

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit kronis yang angka kejadianya terus meningkat diseluruh dunia. Penyakit ini teerjadi akibat gangguan metabolisme karbohidrat yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah karena gangguan skresi ataupun uinsulin. Penyakit diabetes tidak menular yang menjadi tantangan serius bagi kesehatan masyarkat global. Angka morbiditas dan mortalitas akibat DM terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Penyakit ini tidak hanya berdampak pada kondisi fisik, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis, salah satunya adalah stres. Stres berperan penting dalam memengaruhi kadar glukosa darah melalui peningkatan produksi hormon kortisol. Kortisol yang berlebihan dapat mengganggu proses pengendalian glukosa sehingga menyebabkan glukosa sulit masuk ke dalam sel dan akhirnya meningkatkan kadar gula darah. Jika tidak dikelola dengan baik, DM dapat menimbulkan berbagai komplikasi kronis seperti kerusakan organ, disabilitas, hingga kematian. Oleh karena itu, pengendalian stres merupakan salah satu aspek penting dalam manajemen penyakit DM selain pengobatan, pola makan, dan aktivitas fisik (Setyorini & Supriyadi, 2020).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi Diabetes Melitus di antara penduduk usia ≥ 15 tahun telah mencapai 11,7% berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah. Ini berarti bahwa sekitar 20 - 25

juta orang dewasa di Indonesia sekarang hidup dengan DM. Data dari International Diabetes Federation (IDF, 2024) memperkirakan prevalensi sebesar 11,3% untuk orang dewasa, atau kira-kira 20,4 juta kasus. Tanpa upaya pencegahan dan pengendalian yang efektif, jumlah penderita DM diproyeksikan naik menjadi $\pm 21,3$ juta atau lebih dalam beberapa tahun mendatang (Yaagoob et al., 2023).

Stres pada penderita DM dapat muncul akibat rasa cemas, kelelahan dalam menjalani pengobatan, kekhawatiran terhadap komplikasi, maupun tekanan sosial. Stres yang tidak terkelola dengan baik dapat meningkatkan kadar hormon kortisol, yang berpengaruh terhadap naiknya kadar glukosa darah. Stres kronis juga dapat menurunkan sensitivitas insulin, memicu peradangan sistemik, serta juga memperburuk control metabolik yang berdampak pada peningkatan HbA1c (Munster-Segev et al., 2021).

Untuk mengelola stress pada penderita diabetes, pendekatan multimedia integrative terbukti efektif Pendekatan ini menggabungkan berbagai metode atau media, seperti edukasi kesehatan, teknik relaksasi, meditasi, terapi musik, dan panduan sederhana, untuk membantu pasien mengelola stres dengan cara yang menyenangkan dan mudah dipahami. Penggunaan media integratif ini tidak hanya berfokus pada aspek fisik tetapi juga mempertimbangkan kesejahteraan psikologis pasien, sehingga menawarkan pendekatan yang lebih holistik untuk mendukung proses penyembuhan dan meningkatkan kualitas hidup (Alfinuha et al., 2021).

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Perancangan Media Integratif Stress Management berpengaruh terhadap tingkat stres dan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk merancang media integratif stress management terhadap tingkat stres dan kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Mellitus.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tahap analisis media integratif pada pasien diabetes mellitus
- b. Mengidentifikasi proses perancangan media integratif stres manajemen pada pasien diabetes mellitus
- c. Mengidentifikasi keefektifan media integratif stres manajemen pada pasien diabetes mellitus

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya konsep keperawatan holistik yang menggabungkan aspek fisik dan psikologis dalam pengelolaan penyakit kronis seperti Diabetes Mellitus. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi ilmiah bagi pengembangan intervensi berbasis media integratif dalam praktik keperawatan.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi institusi pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi layanan Kesehatan dalam Menyusun program pengelolaan Diabetes Mellitus yang lebih koomprehensif. Ini juga dapat digunakan sebagai dasar dalam merancang kegiatan edukasi Kesehatan dan program menenjemen strees yang terintegrasi dengan pelayanan bagi penderita DM.

b. Manfaat bagi Masyarakat/Penderita DM

Penelitian ini diharapkan dapat menimbulkan pengetahuan Masyarakat, khususnya penderita DM, mengenai pentingnya pengendalian stress dalam menjaga kadar gula darah. Dengan demikian Masyarakat -dapat lebih aktif dalam melakukan upaya pencegahan komplikasi dan pengelolaan penyakit DM secara mandiri melalui perubahan perilaku yang lebih sehat.

c. Manfaat bagi Ilmu Pengetahuan dan Keperawatan

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan komunitas dan keperawatan medikal bedah. Hasil penelitian dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya serta memperkuat evidence-based practice mengenai pentingnya aspek psikologis dalam pengelolaan Diabetes Mellitus.

d. Manfaat bagi Peneliti

Bagi peneliti, penelitian ini dapat menambah pengalaman serta memperluas wawasan mengenai proses penelitian ilmiah, khususnya terkait hubungan faktor psikologis dan kondisi fisiologis pada penderita penyakit kronis. Penelitian ini juga dapat menjadi dasar dalam pengembangan kompetensi peneliti di bidang keperawatan komunitas dan penelitian kesehatan Masyarakat