

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Diabetes melitus adalah penyakit kronis jangka panjang yang timbul akibat ketidakmampuan tubuh dalam memproduksi insulin secara efektif, sehingga memicu lonjakan kadar glukosa darah. Pengelolaan diabetes menuntut perawatan seumur hidup melalui pengaturan diet, aktivitas fisik, penggunaan obat, serta pemantauan gula darah secara rutin, sehingga proses pengelolaan yang kompleks tersebut seringkali menjadi beban bagi pasien dalam menjalani kehidupan sehari-hari (IDF, 2021). Ketika pasien mengalami kesulitan menjalankan perawatan hariannya dan muncul kekhawatiran terhadap komplikasi, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi diabetes distress, yaitu tekanan emosional yang berkaitan langsung dengan pengelolaan diabetes (Malini dkk., 2019).

Diabetes melitus terus mengalami peningkatan dan menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius secara global. *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa jumlah penderita diabetes usia 20–79 tahun mencapai 536,6 juta jiwa pada tahun 2021 (IDF, 2021) dan meningkat menjadi 589 juta jiwa pada tahun 2024, serta diperkirakan mencapai 853 juta jiwa pada tahun 2050 (IDF, 2025). Negara Indonesia menempati peringkat kelima dunia dengan 19,5 juta kasus pada tahun 2021 (IDF, 2021), pada tahun 2023 jumlah kasus DM berdasarkan diagnosis dokter pada semua umur sebanyak 877.531 jiwa (Kementrian Kesehatan RI, 2023), pada tahun 2024

ditemukan 20,4 juta jiwa kasus diabetes di Indonesia (IDF,2025). Peningkatan kasus juga terjadi di tingkat daerah, termasuk Provinsi Bali, dengan jumlah penderita diabetes sebanyak 30.856 jiwa pada tahun 2023 dan meningkat menjadi 45.710 jiwa pada tahun 2024, dengan Kota Denpasar sebagai wilayah dengan kasus tertinggi (Dinkes Bali, 2024). Data Dinas Kesehatan Kota Denpasar menunjukkan bahwa jumlah penderita DM yang memperoleh pelayanan kesehatan masih tinggi, yaitu 14.444 orang pada tahun 2022 (Dinkes Denpasar, 2023) , 1.093 orang pada tahun 2023 (Dinkes Denpasar, 2024), dan kembali meningkat menjadi 10.883 orang pada tahun 2024 (Dinkes Denpasar, 2025). Tingginya angka tersebut menunjukkan bahwa diabetes masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan penanganan berkelanjutan, khususnya di wilayah Denpasar Barat yang memiliki jumlah kasus tertinggi di wilayah Kota Denpasar pada tahun 2024 (Dinkes Denpasar, 2025). Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara, didapatkan data jumlah kasus diabetes melitus di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Barat pada tahun 2023 sebanyak 151 orang, tahun 2024 sebanyak 151 orang, dan pada tahun 2025 sebanyak 1593 orang.

Diabetes distress memberikan dampak nyata terhadap kondisi kesehatan dan keberhasilan pengelolaan penyakit pada penderitanya. Penelitian Haskas dkk., (2023) menunjukkan bahwa diabetes distress berhubungan dengan penurunan kualitas hidup dan pengendalian glikemik yang buruk pada pasien diabetes melitus. Selain itu, penelitian Alfian dkk., (2021) menemukan bahwa sebesar 36,2 % pasien diabetes melitus tipe 2 mengalami diabetes distress pada tingkat sedang hingga tinggi, dengan dimensi emotional distress sebagai

komponen paling dominan. Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa lebih dari sepertiga pasien DM menghadapi tekanan emosional yang signifikan dalam menjalani pengobatan dan perawatan sehari-hari. Diabetes distress diketahui berdampak pada penurunan kualitas hidup pasien, baik dari aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Pasien dengan tingkat distress yang tinggi cenderung mengalami gangguan kesehatan mental dan penurunan kesejahteraan secara keseluruhan sehingga kualitas hidupnya menjadi lebih rendah dibandingkan pasien dengan distress rendah (Jafari dkk., 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diabetes distress merupakan masalah kesehatan yang nyata dan perlu mendapatkan perhatian serius dalam pelayanan kesehatan, khususnya di tingkat pelayanan primer seperti puskesmas.

