

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Diabetes melitus adalah kondisi metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah, yang dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan serius jika tidak ditangani dengan tepat. Penyakit ini disebabkan oleh ketidakmampuan pankreas untuk memproduksi insulin yang cukup atau oleh penggunaan insulin yang dihasilkan oleh tubuh secara tidak efektif (Yapilar & Gurler, 2024). Data dan statistik tentang diabetes mengungkapkan peningkatan beban global yang harus ditanggung oleh individu, keluarga, dan negara (*World Health Organization* (WHO), 2025). Menurut data terbaru 11,1% atau satu dari setiap orang yang berusia 20-79 tahun menderita diabetes, dan lebih dari 40% dari mereka tidak menyadari bahwa mereka memiliki penyakit tersebut. (*International Diabetes Federation*(IDF), 2025).

Hingga saat ini, penyakit Diabetes Melitus belum dapat disembuhkan secara total dan masih menjadi masalah kesehatan yang serius bagi masyarakat (Aloke et al., 2022). Diabetes Melitus memerlukan penanganan berkelanjutan melalui perubahan gaya hidup, pengobatan farmakologis dan terapi nonfarmakologis untuk menjaga kadar gula darah tetap stabil dan mencegah terjadinya komplikasi (Wang et al., 2020). Kepatuhan menjalani perawatan memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup pasien (Majeed et al., 2021). Selain berdampak pada fisik, diabetes melitus tipe 2 juga memengaruhi aspek psikologis lansia salah satunya berupa kecemasan yang dapat muncul selama menjalani perawatan jangka panjang karena berhubungan signifikan dengan kadar gula darah pada lansia penderita diabetes (Haryono et al., 2021).

Namun masih sering ditemukan rendahnya kepatuhan penderita diabetes dalam menjalankan perawatan dan pengobatan mandiri yang berdampak pada menurunnya kualitas hidup dan kurang optimalnya pengendalian penyakit (Chaudhari et al., 2024). Secara kronologis, tuntutan perawatan jangka panjang, perubahan gaya hidup, dan ketergantungan pada

pengobatan dapat menimbulkan kekhawatiran yang berkembang menjadi kecemasan pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Penderita diabetes melitus tipe 2 sering merasa cemas akibat perubahan hidup dan kekhawatiran terhadap kondisi kesehatan, sehingga dukungan keluarga sangat penting untuk membantu mengatasinya (Supriatna et al., 2022).

Kecemasan yang dialami lansia meliputi rasa khawatir terhadap kestabilan kadar gula darah, ketakutan kondisi kesehatan memburuk, serta kecemasan dalam menjalani pengobatan dan pembatasan aktivitas sehari-hari. Kecemasan membuat pengobatan dan pola hidup menjadi sulit untuk dijalani secara konsisten, perawatan penyakit yang kurang baik justru akan memperparah stres dan emosi negatif sehingga muncul kecemasan yang menjadi faktor penting dalam pengendalian diabetes (Angriani, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Silvi et al., (2023) juga menjelaskan bahwa keadaan psikologis yang tidak stabil pada seseorang dapat berpotensi menyebabkan peningkatan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus (Silvi et al., 2023).

Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Jameel et al., (2023) menjelaskan bahwa peran keluarga mempengaruhi keberhasilan pasien diabetes tipe 2 dalam mengelola kondisi mereka di rumah. Selain itu, tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus tipe 2 dapat meningkat ketika dukungan keluarga tidak mendukung. Pasien yang menjalani perawatan seumur hidup dan perubahan gaya hidup sangat membutuhkan perhatian, dorongan, dan dukungan dari keluarga mereka untuk menghindari beban psikologis (Erda et al., 2021). Namun, dalam praktiknya dukungan keluarga tidak selalu diberikan secara optimal. Beberapa keluarga cenderung hanya fokus pada pengobatan fisik sementara kebutuhan emosional lansia kurang diperhatikan. Selain itu, kesibukan anggota keluarga kurangnya pemahaman tentang kondisi psikologis lansia serta komunikasi yang terbatas dapat menyebabkan lansia merasa kurang didampingi dalam menjalani perawatan.

