

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit dengan gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah atau hiperglikemia. Hal ini terjadi karena tubuh tidak menghasilkan insulin yang cukup, insulin tidak bekerja dengan baik, atau kombinasi keduanya yang mengakibatkan tubuh tidak mampu memanfaatkan glukosa secara efektif (Mulia, 2024). Menurut *International of Diabetic Federation* (IDF) diabetes melitus (DM) merupakan jenis penyakit degenerative yang prevalensinya terus meningkat secara global dari tahun ke tahun (Mitra & Karangnyar, 2020). Cara meminimalisir jumlah peningkatan diabetes melitus dapat dilakukan dengan menerapkan manajemen diri secara baik, dan manajemen diri yang kurang baik dapat terjadi karena tugas kesehatan keluarga yang kurang sesuai.

Manajemen diri atau *self-management* merupakan aspek yang sangat penting dalam pengelolaan penyakit diabetes melitus ini, yang mencakup pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pengobatan, pemantauan kadar gula darah, serta manajemen stres. Namun saat ini manajemen diri pada klien diabetes Melitus masih kurang baik atau belum optimal, masih banyak klien dengan diabetes melitus yang mengalami kesulitan dalam menjalankan manajemen diri secara konsisten (Hastutiningtyas et al., 2024). Faktor penyebab rendahnya kepatuhan klien terhadap pengelolaan diri mereka adalah kurangnya pengetahuan, motivasi, serta dukungan dari lingkungan

sekitar. Hal ini dapat menyebabkan komplikasi serius seperti neuropati, nefropati, retinopati, hingga penyakit kardiovaskular (Nizar et al., 2024).

World Health Organization (WHO) tahun 2022 mengungkapkan bahwa diabetes melitus merupakan masalah kesehatan yang banyak diderita di seluruh dunia. Penyakit ini menduduki peringkat keempat dalam prioritas penelitian penyakit degeneratif di seluruh dunia, dengan jumlah penderita yang diperkirakan melebihi 346 juta jiwa. Menurut data dari riset Kesehatan Dasar Provinsi, Jawa Timur masuk dalam 10 besar dengan kategori provinsi dengan jumlah penderita diabetes melitus paling tinggi (Hartono & Ediyono, 2024). *Internasional Diabetes Federation* pada tahun 2022 juga menginformasikan bahwa sebanyak 537 juta orang menderita penyakit diabetes melitus di dunia, jumlah tersebut diduga akan mengalami peningkatan menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 784 juta pada tahun 2045.

Pada tahun 2021, diabetes melitus menyebabkan 6,7 juta kematian. Laporan dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur terkait jumlah penderita diabetes melitus di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2021 mencapai 929.535 kasus. Dari total kasus yang tercatat, diperkirakan sebanyak 867.257 penderita yang telah teridentifikasi sebagai penderita diabetes dan menjalani pengobatan atau mendapatkan pelayanan kesehatan (Simanjuntak et al., 2024). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bondowoso tahun 2024 di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso didapatkan data sebanyak 742 penderita diabetes melitus dengan jumlah laki-laki sebanyak 131, dan perempuan sebanyak 611 penderita. Berdasarkan hasil studi

pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 10 Juni 2025 di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso, berdasarkan angka kunjungan dalam waktu 5 bulan, pada bulan Januari 2025 - Mei 2025 didapatkan data sebanyak 367 penderita diabetes melitus dengan jumlah laki-laki sebanyak 121, perempuan sebanyak 246 penderita.

Hasil wawancara yang telah dilakukan terhadap 10 klien diabetes melitus di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso, menunjukkan bahwa dari 10 responden, sebanyak 6 orang tidak melakukan manajemen diri dengan baik, seperti tidak membatasi konsumsi makanan manis (seperti kopi, kue, dan makanan manis lainnya), jarang melakukan aktivitas fisik dan kontrol pengobatan.

