

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular merupakan penyakit yang seringkali tidak terdeteksi karena tidak bergejala dan tidak ada keluhan, salah satunya adalah diabetes melitus (Kemenkes RI, 2014). Diabetes melitus merupakan masalah kesehatan dunia yang hampir terjadi di seluruh masyarakat dunia. Penyakit diabetes melitus jika dibiarkan begitu saja atau penderita tidak menyadari telah menderita diabetes, keadaan hiperglikeminya yang berlangsung bertahun-tahun akan menimbulkan berbagai komplikasi dan juga kematian (Suryati *et al*, 2019). Diabetes melitus adalah golongan penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah dalam darah sebagai akibat dari gangguan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (Silalahi, 2019).

World Health Organization (WHO) 2019 menyebutkan bahwa penderita diabetes melitus terus meningkat sehingga diperkirakan ada 669 juta orang jika tidak berikan intervensi dengan benar. *Internasional Diabetes Federation* (IDF) 2019 menjelaskan bahwa Indonesia diperkirakan memiliki jumlah penderita diabetes melitus sebesar 10,2 juta orang.

Organisasi *Internasional Diabetes Federation* (IDF) 2019 menafsirkan didapati 463 juta jiwa di umur 20-79 tahun di dunia menderita diabetes melitus dengan angka prevalensi sebesar 9,3 % dari jumlah penduduk di umur yang sama. Jumlah ini diperkirakan akan melonjak seiring dengan pertambahan usia penduduk hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 (INFODATION, 2020). Indonesia dengan jumlah penderita diabetes melitus sebesar 10,7 juta jiwa menempati posisi ketujuh di antara 10 negara dengan jumlah penderita terbanyak selain Cina, India, dan

Amerika Serikat (Kemenkes RI, 2018). Indonesia menjadi satu-satunya negara di Asia Tenggara, sehingga besarnya kontribusi Indonesia terhadap prevalensi kasus diabetes di Asia Tenggara (INFODATIN, 2020).

Riskesdas (2018) mendokumentasikan sebanyak 1.017.290 kasus diabetes melitus (1,5%) pada penduduk semua umur di Indonesia. Dalam diagnosa medis, prevalensi diabetes melitus pada penduduk semua kelompok umur menurut Kabupaten/Kota Gunungsitoli sebanyak 139.281 kasus. Data di atas menunjukkan bahwa jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia sangat besar, oleh sebab itu semua pihak baik masyarakat maupun pemerintah, seharusnya ikut serta secara aktif dalam usaha penanggulangan diabetes melitus (Perkeni, 2015).

Diabetes adalah penyakit kronis yang memerlukan pengendalian jangka panjang, baik melalui pengobatan diet, maupun gaya hidup. Pasien penderita diabetes melitus juga mengalami perubahan fisik dan psikologis (Atiqur, 2015). Penderita diabetes melitus juga mengalami perubahan gaya hidup yang tiba-tiba menunjukkan reaksi psikologis negatif seperti kemarahan, ketidakbergunaan, peningkatan kecemasan dan stres (Sholihatul *et al.*, 2015). Penderita diabetes melitus dapat menjadi lemah karena harus membatasi pola makan, mengontrol kadar gula darah, dan perubahan kesehatan dapat menjadi pemicu stres yang dapat menyebabkan peningkatan kadar gula darah (Bener, Al-hamaq, dan Dafeah, 2011). Stres psikologis terjadi, penderita diabetes melitus tidak mampu mempertahankan kadar glukosa darah, tidak mengikuti diet diabetes, dan tidak mengikuti pengobatan diabetes yang dianjurkan dokter (Badedi *et al*, 2016).

Pasien yang mengalami diabetes melitus akan memberikan dampak negatif berupa dampak secara fisik dan secara psikologis. Dampak fisik berupa berat badan dan nafsu yang mengalami

perubahan, rasa nyeri yang berkepanjangan, keletihan, dan gangguan tidur. Dampak psikologis yang dialami penderita diabetes melitus berupa rasa cemas, ketakutan, merasa tidak berguna dan tidak berdaya merasa harapan hidup sudah tidak ada (Kumar *et al.*, 2020). Reaksi yang muncul pada penderita diabetes melitus, mulai dari perasaan takut, marah, cemas, stres hingga depresi (Tandra, 2014).