Pemerintah Indonesia telah melakukan upaya pengendalian penyakit tidak menular melalui pendekatan promotif, preventif, dan kuratif. Upaya tersebut meliputi promosi kesehatan, deteksi dini faktor risiko, serta penemuan dan penatalaksanaan kasus secara dini dengan fokus pada pengendalian faktor risiko yang dapat dimodifikasi, seperti merokok, kurang aktivitas fisik, pola makan tidak sehat, konsumsi alkohol, dan lingkungan yang tidak sehat. Kementerian Kesehatan mengembangkan program Pelayanan Terpadu Penyakit Tidak Menular (PANDU PTM) di fasilitas kesehatan tingkat pertama. Program ini merupakan upaya pencegahan, pengendalian, dan tatalaksana dari diabetes melitus, serta penyakit tidak menular lainnya secara komprehensif, terintegrasi, dan berkelanjutan dengan pendekatan faktor risiko (Kemenkes, 2024). Meskipun berbagai program tersebut telah berjalan, pendekatan pengelolaan diabetes masih berfokus pada aspek medis dan pengendalian klinis penyakit,

seperti pengaturan diet, terapi farmakologis, dan pemantauan kadar glukosa darah. Sementara itu, aspek psikologis dan spiritual pasien yang berperan dalam keberhasilan pengelolaan penyakit kronis belum sepenuhnya termasuk dalam pelayanan kesehatan. Pasien diabetes sering menghadapi tekanan emosional dan tuntutan perawatan jangka panjang yang dapat memicu diabetes distress, sehingga diperlukan pendekatan yang lebih holistik dengan mempertimbangkan dimensi psikologis dan spiritual dalam perawatan pasien, terutama dalam mengatasi diabetes distress.

Penelitian Montazeri dkk., (2025) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat spiritualitas dengan diabetes distress pada pasien Diabetes Mellitus. Pasien dengan tingkat spiritualitas yang tinggi cenderung memiliki tingkat distress yang lebih rendah. Hasil penelitian Hasina dkk., (2023) juga menemukan bahwa spiritual *well-being* memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat diabetes distress. Semakin baik kesejahteraan spiritual seseorang, maka semakin rendah tingkat distress yang dialami. Hasil dari kedua penelitian tersebut menunjukkan bahwa spiritualitas berperan sebagai faktor protektif yang membantu pasien dalam menghadapi tekanan emosional akibat tuntutan pengelolaan diabetes jangka panjang. Berkaitan dengan konteks masyarakat Bali, pendekatan holistik pengelolaan diabetes dapat dikaji melalui konsep Tri Hita Karana, yaitu falsafah yang menekankan keseimbangan hubungan manusia dengan Tuhan (*parahyangan*), sesama (*pawongan*), dan lingkungan (*palemahan*) (Mayoni dkk., 2023). Ketiga dimensi ini dapat digunakan sebagai variabel untuk memahami diabetes distress secara komprehensif, di mana *parahyangan* berkaitan dengan spiritualitas seperti doa

dan keyakinan yang membantu menurunkan stres, *pawongan* mencerminkan dukungan sosial yang meningkatkan kepatuhan dan kondisi psikologis pasien, serta *palemahan* berkaitan dengan lingkungan dan pola hidup sehat yang mendukung pengelolaan diabetes. Konsep ini juga didukung oleh penelitian terbaru yang menyatakan bahwa Tri Hita Karana berperan sebagai bentuk *spiritual coping* yang efektif dalam membantu individu menghadapi tekanan psikologis dan stres (Suardana *et al.*, 2024) serta menekankan keseimbangan nilai spiritual, sosial, dan lingkungan dalam kehidupan manusia. Meskipun demikian, penelitian mengenai spiritualitas yang dikaitkan dengan konteks budaya lokal, khususnya nilai-nilai spiritual masyarakat Bali seperti Tri Hita Karana saat ini masih belum ada. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting dan relevan untuk mengisi kesenjangan ilmiah, sekaligus memberikan dasar evidensi bagi pengembangan pendekatan keperawatan dan pelayanan kesehatan yang lebih holistik, kontekstual, dan berbasis Tri Hita Karana dalam menangani diabetes distress pada pasien diabetes melitus.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, permasalahan yang diteliti adalah “Apakah Terdapat Hubungan Spiritualitas Berbasis Tri Hita Karana dengan Diabetes Distress Pada Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat 2026 ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui Hubungan Spiritualitas Berbasis Tri Hita Karana dengan Diabetes Distress pada Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat spiritualitas berbasis Tri Hita Karana pada penderita diabetes Melitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat 2026.
- b. Mengidentifikasi tingkat diabetes distress pada penderita diabetes melitus di UPTD puskesmas I Denpasar Barat 2026.
- c. Menganalisis hubungan antara spiritualitas berbasis Tri Hita Karana dengan diabetes distress pada penderita diabetes melitus di UPTD puskesmas I Denpasar Barat 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan wawasan ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan jiwa, khususnya terkait hubungan spiritualitas berbasis tri hita karana dengan diabetes distress pada penderita diabetes melitus.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian teori mengenai pendekatan keperawatan holistik yang mengintegrasikan aspek biologis, psikologis, sosial, spiritual, dan budaya dalam pengelolaan penyakit kronis.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi pelayanan kesehatan dalam menyusun dan mengembangkan program pelayanan yang lebih holistik, termasuk pendekatan psikososial dan spiritual berbasis budaya lokal dalam pengelolaan diabetes mellitus. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi dan landasan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian yang berkaitan dengan spiritualitas, budaya lokal, dan kesehatan mental pada penderita Diabetes Mellitus.