

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lanjut usia (lansia) adalah individu yang telah berusia 60 tahun ke atas dan mengalami proses penuaan yang ditandai dengan penurunan fungsi tubuh secara bertahap, baik fisik, psikologis, maupun sosial (WHO, 2022). Pada tahap akhir kehidupan ini, lansia mengalami berbagai perubahan biologis seperti menurunnya sistem imun, berkurangnya fungsi organ, serta meningkatnya kerentanan terhadap penyakit-penyakit degeneratif (WHO, 2022, salah satunya adalah *Diabetes Melitus* yang prevalensinya cenderung meningkat seiring dengan bertambahnya usia (World Health Organization, 2024).

Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai oleh gangguan pada sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya, sehingga tubuh tidak mampu mengatur kadar glukosa darah secara optimal dan menyebabkan keadaan hiperglikemia. Kondisi ini bersifat progresif dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi apabila tidak dikelola dengan baik, seperti penyakit kardiovaskular, gangguan ginjal, neuropati, serta gangguan pada penglihatan (American Diabetes Association, 2024; WHO, 2023).

Pada tahun 2022, di perkirakan 422 juta orang mengalami diabetes, mayoritas di antara mereka berada di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah (WHO, 2022), selanjutnya pada tahun 2023 di

perkiraan 537 juta orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia (International Diabetes Federation, 2023). Berdasarkan data tahun 2023, laporan *IDF Diabetes Atlas 2023* menunjukkan bahwa jumlah penderita diabetes di Indonesia berada pada kisaran 19,5 juta orang dewasa (International Diabetes Federation, 2023). Memasuki tahun 2024, jumlah penderita diabetes di Indonesia dilaporkan meningkat menjadi sekitar 20,4 juta orang dewasa dengan prevalensi sekitar 11,3% pada populasi usia dewasa, yang mengindikasikan adanya peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya (International Diabetes Federation, 2024). Berdasarkan International Diabetes Federation (IDF) tahun 2025, prevalensi diabetes melitus pada populasi dewasa di Indonesia tercatat sebesar 11,3%, dengan estimasi jumlah penderita mencapai sekitar 20,4 juta jiwa, (International Diabetes Federation, 2025).

Pada tahun 2022, dampak *Diabetes melitus* di Indonesia semakin meningkat, ditandai dengan bertambahnya angka kesakitan dan kematian, khususnya pada kelompok usia lanjut, serta meningkatnya beban pembiayaan kesehatan akibat penanganan komplikasi jangka panjang (World Health Organization, 2022). Memasuki tahun 2023, *Diabetes Melitus* tetap menjadi salah satu penyebab utama morbiditas di Indonesia, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup penderita akibat komplikasi seperti neuropati, nefropati, dan penyakit kardiovaskular (International Diabetes Federation, 2023).

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, jumlah penderita *Diabetes Melitus* di Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2021 tercatat sebanyak 39.922 kasus, kemudian meningkat menjadi 48.616 kasus pada tahun 2022, dan kembali bertambah menjadi 52.355 (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, 2024), Data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023 menunjukkan bahwa terdapat 13.946 kasus *Diabetes Melitus* di Kota Padang, yang mengindikasikan tingginya beban penyakit tersebut di masyarakat, terutama pada kelompok lansia (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2023).

Kurangnya pemahaman serta pengelolaan penyakit yang tidak optimal dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup pada penderita *Diabetes Melitus*. Kualitas hidup merupakan penilaian subjektif individu terhadap kesejahteraan hidupnya yang dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, hubungan sosial, serta lingkungan (World Health Organization, 2023). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup penderita *Diabetes Melitus* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor klinis, tetapi juga oleh gaya hidup dan kemampuan individu dalam mengelola penyakitnya. Gaya hidup yang tidak sehat, seperti kurangnya aktivitas fisik dan pola makan yang tidak terkontrol, terbukti berhubungan signifikan dengan penurunan kualitas hidup, baik pada aspek fisik maupun psikologis (Mustika, 2024).

Diabetes melitus dapat memberikan dampak terhadap penurunan kualitas hidup penderitanya. Kondisi ini menyebabkan keterbatasan dalam

melakukan aktivitas sehari-hari akibat penurunan fungsi fisik dan munculnya komplikasi penyakit. Selain itu, kebutuhan pengobatan jangka panjang, pengaturan pola makan, serta perubahan gaya hidup juga dapat memengaruhi kesejahteraan penderita dalam menjalankan fungsi sosial dan mempertahankan produktivitas. Semakin berat kondisi penyakit dan komplikasi yang dialami, maka kualitas hidup penderita diabetes melitus cenderung semakin menurun. (World Health Organization, 2024; Mahmadiariska et al., 2024).

