

## Hubungan *Self Care* Dengan *Quality Of Life* Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2

Nirma Indah<sup>1\*</sup>, Yusran Haskas<sup>2</sup>, Indah Restika<sup>3</sup>

<sup>1\*2,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

\*E-Mail: penulis-korespondensi: ([nirmaindah01@gmail.com](mailto:nirmaindah01@gmail.com) /085145832342)

(Received: 06.02.2023; Reviewed:08.02.2023; Accepted:10.02.2023)

### Abstract

*Diabetes Mellitus is a chronic disease that occurs when the pancreas is no longer able to make insulin, or when the body cannot properly utilize the insulin it produces. The inability of Diabetes Mellitus patients to carry out Self Care can affect the Quality Of Life in terms of physical health, psychological well being, social relationships, and relationships with the environment. Self Care in the context of patients with chronic diseases is complex and urgently needed for the successful management and control of chronic diseases. Self Care if done continuously will be able to shape a person's way of life in terms of preventing, recognizing, and managing his illness. It turns out that good Self Care in Diabetes Mellitus patients can influence an increase in the Quality Of Life. The purpose of this study was to determine the relationship between Self Care and Quality of life in people with diabetes mellitus type 2 of the Bajo tribe in the working area of UPT BLUD Puskesmas Bajoe, Bone Regency. This study used a quantitative research method with a Cross Sectional Study design. The population in this study were type 2 Diabetes Mellitus patients in the Working Area of UPT BLUD Health Center Bajoe, Bone Regency. Sampling using Probability Sampling with a total sample of 63 respondents. Data collection used a questionnaire and analyzed using the Chi-square test. The results showed that the relationship between Self Care and Quality Of Life Diabetes Mellitus type 2 with a value of  $p = 0.004$ . The conclusion in this study is that there is a relationship between Self Care and Quality of Life in people with Diabetes Mellitus type 2 in the Working Area of UPT BLUD Health Center Bajoe, Bone Regency.*

**Keywords:** *Diabetes Mellitus; Quality Of Life; Self Care*

### Abstrak

Diabetes Melitus adalah penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak lagi mampu membuat insulin, atau ketika tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin yang dihasilkannya dengan baik. Ketidaksanggupan pasien diabetes melitus dalam melakukan *Self Care* dapat mempengaruhi *Quality Of Life* dari segi kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan hubungan dengan lingkungan. *Self care* dalam konteks pasien dengan penyakit kronis merupakan hal yang kompleks dan sangat dibutuhkan untuk keberhasilan manajemen serta kontrol dari penyakit kronis. *Self care* apabila dilakukan secara berkesinambungan akan dapat membentuk cara hidup seseorang dalam hal mencegah, mengenali, dan mengelola tentang penyakitnya. Ternyata *Self care* yang baik pada pasien Diabetes Melitus dapat mempengaruhi suatu peningkatan *Quality Of Life*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 Suku Bajo di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan *Cross Sectional Study*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten bone. Pengambilan sampel menggunakan *Probability Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 63 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dan dianalisa menggunakan uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* Diabetes Melitus tipe 2 dengan nilai  $p=0,004$ . Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone.

**Kata Kunci:** *Diabetes Melitus; Quality Of Life; Self Care*

## Pendahuluan

Permasalahan kesehatan di Indonesia mengalami transisi epidemiologi yaitu penyakit tidak menular belum dapat diatasi dengan baik, penyakit tidak menular semakin menunjukkan peningkatan akibat adanya perubahan gaya hidup. Perkembangan zaman begitu pesat saat ini, membuat perubahan pada gaya hidup masyarakat ke arah yang tidak dianjurkan seperti manajemen asupan dan diet yang kurang baik, sehingga dari gaya hidup tersebut menimbulkan berbagai macam penyakit, salah satunya adalah Diabetes Melitus (Krisna et al., 2019).

Diabetes Melitus merupakan gangguan proses metabolisme pada tubuh yang dikarakteristikan dengan kurangnya hormon dari insulin, ditandai dengan menurunnya kadar glukosa didalam darah akibat penurunan sekresi insulin oleh sel-sel beta pankreas sehingga terjadi gangguan pengeluaran insulin, resistensi insulin atau keduanya (Luther et al., 2022).

