

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Insulin merupakan hormon yang diproduksi oleh pankreas yang berfungsi untuk mengatur kadar glukosa dalam darah. Ketika tubuh tidak dapat memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup atau tidak dapat menggunakannya secara efektif, kadar gula darah akan meningkat. Peningkatan kadar glukosa darah dalam jangka panjang dapat menyebabkan komplikasi serius pada berbagai organ, seperti jantung, ginjal, mata, saraf, dan pembuluh darah (Perkeni, 2019).

Dari berbagai jenis DM, Diabetes Melitus Tipe 2 (DM Tipe 2) merupakan yang paling banyak ditemukan. DM Tipe 2 terjadi akibat resistensi insulin dan penurunan produksi insulin, yang umumnya dikaitkan dengan faktor gaya hidup tidak sehat, obesitas, dan riwayat genetik. Berdasarkan data dari *International Diabetes Federation* (IDF, 2022), pada tahun 2021 terdapat 537 juta penderita DM di seluruh dunia, yang diproyeksikan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Indonesia sendiri menempati urutan ke-5 negara dengan jumlah penderita DM tertinggi, yaitu 19,5 juta kasus pada tahun 2021 dan diprediksi akan mencapai 28,6 juta kasus pada tahun 2045.

Kementerian Kesehatan RI (2023) mencatat bahwa prevalensi DM di Provinsi Jawa Tengah mencapai 618.546 kasus, dengan jumlah kasus di Kota Semarang sebanyak 41.468. Sementara itu, berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (2022), jumlah penderita DM di Kota Pekalongan tercatat sebanyak 9.765 orang. Khusus di RSUD Benda Kota Pekalongan, terdapat 5.897 pasien DM Tipe 2 yang tercatat selama tahun 2024. Data empat bulan terakhir menunjukkan peningkatan jumlah pasien, yaitu 569 pasien pada Januari 2025, 489 pasien pada Februari 2025, 490 pasien pada Maret 2025, dan 390 pasien April 2025.

Diabetes Melitus Tipe 2 memiliki dampak yang signifikan terhadap kualitas hidup pasien. WHO (2022) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu tentang posisi mereka dalam kehidupan, dalam konteks budaya dan sistem nilai di mana mereka hidup serta dalam hubungannya dengan tujuan, harapan, dan kekhawatiran. Kualitas hidup pada pasien DM mencakup empat dimensi utama: fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan.

Dari aspek kesejahteraan fisik, pasien DM Tipe 2 sering mengalami keterbatasan dalam aktivitas sehari-hari akibat gejala penyakit seperti lemas, mudah lelah, nyeri, gangguan tidur, dan gangguan mobilitas. Penelitian Laksono et al. (2022) menunjukkan bahwa pasien DM mengalami penurunan signifikan dalam hal aktivitas harian dan kapasitas kerja. Dari aspek psikologis, pasien sering merasakan kecemasan dan stres akibat kekhawatiran terhadap komplikasi jangka panjang serta ketidakpastian mengenai masa depan.

kesehatannya. Dari aspek kemampuan emosional dan sosial, pasien kerap merasa terisolasi karena perubahan peran dalam keluarga dan masyarakat.

Salah satu faktor yang sangat berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien DM Tipe 2 adalah stres. Stres merupakan respon fisiologis dan psikologis terhadap tekanan yang dirasakan seseorang, dan pada pasien DM Tipe 2, stres dapat timbul akibat perubahan gaya hidup, tuntutan pengobatan, kekhawatiran terhadap komplikasi, serta tekanan sosial dan ekonomi. Stres kronis dapat meningkatkan kadar kortisol dalam tubuh, yang pada gilirannya memperburuk resistensi insulin dan kontrol glukosa darah, serta menurunkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan (Alshahrani et al., 2023).