Upaya pengendalian Diabetes Melitus pada lansia dapat dilakukan melalui edukasi kesehatan yang berkelanjutan dan terstruktur. Edukasi yang diberikan secara sistematis, baik melalui media maupun pendekatan komunitas, terbukti mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam mengelola penyakit secara mandiri sehingga berdampak pada peningkatan kualitas hidup. Secara global, pendekatan *self-management* pada *Diabetes Melitus* diwujudkan melalui program *Diabetes Self-Management Education and Support* (DSMES), yaitu suatu bentuk edukasi yang membantu pasien dalam mengatur pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, serta pemantauan kadar gula darah secara mandiri (Centers for Disease Control and Prevention, 2023).

Di Indonesia, pendekatan tersebut diimplementasikan melalui Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) oleh BPJS Kesehatan bekerja sama dengan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, yang berfokus pada edukasi, pemantauan kesehatan, serta peningkatan

kepatuhan pasien secara berkelanjutan. Program ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup penderita penyakit kronis, termasuk *Diabetes Melitus* (BPJS Kesehatan, 2022). Oleh karena itu, edukasi kesehatan menjadi komponen penting dalam meningkatkan kualitas hidup lansia penderita *Diabetes Melitus*, karena berperan dalam memperkuat pemahaman, meningkatkan kepatuhan terhadap terapi, serta mendukung kemampuan pengelolaan penyakit secara mandiri (World Health Organization, 2023; American Diabetes Association, 2024).

Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan intervensi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk perilaku sehat, serta memperbaiki kualitas hidup secara menyeluruh (Mahmadiariska et al., 2024). Edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman pasien terkait pengelolaan penyakit, termasuk pengaturan pola makan, aktivitas fisik, serta kepatuhan terhadap pengobatan, yang selanjutnya berkontribusi terhadap perbaikan kontrol glikemik dan pencegahan komplikasi (Hutahaeen et al., 2024; Ratnasari et al., 2021).

Selain itu, edukasi berbasis komunitas terbukti efektif dalam menurunkan risiko komplikasi *Diabetes Melitus* melalui peningkatan kesadaran serta perubahan gaya hidup menjadi lebih sehat pada penderita. Seiring dengan perkembangan teknologi, penggunaan media video dalam edukasi kesehatan menjadi salah satu metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan penderita *Diabetes Melitus*. Media video

mampu menyampaikan informasi secara visual dan audio secara bersamaan sehingga lebih mudah dipahami, menarik, dan meningkatkan daya ingat pasien dibandingkan metode konvensional (Shirvani et al., 2021; Kusuma et al., 2025)

Peningkatan pemahaman tersebut berperan dalam membentuk perilaku kesehatan yang lebih baik, khususnya dalam pengelolaan pola makan, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kualitas hidup penderita *Diabetes Melitus* baik secara fisik maupun psikologis (Putri et al., 2024; Wulandari & Sari, 2025).

Hasil Penelitian Harsismanto dkk. (2021) menunjukkan bahwa pemberian *Diabetes Self Management Education* (DSME) berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Pasar Ikan Bengkulu. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan nilai rata-rata kualitas hidup setelah diberikan edukasi kesehatan dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 (<0,05)$, sehingga edukasi kesehatan dinilai efektif dalam meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus.

Hasil Penelitian oleh Bunardi (2023) dengan judul Pengaruh Edukasi Kesehatan tentang diabetes melitus terhadap Lansia untuk meningkatkan kualitas hidup di UPTD Puskesmas Bangsa Negara Tahun 2022 menunjukkan bahwa edukasi kesehatan diabetes melitus berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup lansia tentang diabetes

melitus. Hasil penelitian menunjukkan nilai $p\text{-value} < 0,05$ sehingga edukasi kesehatan dinilai efektif dalam meningkatkan kualitas hidup lansia.

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Nanda (2022) dengan judul pengaruh edukasi dan kualitas hidup pasien *Diabetes Melitus*, Hasil analisis statistik menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan terhadap efikasi diri dan kualitas hidup pada pasien *Diabetes Melitus* di wilayah RW 01 dan RW 03 Surabaya, dengan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$).

