususnya pada rentang usia 60 hingga 69 tahun yang mencakup sekitar 56,7% dari total populasi penderita. Kelompok perempuan memiliki prevalensi yang cenderung lebih tinggi dalam statistik penderita kategori lansia di Ponorogo. Faktor risiko utama yang melatarbelakangi kondisi ini meliputi riwayat genetik keluarga, pola makan yang kurang sehat, serta rendahnya aktivitas fisik harian pada masyarakat usia lanjut (BPS Kabupaten Ponorogo, 2023).

Fenomena peningkatan kasus Diabetes Melitus (DM) pada lansia di Kecamatan Jetis, Ponorogo, semakin mengidapnya. Data Dinas Kesehatan Ponorogo (2023) mencatat 535 penderita dari ~30.000 jiwa (prevalensi 1,5-2%), didominasi lansia >60 tahun. Di tingkat kabupaten, kasus meningkat dari 18.500-20.000 (2020) menjadi 21.430 (2021), dengan 56,7% penderita usia 60-69 tahun—lebih tinggi pada perempuan—akibat faktor genetik, pola makan tidak sehat, dan minim aktivitas fisik (Dinkes Ponorogo, 2023). Observasi awal di Puskesmas Jetis menunjukkan banyak lansia kesulitan

mandiri dalam mandi, berpakaian, atau makan, yang mengendalikan glukosa darah (Dermawan, 2025).

Lonjakan kasus diabetes melitus (DM) pada populasi lanjut usia membawa dampak signifikan terhadap perubahan fisik dan mental yang pada akhirnya menurunkan kualitas hidup mereka. Kondisi ini sangat berkaitan dengan tingkat kemandirian dalam aktivitas sehari-hari (*Activity of Daily Living*). Komplikasi DM, seperti neuropati, kelemahan otot, serta gangguan penglihatan, menjadi faktor utama yang meningkatkan ketergantungan lansia. Secara statistik, lansia penderita DM memiliki risiko keterbatasan fisik tiga kali lebih besar dibandingkan mereka yang sehat, terutama bagi pasien yang telah mengidap penyakit ini lebih dari lima tahun (Apriane & Hindayati dkk., 2025).

Fenomena ini berdampak langsung pada kemandirian *Activity of Daily Living* (ADL). Lansia penderita DM berisiko 3 kali lebih tinggi mengalami keterbatasan fisik (neuropati, kelemahan otot, gangguan penglihatan), terutama jika >5 tahun menderita, memicu siklus ketergantungan dan komplikasi seperti ulkus diabetikum (Apriane & Hindayati dkk., 2025). Proses penuaan alami memperparah penurunan fungsi sensorik dan mobilitas, menurunkan kualitas hidup (Wildhan & Suryadinata dkk., 2022).

Ketidakmandirian lansia penderita diabetes dalam menjalankan *Activity of Daily Living* (ADL) berdampak sistemik terhadap pengendalian penyakit mereka. Keterbatasan mobilitas sering kali menyebabkan ketidakstabilan kadar glukosa darah akibat minimnya aktivitas fisik. Lebih

lanjut, ketergantungan pada pihak lain dalam perawatan diri (seperti pemantauan kaki dan manajemen nutrisi) memperbesar risiko komplikasi serius, termasuk ulkus diabetikum. Fenomena ini membentuk siklus negatif: penurunan fungsional memperparah kondisi klinis, yang kemudian semakin memperburuk tingkat ketergantungan lansia.

Pendekatan kolaboratif antara tenaga kesehatan, keluarga, dan masyarakat juga menjadi solusi penting dalam mencegah penurunan kemandirian lebih lanjut. Dengan adanya data gambaran tingkat kemandirian *Activity Of Daily Living* (ADL), Pasien diharapkan lebih termotivasi untuk melakukan perawatan diri secara mandiri sesuai kemampuan. Selain itu dapat membantu pasien menyadari dampak kemandirian terhadap pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi, sehingga kualitas hidup pasien dapat meningkat secara optimal. Sehingga upaya peningkatan kualitas hidup lansia penderita Diabetes Melitus dapat dilakukan secara lebih efektif, terarah, dan berkesinambungan.

