

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular yang kerap kali dijumpai di masyarakat. Diabetes melitus ditandai dengan peningkatan kadar glukosa dalam darah. diabetes melitus memiliki beberapa tipe, namun yang paling sering terjadi adalah diabetes melitus tipe 2. Diabetes melitus tipe 2 mempengaruhi cara tubuh memproses glukosa sebagai sumber energi. Diabetes melitus tipe 2 membuat tubuh tidak dapat menggunakan insulin dengan baik, sehingga dapat menyebabkan tingginya kadar glukosa darah jika tidak ditangani dan seiring berjalannya waktu dapat menyebabkan kerusakan fatal pada pembuluh darah, jantung, mata, ginjal, dan saraf. Faktor-faktor yang berperan dalam terjadinya diabetes melitus tipe 2 antara lain kelebihan berat badan, kurangnya olahraga, dan faktor genetik. Bagi penderita diabetes melitus tipe 2, akses pengobatan yang mudah, terutama insulin, sangat penting untuk kelangsungan hidup mereka (WHO, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dan *International Diabetes Federation* (IDF) (2021), jumlah penderita diabetes melitus terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2021 terdapat sekitar 537 juta orang di dunia yang hidup dengan diabetes dan angka ini diperkirakan akan mencapai 783 juta pada tahun 2045. Indonesia menempati peringkat kelima jumlah penderita terbanyak dengan lebih dari 19 juta kasus pada tahun 2021. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi diabetes melitus di Indonesia menunjukkan peningkatan yang signifikan yaitu dari 5,7% pada tahun 2007 menjadi 11,7% pada tahun 2023. di tingkat daerah, SKI melaporkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Daerah Istimewah Yogyakarta (DIY) mencapai 3,6%, yang berada di atas rata-rata nasional sebesar 2,3%. berdasarkan total populasi tertimbang sejumlah 8.988 jiwa, diperkirakan sekitar 323 penduduk terdiagnosa diabetes melitus dari tenaga kesehatan pada tahun 2023. Di daerah Istimewa Yogyakarta, Kota Yogyakarta dan Kabupaten Sleman termasuk

wilayah dengan prevalensi DM tertinggi dengan jumlah penderita mencapai 83.568 jiwa pada tahun 2021 (DinKes DIY, 2021).

Diabetes melitus merupakan penyakit yang memerlukan perawatan atau pengendalian yang bersifat kronis atau panjang, dan pengelolaan yang tidak optimal dapat menyebabkan penderita diabetes melitus mengalami komplikasi yang akan memengaruhi kualitas hidupnya. Komplikasi tersebut dapat diminimalisir dengan manajemen diri (*self-management*) (Luthfa & Fadhilah, (2019). Maka, bagi penderita diabetes mellitus seharusnya dapat mengelola penyakitnya jika pasien menerapkan perilaku manajemen diri (*self-management*). Menurut Hidayah (2019) *self-management* diabetes melitus menggambarkan tindakan sadar individu yang mengidap diabetes, serta motivasi pribadi dari individu tersebut untuk mengelola dan mengontrol diabetes melitus tipe 2 yang dideritanya. *Self-management* merupakan upaya yang dilakukan oleh individu untuk mengendalikan diabetes, termasuk tindakan dalam mengelola pengobatan dan mencegah kemungkinan timbulnya komplikasi. Beberapa komponen dari *self-management* meliputi pengaturan pola makan (diet), pemantauan kadar gula darah, aktivitas fisik atau olahraga, ketaatan dalam mengonsumsi obat, dan perawatan diri khususnya untuk kaki. Dengan menerapkan *self-management* secara efektif, pasien diabetes melitus tipe 2 dapat mencapai hasil yang lebih baik dalam pengelolaan penyakit. Oleh karena itu, penting bagi pasien untuk patuh dan disiplin dalam menjalankan *self-management* guna mencapai kontrol glikemik yang optimal.

Pengendalian Diabetes Melitus dinilai berdasarkan hasil pengukuran kadar Hemoglobin Glikosilat (HbA1c). Keberhasilan kontrol glikemik dianggap baik apabila kadar HbA1c mencapai target yang ditetapkan sesuai dengan panduan PERKENI (2021). Salah satu metode yang paling tepat untuk menilai pengendalian glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus adalah melalui pengukuran HbA1c. Pemeriksaan ini memberikan gambaran mengenai rata-rata kadar glukosa darah selama 2-3 bulan terakhir. Selain itu, HbA1c juga bermanfaat untuk mengevaluasi risiko kerusakan jaringan akibat tingginya

kadar glukosa darah, sehingga dianggap sebagai pemeriksaan tunggal terbaik dalam menilai kontrol glikemik jangka panjang. Semakin tinggi kadar HbA1c, maka semakin besar pula risiko komplikasi yang dapat terjadi pada pasien Diabetes Melitus (PERKENI, 2021).