Pada tahun 2024, Puskesmas Andalas di Kota Padang telah menyelenggarakan berbagai upaya pelayanan kesehatan yang difokuskan pada kelompok lanjut usia, terutama dalam pengendalian penyakit tidak menular seperti *Diabetes Melitus*. Salah satu bentuk inovasi yang dilakukan adalah program LESEHAN (Lansia Sehat), yang meliputi kegiatan pemeriksaan kesehatan secara berkala, pengukuran kadar glukosa darah, pemberian edukasi kesehatan, serta pelaksanaan senam lansia sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif (Puskesmas Andalas, 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan melalui penelusuran data sekunder pada Laporan Bulanan Penyakit Tidak Menular (PTM) Puskesmas Andalas, tercatat data lansia yang terdiagnosa *Diabetes Melitus* dari Januari - maret 2026 sebanyak 71 lansia, Tingginya angka prevalensi ini menunjukkan urgensi diperlukannya intervensi edukasi kesehatan untuk memitigasi penurunan kualitas hidup pada populasi tersebut.

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan pada tanggal 4 maret 2026 terhadap 10 responden, yang terdiri dari 7 perempuan dan 3 laki-laki, diperoleh bahwa sebagian besar responden mengalami permasalahan dalam aspek kualitas hidup. Sebanyak 8 dari 10 responden menyatakan terganggu oleh rasa sakit dalam menjalani aktivitas sehari-hari, 8 dari 10 responden menyatakan belum puas terhadap kondisi kesehatannya secara keseluruhan. Selain itu, 5 dari 10 responden mengungkapkan belum mendapatkan dukungan secara optimal dari orang terdekat. serta 8 dari 10 responden mengatakan tidak bisa berkonsentrasi dengan baik, 7 dari 10 responden mengatakan merasakan kesepian, cemas, dan putus asa pada penyakitnya.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait Pengaruh edukasi Kesehatan tentang Diabetes Melitus pada lansia untuk meningkatkan kualitas hidup di Puskesmas Andalas tahun 2026

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah edukasi kesehatan berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia penderita *Diabetes Melitus*.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh edukasi kesehatan tentang Diabetes Melitus terhadap kualitas hidup lansia berdasarkan hasil pengukuran

sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi edukasi kesehatan di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2026.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui karakteristik responden lansia penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Andalas Tahun 2026 berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, lama menderita Diabetes Melitus, kebiasaan kontrol, dan konsumsi obat diabetes.
- b. Diketahui kualitas hidup lansia penderita Diabetes Melitus sebelum diberikan edukasi kesehatan.
- c. Diketahui kualitas hidup lansia penderita Diabetes Melitus sesudah diberikan edukasi kesehatan.
- d. Diketahui pengaruh edukasi kesehatan tentang Diabetes Melitus terhadap kualitas hidup lansia di Puskesmas Andalas Tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini sebagai tambahan wawasan dan pengalaman serta dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat di bangku perkuliahan khususnya mengenai penelitian ilmiah di bidang keperawatan gerontik.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan perbandingan untuk penelitian lebih lanjut mengenai

pengaruh edukasi kesehatan tentang *Diabetes Melitus* untuk meningkatkan kualitas hidup.

3. Bagi Lansia Penderita Diabetes

Meningkatkan kemampuan menjaga pola makan dan gaya hidup sehat dan Membantu mencegah komplikasi serta Meningkatkan kualitas hidup fisik, psikologis, dan sosial.

4. Puskesmas Andalas

Sebagai dasar pengembangan program edukasi diabetes bagi lansia. Membantu meningkatkan kualitas pelayanan promotif dan preventif terkait penyakit tidak menular.

5. Bagi Universitas Alifah Padang

Dapat menambah wawasan dan bahan bacaan bagi mahasiswa khususnya mahasiswa Keperawatan Universitas Alifah Padang mengenai pengaruh edukasi *Diabetes Melitus* terhadap lansia.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam bidang keperawatan gerontik dengan penekanan pada upaya promotif dan preventif dalam pengelolaan *Diabetes Melitus* pada populasi lansia. Studi dilaksanakan pada tahun 2026 di Puskesmas Andalas, Kota Padang, Sumatera Barat, yang memiliki angka kejadian *Diabetes Melitus* relatif tinggi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental One Group Pretest–Posttest. Sampel ditentukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Variabel independen adalah edukasi

kesehatan mengenai *Diabetes Melitus*, sedangkan variabel dependen adalah kualitas hidup lansia pada penderita *diabetes melitus*