Meningkatnya penderita diabetes melitus menurut Fauziyyah & Utama (2024) dapat disebabkan oleh beberapa faktor, baik faktor yang dapat diubah maupun tidak. Beberapa faktor yang dapat diubah meliputi kebiasaan hidup seperti merokok, mengkonsumsi alkohol, kurangnya olahraga atau aktivitas fisik, dan pola makan dapat meningkatkan risiko diabetes. Sedangkan faktor yang tidak dapat diubah meliputi riwayat keluarga, usia dan jenis kelamin juga berisiko terkena diabetes. Masalah kesehatan akan menjadi besar apabila tidak ditanggulangi sejak dini. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meminimalisir adalah dengan melalui manajemen diri yang efektif.

Manajemen diri diabetes melitus meliputi perawatan kesehatan, kegiatan untuk memantau gula darah, kepatuhan dalam penggunaan obat, pengaturan diet yang sesuai untuk penatalaksanaan diabetes melitus seperti

mengatur pola makan, dan melakukan olahraga atau aktivitas fisik dengan melakukan pergerakan seperti jalan kaki, dan aktivitas lainnya. Agar proses manajemen diri tersebut berhasil, tentunya butuh kerjasama antara penderita diabetes Melitus dengan keluarga, karena keluarga berperan sebagai pendukung utama dalam motivasi dan pengawasan pengelolaan diabetes (Maryati et al., 2024).

Dalam upaya meningkatkan kesehatan dan mengatasi masalah manajemen diri pada klien diabetes melitus, keluarga harus mampu berperan dalam meningkatkan kesehatan dan memotivasi klien diabetes melitus untuk menjalankan *self care management* dan mengatasi masalah dengan menjalankan tugas kesehatan keluarga (Puspitasari et al., 2024). Tugas kesehatan keluarga mencakup peran dalam mengenali masalah kesehatan anggota keluarga, mengambil keputusan tepat, memberikan perawatan, menjaga lingkungan sehat, serta memanfaatkan fasilitas pelayanan kesehatan. Apabila keluarga tidak menjalankan perannya secara optimal, klien akan cenderung kesulitan dalam menerapkan pola hidup sehat, mengikuti pengobatan yang dianjurkan, dan mengelola tingkat stresnya. Kurangnya keterlibatan keluarga atau pemahaman yang minim mengenai penyakit diabetes melitus dapat memperburuk kondisi klien, baik dari segi fisik maupun psikologis. Situasi ini berpotensi mengakibatkan kontrol kadar gula darah yang buruk, meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi, dan menurunkan kualitas hidup klien. Sehingga penting untuk keluarga dan individu memperoleh pengetahuan yang tepat terkait penyakit diabetes melitus dan melakukan manajemen diri yang baik melalui pengaturan pola

makan, kontrol gula darah, olahraga teratur, dan mengikuti pengobatan dan perawatan yang dianjurkan oleh tenaga medis (Mahardika & Suryantara, 2024).

Keberhasilan penatalaksanaan diabetes melitus mengharuskan klien untuk aktif terlibat dalam berbagai aspek, seperti minum secara teratur, memantau gula darah, serta melakukan perubahan gaya hidup yang meliputi pola makan sehat, aktivitas fisik atau olahraga teratur, mengurangi konsumsi alkohol, dan berhenti merokok (Andilala, 2023). Hasil dan manajemen diabetes tergantung pada efektivitas manajemen diri yang berkaitan dengan rencana perawatan yang ditetapkan. Salah satu faktor keberhasilan dalam melakukan manajemen diri yaitu menerapkan tugas kesehatan keluarga pada klien diabetes melitus. Maka dari itu, tugas kesehatan keluarga harus baik agar manajemen diri pada klien diabetes melitus lebih baik atau meningkat. Namun sejauh ini manajemen diri penderita diabetes melitus masih belum optimal (Damayanti et al., 2023).

