

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia), yang disebabkan oleh ketidakseimbangan antara pasokan dan kebutuhan insulin (Anggraini, 2019). Berdasarkan penyebabnya, DM dikategorikan menjadi 4 kelompok, yaitu DM tipe 1, DM tipe 2, DM gestasional dan DM tipe lain. DM tipe 2 merupakan jenis DM yang paling banyak ditemukan, berbagai riset epidemiologi membuktikan kecenderungan peningkatan kejadian dan prevalensi DM tipe 2 di seluruh penjuru dunia (P.E.R.K.E.N.I., 2021).

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit yang sering dialami oleh manusia yang disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor keturunan, obesitas, perubahan gaya hidup, pola makan yang salah, obat-obatan yang mempengaruhi kadar glukosa darah, kurangnya aktivitas fisik, proses menua, kehamilan, perokok dan stress. Penyakit ini dikenal dengan sebutan penyakit gula, dimana penyakit ini merupakan penyakit yang berlangsung menahun bahkan seumur hidup sehingga masyarakat menganggap penyakit DM menjadi penyakit yang menakutkan (Widayani et al., 2021).

World Health Organization (WHO) mengklaim pada tahun 2022 bahwa sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes melitus, yang menjadi salah satu dari sepuluh penyebab kematian terbesar di seluruh dunia, kasus DM di dunia selalu terjadi peningkatan setiap tahunnya. Menurut data *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2021, Indonesia berada di urutan ketujuh di dunia, di belakang China, India, Amerika Serikat, Pakistan, Brazil, serta Meksiko, dengan sekitar 10,7 juta pasien antara usia 20 dan 79 tahun (IDF, 2021). Diabetes Mellitus menempati urutan keenam penyebab kematian secara global. Data mengungkapkan bahwa kurang lebih 1,3 juta kematian terjadi karena diabetes, dengan 4% terjadi di bawah umur 70 tahun. Penduduk perkotaan mengalami prevalensi kematian terkait diabetes yang lebih tinggi di antara individu berusia 45-54 dibandingkan dengan penduduk pedesaan. IDF memproyeksikan bahwa pada tahun 2030, Diabetes Mellitus akan menempati peringkat ketujuh dalam hal kematian global (Nasution et al., 2021).

Menurut *Internasional Diabetes Federation* (IDF) 2021 Pusat perawatan tersier Diabetes, Chennai, Tamil Nadu, India pada 376 responden penderita DM didapatkan hasil sebanyak 48,4% mengalami stress sedang dan sebanyak 35% mengalami stress yang tinggi. Prevalensi pasien DM yang mengalami stress ada sebanyak 73,3% pada wanita dan 61,4% pada pria di Indonesia (IDF, 2021). Di Indonesia prevalensi pasien DM yang mengalami stress ada sebanyak 73,3% pada wanita dan 61,4% pada pria di Indonesia (Widayani et al., 2021). (Nababan, 2020) juga menyatakan bahwa 50% pasien DM mengalami stres. Tingkat stres berat sebanyak 11,9%, tingkat sedang 26,9% dan tingkat stres ringan sebesar 61,2%.

Menurut profil kesehatan Jawa Tengah tahun 2022, terdapat 582.559 kasus diabetes (13,67%), turun pada 2021 sebesar 467.365 kasus (11,0%), dan meningkat pada 2022 sebesar 163.751 kasus (15.6%) dan terbanyak berada di Kabupaten Rembang dengan temuan 44.598 kasus DM, dimana tercatat sebanyak 704.000 mengalami gangguan kejiwaan. 608.000 mengalami stress dan 96.000 mengalami kegilaan. Jika dipresentasikan, maka jumlahnya mencapai sekitar 2,2% dari total penduduk Jawa Tengah (Refialdinata, 2022).

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten tahun 2018 menunjukkan bahwa kasus baru penyakit diabetes melitus mengalami kenaikan mencapai 41.547 orang dan di tahun 2019 jumlah penderita diabetes melitus di Klaten mencapai 37.485 orang. Data Puskesmas Prambanan diperoleh tahun 2021 kasus DM insulin sebanyak 21 orang dan non insulin sebanyak 392 orang, tahun 2022 kasus DM insulin sebanyak 10 insulin dan non insulin sebanyak 798 orang, dan pada tahun 2023 kasus DM insulin sebanyak 18 insulin dan non insulin sebanyak 564 orang.

