

KORELASI LAMA MENDERITA DIABETES MELLITUS DAN TINGKAT PERAWATAN DIRI PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2

Siti Khoiriyah¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sains Al Qur'an
sitikhairiyah309@gmail.com

***Nilam Noorma²**

²Prodi Sarjana Terapan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur
* ns.nilamnoorma@gmail.com

Sri Hartati³

³Prodi D3 Keperawatan, STIK Siti Khadijah
email: s ayi_ihs@yahoo.com

Raden Bagus Edy Santoso⁴

⁴Fakultas Kedokteran, Universitas Tadulako
edys8804@gmail.com

Coresspondence Author: Nilam Noorma; ns.nilamnoorma@gmail.com

Abstract: *Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disease characterized by increased blood glucose levels as a result of impaired insulin secretion, insulin resistance. Based on data from the Padangsidempuan City Health Office, there were 885 cases in 2020, an increase to 921 cases in 2021, and a sharp jump to 2,276 cases in 2022. The purpose of the study was to determine the correlation between the duration of diabetes mellitus and the level of self-care of patients with type 2 diabetes mellitus. The research design used in this study was cross sectional. The research was conducted at the Sidangkal Health Center work area in July 2023. The population was 226 people with diabetes mellitus at Sidangkal Health Center. The sample amounted to 145 respondents. The sampling technique used in this study was non probability sampling with purposive sampling method. Data analysis was done univariate and bivariate. The results showed a relationship between the length of time suffering from DM (p value: 0.04). It is recommended that respondents can increase efforts to obtain useful information and insights to improve self-care for patients with type 2 diabetes mellitus.*

Keywords: *Diabetes, length of stay, level of self-care*

Abstrak: Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit metabolik kronis yang ditandai oleh meningkatnya kadar glukosa dalam darah sebagai akibat dari gangguan sekresi insulin, resistensi insulin. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padangsidempuan, tercatat sebanyak 885 kasus pada tahun 2020, meningkat menjadi 921 kasus pada tahun 2021, dan melonjak tajam menjadi 2.276 kasus pada tahun 2022. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui korelasi lama menderita diabetes mellitus dan tingkat perawatan diri penderita diabetes mellitus tipe 2. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sidangkal pada bulan Juli tahun 2023. Populasi merupakan penderita diabetes mellitus di Puskesmas Sidangkal sebanyak 226 jiwa. Sampel berjumlah 145 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara lama menderita DM (p value:0,04). Disarankan bagi responden dapat meningkatkan upaya mendapatkan informasi dan wawasan yang bermanfaat untuk meningkatkan perawatan diri penderita diabetes mellitus tipe 2.

Kata Kunci: Diabetes, Lama Menderita, Tingkat Perawatan Diri

A. Pendahuluan

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit metabolik kronis yang ditandai oleh meningkatnya kadar glukosa dalam darah sebagai akibat dari gangguan sekresi insulin, resistensi insulin, atau keduanya. Penyakit ini telah menjadi permasalahan kesehatan masyarakat global yang terus berkembang, dengan prevalensi yang meningkat secara signifikan dari tahun ke tahun di berbagai negara, termasuk Indonesia (Antoni & Diningsih, 2021). Diabetes digolongkan ke dalam kelompok penyakit tidak menular (PTM), namun memiliki dampak serius terhadap kualitas hidup penderitanya. Pada umumnya, kondisi ini disebabkan oleh ketidakmampuan pankreas dalam memproduksi insulin secara optimal atau karena tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif, yang mengakibatkan terganggunya metabolisme glukosa (Safitri & Nurhayati, 2019).