Diabetes melitus tipe 2 adalah kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia, terjadi karena kelainan kerja insulin, sekresi insulin atau kedua-duanya. Diabetes melitus tipe 2 secara klinis muncul ketika tubuh tidak mampu lagi memproduksi cukup insulin untuk mengkompensasi peningkatan insulin resisten (Haskas et al., 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) Terdapat 422 juta orang diseluruh dunia menderita diabetes, mayoritas tinggal dinegara berpenghasilan rendah dan menengah, dan 1,5 juta kematian secara langsung dikaitkan dengan diabetes setiap tahun. Baik jumlah kasus maupun prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir (WHO, 2022).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) Diabetes Melitus adalah penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak lagi mampu membuat insulin, atau ketika tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin yang dihasilkannya dengan baik. Pada tahun 2021 prevelensi diabetes global pada usia 20-79 tahun diperkirakan 10,5% (536,6 juta orang), meningkat menjadi 12,2% (783,3 juta) pada tahun 2045. Diabetes Melitus tipe 2 adalah jenis diabetes yang paling umum, terhitung dari 90% dari semua diabetes diseluruh dunia. Indonesia menjadi negara dengan jumlah penderita diabetes terbesar kelima di dunia dengan 19,5 juta warga Indonesia berusia 20-79 tahun mengidap penyakit tersebut (IDF, 2021).

Angka prevelensi berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan dalam data distribusi Diabetes Melitus berdasarkan Laporan rutin PTM puskesmas di Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2021 menunjukkan bahwa kasus Diabetes Melitus sebanyak 190.173 dan yang menempati kasus tertinggi berada di Kota Makassar sebanyak 79.608 kasus (Dinkes Prov. Sulawesi Selatan, 2021).

Hasil pengambilan data awal berdasarkan jumlah yang diperoleh dari Buku Registrasi di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone pada bulan Juni sampai Agustus 2022 menunjukkan bahwa jumlah pasien yang menderita penyakit Diabetes Melitus sebanyak 167 jiwa.

Individu yang menderita penyakit Diabetes Melitus serta pengobatan yang dijalani dapat mempengaruhi kapasitas fungsional, psikologis dan kesehatan sosial serta kesejahteraan penderita Diabetes Melitus yang didefinisikan sebagai *Quality of Life* (Juariah et al., 2022).

*Quality Of Life* merupakan perasaan puas dan bahagia sehingga penderita Diabetes Melitus dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri. Kualitas hidup sering dipakai sebagai patokan dalam kondisi penyakit kronik, kualitas hidup penderita Diabetes Melitus dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain, pendidikan, ekonomi, durasi sakit dan komplikasi (Luthfa & Fadhilah, 2019).

Terdapat beberapa aspek yang dapat mempengaruhi kualitas hidup, aspek tersebut adalah adanya kebutuhan khusus yang terus menerus berkelanjutan dalam perawatan diabetes melitus, gejala apa saja yang kemungkinan muncul ketika kadar gula darah tidak stabil, komplikasi yang dapat timbul akibat dari penyakit diabetes dan disfungsi seksual. Aspek tersebut dapat dicegah apabila pasien tersebut dapat melakukan pengontrolan yang baik dan teratur melalui perubahan gaya hidup yang teratur. Sehingga tidak terjadi komplikasi yang dapat menurunkan kualitas hidup pasien diabetes melitus dan dapat menjalankan kehidupan (Krisna et al., 2019).

Kebutuhan dasar *Self Care* pasien mempengaruhi kemampuan pasien untuk mengelola Diabetes Melitus secara mandiri dalam melakukan monitoring kadar glukosa darah. Kurangnya kemampuan *Self Care* pasien melakukan monitoring glukosa darah menyebabkan glukosa darah tidak terkontrol yang berisiko meningkatkan kadar glukosa darah. *Self Care* merupakan kebutuhan manusia terhadap kondisi dan perawatan diri sendiri yang penatalaksanaannya dilakukan secara terus menerus dalam upaya mempertahankan kesehatan dan kehidupan, serta penyembuhan dari penyakit dan mengatasi komplikasi yang ditimbulkan. *Self Care* apabila dilakukan secara berkesinambungan akan dapat membentuk cara hidup seseorang dalam hal mencegah, mengenali, dan mengelola tentang penyakitnya. Hal ini merupakan suatu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah berkembangnya komplikasi jangka panjang *Self Care* serta memiliki peranan penting dalam peningkatan status kesehatan, kualitas hidup, dan kesejahteraan penderitanya (Priyanto & Juariah, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Luther et al., (2022) dengan judul "Hubungan *Self Care* Dengan *Quality Of Life* Penderita Diabetes Melitus Tipe II". Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* penderita Diabetes Melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar dengan nilai  $p=0,003$ . Pasien diharapkan