Penelitian Yosef Surabaya (2020), yang berjudul "Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus Di Panti Werda" didapatkan tingkat stres penderita diabetes melitus dalam kategori normal, akan tetapi ada penderita yang masuk dalam kategori stres ringan, sedang sampai sangat berat. Muflihatin (2015) pada penelitiannya yang berjudul "Tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2" didapatkan bahwa 32 responden yang menyatakan stres ringan sebanyak 5 orang dengan presentase 15,6%, stres sedang sebanyak 8 orang dengan presentase 25,0% dan stres berat sebanyak 19 responden 59,4% dan biasanya tidak terkontrol.

Orang yang menderita diabetes melitus juga akan mengalami stres dalam dirinya, tekanan kehidupan dan gaya hidup tidak sehat sangat berpengaruh dengan kondisi seseorang sehingga memicu terjadinya stres (Nugroho & Purwati, 2010). Stres adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap individu yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari, setiap orang mengalaminya, stres memberi dampak terhadap individu baik itu fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spritual (Rasmun, 2014).

Pasien diabetes melitus seharusnya harus mengubah pola hidupnya agar gula darah dalam tubuh tetap seimbang supaya mereka rentan terhadap stres, karena stres ini akan terjadi apabila seseorang merasakan adanya ketidaksesuaian antara sumber daya yang dimiliki dengan tuntutan situasi yang harus dijalankan ketika tuntutan situasi dirasakan berbeda dengan situasi sebelumnya dan

terlalu berat maka terjadinya stres (Chritina, Middlebrooks & Audage, 2018). Untuk itu sangat dibutuhkan manajemen stres yang baik dalam menangani stres pada pasien diabetes melitus. Tingkat stres yang tinggi dapat memicu peningkatan kadar glukosa darah dalam tubuh sehingga semakin tinggi stres yang dialami oleh penderita diabetes melitus maka semakin bertambah buruk (Derek, Rottie, & Kallo, 2017).

Penatalaksanaan diabetes melitus meliputi beberapa hal penting untuk mencegah terjadinya terjadi stres, pasien diabetes melitus harus selalu berpikir positif, olahraga, mengatur pola makan, mengontrol gula darah, mengonsumsi obat sesuai dengan dosis dan mampu menghindari resiko terjadinya komplikasi (Hawari, 2013).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan, mendapatkan data bahwa penyakit diabetes melitus termasuk dalam 10 penyakit terbanyak dengan jumlah kasus penderita diabetes melitus mencapai 291 orang pada tahun 2022. Data Program Rujuk Balik (PRB) Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan bahwa terdapat sebanyak 83 orang pasien yang berdomisili di wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan. Hasil survei pendahuluan didapatkan, 3 dari 7 pasien yang datang berobat di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan mengatakan mampu menerima penyakit yang mereka alami saat ini, ketiga pasien tersebut selalu aktif dalam berobat di Puskesmas dan mampu untuk melakukan berbagai aktivitas setiap hari dan juga tetap untuk menjaga kesehatan mereka. Sedangkan 4 pasien lainnya mengatakan pasrah dengan penyakit yang sedang mereka alami saat ini dimana mereka juga terkadang melewati jadwal berobat yang seharusnya harus diikuti, mereka juga kurang semangat dalam melakukan berbagai aktivitas dan mereka juga kadang tidak menjaga pola makan, sulit beristirahat, cepat merasa lelah karena cemas terhadap penyakit mereka.

Maka, dari latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimanakah gambaran tingkat stres pada penderita diabetes melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan ?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengidentifikasi gambaran tingkat stres pada penderita diabetes melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Selatan.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah :

1. Bagi Pasien Diabetes Melitus

Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini, pasien diabetes melitus dapat mengetahui gambaran tingkat stres pada pasien diabetes melitus.

2. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dan pedoman bagi para petugas pelayanan kesehatan di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungditoli Selatan untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada pasien penderita diabetes melitus.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan informasi yang dapat membuka wawasan mahasiswa tentang tingkat stres pada penderita diabetes melitus dan mampu memberikan pendidikan kesehatan bagi masyarakat sehingga mampu memiliki tingkat stres yang normal dalam menghadapi diabetes melitus.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi yang dapat membantu peneliti selanjutnya yang mau meneliti tentang tingkat stres pada penderita diabetes melitus.