Menurut laporan dari *International Diabetes Federation* (IDF), jumlah penderita diabetes mellitus di seluruh dunia mencapai angka yang sangat mengkhawatirkan. Pada tahun 2021, diperkirakan terdapat sekitar 537 juta orang dewasa yang hidup dengan kondisi ini. Angka tersebut tidak hanya mencerminkan besarnya beban global yang ditimbulkan oleh diabetes, tetapi juga menunjukkan tren peningkatan yang signifikan dari waktu ke waktu. Proyeksi IDF menyebutkan bahwa jumlah penderita diabetes akan terus meningkat apabila tidak ada intervensi yang efektif. Diperkirakan, pada tahun 2030 jumlah penderita akan mencapai 643 juta orang dan terus melonjak hingga menyentuh angka 783 juta pada tahun 2045 (*International Diabetes Federation*, 2021).

Di Indonesia, situasinya juga sangat mengkhawatirkan. Indonesia menempati peringkat kelima tertinggi di dunia dalam jumlah pengidap diabetes, yaitu mencapai 19,47 juta orang dari total populasi sebanyak 179,72 juta jiwa. Berdasarkan angka tersebut, prevalensi diabetes di Indonesia mencapai 10,6%, yang menunjukkan bahwa sekitar satu dari sepuluh orang dewasa hidup dengan penyakit ini. Menurut estimasi dari World Health Organization (WHO) dan Kementerian Kesehatan RI melalui P2PTM (2018), jumlah penderita diabetes di Indonesia diprediksi akan meningkat drastis menjadi 21,3 juta orang pada tahun 2030, jika upaya penanganan dan pencegahan diabetes tidak ditingkatkan secara serius. Fakta-fakta ini menegaskan perlunya perhatian lebih dari berbagai pihak, baik pemerintah, tenaga kesehatan, maupun masyarakat, dalam menangani diabetes sebagai salah satu prioritas kesehatan nasional.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, Provinsi Sumatera Utara memiliki prevalensi DM mencapai 1,4%. Angka ini menunjukkan beban nyata penyakit tidak menular ini di tingkat provinsi, yang memerlukan perhatian serius dari seluruh pemangku kepentingan di bidang kesehatan, termasuk upaya promotif, preventif, dan kuratif yang lebih terstruktur. Lebih lanjut, di wilayah Kota Padangsidempuan sebagai salah satu kota di Provinsi Sumatera Utara, peningkatan jumlah pasien diabetes mellitus dalam kurun waktu tiga tahun terakhir sangat mencolok. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Padangsidempuan, tercatat sebanyak 885 kasus pada tahun 2020, meningkat menjadi 921 kasus pada tahun 2021, dan melonjak tajam menjadi 2.276 kasus pada tahun 2022. Peningkatan hampir dua kali lipat dalam waktu satu tahun menunjukkan adanya eskalasi kasus yang tidak bisa diabaikan dan menjadi indikator penting akan perlunya penguatan sistem deteksi dini, peningkatan literasi kesehatan masyarakat, serta intervensi gaya hidup sehat secara berkelanjutan di tingkat komunitas. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi lama menderita diabetes mellitus dan tingkat perawatan diri penderita diabetes mellitus tipe 2.

B. Metodologi Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Sidangkal pada bulan Juli tahun 2023. Populasi merupakan penderita diabetes mellitus di Puskesmas Sidangkal sebanyak 226 jiwa.

Sampel berjumlah 145 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

C. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Perawatan Diri dan Lama Menderita DM

No	Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tingkat Perawatan Diri			
1	Buruk	72	49,6
2	Baik	73	50,4
Total		145	100,0
Lama Menderita DM			
1	>5 Tahun	75	51,7
2	<5 Tahun	70	48,3
Total		145	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat 72 responden (49,6%) dengan tingkat perawatan diri yang buruk. Adapun menurut lama menderita DM, terdapat 75 responden (51,7%) lama menderita DM >5 tahun.