memperbaiki komunikasi dengan keluarga dan lingkungan sekitar agar tidak mengalami kesepian atau distress serta memperbaiki pola hidup sehat sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya kualitas hidup rendah pada pasien. Perawat hendaknya senantiasa memotivasi keluarga untuk terus mendukung proses perawatan pasien Diabetes Melitus di rumah dengan aktif mengawasi perkembangan kesehatan penderita Diabetes Melitus dan selalu meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap yang baik dalam memberikan pelayanan pada penderita Diabetes Melitus demi mengurangi resiko terjadinya kualitas hidup rendah pada pasien pasien Diabetes Melitus (Luther et al., 2022).

Diabetes Melitus yang tidak dikelola dengan baik, dapat menyebabkan komplikasi pada seluruh organ tubuh, hingga ke seluruh tempat dimana kadar glukosa tinggi tersebut mengalir. Diabetes Melitus tidak dapat disembuhkan tetapi kadar gula darah dapat dikendalikan melalui diet, olah raga, dan obat-obatan. Pencegahan terjadinya komplikasi kronis, dapat diatasi dengan melakukan pengendalian kadar gula darah yang baik. Peningkatan populasi penderita Diabetes Melitus berdampak pada peningkatan kejadian ulkus diabetik sebagai komplikasi kronis Diabetes Melitus (Andari et al., 2020).

## Metode

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik, menggunakan metode *Cross Sectional Study*. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 8-17 Desember 2022. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua variabel yaitu variabel independen yaitu *Self Care* dan dependen yaitu *Quality Of Life*. Populasi dalam penelitian adalah pasien diabetes melitus yang melakukan pengobatan pada bulan Juni-Agustus di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone berjumlah 167 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 63 responden dengan menggunakan rumus slovin. Penelitian ini menggunakan teknik *probability sampling* bertujuan untuk mengetahui sampel sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes melitus tipe 2, pasien yang terdaftar di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone dan pasien yang berusia dewasa dan lansia, dan pasien yang bersedia untuk dilakukan penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi adalah pasien yang tidak kooperatif, pasien yang tidak terdaftar di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone, dan pasien yang tidak bersedia untuk dilakukan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian menggunakan Data primer dengan menggunakan metode kuesioner dengan cara memberikan daftar pertanyaan dengan beberapa pilihan jawaban kepada responden, dan Data sekunder dalam penelitian ini diperoleh dari UPTD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone. Adapun alat pengukuran data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner *Self Care (Summary of Diabetes Self Care)* sebanyak 17 pertanyaan dan Kuisisioner *Quality Of Life WHOQOL* sebanyak 22 pertanyaan. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan *editing koding, dan entyr data, dan tabulasi*. Penelitian ini menggunakan analisis univariat yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi, dan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap dependen dengan taraf Signifikansi ( $p < \alpha = 0.05$ , dengan berdistribusi normal. Adapun perhitungan rumus tersebut, penelitian menganalisisnya dengan bantuan *Microsoft excel 2017* dan *SPSS 26 For Windows*. Penelitian ini telah lulus mutu etik dengan nomor *683/STIKES-NH-KEPK/XII/2022* yang dikeluarkan pada tanggal 5 Desember 2022 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin.

## Hasil

### 1. Analisis Univariat

**Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kab. Bone (n=63)**

Karakteristik	n	%
Umur		
30-45 Tahun	18	28.6%
46-55 Tahun	29	46.0%
56-65 Tahun	12	19.0%
>66 Tahun	4	6.3%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	22.2%
Perempuan	49	77.8%
Pendidikan		
Tidak Tamat SD	32	50.8%
SD/Sederajat	22	34.9%
SLTP/Sederajat	6	9.5%
SLTA/Sederajat	2	3.2%
Perguruan Tinggi	1	1.6%

