

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan suatu penyakit kronis yang menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia akibat kadar glukosa darah tinggi yang dapat merusak berbagai organ dan jaringan tubuh (International Diabetes Federation, 2021). Diabetes melitus dapat disebabkan oleh berbagai faktor risiko serta gaya hidup yang buruk adalah penyebab yang paling sering ditemukan. Contoh dari gaya hidup buruk yaitu mengonsumsi banyak makanan tinggi gula, lemak, karbohidrat atau serat, dan jarang beraktivitas fisik. Selain itu, penyebab tingginya prevalensi diabetes melitus adalah rendahnya tingkat pengetahuan dan pendidikan. Diabetes melitus memiliki pengaruh negatif terbesar kedua dalam menurunkan usia harapan hidup (Scientific Reports, 2020).

Lebih dari 422 juta individu di seluruh dunia mengalami diabetes melitus, dengan sebagian besar populasi tersebut berada di negara-negara dengan ekonomi rendah dan menengah. Setiap tahunnya, sekitar 1.5 juta jiwa meninggal akibat diabetes melitus secara langsung (Sapra & Bhandari, 2022). Pada akhir tahun 2021 IDF dalam atlas edisi ke-10, menyebutkan bahwa diabetes merupakan salah satu keadaan darurat kesehatan di seluruh dunia dengan peningkatan tercepat di abad ke-21. Di seluruh dunia, jumlah orang yang hidup dengan DM diperkirakan akan meningkat dari 537 juta pada

tahun 2021 menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045, atau lebih dari setengah miliar orang. Populasi diabetes melitus terbesar di dunia yaitu Tiongkok. Pada tahun 2021, terdapat 140,87 juta penderita diabetes di Tiongkok. Selanjutnya, 74,19 juta penderita di India, 32,96 juta di Pakistan, dan 32,22 juta di Amerika Serikat. (International Diabetes Federation, 2021)

Indonesia menurut Federation (2021) menempati peringkat ke-5 dengan jumlah pengidap DM terbesar di dunia. Tahun 2022 lebih dari 6% atau sekitar 172 juta orang mengidap diabetes melitus. Data dari Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI (2018), prevalensi DM di provinsi Jawa Barat mencapai 1,74% atau sebanyak 570.611 orang. Pada tahun 2022 jumlah orang dengan diabetes melitus di Kabupaten Bogor sebanyak 63.978 orang (Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2022).

Diabetes melitus merupakan kondisi kesehatan yang berlangsung lama yang mempengaruhi bagaimana tubuh mengubah makanan menjadi energi. Hal ini terjadi ketika tubuh tidak dapat menghasilkan insulin yang cukup atau tidak dapat menggunakannya dengan efektif. Ketika kadar insulin tidak mencukupi atau sel-sel tidak merespons insulin dengan baik, maka jumlah gula darah dalam aliran darah meningkat. *The American Diabetes Association* (ADA) mengklasifikasikan diabetes melitus menjadi 4 kategori, yaitu diabetes tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes gestasional, dan diabetes tipe lainnya. Diabetes melitus ditandai dengan keadaan dimana hiperglikemia yang tidak terkontrol dari waktu ke waktu yang apabila tidak ditangani dengan baik akan

menyebabkan efek samping seperti poliuria (sering buang air kecil), polidipsia (banyak minum karena rasa haus yang berlebihan), dan polifagia (rasa ingin makan meningkat). Selain itu menyebabkan berbagai komplikasi, seperti penyakit jantung, kehilangan penglihatan, gangguan ginjal, gangguan sistem saraf, amputasi kaki, dan risiko kematian dini, serta tidak jarang menyebabkan masalah keuangan yang signifikan dan menurunkan kualitas hidup (ADA, 2023).

Selain menimbulkan masalah pada fisik, pengobatan diabetes melitus yang memakan waktu lama juga dapat menimbulkan masalah psikologis, salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan merupakan dampak psikologis yang muncul sebagai akibat dari pengobatan diabetes melitus yang berkepanjangan. Kecemasan adalah perasaan takut dan tertekan terkait kemungkinan terjadinya sesuatu pada diri seseorang. Hal ini juga dapat dipicu oleh kekhawatiran terhadap peristiwa yang tidak terduga di masa depan. Walaupun penyebab dan konsekuensi kecemasan dapat sama, namun tingkat kecemasan yang dialami setiap individu dapat berbeda. Individu yang mengalami gangguan kecemasan cenderung merasa terkekang, gelisah, dan tegang (Dwi Nurhidayah, Artha Wijaya, 2022).

Pengobatan diabetes melitus bisa berupa terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi nonfarmakologi yang bisa diberikan antara lain edukasi, terapi nutrisi medis, dan aktivitas fisik (PERKENI, 2021). Edukasi yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan yang semuanya akan mengarah pada pengendalian dan pengelolaan diabetes yang lebih baik. Salah

satu intervensi yang bisa dilakukan pada pasien diabetes melitus adalah psikoedukasi. Selain psikoedukasi, terapi perilaku kognitif juga termasuk intervensi yang efektif. Psikoedukasi dan terapi perilaku kognitif adalah dua pendekatan psikoterapi yang keduanya mampu mengatasi kecemasan, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan serta meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus (Abbas et al., 2023).