Systematic review oleh Ernawati, Wihastuti, dan Utami (2021) menunjukkan bahwa pasien dengan kemampuan diabetes *self-management* yang baik memiliki perbaikan perilaku perawatan diri, seperti kepatuhan terhadap diet, peningkatan aktivitas fisik, manajemen stres, serta pemantauan glukosa darah. Beberapa studi dalam tinjauan tersebut juga melaporkan perbaikan parameter klinis, termasuk penurunan kadar glukosa darah dan HbA1c. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Lin *et al.* (2022) yang menunjukkan bahwa *self-management* berperan penting dalam pengendalian glikemik pada pasien diabetes melitus tipe 2. Studi terhadap 300 pasien melaporkan rata-rata kadar HbA1c sebesar $8,0 \pm 1,62\%$ dan skor *self-management* sebesar $60,96 \pm 14,06$. Ditemukan hubungan negatif yang signifikan antara *self-management* dan kadar HbA1c ($r = -0,264$; $p < 0,001$), yang menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan *self-management*, maka semakin rendah kadar HbA1c.

Berdasarkan data dari Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta pada tahun 2021 tercatat sebanyak 2.463 pasien, kemudian meningkat menjadi 2.704 pasien pada tahun 2022. Jumlah tersebut kembali naik menjadi 2.832 pasien pada tahun 2023, dan pada tahun 2024 meningkat lagi menjadi 3.001 pasien. Jika dibandingkan antara tahun 2021 dan 2024, terjadi peningkatan jumlah pasien DMT2 sebesar 21,84%. Sementara itu, pada periode Januari hingga Oktober 2025, jumlah pasien yang tercatat sudah mencapai 1.770 pasien. Data tersebut menunjukkan adanya tren peningkatan kasus Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta dari tahun ke tahun, yang mengindikasikan perlunya upaya pengendalian dan peningkatan kemampuan diabetes *self-management* pasien untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Berdasarkan hasil pengumpulan data selama tiga bulan terakhir, tercatat sebanyak 261 pasien Diabetes Melitus Tipe 2 yang melakukan pemeriksaan kadar HbA1c dalam tiga

bulan terakhir di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. Rata-rata hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa kadar HbA1c pasien berada di atas 7%, dan ditemukan pada beberapa pasien dengan kadar HbA1c kurang dari 7% selama periode tersebut.

Sebagai gambaran fenomena lokal, berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta, diperoleh informasi bahwa sejumlah 9 pasien Diabetes Melitus Tipe 2 yang menjalani pemeriksaan kadar HbA1c, belum mampu menerapkan *self-management* secara optimal. Hasil wawancara pada perawat dan dokter menunjukkan bahwa beberapa pasien masih belum rutin memeriksa kadar glukosa darah mandiri, kurang memperhatikan pola makan sesuai anjuran, serta jarang melakukan aktivitas fisik teratur. Selain itu, sebagian pasien cenderung bergantung pada obat-obatan tanpa disertai perubahan gaya hidup sehat. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat kesadaran dan kemampuan *self-management* belum sepenuhnya baik, yang berdampak pada sulitnya mencapai kontrol glikemik optimal. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui hubungan antara diabetes *self-management* dengan kadar HbA1c pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta, diperoleh data bahwa jumlah kunjungan pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) mengalami peningkatan setiap tahunnya.

Kebaruan dalam penelitian ini terletak pada fokus kajian yang meneliti hubungan antara diabetes *self-management* dengan kadar HbA1c pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta, yang hingga saat ini belum ada penelitian di lokasi tersebut. Penelitian ini juga menyoroti fenomena peningkatan jumlah pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dari tahun 2021 hingga 2025, serta mengintegrasikan aspek perilaku manajemen diri dengan indikator klinis objektif berupa kadar HbA1c. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dan praktis

dalam pengembangan intervensi keperawatan berbasis *self-management* guna meningkatkan kontrol glikemik dan mencegah komplikasi pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

1.2 Rumusan masalah

Apakah terdapat hubungan antara diabetes *self-management* dengan kadar HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

1.3.1.1 Untuk menganalisis hubungan diabetes *Self-management* dengan kadar HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, lama menderita diabetes melitus, penelitian yang merupakan pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.3.2.2 Mengetahui domain diabetes *self-management* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta

1.3.2.3 Mengetahui diabetes *self-management* pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.3.2.4 Mengetahui kadar HbA1c pada pasien melitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.3.2.5 Menganalisis hubungan diabetes *Self-management* dengan kadar HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Manfaat akademis dalam penelitian ini adalah sebagai media referensi bagi peneliti selanjutnya khususnya bagi mahasiswa yang nantinya menggunakan konsep dan dasar penelitian yang sama, yaitu mengenai hubungan diabetes *self-management* dengan kadar HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.4.2 Manfaat praktis

1.4.2.1 Bagi pasien

Memberikan pemahaman mengenai pentingnya diabetes *self-management* untuk membantu menurunkan kadar HbA1c dan mencegah komplikasi.

1.4.2.2 Bagi rumah sakit

Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam merancang, mengevaluasi, dan meningkatkan program *self-management* agar kepatuhan pasien semakin tinggi.

1.4.2.3 Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian lanjutan mengenai diabetes *self-management* dengan kadar HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2.