Perkumpulan *Endokrinologi* Indonesia (PERKENI) membagi dua macam terapi yang harus dilakukan oleh pasien DM selama hidupnya yaitu secara farmakologis berupa pemberian obat-obatan dan non-farmakologis berupa pengaturan diet, latihan jasmani, dan edukasi. Terapi tersebut dapat menimbulkan suatu dampak tertentu, baik secara fisik maupun psikologis. Dampak secara fisik yang biasanya dirasakan oleh pasien DM berupa perubahan berat badan, perubahan nafsu makan, sering mengalami nyeri, kelelahan, dan gangguan tidur, sedangkan secara psikologis pasien DM akan mengalami stres, cemas, takut, sering merasa sedih, merasa tidak ada harapan, tidak berdaya, tidak berguna, dan putus asa. Permasalahan emosional yang sering dialami

pasien DM antara lain penyangkalan terhadap penyakitnya atau sulit menerima sehingga mengakibatkan mereka tidak patuh dalam menerapkan pola hidup yang sehat, mudah marah dan frustrasi karena banyaknya pantangan atau merasa telah lama menjalani berbagai terapi tetapi tidak terjadi perubahan kadar gula darah yang membaik, takut terhadap komplikasi dan resiko kematian, jenuh meminum obat, atau bahkan mengalami depresi (Livana et al., 2018).

Stres dapat meningkatkan kandungan glukosa darah dapat menstimulus organ endokrin untuk mengeluarkan ephinefrin, ephinefrin mempunyai efek yang sangat kuat dalam menyebabkan timbulnya proses glikoneogenesis di dalam hati, sehingga akan melepaskan sejumlah besar glukosa ke dalam darah dalam beberapa menit. Hal inilah menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah saat stres atau tegang. Beberapa hal yang menyebabkan gula darah naik, yaitu kurang berolah raga, bertambahnya jumlah makanan yang dikonsumsi, meningkatnya stress, faktor emosi, penambahan berat badan dan usia, serta dampak perawatan dari obat, misalnya steroid (Adam & Tomayahu, 2019). Pencegahan yang dapat dilakukan untuk diabetes mellitus diantaranya adalah perubahan gaya hidup yakni dengan meningkatkan pola diet dan latihan fisik yang diperangi dengan kemauankuat dari dalam diri sesndiri (Sari, 2018).

Stress sering di tandai dengan sakit kepala, nyeri otot, tidur terlalu banyak atau terlalu sedikit, lelah merasa tidak termotivasi, depresi dan cemas (Novilia, 2020). Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuan seseorang dalam mengatasi ancaman baik mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia, yang pada suatu saat dapat mempengaruhi keadaan fisik manusia. Ada beberapa tingkat stres yaitu stres ringan, stres sedang, dan stres berat (Widayani et al., 2021). Hal ini terjadi akibat respons tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari, yang dialami oleh stiap ornag dan dapat setiap orang dapat memberi dampak secara total bagi individu baik terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spiritual, serta mengancam keseimbangan fisiologis (Pratiwi & Edmaningsih, 2019).

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan stres pada klien DM salah satunya adalah klien yang mengalami komplikasi. Komplikasi tersebut berupa *peripheral neuropathy* yaitu kerusakan saraf pada tangan dan kaki. Komplikasi yang dialami antara lainnya yaitu retinopati diabetik yang menyebabkan kemampuan indra penglihatan berkurang hingga mengakibatkan kebutaan. Komplikasi yang dialami oleh klien DM diantaranya kebutaan yang disebabkan oleh retinopati diabetik, gangguan saraf, gagal

ginjal, gangren dan stroke. Klien yang mengalami DM sangat berisiko terjadinya ulkus atau gangren serta berisiko untuk dilakukan amputasi. Segala macam komplikasi yang dialami oleh klien DM tersebut menyebabkan perubahan besar pada tubuh mereka. Perubahan besar tersebut menyebabkan stress (Sofiana et al., 2018).

