BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kadar gula darah yang meningkat pada pasien diabetes mellitus umumnya berkaitan dengan ketidakpatuhan dalam menjalankan aspek-aspek perawatan, termasuk pemantauan gula darah, pengaturan pola makan, aktivitas fisik dan kepatuhan dalam menjalani terapi farmakologis (Silalahi et al., 2021). Ketidakpatuhan ini dapat meningkatkan risiko komplikasi serius seperti neuropati, nefropati, dan penyakit kardiovaskular, yang berdampak negatif pada kualitas hidup pasien (Sumardiyono & Suri, 2022). Upaya pengendalian glukosa darah, manajemen diri (*self management*) menjadi pendekatan penting (Fadhila & Kartinah, 2025). Menurut Rinaldi et al. (2020) bahwa perilaku *self management* yang konsisten berhubungan erat dengan kontrol HbA1c $\leq 7\%$, bahkan efektivitasnya hampir setara dengan penggunaan obat hipoglikemik oral pada tahap awal penyakit. Hal ini memperkuat pentingnya *self management* sebagai kunci keberhasilan pengelolaan diabetes jangka panjang.

International Diabetes Federation (2021) melaporkan bahwa 10,5% orang dewasa dalam rentang usia 20–79 tahun mengidap diabetes, yang setara dengan 537 juta orang. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 11,3% atau 643 juta jiwa pada tahun 2030, dan mencapai 12,2% atau sekitar 783 juta jiwa pada tahun 2045 (Novi Haris Susilowati et al., 2024). Indonesia termasuk dalam 10 besar negara dengan kasus diabetes melitus (DM) tertinggi pada rentang usia 20-79 tahun, menempati peringkat ke-7 dengan 10,7 juta kasus pada tahun

2019. Jumlah ini diperkirakan akan bertambah menjadi 13,7 juta pada 2030 dan 16,9 juta pada 2045 (Usman, 2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat 50,2 ribu kasus DM tipe 2 di Indonesia. Profilkes kota Malang tahun 2023 melaporkan bahwa penderita Diabetes Mellitus kota Malang pada tahun 2023 mencapai 20,771 ribu orang, jumlah ini menurun dari tahun sebelumnya dimana ditahun 2022 sebanyak 22,227 ribu orang menderita diabetes mellitus (Ministry of Health, 2023).

Diabetes sering dijuluki *silent killer* karena umumnya tidak menimbulkan gejala yang jelas dan kerap tidak disadari oleh penderitanya hingga muncul komplikasi (Fauziah et al, 2023). Diabetes Melitus dapat memengaruhi hampir seluruh sistem organ tubuh. Tanpa adanya pengobatan secara rutin serta perubahan gaya hidup yang tepat, risiko terjadinya komplikasi serius akan meningkat. Ketidakterkendalinya kadar gula darah dapat memicu kondisi akut seperti Ketoasidosis Diabetik (KAD), serta komplikasi kronis pada organ vital seperti ginjal, jantung, mata, dan sistem saraf, termasuk penyakit retinopati. nefropati, jantung coroner dan neuropati, berbagai komplikasi ini secara signifikan menurunkan kualitas hidup penderita (Suwanti et al., 2021). *Self management* pada pasien penderita diabetes melitus merupakan bentuk upaya mandiri pasien dalam menyesuaikan gaya hidup guna memenuhi tuntutan penyakit. Pendekatan ini berperan penting dalam pengendalian kadar glukosa darah. Penerapan strategi *self management* yang efektif dan konsisten dapat meningkatkan keberhasilan terapi dan kualitas hidup pasien. Sebaliknya,

kegagalan dalam menjalankannya berisiko menimbulkan komplikasi serius yang dapat berujung pada kematian (Platis et al., 2020).