Psikoedukasi merupakan suatu bentuk edukasi atau pendidikan yang berfokus pada konsep psikologis yang dapat diberikan kepada individu atau kelompok (Fatmawati et al, 2023). Konsep psikoedukasi adalah memberikan informasi kepada pasien diabetes melitus dengan pendekatan pada aspek psikologis sebagai upaya untuk meningkatkan penerimaan diri dan rasa syukur atas apa yang dialami (Permana et al, 2022).

Peningkatan pengetahuan mengenai diabetes melitus ini sangat penting agar dapat mengubah pola pikir dan perubahan perilaku pasien diabetes melitus. Pasien akan mampu mengelola penyakitnya seperti mampu menjaga pola hidup yang sehat, mengetahui apa yang boleh dan tidak boleh dilakukan, minum obat secara teratur, dan mampu mengenali perubahan-perubahan dalam diri mereka sendiri. Selain itu, pengetahuan tentang diabetes melitus dapat berperan penting untuk meminimalisir komplikasi (Deliana et al., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Permana et al (2022) menunjukkan bahwa psikoedukasi memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pasien, kepatuhan terhadap pengobatan, kemandirian dalam perawatan diri, serta pengendalian kadar glukosa darah pada pasien diabetes

melitus. Berdasarkan penelitian Fatmawati et al (2023) setelah diberikan psikoedukasi pada pasien diabetes melitus terjadi penurunan tingkat stres baik yang mengalami stres ringan maupun sedang.

Penelitian yang dilakukan oleh Argi (2021) psikoedukasi terbukti berpengaruh terhadap *self care activity* pada penderita diabetes melitus. Menurut Yunalia et al (2021) setelah dilakukan psikoedukasi yang dilakukan pada lansia dapat menurunkan tingkat ansietas, meningkatkan pemahaman tentang permasalahan yang dihadapi oleh pasien, serta meningkatkan keterampilan yang diperlukan untuk menghadapi masalah secara efektif. Penelitian lain yang dilakukan oleh Widiyanti et al (2021) setelah pemberian psikoedukasi yaitu pasien dapat mengembangkan kemampuan untuk mengenali penyakitnya dengan lebih baik, membuat keputusan tentang kebutuhan dan penyelesaian masalah yang dihadapi, serta menciptakan suasana yang positif dan tenang saat menghadapi masalah.

Berdasarkan data BPS melaporkan jumlah penduduk Kabupaten Bogor adalah 5.489.536 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2023). Berdasarkan sebaran penduduk, Kecamatan kemang memiliki penduduk dengan sebaran 1,93% atau sebanyak 54.773 jiwa. Berdasarkan profil kesehatan Kabupaten Bogor tahun 2020, kasus diabetes melitus di Kecamatan kemang sebanyak 696 orang (Dinkes Kab Bogor, 2020). Kelurahan Semplak Barat adalah salah satu dari sembilan kelurahan yang ada di Kecamatan Kemang. Penulis mendapatkan informasi dari kader setempat bahwa terdapat 30 orang dengan diabetes melitus yang tersebar di 7 RW Kelurahan Semplak Barat.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengambil judul “Penerapan Psikoedukasi Terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Semplak Barat Kabupaten Bogor”. Penulis berharap penelitian ini dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien dengan diabetes melitus.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah “Bagaimana penerapan psikoedukasi untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien diabetes melitus dengan kecemasan di Kelurahan Semplak Barat Kabupaten Bogor?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Studi kasus ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan psikoedukasi terhadap pengetahuan dan keterampilan pasien diabetes melitus dengan kecemasan.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden pasien dengan diabetes melitus.
- b. Diketahui hasil pengkajian psikososial sebelum dilakukan psikoedukasi terhadap pasien dengan diabetes melitus.
- c. Diketahui prosedur pelaksanaan psikoedukasi terhadap pasien dengan diabetes melitus.

- d. Diketahui hasil evaluasi setelah dilakukan psikoedukasi terhadap pasien dengan diabetes melitus.

D. Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Institusi Pendidikan Program Studi Keperawatan Bogor
 - a. Diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk meningkatkan kualitas pendidikan keperawatan pada pasien dengan diabetes melitus.
 - b. Diharapkan dapat digunakan sebagai kajian teoritis tentang pasien diabetes melitus untuk memberikan informasi dan sumbangan ilmu kepada mahasiswa keperawatan.
2. Bagi Tempat Studi Kasus

Diharapkan hasil dari studi kasus ini dapat memberikan gambaran tentang bagaimana psikoedukasi dapat diterapkan pada pasien dengan diabetes melitus di Kelurahan Semplak Barat Kabupaten Bogor.
3. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan profesi keperawatan, khususnya keperawatan jiwa sebagai bagian dari ilmu pengetahuan dan dapat digunakan sebagai literatur untuk studi kasus berikutnya.