

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Mellitus adalah salah satu penyakit yang dapat menyebabkan gula darah tinggi dan penyakit metabolik kronis yang paling umum dan diperkirakan menjadi salah satu penyebab kematian ketujuh di dunia. Diabetes Melitus disebut sebagai *life style of disease* yang disebabkan oleh faktor genetik, faktor lingkungan, dan faktor gaya hidup yang kurang sehat menjadi salah satu penyebab tingginya pravelensi diabetes melitus (Rizki et al., 2024).

Diabetes Melitus memiliki prevelensi cukup tinggi di Indonesia dan menjadikan tantangan bagi kesehatan masyarakat secara nasional dan global. Jumlah dari diabetes melitus setiap tahunnya terus bertambah yang di akibatkan oleh gaya hidup masyarakat yang buruk. Secara global menurut Federasi Diabetes Internasional (IDF) jumlah penderita DM secara global di tahun 2024 mencapai 589 juta orang dewasa dengan rentan usia 20-79 tahun, atau setara dengan 1 dari 9 orang dewasa. Lebih dari 90% kasus merupakan diabetes mellitus tipe 2. Jumlah tersebut akan terus berkembang pada tahun 2-50 menjadi sekitar 853 juta orang dewasa atau setara dengan 1 sampai 8 orang dewasa (Duncan et al., 2025). Di Indonesia sendiri, diabetes mellitus menduduki peringkat 5 dari 10 negara terbanyak di dunia dengan usia penderita mulai dari 20-79 tahun dengan jumlah 19,5 juta di tahun 2021 dan ada kemungkinan akan menduduki peringkat 5 dari 10 negara terbanyak di indonesia yang menderita diabetes mellitus di usia 20-79 tahun dengan jumlah 28,6 juta pada tahun 2045

(PERKENI, 2024). Setiap tahunnya jumlah penderita Diabetes Melitus (DM) mengalami peningkatan yang sebagian besar disebabkan oleh perubahan gaya hidup masyarakat yang kurang sehat (Rizki et al., 2024). Fakta menunjukkan bahwa hanya sekitar 25% penderita diabetes yang mengetahui kondisi dirinya. Menurut dinas kesehatan provinsi jawa timur 2022 berdasarkan kutipan (Harsa et al., 2025) Jawa timur menjadi salah satu provinsi dengan angka prevenlensi diabetes melitus yang cukup tinggi, yaitu 2.6%. Di jawa timur sendiri, dinas provensi kesehatan memperkirakan pada usia 15 tahun ke atas mencapai 1,31% (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2024). Sedangkan di Surabaya, prevalensi DM mencapai 6,8%, menempatkan kota ini pada peringkat ke-9 di antara 10 besar penderita diabetes di Indonesia dengan angka 96.280 penderita (Bistara et al., 2025).

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari hasil wawancara pada tanggal 07 Desember 2025 dengan petugas puskesmas yang sekaligus sebagai penanggung jawab program Diabetes Mellitus di Puskesmas Sawahan Surabaya, diketahui bahwa terdapat 318 orang yang memiliki kadar gula darah ≥ 200 mg/dL yang mengarah pada kondisi diabetes melitus pada tahun 2025 dengan rentang usia 35–70 tahun. Menurut petugas penanggung jawab program Diabetes Mellitus, masih banyak penderita diabetes yang memiliki perilaku perawatan diri yang rendah, seperti masih sering mengonsumsi makanan dan minuman manis, tidak rutin melakukan pemeriksaan kadar gula darah, dan kurang melakukan aktivitas fisik atau olahraga. Petugas Puskesmas Sawahan sering memberikan edukasi terkait pengelolaan diet pada pasien Diabetes Mellitus. Namun, masih banyak pasien yang belum mematuhi edukasi yang

diberikan, sehingga perilaku *self management* pasien Diabetes Mellitus di wilayah tersebut belum optimal.