Data dari penelitian lokal juga mendukung fenomena ini. Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Derang et al. (2023), sebanyak 45,8% pasien DM Tipe 2 di Kelurahan Padang Mas, Kabupaten Karo, mengalami stres tingkat sedang. Sementara itu, penelitian oleh Kusumastuti et al. (2023) di Apotek X menunjukkan bahwa 94,67% pasien DM Tipe 2 mengalami diabetes distress, dengan beban emosional sebagai domain yang paling dominan.

Di Provinsi Jawa Tengah, studi oleh Engkartini et al. (2023) di Puskesmas Cilacap Utara menemukan bahwa pasien DM Tipe 2 dengan stres tinggi cenderung memiliki kualitas hidup yang rendah, khususnya dalam aspek psikologis dan sosial. Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa stres bukan hanya masalah psikologis yang berdiri sendiri, tetapi berdampak nyata terhadap penurunan kualitas hidup pasien DM Tipe 2 di Indonesia, termasuk di wilayah Jawa Tengah.

Penelitian Maâ & Palupi (2021) menemukan adanya hubungan signifikan antara tingkat stres dan kualitas hidup pasien DM Tipe 2. Semakin tinggi tingkat stres yang dialami pasien, semakin rendah kualitas hidup yang dirasakan. Penelitian oleh Haskas et al. (2023) dan Erda et al. (2020) juga mengonfirmasi hubungan antara diabetes distress dengan penurunan kualitas hidup pada pasien DM Tipe 2. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Maâ dan Palupi, lebih dari 60% pasien DM Tipe 2 yang mengalami stres tinggi dilaporkan memiliki kualitas hidup yang rendah, terutama pada aspek fisik dan psikologis.

Sementara itu, Meidikayanti & Wahyuni (2017) menemukan bahwa 68% pasien DM Tipe 2 dengan tingkat stres sedang hingga tinggi mengalami penurunan kualitas hidup secara menyeluruh. Ciri-ciri penurunan kualitas hidup yang umum ditemukan meliputi kelelahan fisik yang berkelanjutan, keterbatasan dalam melakukan aktivitas harian, gangguan tidur, perasaan tidak berdaya, kecemasan, depresi, serta hilangnya minat dalam interaksi sosial. Penurunan kualitas hidup ini juga ditandai dengan ketidakpuasan terhadap pengobatan, rasa takut terhadap komplikasi, serta rendahnya kepercayaan diri dalam mengelola penyakit. Temuan ini menunjukkan bahwa penanganan stres secara tepat menjadi bagian penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien DM Tipe 2, khususnya mereka yang telah mengalami dampak fisik dan emosional secara nyata.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Bendan Kota Pekalongan, dari 10 pasien DM Tipe 2 yang mengisi kuesioner *Diabetes Distress Scale* (DDS) dan *Diabetes Quality of Life* (DQoL), ditemukan bahwa

7 orang mengalami tingkat stres yang tinggi, sementara 8 orang melaporkan kualitas hidup yang rendah. Hal ini ditandai dengan ketidakpuasan terhadap pengobatan, keterbatasan dalam aktivitas harian, serta kekhawatiran terhadap komplikasi penyakit dan perubahan gaya hidup. Fenomena ini mencerminkan bahwa stres merupakan faktor penting yang memengaruhi kualitas hidup pasien DM Tipe 2 di RSUD Bendan.

Penelitian ini memiliki kebaruan dibandingkan dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Beberapa studi terdahulu, seperti yang dilakukan oleh Erda et al. (2020), lebih memfokuskan pada populasi lanjut usia (lansia) sebagai subjek penelitian, sehingga hasilnya belum tentu dapat digeneralisasi untuk seluruh kelompok usia penderita DM Tipe 2. Sementara dalam penelitian ini, subjek yang dikaji mencakup pasien DM Tipe 2 dari berbagai rentang usia, sehingga diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai hubungan antara tingkat stres dan kualitas hidup pada populasi yang lebih luas.

