

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Mellitus Tipe 2 merupakan tantangan kesehatan global yang terus meningkat, dengan banyak kasus tidak terdiagnosis dan sulit dikendalikan. Penyakit ini berkembang perlahan tanpa gejala awal, sehingga sering baru disadari saat komplikasi serius muncul seperti jantung, stroke, gagal ginjal, atau amputasi. Komplikasi tersebut menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan beban ekonomi. Rendahnya kesadaran dan partisipasi pasien dalam perawatan diri memperburuk kondisi ini, menjadikan DM Tipe 2 sebagai masalah medis, sosial, dan perilaku yang membutuhkan pendekatan menyeluruh (Ong et al., 2023).

Diabetes Mellitus telah menyebabkan 6,7 juta kematian pada tahun 2021, dengan sepertiga di antaranya terjadi pada kelompok usia produktif di bawah 60 tahun. Jumlah penderita DM di seluruh dunia terus meningkat dari 537 juta jiwa pada tahun 2023 dan diperkirakan akan mencapai 783 juta jiwa pada tahun 2045, di mana lebih dari 90% adalah penderita DM Tipe 2. Kondisi ini juga memberikan beban pada sektor kesehatan global, dengan biaya perawatan yang hampir mencapai USD 1 triliun pada tahun 2021 (International Diabetes Federation, 2025).

Penderita DM di Indonesia tercatat mencapai 11,7% pada penduduk usia ≥ 15 tahun, dengan 50,2% di antaranya merupakan penderita DM Tipe 2 (SKI, 2023). Penyakit ini menyumbang 10,5% kasus disabilitas nasional yang meliputi gangguan berjalan, penglihatan, dan pendengaran. Sebagian

besar penderita belum memperoleh pengobatan sesuai anjuran tenaga kesehatan (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023).

Peningkatan kasus Diabetes Mellitus Tipe 2 tidak hanya terlihat dalam statistik nasional, tetapi juga sangat jelas di tingkat daerah, termasuk di Provinsi Jawa Timur, dengan prevalensi naik dari 2,1% pada tahun 2018 menjadi 2,6% pada tahun 2024. Menurut Statistik Kesehatan Provinsi. Kenaikan ini menunjukkan bahwa DM Tipe 2 telah menjadi isu kesehatan masyarakat yang mendesak, sehingga diperlukan upaya promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang melibatkan berbagai pihak (BPS Jawa Timur, 2025).

Kabupaten Situbondo mengalami fluktuasi kasus Diabetes Mellitus dalam lima tahun terakhir, dengan jumlah kasus mencapai 9.550 pada tahun 2021, meningkat menjadi 18.571 kasus pada tahun 2022, kemudian menurun menjadi 15.117 kasus pada tahun 2023, 15.510 kasus pada tahun 2024, dan 12.514 kasus hingga September 2025. Pola serupa juga terlihat di wilayah kerja Puskesmas Arjasa, yang mencatat 1.030 kasus pada tahun 2021, naik menjadi 1.495 kasus pada tahun 2022, lalu menurun menjadi 1.038 kasus pada tahun 2023, 958 kasus pada tahun 2024, dan 613 kasus hingga tahun 2025. Puskesmas Arjasa juga melaporkan 131 pasien yang terdiagnosis DM Tipe 2 dalam tiga bulan terakhir, menunjukkan bahwa Diabetes Mellitus masih merupakan masalah kesehatan yang signifikan di tingkat lokal dan memerlukan penguatan strategi penanganan yang berkelanjutan (Dinas Kesehatan Situbondo, 2025).

Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara informal terhadap enam pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Arjasa, penelitian ini menggunakan instrumen SDSCA (*Summary of Diabetes Self-Care Activities*) untuk menilai perilaku perawatan diri pasien. Instrumen ini relevan karena hasil wawancara menunjukkan sebagian besar belum melakukan perawatan diri dengan baik: empat pasien tidak rutin cek gula darah, dua sering lupa minum obat, dan semua belum mengetahui pentingnya perawatan kaki. Beberapa juga belum memahami pola makan yang sesuai. Temuan tersebut menegaskan rendahnya perilaku perawatan diri sehingga penggunaan SDSCA menjadi tepat untuk penelitian lebih lanjut.

Penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan perawatan diri pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 masih belum optimal. (Wahyudi et al., 2024) menemukan bahwa dari 88 pasien, kepatuhan terhadap diet hanya 56,8%, kontrol gula darah 50%, minum obat 55,7%, aktivitas fisik 44,3%, dan perawatan kaki 55,7%. Sementara itu, (Cahyono, 2025) di mana 23% dari 53 pasien tergolong dalam manajemen perawatan diri yang tidak memadai, terutama pada aspek cek gula darah, minum obat, dan perawatan kaki. Penilaian dilakukan menggunakan instrumen DSMQ (*Diabetes Self-Management Questionnaire*) yang mengukur kebiasaan perawatan mandiri seperti makan sehat, olahraga, dan kepatuhan terhadap pengobatan. (Adriani, 2018) di Kabupaten Jember juga menemukan 52% pasien hipertensi memiliki perilaku perawatan kurang baik, namun 52% keluarga memberikan dukungan baik dengan bentuk dukungan emosional

(72%), informasi (54%), instrumental (54%), dan penghargaan (52%), yang terbukti meningkatkan kepatuhan pasien dalam manajemen penyakit kronis. Namun hingga saat ini, belum ada penelitian yang secara khusus membahas hubungan antara dukungan sosial dengan *self-care management* pada pasien DM Tipe 2 di wilayah Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo.

Jumlah kasus Diabetes Mellitus yang terus meningkat setiap tahunnya menunjukkan bahwa masalah ini tetap menjadi fokus perhatian di area Puskesmas Arjasa. Mengelola penyakit ini tidak hanya memerlukan pemberian obat, tetapi juga harus melibatkan faktor psikososial, seperti dukungan dari keluarga dan peningkatan keterampilan pasien dalam merawat diri mereka sendiri. Melalui metode yang menyeluruh yang melibatkan pasien dan keluarga secara aktif, diharapkan kepatuhan terhadap pengobatan dapat meningkat, kontrol penyakit dapat diperbaiki, dan komplikasi di masa depan dapat dicegah. Karena cenderung berkembang dan sulit disembuhkan, DM Tipe 2 memerlukan perawatan jangka panjang yang menekankan perubahan kebiasaan dan peningkatan kemampuan pasien dalam mengelola kondisinya sendiri.

Dampak Diabetes Mellitus Tipe 2 tidak hanya dirasakan oleh individu yang menderita, tetapi juga oleh keluarga yang terlibat dalam perawatannya. Ketidakmampuan pasien dalam melakukan perawatan diri dapat memperbesar risiko komplikasi dan menambah tekanan psikososial bagi orang-orang terdekat. Dalam hal ini, dukungan emosional, praktis, dan informatif dari keluarga terbukti menjadi unsur penting dalam keberhasilan pengelolaan penyakit secara menyeluruh (Patoding et al., 2024).

Self-care management merupakan kemampuan pasien untuk secara mandiri mengelola kesehatannya melalui aktivitas rutin seperti mengatur pola makan, minum obat, berolahraga, memantau kadar gula darah, dan merawat kaki. Dalam konteks penyakit kronis, *self-care management* berkontribusi secara signifikan dalam mempertahankan kestabilan kondisi dan menghindari masalah yang berkepanjangan. Penyakit seperti tekanan darah tinggi, gagal jantung, dan diabetes mellitus tipe 2 memerlukan partisipasi aktif dari pasien, karena pengelolaannya berlangsung lama dan tidak dapat sepenuhnya diserahkan kepada tenaga medis. Diabetes Mellitus tipe 2 sangat bergantung pada keberhasilan perawatan mandiri yang dilakukan secara terus-menerus dan konsisten (Hasrima, 2025).

Manajemen Diabetes Mellitus Tipe 2 dilakukan secara menyeluruh untuk menjaga kualitas hidup dan mencegah komplikasi, melalui empat komponen utama yaitu pendidikan kesehatan, pengaturan makan, olahraga, dan pengobatan. Komitmen terhadap keempat aspek ini secara konsisten dapat membantu pasien meningkatkan kualitas hidup dan mengendalikan penyakit secara menyeluruh (Marbun et al., 2022). Namun, implementasi manajemen perawatan diri di lapangan masih belum maksimal. Banyak pasien tidak melakukan praktik perawatan diri secara teratur, khususnya dalam hal pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, dan kepatuhan terhadap pengobatan. Kesenjangan ini dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan, rendahnya motivasi, serta keterbatasan dukungan sosial dari lingkungan sekitar (Hastutiningtyas et al., 2024).

