

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang menuntut adaptasi gaya hidup dan kepatuhan pengobatan seumur hidup yang sering kali menjadi beban mental signifikan bagi penderitanya (Jereweh, 2024). Salah satu tantangan psikologi yang paling sering dialami adalah *diabetes distress*, yaitu respons emosional negatif berupa kecemasan, frustrasi, dan kelelahan mental akibat tuntutan pengobatan diabetes yang dilakukan terus menerus (Alwani et al., 2024). Pengelolaan Diabetes Melitus tipe 2 bukan hanya sekadar menjaga angka glukosa darah, melainkan juga tantangan penderita dalam menghadapi beban emosional yang sering kali luput dari perhatian klinis (Alwani et al., 2024). Salah satu pemicu utama yang memperparah kondisi psikologis ini ialah pengalaman buruk yang pernah terjadi pada penderita. Hal tersebut sejalan dengan pengalaman terjadinya hipoglikemia. Rasa takut akan penurunan kadar gula darah yang mendadak menciptakan kecemasan, di mana pasien merasa terancam oleh gejala fisik yang tidak nyaman hingga risiko kehilangan kesadaran. Pasien yang mengalami ketakutan tinggi akibat pengalaman hipoglikemia tersebut cenderung melakukan perilaku maladaptif, seperti membiarkan kadar gula darah tetap tinggi demi menghindari serangan, namun perilaku ini justru memicu rasa bersalah dan kekhawatiran akan komplikasi yang pada akhirnya memperburuk *diabetes distress* pada penderita (Li et al., 2021).

Data global mencatat bahwa penyakit diabetes di seluruh dunia rentan perkiraan 500 hingga 800 juta jiwa pada tahun 2021-2024, angka tersebut didominasi oleh pasien DM tipe 2 dengan persentase sebanyak 95% (IDF, 2025). Sedangkan, kejadian hipoglikemia di IGD pada pasien DM tipe 2 tercatat sekitar 285.000 pada tahun 2019 (ADA, 2019). Kejadian hipoglikemia sering kali tidak dilaporkan secara spesifik karena sulit dalam mendiagnosis tanpa disertai pemantauan gula darah secara rutin dikarenakan gejala yang timbul kurang spesifik bahkan tidak ada sama sekali (Nugraha et al., 2024). Namun Penelitian pada tahun

2020-2021 di Rumah Sakit Umum Pusat (RSUP) Prof. Dr. I G. N. G Ngoerah, Denpasar mencatat 16,2% dari 148 pasien yang dirawat inap mengalami hipoglikemia, masalah ini lebih banyak dialami oleh laki-laki (54,5%) dengan kelompok usia >60 tahun (70,8%) (Pramana et al., 2025). Penelitian terkait hipoglikemia di Jember oleh Roessanti et al (2022) melaporkan bahwa terdapat 5.729 kasus hipoglikemia di RSD dr. Soebandi jember pada bulan januari hingga oktober 2018. Pada penelitian Bawa et al., (2020) di Inggris menunjukkan rata-rata skor pada diabetes distress secara keseluruhan adalah 1,84 dan sejumlah 32,8% mengalami distress tinggi. Hasil penelitian Hu et al., (2020) di Cina menunjukkan sebanyak 57,14% penderita DM tipe 2 mengalami distress tinggi, 33,67% penderita DM tipe 2 mengalami distress sedang, dan 9,18% penderita mengalami distress ringan. Pada penelitian Arifin et al. (2019) menunjukkan hasil bahwa di Indonesia sebanyak 17% penderita DM tipe 2 rawat jalan mengalami diabetes distress yang berasal dari layanan primer dan sebanyak 83% penderita DM tipe 2 mengalami diabetes distress yang berasal dari layanan sekunder. Penelitian Nurkamilah et al., (2018) menyebutkan bahwa pada RSUD dr Soebandi Jember diperoleh data bahwa sebanyak 93,3% pasien yang dirawat mengalami diabetes distress sedang dan sebagian besar merupakan penderita DM tipe 2. Data terbaru yang didapatkan melalui studi pendahuluan di RSD dr. Soebandi Jember menunjukkan bahwa penderita Diabetes Melitus tipe 2 mencapai 975 pasien di tahun 2025 dengan jumlah kunjungan di poli penyakit dalam yaitu 2.583 kunjungan.