Stress terjadi akibat tekanan dari dalam maupun dari luar, seperti kekhawatiran akan komplikasi jangka panjang, pengaruh DM pada keluarga, biaya pengobatan, keraguan mengenai kemanjuran nyata dari beberapa obat yang diresepkan, takut pada jarum dan lamanya durasi Penyakit. Jika berkepanjangan dapat mempengaruhi kontrol glukosa darah, kepatuhan terhadap perawatan medis, biaya perawatan, dan kematian (Novilia et al., 2020).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Prambanan, pada bulan Desember 2023 dilakukan wawancara secara mendalam pada 13 pasien diabetes mellitus, dari 13 pasien yang melakukan pemeriksaan ditemukan sebanyak 6 pasien yang memiliki gejala stress, yaitu berupa sulit tidur, sering menangis, marah-marah, merasa gelisah, selalu memikirkan penyakitnya, serta responden semakin stress karena penglihatannya menjadi semakin berkurang akibat diabetes. Responden juga memaparkan bahwa beliau memiliki 4 anak, dimana 1 diantaranya masih balita sehingga hal tersebut menambah tingkat stress responden karena responden berfikir bahwa tidak lama lagi responden akan meninggalkan ketiga anaknya terutama anak terakhir yang pada dasarnya masih membutuhkan responden. Sedangkan 7 responden belum memiliki gejala, hal ini disebabkan pasien diabetes mellitus rajin melakukan diet pola hidup sehat, rutin memeriksakan gula darah setiap bulan, serta selalu bahagia, karena selalu memperoleh perhatian dari keluarga (anak, cucu dan suami/istri).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Lama Menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Tingkat Stres Dilingkungan Puskesmas Prambanan”.

B. Rumusan Masalah

Perkumpulan *Endokrinologi* Indonesia (PERKENI) membagi dua macam terapi yang harus dilakukan oleh pasien DM selama hidupnya yaitu secara farmakologis berupa pemberian obat-obatan dan non-farmakologis berupa pengaturan diet, latihan jasmani, dan edukasi. Terapi tersebut dapat menimbulkan suatu dampak tertentu, baik secara fisik maupun psikologis. Dampak secara fisik yang biasanya dirasakan oleh pasien DM berupa perubahan berat badan, perubahan nafsu makan, sering mengalami nyeri, kelelahan, dan

gangguan tidur, sedangkan secara psikologis pasien DM akan mengalami stres, cemas, takut, sering merasa sedih, merasa tidak ada harapan, tidak berdaya, tidak berguna, dan putus asa

Dari latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah ada hubungan Hubungan Lama Menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Tingkat Stres Dilingkungan Puskesmas Prambanan?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan lama menderita diabetes mellitus tipe 2 dengan tingkat stres dilingkungan Puskesmas Prambanan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan
- b. Mengetahui lama menderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Prambanan.
- c. Mengetahui tingkat stress penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Prambanan.
- d. Menganalisis hubungan lama menderita diabetes mellitus tipe 2 dengan tingkat stres dilingkungan Puskesmas Prambanan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai pengembangan ilmu pengetahuan, pada bidang psikologi kesehatan. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang sejenis dan berkaitan terutama tentang diabetes mellitus tipe 2.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi pasien

Dapat meningkatkan kesadaran tentang hubungan antara diabetes dan stress, membantu pasien untuk mengelola stres dengan lebih baik, seperti: mempelajari dan teknik-teknik relaksasi, mengembangkan pola hidup sehat, membangun sistem dukungan sosial, meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes, seperti: mengurangi gejala depresi dan kecemasan, meningkatkan kontrol glikemik dan meningkatkan rasa sejahtera.

b. Bagi Puskesmas

Dapat meningkatkan kualitas pelayanan bagi pasien diabetes, seperti: penyediaan skrining stres untuk pasien diabetes, pengembangan program intervensi stres yang sesuai dengan kebutuhan pasien, peningkatan kolaborasi antara tenaga kesehatan dalam menangani diabetes dan stres. Membantu dalam mengurangi komplikasi diabetes, seperti: penyakit jantung, stroke dan kerusakan ginjal serta meningkatkan citra Puskesmas Prambanan sebagai pusat layanan kesehatan yang berkualitas.

c. Manfaat bagi pendidikan

Dapat meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan mental bagi pasien diabetes, membantu dalam mengembangkan materi edukasi yang lebih komprehensif untuk pasien diabetes, seperti: modul edukasi tentang hubungan antara diabetes dan stress dan teknik-teknik untuk mengelola stres, seperti relaksasi dan mindfulness serta meningkatkan kemampuan tenaga kesehatan dalam menangani stres pada pasien diabetes, seperti: keterampilan komunikasi yang efektif untuk membahas stres dengan pasien, kemampuan untuk mengidentifikasi tanda-tanda stres pada pasien diabetes dan pengetahuan tentang berbagai intervensi yang dapat membantu pasien mengelola stres.

