BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus adalah suatu penyakit yang bersifat kompleks dan memerlukan perhatian khusus baik dari pasien maupun tenaga kesehatan. Kondisi ini muncul akibat perubahan degeneratif pada fungsi tubuh serta kebiasaan hidup yang kurang sehat dalam mengatur asupan glukosa (Renaldi et al., 2021). Menurut WHO, bahwa 14% orang berusia diatas 18 tahun menderita diabetes pada tahun 2022, naik dari 7% pada tahun 1990. Sebanyak 1,6 juta orang meninggal akibat diabetes pada tahun 2021, dengan 47% diantaranya meninggal sebelum usia 70 tahun. Jumlah penderita Diabetes Melitus (DM) di Jawa Timur mencapai 842.004 orang (Dinkes Jawa Timur, 2023). Menurut Dinas Kesehatan Kota Blitar sebanyak 3.849 penduduk di Kota Blitar tercatat mengalami diabetes melitus. Data tersebut diperoleh dari Dinas Kesehatan berdasarkan laporan enam rumah sakit dan tiga puskesmas selama periode Januari hingga Desember 2024. Berdasarkan tingginya angka penderita diabetes melitus, mendorong perlunya memahami berbagai faktor yang dapat memicu terjadinya diabetes melitus.

Walaupun penyebab pasti diabetes belum sepenuhnya diketahui, terdapat beberapa faktor yang diduga berperan dalam terjadinya penyakit ini, seperti riwayat keluarga, faktor lingkungan, usia, obesitas, etnis, tekanan darah tinggi, pola makan yang kurang sehat, serta kurangnya aktivitas fisik (Ludiana et al., 2022). Selain itu, gangguan psikologis seperti depresi dan stres dapat secara signifikan meningkatkan kadar gula darah (Ludiana et al., 2022). Penderita diabetes melitus cenderung lebih

rentan mengalami stres psikologis. Sehingga semakin berat stres yang dialami, semakin buruk pula kondisi diabetes yang diderita.

Ketika seseorang mengalami stres berat, tubuh akan memproduksi hormon kortisol dalam jumlah lebih tinggi. Peningkatan kadar kortisol ini dapat menurunkan sensitivitas tubuh terhadap insulin, karena kortisol bekerja berlawanan dengan fungsi insulin. Kadar gula darah meningkat karena glukosa semakin sulit masuk ke dalam sel (Hardianti et al., 2023). Penelitian menunjukkan bahwa individu yang mengalami stres memiliki risiko sekitar 1,67 kali lebih tinggi untuk menderita diabetes melitus tipe 2 berbeda dengan mereka yang tidak mengalami stres, karena adanya perubahan hormonal yang terjadi selama kondisi stres. Upaya pencegahan komplikasi pada pasien diabetes melitus dapat dilakukan melalui penerapan self-management yang efektif (Ludiana et al., 2022).

Self-management merupakan kemampuan individu dalam mengatur dan mengendalikan aktivitas sehari-hari secara mandiri dengan tujuan untuk meminimalkan dampak penyakit yang dialaminya (Sofiani et al., 2023). Pasien dapat mengendalikan penyakitnya dengan lebih baik dan meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan yang dianjurkan dengan menerapkan self-management yang efektif (Made et al., 2021). Namun, penerapan self-management pada pasien diabetes sering kali membutuhkan keterlibatan aktif dan berkelanjutan, yang dapat menjadi tantangan karena kompleksitas berbagai aspek yang harus dikendalikan oleh pasien. Ditengah tantangan tersebut, spiritualitas dapat menjadi kekuatan internal yang membantu pasien tetap termotivasi dan konsisten dalam menjalankan self-management. Aspek spiritualitas muncul sebagai faktor internal yang berperan

dalam memperkuat motivasi serta konsistensi pasien dalam melakukan pengelolaan diri (Sofiani et al., 2023).

Spiritualitas berperan penting dalam memberikan rasa percaya diri, dukungan, serta harapan bagi individu, sehingga menjadi faktor pendukung utama dalam penerapan *self-management* pada penderita penyakit kronis (Fadhila & Kartinah, 2025). Individu yang menderita penyakit kronis mendapatkan manfaat dari spiritualitas karena hal itu meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola kondisi kesehatan mereka, meningkatkan kesejahteraan mereka, dan membantu mereka lebih bertanggung jawab atas kesehatan mereka. Karena penduduk Indonesia mayoritas umat islam, strategi intervensi spiritual berbasis Islam sangatlah relevan dalam pengelolaan self-management. (Onyishi et al., 2021).

