

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Masyarakat menghadapi masalah kesehatan yang signifikan akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) (Syahid, 2021). Penyakit tidak menular disebabkan oleh perilaku dan gaya hidup yang buruk (Kemenkes RI, 2023a). Penyakit diabetes melitus termasuk ke dalam kategori penyakit yang tidak menular. Penyakit ini adalah gangguan metabolik yang menyebabkan kadar gula darah meningkat (hiperglikemia) (WHO, 2024). Diabetes melitus memiliki beberapa klasifikasi, antara lain diabetes melitus tipe 1, diabetes melitus tipe 2, jenis diabetes melitus lainnya, dan diabetes melitus gestasional (IDF, 2021). Diabetes melitus tipe 2 lebih sering terjadi karena faktor gaya hidup dan genetik (Kemenkes RI, 2024).

Kondisi diabetes melitus tipe 2 ditandai dengan gangguan metabolisme yang mengakibatkan kadar gula darah tinggi (hiperglikemia) (WHO, 2024). Kondisi ini disebabkan oleh sekresi insulin yang tidak normal dan kadar glukosa darah yang tinggi, sehingga tubuh tidak dapat mengimbangi peningkatan resistensi insulin (Eva Decroli, 2019). Seseorang mengalami hiperglikemia jika hasil pemeriksaan menunjukkan kadar glukosa darah sewaktu (GDS) 200 mg/dL atau lebih, atau kadar glukosa darah puasa (GDP) 126 mg/dL atau lebih (Perkeni, 2019).

Diabetes melitus tipe 2 merupakan masalah yang dapat menimbulkan komplikasi akut maupun kronis dan menimbulkan perubahan yang signifikan pada tubuh (Irjayanti P et al., 2022). Gejala yang umum dialami oleh penderita diabetes melitus tipe 2 antara lain *polidipsia*, *poliuria*, *polifagia*, penurunan berat badan, dan kesemutan (Kemenkes RI, 2022). Diabetes melitus tipe 2 disebabkan oleh faktor

genetik, faktor perilaku, dan faktor lingkungan (IDF, 2021). Kurangnya kesadaran masyarakat akan pentingnya deteksi dini menjadi penyebab utama meningkatnya jumlah pasien diabetes melitus tipe 2 (Murtiningsih et al., 2021).

Prevalensi diabetes melitus secara global pada tahun 2021 di antara penduduk berusia 20 hingga 79 tahun adalah 537 juta pasien (IDF, 2021). Tahun 2022 meningkat menjadi 540 juta pasien (IDF, 2022). Angka prevalensi diabetes melitus di Indonesia, yang didasarkan pada diagnosis dokter, menunjukkan bahwa 1,7% penduduk dari semua usia menderita penyakit tersebut (Kemenkes RI, 2023b). Indonesia berada di posisi kelima dunia pada tahun 2021 dengan 19,5 juta kasus diabetes melitus. Diperkirakan, jumlah ini akan menjadi 28,6 juta pada tahun 2045 (IDF, 2021).

Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 mencatat sebanyak 13.859 pasien diabetes melitus di Bali, yang terdiagnosis secara medis pada seluruh kelompok usia (Kemenkes RI, 2023b). Berdasarkan studi pendahuluan di Dinas Kesehatan Kota Denpasar, kasus pasien diabetes melitus di Denpasar tahun 2023 sebesar 1.093 pasien. Berdasarkan laporan dari 11 puskesmas yang berada di wilayah Kota Denpasar, pasien diabetes melitus tertinggi tahun 2023 berada di Puskesmas II Denpasar Barat dengan 113 pasien diabetes melitus.

Istilah “*silent killer*” sering digunakan untuk menggambarkan diabetes melitus, mengingat penyakit ini dapat merusak banyak organ tubuh dan menimbulkan komplikasi yang luas (Angger Utary et al., 2023). Komplikasi diabetes melitus tipe 2 dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu komplikasi akut yang terjadi secara tiba-tiba, dan komplikasi kronis yang berkembang secara bertahap (Sukawana, 2022). Komplikasi akut diabetes melitus tipe 2 meliputi ketoasidosis diabetik

(KAD), hiperglikemia hiperosmolar (SHH), dan hipoglikemia (Sukawana, 2022). Komplikasi kronis diabetes melitus tipe 2 meliputi retinopati, nefropati diabetik, penyakit pembuluh darah koroner dan kardiomiopati, neuropati, penyakit pembuluh darah perifer, dan kaki diabetik (Perkeni, 2021).