Diabetes melitus dapat menyebabkan komplikasi serius baik akut maupun kronis, seperti ketoasidosis diabetik, hiperosmolar non-ketotik, hipoglikemia, makroangiopati, mikroangiopati, dan neuropati yang dapat merusak hampir keseluruhan organ, seperti kondisi hiperglikemia yang terjadi secara terus menerus yang dapat menjadi pemicu berbagai komplikasi (Sihaloho et al., 2024). Komplikasi dalam diabetes di bagi menjadi 2, yaitu komplikasi mikrovaskuler dan makrovaskuler. Pada komplikasi mikrovaskuler mencakup **neuropati diabetik** (kerusakan saraf), **nefropati diabetik** (kerusakan ginjal hingga berpotensi menyebabkan gagal ginjal), dan **retinopati diabetik** (kerusakan pembuluh darah retina yang dapat menyebabkan kebutaan). Sementara itu, komplikasi makrovaskuler meliputi **penyakit jantung koroner**, **stroke**, dan **penyakit pembuluh darah perifer** yang dapat berujung pada gangren dan amputasi (Sihaloho et al., 2024). Menurut (American Diabetes Association, 2022), sekitar 65% kematian pada penderita diabetes melitus disebabkan oleh komplikasi diabetes melitus yang melibatkan penyakit jantung dan stroke. Selain itu, usia dewasa yang memiliki riwayat diabetes mellitus akan berisiko 2-4 kali lebih tinggi mengalami penyakit jantung individu yang tidak menderita diabetes mellitus.

Upaya pencegahan komplikasi diabetes yang efektif bergantung pada kemampuan dan pemahaman pasien terkait *Self management*. Aktivitas *Self management* mencakup pengelolaan diet, pengelolaan pengobatan, pengecekan kadar gula darah secara rutin, dan perawatan luka diabetes (Mulfianda et al.,

2024). Namun, berbagai permasalahan masih sering dialami oleh pasien diabetes mellitus, seperti ketidakpatuhan dalam pengaturan diet, tidak rutin memantau kadar gula darah, serta pengelolaan penyakit yang belum optimal. Kurangnya pengetahuan dan pemahaman terkait *self management* menyebabkan kontrol glukosa darah yang tidak optimal dan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi (Sihaloho et al., 2024).

Self management memiliki peran penting dalam pengendalian penyakit Diabetes Mellitus yang bersifat kronis dan memerlukan pengelolaan seumur hidup (American Association of Diabetes Educators, 2020). Namun, masih banyak pasien yang mengalami kesulitan dalam menerapkan perilaku *self management* secara optimal. Kesulitan tersebut dipengaruhi oleh rendahnya pengetahuan, motivasi, serta keterbatasan dukungan edukasi. Kondisi tersebut tidak hanya meningkatkan risiko komplikasi, tetapi juga meningkatkan angka kesakitan dan kematian pada pasien diabetes mellitus (Mulfianda et al., 2024).

Perawatan diri (*self care*) merupakan salah satu hal penting dalam pengelolaan Diabetes Mellitus. Menurut teori orem (2001) dalam kutipan (Rofli, 2021) Perawatan diri atau *self care* merupakan kegiatan individu dalam menjaga yang kualitas hidup, kesehatan, dan kesejahteraan hidup. Apabila perawatan diri dilakukan secara efektif, individu dapat mengembangkan kemandirian, meningkatkan fungsi kesehatan, serta mempertahankan kualitas hidup yang optimal. Namun, masih banyak penderita diabetes yang memiliki kemampuan perawatan diri yang rendah, sehingga pengelolaan *self management* menjadi kurang optimal (Sihaloho et al., 2024)

Pemberian edukasi kesehatan diperlukan untuk membantu pasien diabetes mellitus dalam menerapkan perilaku *self management* secara optimal. Edukasi berbasis model *Self Care* Orem ini menekankan bahwa individu memiliki kemampuan untuk melakukan perawatan diri secara mandiri. Pada pasien Diabetes Mellitus, pendekatan yang digunakan adalah *supportive-educative system*, yaitu perawat memberikan dukungan dan edukasi agar pasien mampu mengelola penyakitnya secara mandiri. Melalui pendekatan ini, dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai pengaturan pola makan, aktivitas fisik, perawatan kaki, monitoring kadar gula darah, dan kepatuhan pengobatan. Edukasi tersebut dapat disampaikan melalui berbagai media, salah satunya melalui pemanfaatan teknologi digital berbasis video edukasi yang mudah diakses dan dipelajari secara mandiri (Mulfianda et al., 2024).

