

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan kesehatan kronis pada penyakit diabetes melitus ditandai dengan ketidakmampuan pankreas dalam memproduksi insulin secara cukup, sehingga pemanfaatan oleh tubuh menjadi tidak optimal (Hartono dkk., 2022). Terdapat 2 jenis diabetes melitus dengan prevalensi tinggi yaitu diabetes melitus tipe 1 atau IDDM (*Insulin Dependent Diabetes Mellitus*) dan diabetes melitus tipe 2 atau NIDDM (*Non-Insulin Dependent Diabetes Mellitus*). Perubahan gaya hidup masyarakat termasuk pola makan yang kurang sehat dan rendahnya aktivitas fisik berperan dalam peningkatan prevalensi diabetes melitus tipe 2 dan berkontribusi terhadap penurunan fungsi metabolik tubuh (Ferawati dkk., 2020).

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan bahwa jumlah penderita diabetes melitus mencapai 19,47 pada tahun 2021 juta jiwa (Simanjuntak dkk., 2024). Data Dinkes Jawa Timur (2023) menunjukkan prevalensi penderita diabetes melitus sebanyak 854.454 dari penduduk usia 15 tahun keatas. Di Kabupaten Jember, tahun 2023 jumlah penderita diabetes melitus tercatat sebanyak 36.988 dan tahun 2024 meningkat menjadi 38,947. Data Dinas Kesehatan Jember (2024) melaporkan terdapat 658 kasus diabetes melitus di Puskesmas Ambulu sepanjang tahun 2024. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Wilayah Kerja Puskesmas Ambulu pada tanggal 27 November 2025, tercatat sebanyak 217 penderita diabetes melitus selama periode Januari–Oktober

2025. Jumlah tersebut terdiri atas diabetes melitus tipe 2 sebanyak 100 penderita, diabetes melitus tipe 1 sebanyak 74 penderita, 3 penderita diabetes melitus gestasional, serta 40 penderita diabetes melitus yang belum diklasifikasikan berdasarkan jenis. Penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Ambulu mengikuti kegiatan prolanis untuk melakukan kontrol rutin, namun hanya sebagian penderita yang aktif mengikuti kontrol secara rutin untuk pemantauan kesehatan.

Jumlah penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ambulu masih tergolong tinggi, sehingga aktivitas kontrol dalam mengikuti kegiatan prolanis menjadi salah satu bentuk penerapan *self-care management* dalam pemantauan kesehatan secara berkelanjutan. *Self-care management* merupakan kemampuan melaksanakan tindakan perawatan mandiri dalam mengelola penyakit dengan tujuan mengontrol gejala serta mencegah komplikasi dan perburukan kondisi (Fauziyyah dkk., 2024). Pengontrolan gejala diabetes melitus tipe 2 dilakukan sebagai bentuk menjaga kestabilan kadar gula darah, karena perubahan kondisi kesehatan yang berdampak pada kualitas hidup dapat disebabkan oleh kadar gula darah yang tidak terkontrol, sehingga mempengaruhi aspek fungsi fisik, kesejahteraan psikologis dan aktivitas sosial (Putri dkk., 2020). Pemantauan kadar gula darah secara teratur dan pola hidup dapat berperan dalam mendukung kemampuan penderita diabetes melitus menjalankan aktivitas sehari-hari dengan kualitas hidup yang lebih optimal (Marliana dkk., 2021).

Pelaksanaan *self-care management* pada penderita diabetes melitus tipe 2 meliputi pengaturan pola makan, aktivitas fisik teratur, pemantauan

kadar gula darah dan kepatuhan mengonsumsi obat. Sebagai fasilitas pelayanan kesehatan primer Puskesmas berperan dalam mendukung pelaksanaan *self-care management* melalui Prolanis, edukasi kesehatan, konsultasi gizi, serta pemantauan pengobatan dan kondisi kesehatan secara berkala. Penderita diabetes melitus tipe 2 aktif dalam kegiatan prolanis memperoleh pemeriksaan kesehatan rutin secara berkala. Namun demikian, pelaksanaan *self-care management* pada setiap individu tidak selalu dilakukan secara optimal dan konsisten, meskipun berada dalam program pelayanan yang sama. Kondisi kesehatan dan kesejahteraan hidup penderita diabetes melitus tipe 2 masih berpotensi terganggu berhubungan dengan adanya perbedaan kemampuan dan tingkat kepatuhan individu dalam menerapkan *self-care management* (Novi Haris Susilowati dkk., 2024).