Bimbingan spiritual Islam bagi pasien merupakan bentuk pelayanan yang bertujuan memberikan dukungan rohani kepada pasien dan keluarganya. Layanan ini mencakup pemberian motivasi agar pasien tetap tabah dan sabar dalam menghadapi ujian penyakit, serta membimbing mereka dalam menjalankan ibadah seperti shalat, bersuci, berdoa, dan amalan lainnya sesuai kondisi kesehatan pasien (Antoni et al., 2022). Bimbingan rohani Islam dapat membantu menenangkan pikiran penderita diabetes melitus, sehingga berdampak positif terhadap pengendalian kadar gula darah. Ketika pasien merasa tenang dan terbebas dari beban emosional, kadar gula darah cenderung lebih stabil dan terkontrol dengan baik (Al-Fariqi, 2023).

Pengelolaan stres menjadi aspek penting bagi pasien diabetes agar mereka mampu mengendalikan emosi dan tetap stabil secara psikologis. Manajemen stres yang efektif juga membantu pasien memandang promosi kesehatan sebagai intervensi positif yang dapat mengubah respons mereka terhadap penyakit (Ludiana et al., 2022) Selain itu, pasien DM harus mematuhi terapi secara konsisten. Berbagai tekanan psik.ologis yang muncul selama proses pengobatan dapat menjadi stressor tambahan dan berpotensi memicu gangguan depresi pada penderita diabetes (Ludiana et al., 2022).

Hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa sebagian besar pasien diabetes melitus memiliki self-management dalam kategori baik, namun masih terdapat pasien yang belum optimal dalam mengelola penyakitnya. Hal ini menjadi dasar pemilihan poli penyakit dalam sebagai lokasi penelitian, karena poli merupakan tempat pasien kontrol rutin dan pemantauan kondisi kesehatannya. Pasien yang datang umumnya berada dalam kondisi stabil, namun tetap membutuhkan pengelolaan penyakit secara mandiri dalam jangka panjang. Sehingga diperlukan dukungan tambahan, termasuk dari spiritualitas untuk membantu meningkatkan kepatuhan dan kemampuan pasien untuk mengelola penyakitnya (Fata et al., 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat disimpulkan bahwa spiritualitas memiliki peran penting dalam membantu pasien diabetes melitus untuk mengelola penyakitnya melalui peningkatan rasa percaya diri, harapan, serta tanggung jawab terhadap kesehatan. Selain menumbuhkan ketenangan batin, spiritualitas juga dapat memengaruhi perilaku seseorang dalam menjalani pengobatan dan menjaga keseimbangan hidupnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan

penelitian mengenai hubungan antara pengalaman spiritualitas dengan perilaku *self-management* pada pasien diabetes melitus di Poli Penyakit Dalam, dengan harapan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap upaya peningkatan kualitas hidup dan pengelolaan diri pasien diabetes melitus.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan spiritual terhadap kestabilan gula darah pada pasien diabetes melitus?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan spiritual dan self-management terhadap kestabilan gula darah pada pasien diabetes mellitus.

1.3.2 Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi tingkat spiritualitas pasien diabetes melitus
b. Mengidentifikasi tingkat self-management pasien diabetes melitus
c. Menganalisis hubungan antara spiritualitas dan self-management terhadap kestabilan gula darah pasien diabates melitus.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Sebagai pengetahuan, wawasan, serta informasi bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi Pasien

Memberikan wawasan mengenai pentingnya spiritualitas dalam mendukung kemampuan self-management, sehingga dapat meningkatkan kepatuhan dan pengendalian penyakit secara mandiri.

b. Manfaat bagi Rumah Sakit

Menjadi bahan evaluasi dan pengembangan program pelayanan di Poli Penyakit Dalam, termasuk edukasi spiritual dan self-management bagi pasien diabetes untuk menurunkan risiko komplikasi yang berulang

c. Manfaat bagi Instansi Pendidikan

Menjadi tambahan referensi ilmiah bagi mahasiswa dalam mengembangkan penelitian lanjutan terkait aspek spiritual dan self-management pada pasien dengan penyakit kronis seperti Diabetes Melitus.