d. Manfaat bagi peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan serta kemampuan peneliti dalam menerapkan ilmu yang telah dipelajari kepada masyarakat.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Nurfadila et al., 2023) dengan judul “Hubungan Antara Lamanya Diabetes Mellitus Tipe 2 Terhadap Tingkat Depresi di RSI Sultan Agung Semarang”. Jenis penelitian ini yaitu analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Sampel diambil secara *purposive sampling* sebanyak 46 responden. Menggunakan kuesioner *Beck Depression Inventory (BDI) II* yang terdiri dari 21 item. Analisis data menggunakan uji korelasi Spearman karena data bersifat kategorik. Didapatkan bahwa dari 23 subjek (50%) tidak depresi, namun rerata hasil skor BDI II didapatkan nilai 14 yang masuk dalam kategori depresi ringan, dengan penilaian skor 1 – 13 diartikan tidak mengalami depresi, skor 14 – 19 depresi ringan, skor 20 – 28 depresi sedang, dan 29 – 63 depresi berat. Hasil uji statistik dengan uji Spearman didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,776 dan p-value sebesar $0,000 < 0,05$ yang

menunjukkan terdapat hubungan yang kuat antara lamanya DM tipe 2 terhadap tingkat depresi.

Perbedaannya dengan penelitian saat ini terletak pada desain penelitian yaitu survey analitik, serta jumlah sampel yang digunakan sebanyak 85 responden. Waktu dan lokasi yang dilaksanakan di Puskesmas Prambanan tahun 2024, dengan menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) dan analisis yang digunakan yaitu uji *chi squer*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Ubo & Khair, 2019) dengan judul “Hubungan Lama Menderita Diabetes Mellitus Tipe II Dengan Kejadian Komplikasi Polineuropati Diabetik Di Wilayah Kerja Puskesmas Antang Perumnas Kecamatan Manggala Kota Makassar”. Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif, dengan desain penelitian deskriptif analitik, sebanyak 31 responden. Menggunakan teknik *accidental sampling*, dengan uji *chi squer*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 31 jumlah responden sebagian besar mengalami komplikasi polineuropati diabetik yaitu sebanyak 25 orang (80,6 %) dan yang tidak mengalami komplikasi sebanyak 6 orang (19,4 %). Terdapat hubungan lama menderita diabetes mellitus tipe II dengan kejadian komplikasi polineuropati diabetik. $p=0.004$.

Perbedaannya dengan penelitian saat ini terletak pada variabel terikat yang digunakan adalah tingkat stress penderita DM 2, dengan desain penelitian yaitu survey analitik, pendekatan *cross sectional*, teknik yang digunakan yaitu *purposive sampling*, serta jumlah sampel yang digunakan sebanyak 86 responden. Waktu dan lokasi yang dilaksanakan di Puskesmas Prambanan tahun 2024. Menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS).

3. Penelitian yang dilakukan oleh (Laili et al., 2019) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Faktor Lama Menderita DM dan Tingkat Pengetahuan dengan Stres Diabetes pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Tahun 2017 (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari, Kota Semarang)”. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Rowosari dengan jumlah sampel 100 responden dengan teknik *simple random sampling*. Analisis data menggunakan uji korelasi rank sperman. Hasil: durasi DM adalah 4,66 tahun, rerata tingkat pengetahuan adalah 4,33 poin, dan rerata skor distress diabetes adalah 51,16 poin. Nilai signifikansi untuk variabel durasi DM dan tingkat pengetahuan masing-masing adalah $p=0,005$ ($rp=-0,280$) dan $p=0,001$ ($rp=-0,654$).

Perbedaannya dengan penelitian saat ini terletak pada desain penelitian yaitu survey analitik, teknik yang digunakan yaitu *purposive sampling*, serta jumlah sampel yang digunakan sebanyak 85 responden. Waktu dan lokasi yang dilaksanakan di Puskesmas Prambanan tahun 2024, dengan menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale (PSS)* dan analisis yang digunakan yaitu uji *chi squer*.