Berdasarkan paparan yang telah disampaikan diatas diduga tugas kesehatan keluarga berperan penting dalam meningkatkan manajemen diri pada klien diabetes melitus, sehingga dapat membantu mengontrol kadar gula darah dan mencegah komplikasi. Beberapa penelitian terkait manajemen diri pada klien diabetes melitus diantaranya yang dibahas adalah mengenai dukungan keluarga, keyakinan diri, intervensi perilaku, dan juga hal yang berhubungan lainnya, akan tetapi belum ada yang membahas tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri pada klien diabetes melitus. Dengan demikian dibutuhkan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan

tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri pada klien diabetes melitus.

Upaya untuk meningkatkan derajat kesehatan dan mengatasi masalah kesehatan anggota keluarganya yang sakit, keluarga perlu menjalankan tugas kesehatan dengan baik. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mulia, 2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pelaksanaan tugas keluarga dalam bidang kesehatan dengan kejadian diabetes melitus. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Andari, 2020) menunjukkan bahwa kurangnya pelaksanaan tugas kesehatan keluarga pada penderita diabetes melitus dipengaruhi oleh kemampuan keluarga dalam merawat anggota keluarganya yang sakit.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit dengan gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah atau hiperglikemia. Faktor yang dapat mempengaruhi besarnya resiko diabetes antara lain riwayat keluarga, usia dan jenis kelamin, kebiasaan hidup seperti merokok, mengkonsumsi alkohol, kurangnya olahraga atau aktivitas fisik, dan pola makan. Klien diabetes melitus dapat melakukan manajemen diri dengan cara melakukan perawatan kesehatan, kegiatan untuk memantau gula darah, kepatuhan dalam penggunaan obat, pengaturan diet yang sesuai untuk penatalaksanaan diabetes melitus seperti mengatur pola makan, dan melakukan olahraga atau aktivitas fisik dengan melakukan pergerakan seperti jalan kaki, dan aktivitas lainnya.

Melakukan manajemen diri pada klien diabetes melitus dibutuhkan tugas kesehatan keluarga yang baik. Tugas kesehatan keluarga merupakan salah satu faktor yang menentukan tingkat kepatuhan klien dalam menjalankan proses perawatan.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah tugas kesehatan keluarga pada klien diabetes melitus di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso?
- b. Bagaimanakah manajemen diri pada klien diabetes melitus di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso?
- c. Apakah ada hubungan tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri klien diabetes melitus di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri klien diabetes melitus di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tugas kesehatan keluarga pada klien diabetes melitus di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso
- b. Mengidentifikasi manajemen diri klien diabetes melitus di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso
- c. Menganalisis hubungan antara tugas kesehatan keluarga dengan manajemen diri klien diabetes melitus di Puskesmas Maesan Kabupaten Bondowoso.

D. Manfaat Penelitian

1. Puskesmas

Memperkuat kegiatan promosi kesehatan dan pencegahan komplikasi diabetes melitus melalui intervensi berbasis keluarga yang dilakukan oleh petugas kesehatan di tingkat puskesmas.

2. Tenaga Kesehatan

Memberikan wawasan atau menambah ilmu pengetahuan dan sebagai acuan dalam melakukan pelayanan manajemen diri dalam keluarga dan mencegah peningkatan jumlah penderita diabetes melitus.

3. Masyarakat

Memberikan informasi dan dapat menerapkan pola hidup sehat bagi individu, keluarga, dan masyarakat.

4. Keluarga

Membentuk kerjasama yang baik antara keluarga dan anggota keluarga yang mengalami penyakit diabetes melitus untuk membantu mempertahankan gula darah yang normal dan kepatuhan pengobatan serta meningkatkan kualitas hidup mereka.

5. Peneliti Selanjutnya

Menjadi referensi atau acuan dan dapat menambah data untuk menyusun kerangka konsep peneliti berikutnya dalam membuat penelitian dengan melakukan pembaharuan yang disesuaikan dengan perkembangan situasi dan kondisi penyakit diabetes melitus di masa mendatang.