Dukungan sosial merupakan konsep multidimensi yang mencakup bantuan emosional, informasi, dan praktis bagi individu yang mengalami stres atau penyakit kronis. Menurut Zimet (1988), sumber dukungan sosial meliputi keluarga, sahabat, dan individu yang bermakna khusus. Dalam konteks Diabetes Mellitus Tipe 2, dukungan dari keluarga memiliki peran krusial dalam meningkatkan motivasi, kepatuhan, dan ketahanan mental pasien. Penelitian terbaru oleh (Parviniannasab et al., 2024) menunjukkan bahwa dukungan sosial memperkuat *self-efficacy* dan resiliensi, serta berfungsi sebagai moderator antara distress dan kemampuan manajemen diri. Menurut (Gan et al., 2024) juga menegaskan bahwa bantuan emosional dan praktis dari keluarga dapat meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi tekanan psikologis, dan memperkuat kemampuan pasien dalam menjalani perawatan mandiri secara berkelanjutan.

Studi tentang manajemen perawatan diri pada pasien DM Tipe 2 telah banyak dilakukan, namun sebagian besar masih berfokus pada pendidikan kesehatan dan intervensi klinis. Penelitian yang secara khusus menyoroti peran dukungan sosial keluarga masih terbatas, terutama dalam konteks budaya lokal. Padahal, keluarga sebagai sistem dukungan terdekat berperan penting dalam membentuk kebiasaan perawatan diri pasien secara emosional, motivasional, dan praktis. Riset terbaru menunjukkan hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan manajemen diri pasien DM Tipe 2, sehingga diperlukan penelitian lebih mendalam untuk memahami keterkaitan keduanya (Maulani et al., 2024). Namun hingga saat ini, belum ada penelitian yang secara khusus membahas hubungan antara dukungan

sosial dari keluarga dan pelaksanaan *self-care management* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di wilayah Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo. Padahal, memahami kondisi dan karakteristik lokal sangat penting untuk menyusun intervensi berbasis keluarga yang tepat guna dan berkelanjutan.

Penelitian ini dilakukan sebagai bagian dari upaya solusi terhadap permasalahan tersebut. Dengan mengkaji hubungan antara dukungan sosial dan pelaksanaan *self-care management*, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam pengembangan strategi pengendalian diabetes melitus berbasis keluarga yang lebih efektif dan kontekstual di wilayah kerja Puskesmas Arjasa.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Penderita DM Tipe 2 memerlukan perawatan diri yang konsisten, namun kurangnya dukungan sosial menjadi salah satu hambatan utama dalam pelaksanaannya. Keluarga sebagai sumber dukungan sosial terdekat memegang peran penting dalam membantu penderita menjalankan *self-care management* secara optimal. Kajian mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan *self-care management* khususnya di wilayah dengan karakteristik sosial budaya seperti Situbondo masih terbatas, sehingga penelitian ini perlu dilakukan.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah dukungan sosial pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo?

- b. Bagaimanakah *self-care management* pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo?
- c. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *self-care management* pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo?

C. Tujuan Umum

1. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *self-care management* pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dukungan sosial pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo
- b. Mengidentifikasi *self-care management* pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo.
- c. Menganalisis hubungan dukungan sosial dengan *self-care management* pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Arjasa Kabupaten Situbondo.

D. Manfaat Penelitian

1. Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan dalam menyusun program promosi dan pencegahan berbasis keluarga untuk

meningkatkan efektivitas pengelolaan mandiri pasien Diabetes Mellitus Tipe 2.

2. Tenaga Kesehatan

Studi ini menyediakan informasi esensial bagi tenaga medis dalam memahami kontribusi dukungan sosial terhadap keberhasilan pengelolaan diri pasien, serta membantu dalam merancang strategi edukasi yang lebih tepat sasaran.

3. Keluarga

Penelitian ini membantu anggota keluarga menyadari peran mereka dalam mendukung pengelolaan mandiri pasien, terutama melalui dukungan emosional, motivasional, dan praktik nyata dalam perawatan sehari-hari.

4. Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2

Temuan penelitian memperkuat pemahaman pasien mengenai pentingnya pengelolaan diri dan peran dukungan keluarga dalam meningkatkan kualitas hidup serta mencegah komplikasi, sehingga mendorong pelaksanaan perawatan mandiri secara berkesinambungan.

5. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan studi tentang kontribusi keluarga dalam pengelolaan penyakit kronis, sekaligus memperkaya literatur pendekatan berbasis keluarga untuk meningkatkan perilaku perawatan mandiri dan membuka peluang intervensi komunitas.