Pasien diabetes melitus tipe 2 membutuhkan perawatan seumur hidup untuk mengurangi gejala, dan menghindari munculnya komplikasi (Sutomo & Purwanto, 2023). Pengobatan pada penderita diabetes melitus tipe 2 sering kali gagal karena penderita merasa bosan dengan terapi yang diberikan secara berulang-ulang (Nursucita & Handayani, 2021). Perasaan bosan dapat mengganggu kualitas hidup penderita karena berkaitan dengan morbiditas dan mortalitas serta berdampak besar terhadap harapan hidup penderita diabetes melitus tipe 2 (Sani et al., 2023).

Kualitas hidup merupakan persepsi seseorang terhadap kedudukannya dalam kehidupan (Faswita, 2019). Kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 tercermin dari perasaan puas dan bahagia yang memungkinkan mereka menjalankan aktivitas sehari-hari secara optimal (Syatriani, 2017). Untuk menentukan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2, perlu diperhatikan beberapa komponen seperti kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan (Susilowati et al., 2024). Faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup individu yang menderita diabetes melitus tipe 2 (Sani et al., 2023).

Selain faktor diatas domain yang ikut terlibat di dalamnya adalah *self-compassion* (Kesumaputri et al., 2021). *Self-compassion* merupakan sikap kasih sayang pada diri sendiri (Neff, 2023). *Self-compassion* merupakan kemampuan untuk menghadapi kegagalan dengan kebaikan, penerimaan, dan mengurangi stress

terhadap kondisi yang dialami (Gunn et al., 2022). Mengingat diabetes melitus tipe 2 merupakan kondisi kronis yang berdampak pada pasien secara fisik, fungsional, dan sosial (Restipa & Rahmi, 2023).

Penderita diabetes melitus tipe 2 yang menunjukkan *self-compassion* akan menilai kehidupan mereka secara positif dan merasa puas meskipun menghadapi situasi yang tidak diharapkan (Pardede et al., 2022). *Self-compassion* dapat mengarahkan penilaian kognitif dan reaksi afektif ke arah hal-hal yang lebih positif (Neff, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa *self-compassion* berdampak positif terhadap peningkatan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 (Ana Fitria Nusantara & Ainul Yaqin Salam, 2023). Hasil studi yang dilakukan oleh (Pardede et al., 2022) yang menyebutkan bahwa *self-compassion* memungkinkan pasien diabetes melitus tipe 2 menilai kehidupannya secara lebih positif, meskipun berada dalam situasi penyakit kronis. Dengan memiliki sikap belas kasih terhadap diri sendiri, pasien lebih mampu mengelola perasaan gagal, keterbatasan fisik, dan tantangan sehari-hari yang muncul akibat penyakit, sehingga meningkatkan aspek psikologis dan sosial dari kualitas hidup mereka.

Meskipun *self-compassion* telah banyak diteliti dalam konteks kesehatan, hanya sedikit penelitian yang secara khusus membahas hubungan antara *self-compassion* dan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Indonesia. Sebagian besar warga di Puskesmas II Denpasar Barat, seperti tingkat kesadaran diri, dukungan sosial dapat menghambat pengembangan *self-compassion*. Mengingat meningkatnya jumlah pasien diabetes melitus tipe 2 yang tidak hanya menghadapi tantangan fisik tetapi juga emosional dalam mengelola penyakit. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengeksplorasi

bagaimana *self-compassion* berhubungan dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas maka permasalahan yang ingin diteliti adalah “Adakah Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat *self-compassion* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat.
- b. Mengukur kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat.
- c. Menganalisis hubungan tingkat *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang keperawatan medikal bedah mengenai hubungan antara *self-compassion* dengan kualitas hidup pada penderita penyakit kronis seperti diabetes melitus tipe 2, hal ini akan membantu perawat dalam merancang intervensi yang

efektif dan tidak hanya memperhatikan aspek fisik tetapi juga aspek emosional pasien.

## **2. Manfaat praktis**

### a. Bagi perawat

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang pentingnya *self-compassion* dalam meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus.

### b. Bagi kepala puskesmas

Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat terhadap puskesmas untuk meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 dengan menurunkan *self-compassion* dan mengembangkan program edukasi yang menekankan pentingnya *self-compassion*.