Karakteristik	n	%
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	38	60.3%
Buruh	1	1.6%
Petani	3	4.8%
Wiraswasta	19	30.2%
Pegawai Swasta	2	3.2%
Lama Menderita DM		
<5 Tahun	59	93.7%
>5 Tahun	4	6.3%
GDS Terakhir		
<200 mg/dl	15	23.8%
>200 mg/dl	48	76.2%
Komplikasi		
Ya	4	6.3%
Tidak	59	93.7%
Merokok		
Ya	9	14.3%
Tidak	54	85.7%
Menggunakan Insulin		
Ya	4	6.3%
Tidak	59	93.7%

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur didapatkan bahwa mayoritas responden berumur 46-55 tahun sebanyak 29 responden (46.0%) dan yang paling terendah berumur >66 tahun sebanyak 4 responden (6.3%). Menurut jenis kelamin bahwa mayoritas pada jenis kelamin perempuan sebanyak 49 responden (77.8%) dan yang paling terendah yaitu laki-laki sebanyak 14 responden (22.2%). Menurut pendidikan responden bahwa mayoritas tidak tamat SD sebanyak 32 responden (50.8%) dan yang paling terendah yaitu perguruan tinggi sebanyak 1 responden (1.6%). Menurut pekerjaan responden bahwa mayoritas tidak bekerja sebanyak 38 responden (60.3%) dan yang paling terendah yaitu buruh sebanyak 1 responden (1.6%). Menurut lama menderita DM bahwa mayoritas di rentan <5 tahun sebanyak 59 responden (93.7%) dan yang paling terendah di rentan >5 tahun sebanyak 4 responden (6.3%). Menurut GDS terakhir responden bahwa mayoritas di rentan >200 mg/dl sebanyak 48 responden (76.2%) dan yang paling terendah di rentan <200 mg/dl sebanyak 15 responden (23.8%). Menurut komplikasi responden bahwa mayoritas tidak memiliki komplikasi sebanyak 59 responden (93.7%) dan yang paling terendah yaitu memiliki komplikasi sebanyak 4 responden (6.3%). Menurut merokok pada responden bahwa mayoritas tidak merokok d sebanyak 54 responden (85.7%) dan yang paling terendah yaitu merokok sebanyak 9 responden (14.3%). Menurut menggunakan insulin bahwa mayoritas tidak menggunakan insulin sebanyak 59 responden (93.7%) dan yang paling terendah yaitu menggunakan insulin sebanyak 4 responden (6.3%).

## 2. Analisis Bivariat

**Tabel. 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* Penderita *Diabetes Melitus Tipe 2* di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone**

<i>Self Care</i>	<i>Quality Of Life</i>						$\rho$	<i>a</i>
	Baik		Kurang		Total			
	n	%	N	%	n	%		
Baik	19	76,0	6	24,0	25	100,0	0,004	0,05
Kurang	15	39,5	23	60,5	38	100,0		
<b>Total</b>	34	54,0	29	46,0	63	100,0		

Berdasarkan Tabel 2 diatas didapatkan hasil bahwa responden yang memiliki *Self Care* baik berjumlah 25 responden, dimana terdapat 19 responden (76,0%) yang memiliki *Quality Of Life* baik dan 6 responden (24,0%) yang memiliki *Quality Of Life* kurang, sedangkan responden yang memiliki *Self Care* kurang berjumlah 38 responden, dimana terdapat 15 responden (20,5%) yang memiliki *Quality Of Life* baik dan 23 responden (17,5%) yang memiliki *Quality Of Life* kurang.

## Pembahasan

Hasil penelitian yang peneliti dapatkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi *Self Care* dengan *Quality Of Life* pada pasien diabetes melitus tipe 2 salah satunya adalah umur, peneliti mendapatkan usia responden yang menderita diabetes melitus mayoritas berusia 50 tahun ke atas. Usia pada rentang 51 tahun ke atas merupakan awal seorang individu memasuki usia lansia. Di usia tersebut tubuh sudah mulai mengalami penurunan. Sehingga pada usia ini seorang individu cenderung mengalami penurunan kualitas hidup. Hal ini sejalan dengan penelitian Nurhayati, (2022), menyatakan bahwa pasien diabetes yang berusia lebih muda memiliki kualitas hidup lebih baik dibandingkan dengan yang berusia tua. Pasien diabetes pada usia 50- 74 tahun memiliki status kesehatan yang lebih buruk dibandingkan dengan yang berusia 25-39 tahun. Sehingga akan menimbulkan berbagai keterbatasan yang akan berakibat pada kualitas hidup. Selain dengan adanya faktor usia dan penurunan fungsi tubuh, juga berdampak pada penurunan kemampuan dalam perawatan diri dan pelaksanaan manajemen diabetesnya sehingga masalah kesehatan akan mudah muncul. Hal ini tentunya akan berpengaruh terhadap kondisi kualitas hidup (Nurhayati, 2022).