Ketakutan terhadap hipoglikemia merupakan respon psikologis yang dapat mempengaruhi kualitas hidup penderita diabetes melitus. Rasa takut yang berlebihan terhadap kemungkinan terjadinya penurunan kadar glukosa darah dapat menimbulkan kecemasan yang berkelanjutan. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi perilaku perawatan diri pasien, seperti mengurangi aktivitas fisik, meningkatkan konsumsi makanan secara berlebihan, maupun mengubah dosis obat tanpa konsultasi dengan tenaga kesehatan. Perilaku tersebut dapat mengganggu pengendalian glikemik serta meningkatkan risiko komplikasi jangka panjang. Oleh

karena itu, ketakutan terhadap hipoglikemia menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan pada pengelolaan pasien diabetes melitus tipe 2 (Huang et al., 2022). Tekanan emosional yang muncul akibat ketakutan terhadap hipoglikemia berpotensi meningkatkan tingkat *diabetes distress* pada pasien. Ketika pasien terus menerus mengalami kekhawatiran terhadap kemungkinan terjadinya hipoglikemia, kondisi tersebut dapat menimbulkan beban psikologis yang semakin berat. Beban emosional tersebut dapat mempengaruhi kemampuan individu menghadapi penyakit kronis yang diderita. Kondisi psikologis yang tidak stabil juga berpotensi mempengaruhi kepatuhan terhadap pengobatan, pemantauan kadar gula darah, serta penerapan gaya hidup sehat (Rahman dan Haryanti, 2025).

Berdasarkan hal tersebut dapat dipahami bahwa diabetes melitus tipe 2 tidak hanya menimbulkan permasalahan fisik saja, akan tetapi juga berkaitan erat dengan kondisi psikologis penderita. Ketakutan terhadap hipoglikemia berpotensi meningkatkan tekanan emosional pada pasien yang pada akhirnya dapat memicu terjadinya *diabetes distress*. Hubungan antara kedua variabel tersebut perlu dikaji lebih lanjut agar diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak psikologis yang mempengaruhi pengelolaan diabetes melitus tipe 2.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat Hubungan Ketakutan terhadap Hipoglikemia dengan *Diabetes Distress* pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan mengetahui Hubungan Ketakutan terhadap Hipoglikemia dengan *Diabetes Distress* pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik pasien DM tipe 2 yang pernah mengalami hipoglikemia di poli penyakit dalam RSD dr. Soebandi Jember.
- 2 Mengidentifikasi Ketakutan terhadap Hipoglikemia pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember.
- 3 Mengidentifikasi *Diabetes Distress* pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember.
- 4 Menganalisis Hubungan Ketakutan terhadap Hipoglikemia dengan *Diabetes Distress* pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSD dr. Soebandi Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Menjadi sarana bagi peneliti untuk mengembangkan wawasan dan pengetahuan tentang hubungan ketakutan terhadap hipoglikemia dengan *diabetes distress* pada pasien DM tipe 2.

1.4.2 Manfaat Bagi Istitusi Pendidikan Keperawatan

Menambah pustaka yang ada sehingga dapat menjadi referensi untuk penelitian terbaru terkait ketakutan terhadap hipoglikemia dan *diabetes distress* pada pasien DM tipe 2.

1.4.3 Manfaat Bagi Perawat

Memperkaya wawasan dan menjadi sumber rujukan untuk melakukan asuhan keperawatan yang berhubungan dengan ketakutan terhadap hipoglikemia dengan *diabetes distress* pada pasien diabetes melitus tipe 2.

1.4.4 Manfaat Bagi Masyarakat

Menambah wawasan informasi terkait ketakutan terhadap hipoglikemia dengan *diabetes dstress* pada pasien diabetes melitus tipe 2.