

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus merupakan salah satu isu kesehatan utama yang memerlukan perhatian khusus dari pemimpin dunia (WHO, 2016). Diabetes Melitus merupakan penyakit gangguan metabolik, karena pancreas tidak dapat memproduksi insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur keseimbangan kadar gula darah. Insulin yang tidak stabil dalam tubuh dapat menjadi penyebab diabetes melitus tipe 2, dan dapat menyebabkan kadar glukosa darah tinggi, atau disebut dengan Hiperglikemia (Febriana & Nurhayati rejo, 2024). Penyakit diabetes melitus atau sering dikenal sebagai penyakit kencing manis merupakan penyakit yang sangat mengganggu. Faktor keturunan seperti kurangnya produksi insulin dan resistensi insulin, serta faktor lingkungan seperti makan tidak terkontrol yang menyebabkan obesitas, kurang makan, stres mental, dan kurangnya olahraga, adalah penyebab diabetes melitus tipe 2 (Lestari et al., 2021).

Sebagian besar kasus Diabetes Mellitus (DM) terjadi pada lansia, karena usia memengaruhi toleransi tubuh terhadap glukosa. Menurut Meilani et al., (2022), faktor risiko utama Diabetes Mellitus pada lansia meliputi kurangnya pengetahuan, pola makan yang tidak sehat, dan minimnya aktivitas fisik. Lanjut Usia merupakan tahapan masa tua pada perkembangan seseorang baik laki-laki atau perempuan dengan batasan usia 60 tahun ke atas (Aswardi, 2023). Dengan bertambahnya usia, orang menjadi lebih rentan terhadap masalah kesehatan. Termasuk penurunan semua fungsi tubuh, fungsi fisiologis yang menurun dapat menyebabkan lansia rentan sekali terkena penyakit menular dan tidak menular. Sehingga diabetes melitus merupakan salah satu penyakit yang bisa dialami oleh lansia karena perubahan biologis atau psikologis (Candra Dinata et al., 2022).

Diabetes Mellitus juga termasuk masalah kesehatan global dengan prevalensi dan komplikasi yang lebih tinggi pada lansia, terutama Diabetes Mellitus tipe II, yang mencakup 85–90% dari total kasus. Sebagai penyakit kronis, Diabetes Mellitus memerlukan perawatan jangka panjang serta dukungan keluarga untuk menjaga

kualitas hidup lansia (Arini et al., 2022). Diabetes menempati peringkat ke 4 dari 10 penyebab kematian akibat penyakit degenerative (Kemenkes, 2020). Internasional Diabetes Federation (IDF) mengatakan bahwa lebih dari 537 juta orang di seluruh dunia terkena Diabetes Melitus pada tahun 2021. Angka ini diperkirakan akan terus meningkat mencapai 643 juta pada tahun 2030, dan 783 juta pada tahun 2045 (IDF, 2019). Lebih dari 134,6 juta orang, atau 35% dari kasus orang dewasa, mengalami penyakit ini, dengan 18,6% prevelensi, di antaranya orang yang berusia 60-79 tahun (Runtu et al., 2024).

Secara umum Diabetes Melitus dibagi menjadi 3, yaitu Diabetes gestasional terjadi selama masa kehamilan (Punthakee et al., 2018), Diabetes Melitus tipe 1, biasanya ditemukan pada anak-anak dan remaja (Atkinson, 2015), dan Diabetes Melitus tipe 2, umumnya terjadi pada orang dewasa atau lansia. Beberapa faktor termasuk pertumbuhan penduduk, usia harapan hidup yang lebih tinggi, dan peningkatan akses layanan kesehatan, dapat berkontribusi dalam peningkatan jumlah kasus diabetes dan populasi usia lanjut (Hardianto, 2021b).

Dampak dari penyakit Diabetes Mellitus tidak hanya menyebabkan kematian di seluruh dunia penyakit ini juga menjadi penyebab utama peningkatan risiko komplikasi kronis. Komplikasi tersebut terdiri dari komplikasi makrovaskuler yaitu penyakit arteri coroner, penyakit serebrovaskuler, hipertensi, penyakit pembuluh darah, infeksi. Kemudian komplikasi mikrovaskuler yaitu retinopati, nefropati, ulkus tungkai dan kaki, neuropati autonomy yaitu pupil, jantung, gastrointestinal, urogenital. Komplikasi kronis adalah penyebab utama kesakitan dan kematian pada penderita Diabetes Mellitus (Maria, 2021).

Salah satu solusi dari permasalahan diatas, dapat dilakukan dengan mempertahankan kadar gula darah dalam kondisi yang stabil, yang pertama dengan cara melakukan diet yang bertujuan untuk mempertahankan kadar glukosa darah dan lemak dalam rentang normal, mencapai atau mempertahankan berat badan dalam rentang normal, menghindari komplikasi akut dan kronik, serta meningkatkan kualitas hidup seseorang (Hartanto et al., 2021). Selanjutnya bisa dengan melakukan pemeriksaan klinis menggunakan glucometer, atau melakukan aktivitas fisik seperti berjalan kaki, yoga, dan senam kaki, kemudian dengan penggunaan injeksi insulin juga

dapat membantu mempertahankan kadar gula darah. Injeksi insulin ada berbagai macam jenis, salah satunya novorapit yang dapat digunakan sebelum makan.

Berdasarkan hasil wawancara pada pasien Tn.J, Pasien telah mengalami diabetes melitus sejak 2008 hingga sekarang, dalam penanganan penyakitnya, pasien telah melakukan berbagai upaya untuk mempertahankan kadar glukosa darah. Upaya yang dilakukan pasien mencakup penggunaan obat diabetes, pengaturan pola makan, dan pemantauan rutin kadar gula darah. Namun, meski telah melakukan berbagai upaya tersebut, pasien mengalami beberapa hambatan, seperti berat badan semakin menurun, dan kesulitan menjaga konsisten pola makan, serta sulit melakukan aktivitas fisik yang rutin.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap pasien Tn.J yang tinggal di kelurahan Sumberbening kecamatan Bantur. Tn.J terkena diabetes melitus sudah hampir 16 tahun hingga sekarang. Ketertarikan peneliti mengambil penelitian ini dikarenakan kepatuhan yang dilakukan Tn.J dalam mempertahankan kadar glukosa darah yang stabil. Sehingga bisa dijadikan pembelajaran ataupun motivasi bagi orang lain yang membutuhkan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana pengalaman pasien Diabetes Melitus dalam mempertahankan kadar glukosa darah yang stabil?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengeksplorasi pengalaman pasien dalam mempertahankan Kadar Gula Darah pada pasien Diabetes Mellitus.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat bagi pasien**

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya mengelola diabetes secara efektif di kalangan pasien dan masyarakat luas, mendorong lebih banyak orang untuk melakukan pencegahan dan pengelolaan diabetes sejak dini.

### **1.4.2 Manfaat bagi perawat**

Perawat dapat membuat intervensi yang lebih sesuai untuk membantu pasien mengelola penyakitnya dengan memahami pengalaman mereka. Termasuk memberikan dukungan psikososial yang lebih personal, strategi edukasi, dan motivasi.

#### **1.4.3 Manfaat bagi institusi lahan praktik**

Hasil penelitian dapat digunakan oleh pembuat kebijakan untuk membuat program dan layanan kesehatan yang lebih baik, khususnya dalam hal dukungan bagi pasien diabetes.