Berdasarkan jenis kelamin dibagi menjadi dua kategori yaitu laki-laki dan perempuan dan tabel diatas dapat diketahui responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 49 responden (77,8%) dan laki-laki sebanyak 14 responden (22,2%). Terdapat 27 responden (49,3%) yang berjenis kelamin perempuan memiliki *Self Care* kurang. Menurut jurnal penelitian Milita et al., (2021) sebelumnya, didapatkan *p* value sebesar 0,000 artinya ada hubungan signifikan antara jenis kelamin dengan terjadinya DM tipe 2. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden perempuan memiliki risiko untuk terkena DM tipe 2 sebesar 2,777 kali lebih besar dibandingkan dengan responden laki-laki. Tingginya angka kejadian DM pada perempuan disebabkan perbedaan komposisi tubuh dan kadar hormon seksual antara laki-laki dan perempuan dewasa, jaringan adiposa lebih banyak pada perempuan dibandingkan laki-laki (Milita et al., 2021).

Menurut peneliti sebagian responden memiliki *Self Care* baik, terdapat 25 responden, dimana 6 responden (24,0%) yang memiliki *Quality Of Life* kurang,. Hal ini disebabkan karena beberapa faktor antara yaitu pada tingkat pendidikan sangat mempengaruhi pengetahuan. Faktor pendidikan akan mendukung pengetahuan seseorang tentang suatu hal, karena dengan pendidikan seseorang dapat lebih mengetahui suatu hal tersebut. Kemampuan menyerap dan memahami informasi bagi seseorang pada level yang tinggi akan mempengaruhi kesadaran dalam menjaga kesehatannya. Menurut jurnal penelitian sebelumnya Hastuti et al., (2019), menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki *Self Care* baik, terdapat (56,6%) responden dan memiliki kualitas hidup kurang baik yaitu 13 responden (43,3%). Hal ini sebabkan karena beberapa faktor antara yaitu pada tingkat pendidikan sangat mempengaruhi pengetahuan. Responden dengan pendidikan rendah masih sangat kurang pengetahuannya tentang bagaimana cara perawatan diri untuk penyakit DM yang baik untuk meningkatkan kualitas hidup. Seseorang yang memiliki *Self Care* baik dapat meningkatkan kualitas hidup yang baik pula (Hastuti et al., 2019).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden yang memiliki *Self Care* kurang berjumlah 38 responden, dimana terdapat 15 responden (20,5%) yang memiliki *Quality Of Life* baik dan 23 responden (17,5%) yang memiliki *Quality Of Life* kurang. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* penderita diabetes melitus tipe 2 suku Bajo di wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone. Menunjukkan hasil analisis uji statistic chi-square yang telah didapatkan nilai *p* value= 0,004 (*p* value <0,05).

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Zaura et al., (2021) bahwa dari 126 responden yang memiliki *Self Care* baik terdapat 123 responden (50,8%) memiliki kualitas hidup baik. Sementara dari 116 responden yang memiliki *Self Care* kurang terdapat 105 responden (43,4%) memiliki kualitas hidup kurang. Dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan *Self Care* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe II di Kabupaten Bireuen. Dan menyatakan bahwa pasien diabetes melitus harus mengetahui bagaimana cara berespon jika mengalami peningkatan kadar glukosa darah dan mengelola pada saat kondisi tubuhnya menurun (Zaura et al., 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardilla et al., (2020) menyatakan bahwa sebanyak 71 responden (100%) diantaranya yang berkualitas buruk sebanyak 42 responden (59,2%), sedangkan berkualitas baik sebanyak 29 responden (40,8%), banyak pasien yang menyatakan bahwasanya kualitas hidupnya buruk, hal ini menunjukkan bahwa apabila *Self Care* dilakukan dengan baik maka secara tidak langsung akan meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus dimana kualitas hidup pasien merasakan puas dan bahagia sehingga pasien diabetes melitus dapat menjalankan kehidupan sehari-hari, apabila pasien tersebut dapat melakukan pengontrolan yang baik dan teratur melalui perubahan gaya hidup yang teratur, tepat dan permanen sehingga tidak terjadi komplikasi yang dapat menurunkan kualitas hidup pasien diabetes melitus dan dapat menjalankan kehidupan dengan biasanya (Ardilla et al., 2020).