Beberapa penelitian terdahulu di Indonesia telah mengkaji fenomena kemandirian lansia penderita DM dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL). Penelitian yang dilakukan oleh Ayuningtyas et al. (2020) di wilayah kerja Puskesmas Pengan Kota Semarang menunjukkan bahwa sebagian besar lansia penderita DM mengalami ketergantungan parsial dalam melakukan ADL, terutama pada aspek mobilitas dan perawatan diri. Temuan serupa diperoleh dari penelitian Purba et al. (2022) di Panti Pemenang Jiwa yang menemukan bahwa tingkat kemandirian lansia

penderita DM bervariasi berdasarkan usia dan lama menderita penyakit, dengan kelompok usia lebih tua menunjukkan ketergantungan yang lebih tinggi. Di wilayah Jawa Timur, penelitian Wildhan & Suryadinata et al. (2022) di Magetan menemukan adanya hubungan signifikan antara tingkat ADL dengan kualitas hidup lansia, di mana lansia dengan ketergantungan tinggi memiliki kualitas hidup yang lebih rendah.

Secara nasional, survei Kemenkes RI (2020) melalui data Riskesdas mengungkapkan bahwa sekitar 48,3% lansia penderita DM di Indonesia mengalami penurunan kemampuan fungsional dalam melakukan ADL dasar, dengan persentase tertinggi pada kelompok usia di atas 70 tahun. Data ini menunjukkan bahwa penurunan kemandirian merupakan fenomena yang nyata dan perlu mendapat perhatian serius dalam pengelolaan lansia penderita DM di Indonesia, termasuk di wilayah Ponorogo dan sekitarnya (Kemenkes RI, 2020; Wildhan & Suryadinata et al., 2022).

Berdasarkan latar belakang di atas, dibutuhkan adanya penelitian deskriptif yang tidak hanya memantau prevalensi diabetes, tetapi juga menggambarkan tingkat kemandirian lansia dalam *Activity Of Daily Living* (ADL). Oleh karena itu, saya tertarik untuk menyusun karya tulis ilmiah dengan judul "Gambaran Tingkat Kemandirian Lansia Penderita Diabetes Melitus Dalam Melakukan *Activity Of Daily Living* (ADL) di Puskesmas Jetis". Melalui pendekatan ini, diharapkan masalah penurunan kemandirian dalam melakukan *Activity of Daily Living* ADL dapat teridentifikasi secara jelas dan menjadi dasar intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup lansia secara optimal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah ”Bagaimana tingkat kemandirian pasien penderita diabetes melitus dalam melakukan *Activity Of Daily Living* (ADL)?”

1.3 Tujuan

Untuk mengetahui gambaran tingkat kemandirian lansia penderita diabetes melitus dalam melakukan *Activity Of Daily Living* (ADL) di wilayah kerja Puskesmas Jetis.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu keperawatan, mengenai gambaran tingkat kemandirian lansia penderita diabetes melitus dalam melakukan *Activity of Daily Living* (ADL). Penelitian ini dapat memperkaya landasan teori terkait hubungan antara diabetes melitus, proses penuaan, dan kemampuan fungsional lansia dalam memenuhi kebutuhan dasar sehari-hari. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah dan bahan pembanding bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kemandirian lansia, pengelolaan diabetes melitus, serta perencanaan intervensi keperawatan berbasis peningkatan fungsi dan kualitas hidup lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pasien

Dengan mengetahui tingkat kemandirian yang dimiliki, pasien diharapkan lebih termotivasi untuk melakukan perawatan diri secara mandiri sesuai kemampuan. Selain itu diharapkan dapat membantu pasien menyadari dampak kemandirian terhadap pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi, sehingga kualitas hidup pasien dapat meningkat secara optimal.

2. Bagi Institusi Pendidikan

- a) Sebagai bahan bacaan dan menambah wawasan bagi mahasiswa kesehatan khususnya mahasiswa D3 Keperawatan Poltekkes Malang Kampus Ponorogo dalam hal pemahaman perkembangan dan upaya pencegahan yang berhubungan dengan Diabetes Melitus.
- b) Sebagai acuan atau bahan pertimbangan untuk penelitian lebih lanjut.

3. Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dalam mengkaji permasalahan tentang Gambaran tingkat kemandirian lansia penderita Diabetes dalam melakukan *Activity Daily of Living* (ADL).