Keberhasilan menerapkan tindakan *self-care management* bagi penderita diabetes melitus tipe 2 secara konsisten akan memiliki kemampuan lebih baik dalam mengendalikan penyakit dan mencegah perburukan kondisi secara berkelanjutan. Peningkatan kualitas hidup yang dilakukan penderita diabetes melitus tipe 2 diupayakan dalam kehidupan sehari-hari dengan menerapkan *self-care management* secara optimal (Hartono dkk., 2022). Berkaitan dengan latar belakang tersebut, masih diperlukan penelitian terkait pelaksanaan *self-care management* setiap individu, maka penelitian ini dilakukan untuk menganalisis "Hubungan *Self-Care Management* dengan Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember".

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan masalah

Di Wilayah Kerja Puskesmas Ambulu prevalensi diabetes melitus tipe 2 masih tergolong tinggi pada tahun 2025 meskipun program pengelolaan penyakit kronis telah dilaksanakan secara rutin. Perbedaan kemampuan dan konsistensi dalam menjalankan *self-care* banyak ditunjukkan antar individu penderita diabetes melitus tipe 2. Ketidakkonsistenan dalam pelaksanaan *self-care management* berpotensi menyebabkan ketidakstabilan kadar gula darah yang akan berdampak pada penurunan kualitas hidup dalam aspek fungsi fisik, kesejahteraan psikologis dan aktivitas sosial. Kondisi tersebut menegaskan perlu mengkaji kembali terkait pelaksanaan pengelolaan *self-care management* penderita diabetes melitus tipe 2 yang belum efektif dalam mendukung kualitas hidup di Puskesmas Ambulu.

2. Pertanyaan masalah

- a. Bagaimana *self-care management* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember?
- b. Bagaimana kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember?
- c. Apakah terdapat hubungan *self-care management* dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum Penelitian

Mengetahui hubungan *self-care management* dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.

2. Tujuan Khusus Penelitian

- a. Mengidentifikasi *self-care management* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.
- b. Mengidentifikasi kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.
- c. Menganalisis hubungan *self-care management* dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ambulu Kabupaten Jember.

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Instansi Puskesmas Ambulu

Penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dan acuan terkait peningkatan program pengelolaan diabetes melitus tipe 2 berbasis *self-care management*. Puskesmas Ambulu dapat menggunakan hasil penelitian dalam menyusun strategi edukasi, pemantauan rutin, dan pembinaan perilaku hidup sehat sebagai bentuk melakukan *self-care*.

b. Bagi Keperawatan

Penelitian ini dapat mendukung perawat dalam mengembangkan edukasi kesehatan yang lebih tepat sasaran dan dimanfaatkan oleh

tenaga keperawatan untuk merancang intervensi yang berfokus pada penguatan kemampuan *self-care management*, termasuk pemantauan terapi obat, pengaturan pola makan, serta peningkatan aktivitas fisik secara teratur.

c. Bagi Penderita Diabetes Melitus

Penelitian ini dapat menjadikan sebagai acuan meningkatkan motivasi dan kesadaran untuk menjalankan *self-care management* secara konsisten, mencakup pengelolaan diet, aktivitas fisik teratur, kepatuhan terapi pengobatan dan rutin memantau kadar gula darah.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menjadikannya sebagai dasar dan referensi pengembangan yang berhubungan dengan penyakit kronis diabetes melitus terkait *self-care management* dan kualitas hidup ataupun dengan mengembangkan model intervensi edukatif untuk memperkuat kemampuan *self-care* di tingkat pelayanan primer.