Perilaku *self management* terbukti berperan efektif dalam membantu pengendalian kadar glukosa darah pada pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe 2, sebagaimana ditemukan oleh Hidayah (Hidayah, 2019) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara perilaku *self management* dan kadar glukosa darah. Pengendalian dapat dilakukan pemantauan gula darah, pengaturan pola makan, aktivitas fisik dan kepatuhan dalam menjalani terapi farmakologis (Sudirman & Modjo, 2021). *Self management* juga meningkatkan kepercayaan diri pasien serta kemampuan mereka dalam mengambil keputusan terkait perawatan diri (Hidayah, 2019). Dengan meningkatnya kemampuan merawat diri, pasien cenderung lebih mampu mengontrol kadar gula darah secara mandiri, sehingga risiko komplikasi dapat diminimalisir (Sudirman & Modjo, 2021). Penelitian yang dilakukan Sulistiana,2013 dalam. Detha et al. (2019) menunjukkan bahwa komplikasi pada pasien diabetes melitus dapat dicegah melalui praktik *self management*. Ini menegaskan peran penting *self management* dalam upaya meningkatkan kualitas kesehatan dan kesejahteraan pasien. Oleh karena itu, penguatan perilaku *self management* menjadi strategi penting dalam pengendalian diabetes yang berkelanjutan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 24 Juni 2025 di Puskesmas Cisadea Kota Malang, diperoleh data dari catatan rekam medis bahwa terdapat 162 pasien dengan diagnosis Diabetes Mellitus Tipe 2 pada kelompok usia 30 hingga 65 tahun selama periode Februari hingga Mei

2025. Pada hari pelaksanaan studi, terdapat 9 pasien DM Tipe 2 yang datang untuk pemeriksaan rutin, dan 6 di antaranya memiliki kadar glukosa darah di atas normal. Wawancara singkat dengan petugas dan pasien menunjukkan bahwa tingginya kadar glukosa darah dipengaruhi oleh perilaku self-management, terutama pola makan yang tidak sesuai anjuran (4 pasien), kurangnya aktivitas fisik (4 pasien), tidak rutin kontrol kesehatan (3 pasien), dan ketidakpatuhan konsumsi obat (3 pasien), dengan beberapa pasien mengalami lebih dari satu kendala. Studi pendahuluan ini belum dapat menggambarkan kondisi keseluruhan karena hanya dilakukan satu hari, melibatkan pasien terbatas, dan belum menggunakan instrumen terstandar. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang lebih sistematis untuk mengetahui perilaku self-management pasien dan hubungannya dengan kadar glukosa darah.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Perilaku *Self Management* Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Diwilayah Kerja Puskesmas Cisadea Kota Malang".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan perilaku *self management* dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 dipuskesmas Cisadea?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara perilaku *self management* dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe2 di Puskesmas Cisadea Kota Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden: umur, jenis kelamin, status pernikahan, tingkat Pendidikan, pekerjaan, lama menderita DM, Riwayat pada keluarga, sistem pendukung, faskes yang digunakan di Puskesmas Cisadea Kota Malang
2. Mengidentifikasi perilaku *self management* pada pasien dengan penderita diabetes mellitus di Puskesmas Cisadea Kota Malang
3. Mengidentifikasi kadar gula pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Cisadea Kota Malang
4. Menganalisis hubungan antara perilaku *self management* dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah informasi serta memperkaya pengetahuan pada bidang keperawatan medical bedah, salah satunhya terkait hubungan antara perilaku *self management* dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi keluarga pasien DM

   Hasil penelitian ini dapat membuat pasien penderita diabetes mellitus untuk lebih patuh merawat kesehatan atau mengontrol kadar glukosa darah.

2. Bagi pelayanan kesehatan

   Hasil penelitian ini memiliki potensi untuk meningkatkan layanan kesehatan bagi pasien maupun keluarga dengan memberikan dukungan *self management* kepada pasien dengan penderita diabetes mellitus.

3. Bagi institusi Pendidikan

   Hasil penelitian ini dapat membantu mahasiswa mengembangkan praktik asuhan keperawatan medical bedah, khususnya untuk masalah diabetes mellitus.

4. Bagi peneliti selanjutnya

   Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi atau sumber data dan acuan bagi peneliti selanjutnya.