Selain itu, sebagian besar penelitian sebelumnya juga memasukkan pasien DM Tipe 2 dengan komplikasi sebagai responden, sehingga sulit untuk mengisolasi pengaruh stres terhadap kualitas hidup secara spesifik. Berbeda dengan itu, penelitian ini secara khusus mengeksplorasi pasien DM Tipe 2 tanpa komplikasi, sehingga hasil yang diperoleh dapat lebih menggambarkan dampak murni dari stres terhadap kualitas hidup pasien tanpa pengaruh bias dari kondisi medis lain yang menyertai. Dengan pendekatan ini, diharapkan penelitian dapat memberikan kontribusi baru dalam pengembangan strategi peningkatan

kualitas hidup pasien DM Tipe 2 berdasarkan faktor psikososial yang lebih terfokus (Meidikayanti & Wahyuni, 2017)

Melihat tingginya angka penderita DM Tipe 2, risiko komplikasi yang ditimbulkan, serta pengaruh stres terhadap kualitas hidup pasien, maka diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan kualitas hidup pada pasien DM Tipe 2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam upaya intervensi psikososial guna meningkatkan kualitas hidup pasien melalui manajemen stres yang lebih efektif. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Bendan Kota Pekalongan."

B. Rumusan Masalah

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit metabolik kronis yang tidak hanya menimbulkan gangguan pada kesehatan fisik pasien, seperti kerusakan organ dan komplikasi medis, tetapi juga memberikan dampak yang signifikan pada kondisi psikologis mereka. Salah satu dampak psikologis yang umum dialami adalah tingkat stres yang tinggi akibat beban pengelolaan penyakit yang kompleks, ketakutan akan komplikasi, dan perubahan gaya hidup yang harus dijalani. Tingginya tingkat stres ini dapat mengganggu kemampuan pasien dalam menjalankan pengobatan, menjaga pola makan, dan melakukan aktivitas fisik secara rutin. Akibatnya, pengelolaan penyakit menjadi kurang optimal, yang selanjutnya berdampak negatif pada kualitas hidup pasien secara

keseluruhan, baik dari segi fisik, mental, maupun sosial. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, muncul permasalahan mengenai bagaimanakah Hubungan Tingkat Stress dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Benda Kota Pekalongan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Mengetahui hubungan tingkat stress dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Benda Kota Pekalongan

2. Tujuan Khusus:

- a. Mengidentifikasi tingkat stress pasien diabetes melitus diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Benda Kota Pekalongan
- b. Mengidentifikasi kualitas hidup pasien diabetes melitus diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Benda Kota Pekalongan
- c. Menganalisis hubungan tingkat stress dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Benda Kota Pekalongan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman pasien mengenai pentingnya manajemen stres dalam pengelolaan penyakit Diabetes melitus. Dengan memahami dampak stres terhadap kondisi fisik dan psikologis, pasien diharapkan lebih termotivasi untuk menjalankan pengobatan dengan

patuh, menerapkan gaya hidup sehat, dan mencari dukungan emosional yang memadai untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan dalam pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam memahami hubungan antara tingkat stres dan kualitas hidup pasien DM. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya serta memperkaya materi pembelajaran terkait manajemen penyakit kronis dan kesehatan mental di institusi pendidikan.

3. Bagi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berharga bagi tenaga medis dan manajemen rumah sakit dalam merancang program intervensi untuk manajemen stres pasien DM. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi pertimbangan dalam pengembangan kebijakan pelayanan kesehatan yang lebih holistik dan komprehensif, termasuk penyediaan layanan konseling dan dukungan psikologis yang terintegrasi dalam perawatan pasien DM.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan peluang bagi peneliti untuk memperdalam pemahaman tentang hubungan antara stres dan kualitas hidup pada pasien DM. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan yang lebih mendalam, terutama dalam merancang intervensi yang

efektif untuk mengelola stres dan meningkatkan kualitas hidup pasien dengan penyakit kronis..