Perkembangan teknologi digital memungkinkan penyampaian edukasi kesehatan secara lebih efektif (Rizki et al., 2024). Media video edukasi dapat memberikan informasi secara visual dan audio, sehingga mempermudah pasien dalam memahami materi yang disampaikan. Video edukasi efektif dalam meningkatkan kepatuhan pengobatan, pengendalian kadar HbA1c, serta kemampuan management diri pada pasien diabetes mellitus (Mulfianda et al., 2024).

Berdasarkan fenomena tersebut, penerapan model *Self Care* Orem berbasis teknologi digital melalui video edukasi diharapkan dapat digunakan menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan perilaku *self management* pada pasien Diabetes Mellitus. Pendekatan ini diharapkan mampu meningkatkan kemandirian pasien dalam mengelola penyakitnya, memperbaiki kontrol

glukosa darah, menurunkan risiko komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup pasien.



1.2 Rumusan Masalah

Apakah penerapan model *Self Care* Orem berbasis video edukasi digital dapat efektif dalam meningkatkan *self management* pasien diabetes?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui efektivitas penerapan Model *Self care* Orem berbasis teknologi digital melalui video edukasi dalam meningkatkan *self management* pada pasien diabetes mellitus.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kemampuan *self management* sebelum diberikan penerapan model *Self care* Orem berbasis video edukasi pada pasien diabetes mellitus
2. Menilai tingkat kemampuan *self management* setelah diberikan penerapan model *Self care* Orem berbasis video edukasi pada pasien diabetes mellitus
3. Menganalisis perbedaan *self management* sebelum diberikan dan sesudah di berikan penerapan model *Self care* Orem dengan berbasis video edukasi pasien diabetes mellitus

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

1. Menambah pengetahuan terkait integrasi model *Self care* Orem dengan teknologi digital dalam keperawatan, khususnya untuk penyakit kronis seperti diabetes melitus

2. Memberikan bukti ilmiah mengenai efektivitas media video edukasi dalam meningkatkan self-management pasien Diabetes Melitus.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Bagi Pasien Diabetes Mellitus

Penerapan model *Self care Orem* melalui media video edukasi digital dapat membantu pasien memahami dan menerapkan perilaku perawatan diri secara mandiri, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, perawatan kaki, pengontrolan kadar gula darah, dan kepatuhan terhadap pengobatan. Dengan demikian, pasien lebih termotivasi dan konsisten dalam management penyakitnya, sehingga komplikasi diabetes dapat dicegah.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Menjadi pedoman bagi perawat dalam memberikan intervensi edukatif yang inovatif, efektif, dan efisien. Penggunaan video edukasi berbasis teori Orem dapat meningkatkan kualitas asuhan keperawatan melalui pendekatan yang lebih menarik, mudah diakses, dan berpusat pada kemandirian pasien.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan ajar atau referensi dalam proses pembelajaran keperawatan, khususnya dalam penerapan teori keperawatan *Self care Orem* dan pemanfaatan teknologi digital dalam intervensi edukatif. Dengan demikian, institusi pendidikan dapat

mendorong mahasiswa untuk mengembangkan inovasi serupa dalam penelitian dan praktik klinik.

4. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman dan pengetahuan peneliti dalam melaksanakan penelitian intervensi berbasis Teori *Self Care* Orem dengan dukungan teknologi digital untuk meningkatkan *self management* pada pasien Diabetes Melitus.