Dukungan keluarga yang berkelanjutan dapat meningkatkan kepatuhan terhadap meningkatnya kualitas hidup, dan membantu pasien mencapai

kesehatan yang lebih baik (Arini et al., 2022). Dukungan ini dapat memotivasi lansia untuk lebih rutin menjalani perawatan karena dianggap sebagai dorongan positif dalam mengikuti terapi. Ungkapan kasih sayang, perhatian, serta kebersamaan dari keluarga memberikan ketenangan emosional, sedangkan kurangnya perhatian emosional dan pendampingan dapat memperberat kecemasan lansia, selain itu informasi dan nasehat yang diberikan membantu lansia dalam meningkatkan pengetahuan dalam perawatan kesehatan (Heriyanti et al., 2020).

Oleh karena itu, upaya penanganan kecemasan pada lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 tidak hanya berfokus pada pengobatan medis tetapi juga memerlukan pendekatan psikososial berbasis keluarga. Pendampingan keluarga dalam kehidupan sehari-hari komunikasi yang baik serta keterlibatan keluarga dalam proses perawatan dapat menjadi solusi penting dalam membantu lansia mengelola kecemasan yang dialami selama menjalani penyakit kronis. Meskipun hubungan antara dukungan keluarga dan kecemasan pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 telah banyak diteliti penelitian sebelumnya lebih menekankan pada pengukuran tingkat kecemasan atau kepatuhan pengobatan secara kuantitatif. Studi kualitatif yang menggali pengalaman subjektif lansia dalam menerima dukungan keluarga khususnya di wilayah pedesaan masih terbatas. Selain itu, perubahan kebutuhan emosional lansia serta kondisi peran keluarga seiring dengan lamanya menderita diabetes masih jarang dieksplorasi secara mendalam melalui pendekatan kualitatif.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk menggali pengalaman lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dalam menerima dukungan keluarga saat menghadapi kecemasan. Penelitian ini berfokus pada Ny. S, seorang lansia berusia 60 tahun yang tinggal di Desa Josari dan telah menderita Diabetes Melitus Tipe 2 selama beberapa tahun. Ny. S sempat mengalami kecemasan ketika kadar gula darahnya tidak stabil, dan meskipun kondisinya saat ini mulai membaik, namun tetap membutuhkan dukungan keluarga dalam menjalani perawatan dan menjaga kestabilan kadar gula darah.

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana keluarga memberikan dukungan emosional, informasional, dan bantuan sehari-hari, serta bagaimana dukungan tersebut memengaruhi kecemasan yang dirasakan lansia. Selain itu, penelitian ini menggali pengalaman lansia dalam memaknai dukungan keluarga serta strategi keluarga dalam membantu mengelola kecemasan. Pemilihan kasus ini didasarkan pada masih banyaknya keluarga yang belum memberikan dukungan secara optimal, meskipun keluarga Ny. S tetap berupaya mendampingi dan memberikan perhatian di tengah kesibukan bekerja. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi contoh bagi keluarga lain dalam membantu lansia mengurangi kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup selama menghadapi penyakit kronis.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana pengalaman lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dalam menerima dukungan keluarga saat menghadapi kecemasan selama menjalani perawatan diri?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

- a. Tujuan umum  
Untuk mengetahui dan menggambarkan pengalaman lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dalam menerima dukungan keluarga saat menghadapi kecemasan selama menjalani perawatan diri
- b. Tujuan khusus
  1. Mengidentifikasi bentuk kecemasan yang dialami lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 selama menjalani perawatan.
  2. Menggali strategi yang digunakan lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dalam menghadapi dan mengelola kecemasan yang dirasakan.
  3. Menggali bentuk dan peran dukungan keluarga dalam membantu lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 mengurangi kecemasan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, terkait pemahaman mengenai kecemasan lansia dengan diabetes melitus serta pentingnya dukungan keluarga dalam perawatan psikososial lansia.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

- a. Bagi pasien  
Memberikan pemahaman akan pentingnya mengelola kondisi psikologis seperti kecemasan serta menyadari pentingnya dukungan keluarga dalam meningkatkan kualitas hidup mereka.
- b. Bagi keluarga/lingkungan sekitar  
Memberikan wawasan tentang bentuk dukungan yang dapat membantu lansia mengelola kecemasan akibat penyakit kronis yang diderita, sehingga lebih peduli dan terlibat dalam proses perawatan.
- c. Bagi perawat  
Menjadi acuan dalam menyusun intervensi keperawatan berbasis psikososial dan keluarga dalam mendukung kesejahteraan lansia dengan Diabetes Melitus.
- d. Bagi peneliti selanjutnya  
Menjadi referensi dan dasar untuk penelitian lebih lanjut terkait hubungan antara kondisi psikologis dan dukungan keluarga pada pasien dengan penyakit kronis, khususnya lansia dengan diabetes melitus.