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Riwayat Pemberian MP ASI terhadap Kejadian Stunting

Lama Menderita DM	Tingkat Perawatan Diri				P value		
	Buruk		Baik				Total
	n	%	n	%	n	%	
>5 Tahun	48	37,2	27	37,8	75	100	0,04
<5 Tahun	24	34,8	46	35,2	70	100	
Jumlah	72	100	73	100	145	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 75 responden dengan lama menderita DM mencapai >5 tahun, terdapat 48 responden (37,2%) memiliki tingkat perawatan diri yang buruk. Adapun dari 70 responden dengan lama menderita <5 tahun, terdapat 24 responden (34,8%) memiliki tingkat perawatan diri yang buruk. Hasil uji statistik menggunakan *chi square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0,04 < \alpha 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara lama menderita DM terhadap tingkat perawatan diri.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nugroho (2025), lama waktu seseorang menderita diabetes mellitus merupakan salah satu faktor penting yang berkontribusi secara signifikan terhadap perilaku perawatan diri penderita. Durasi penyakit yang dialami pasien dapat memengaruhi sikap, respons emosional, serta tingkat kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit. Umumnya, pasien yang baru didiagnosis diabetes mellitus cenderung mengalami kecemasan dan ketakutan yang lebih tinggi dibandingkan dengan pasien yang telah lama hidup dengan kondisi ini. Hal ini dapat dipahami karena pada tahap awal, pasien masih dalam fase adaptasi terhadap diagnosis baru dan perubahan gaya hidup yang diperlukan. Sebaliknya, pasien dengan riwayat diabetes yang sudah berlangsung lama biasanya telah melalui berbagai pengalaman dalam mengelola penyakitnya, sehingga memiliki tingkat pengetahuan dan keterampilan perawatan diri yang lebih baik. Namun, lama menderita diabetes tidak selalu berbanding lurus dengan perbaikan perilaku perawatan diri. Beberapa pasien yang telah

menderita diabetes selama bertahun-tahun, misalnya lebih dari 10 tahun, terkadang menunjukkan gejala kelelahan mental dan emosional yang dikenal sebagai "diabetes burnout."

Mereka mungkin merasa putus asa, lelah secara psikologis, dan kurang termotivasi untuk terus menerapkan pola hidup sehat, terutama jika komplikasi mulai muncul. Di sisi lain, pasien yang baru satu tahun menderita diabetes cenderung masih memiliki motivasi dan harapan tinggi untuk sembuh atau setidaknya mengendalikan penyakitnya secara optimal. Semangat ini mendorong mereka untuk lebih disiplin dalam menjalani diet, olahraga, pengobatan, dan pemeriksaan rutin. Faktor-faktor demografis seperti usia dan status perkawinan juga dapat mempengaruhi bagaimana pasien memandang penyakit dan melakukan perawatan diri. Usia yang lebih tua umumnya berkaitan dengan peningkatan risiko komplikasi dan penurunan kemampuan fisik, sedangkan status perkawinan dapat memberikan dukungan sosial yang berperan besar dalam menjaga kepatuhan terhadap pengobatan.

D. Penutup

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan ada hubungan antara lama menderita DM terhadap tingkat perawatan diri pada penderita diabetes. Disarankan bagi responden dapat meningkatkan upaya mendapatkan informasi dan wawasan yang bermanfaat untuk meningkatkan perawatan diri penderita diabetes mellitus tipe 2.

Daftar Pustaka

- IDF. (2019). *Diabetes Facts & Figures*. Available from: <https://www.idf.org/aboutdiabetes/what-is-diabetes/facts-figures.html>.
- Kemendes RI. (2024). *Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Manuntung, A. (2020). *Efikasi Diri Dan Perilaku Perawatan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Puskesmas Pahandut*. *Adi Husada Nursing Journal*. Vol 6. No. 1.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Nugroho, F, C., Lebawicaksaputri, K. (2025). *Hubungan Lama Menderita Penyakit Dan Self Care Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii*. *Journal Of Innovation Research And Knowledge*. Vol 5. No. 1.
- Priambodo, N., Kriswiastiny, R., Fitriani, D. (2023). *Hubungan Lama Menderita Diabetes Melitus Dan Kadar Gula Darah Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. *Medula*. Vol 11. No. 3.