Meskipun dalam penelitian ini terdapat hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* penderita diabetes Melitus tipe II, namun terdapat pula 25 responden yang memiliki *Self Care* baik tetapi memiliki *Quality Of Life* rendah. Hal ini dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin pasien yang sebagian besar perempuan. Sesuai dengan penelitian Irawan et al., (2021) mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki kualitas hidup rendah lebih

banyak berjenis kelamin perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki, karena laki-laki lebih banyak yang bekerja ataupun melakukan aktifitas fisik dibandingkan dengan perempuan sehingga lebih banyak berinteraksi dengan orang lain, hal tersebut dapat meningkatkan kualitas hidup pasien (Irawan et al., 2021).

*Quality Of Life* yang kurang berkaitan dengan kondisi fisik penderita diabetes melitus yang sering merasa nyeri menghambat produktifitas diri dan perasaan tidak ada harapan pada penyakitnya. Menurut asumsi peneliti bahwa apabila pasien tersebut dapat melakukan pengontrolan yang baik melalui perubahan gaya hidup yang teratur, sehingga tidak terjadi komplikasi yang dapat menurunkan kualitas hidup pasien diabetes melitus dan dapat menjalankan kehidupan dengan biasanya. Penelitian ini sejalan dengan Teli, (2016) yang menyatakan bahwa penelitian ini juga menunjukkan bahwa pasien diabetes melitus yang mengalami penurunan pada semua aspek yaitu fungsi fisik, fungsi mental, nyeri, kesehatan umum, peran dan tanggung jawab, serta perubahan peran. Semua komponen menunjukkan <80 yang menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien diabetes melitus mengalami penurunan. Penelitian ini juga menggambarkan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien yaitu jenis kelamin, komplikasi dan lamanya menderita penyakit diabetes melitus dengan  $p=0,000$  (Teli, 2016).

Penelitian ini pula terdapat 38 responden yang memiliki *Self Care* kurang tetapi memiliki *Quality Of Life* tinggi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh tidak adanya komplikasi yang dialami responden. Sesuai dengan penelitian Sornim & Tenrilemba, (2019) mengemukakan bahwa komplikasi akut dan kronis pada pasien DM merupakan hal yang serius. Gangguan pada produksi insulin akan menimbulkan berbagai permasalahan baik makrovaskuler maupun mikrovaskuler. Komplikasi seperti stroke, gangguan pada jantung dan neuropati mempunyai dampak terhadap dimensi-dimensi kualitas hidup, begitu juga seseorang yang tidak mengalami komplikasi akan memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi (Sornim & Tenrilemba, 2019).

*Self Care* adalah gambaran perilaku pasien diabetes melitus mampu tidaknya melakukan pengaturan pola makan (diet), mengontrol kadar gula darah, terapi obat, perawatan kaki dan latihan fisik (olahraga) (Arifin et al., 2020). *Self Care* dalam konteks pasien dengan penyakit kronis merupakan hal yang kompleks dan sangat dibutuhkan untuk keberhasilan manajemen serta kontrol dari penyakit kronis. *Self Care* dapat digunakan sebagai teknik pemecahan masalah dalam kaitannya dengan kemampuan coping dan kondisi/full karena penyakit diabetes. Banyak penelitian yang telah membuktikan bahwa *Self Care* meningkatkan kualitas hidup dengan menurunkan nyeri, kecemasan dan kelelahan, meningkatkan kepuasan pasien, serta menurunkan penggunaan tempat pelayanan kesehatan (Asnaniar, 2019). *Quality Of Life* sebagai persepsi individu dalam kehidupan dan konteks budaya serta system nilai yang terkait dengan tujuan, harapan, standard an perhatian (Kuniyo et al., 2018).

Pasien Diabetes Melitus yang tidak diperhatikan dengan baik akan meningkatkan resiko terjadinya komplikasi, karena pasien Diabetes Melitus rentan mengalami komplikasi yang diakibatkan karena terjadinya defisiensi insulin atau kerja insulin yang tidak adekuat. Ketika penderita Diabetes Melitus mengalami komplikasi, maka akan berdampak pada menurunnya Umur Harapan Hidup (UHP), penurunan kualitas hidup, serta meningkatnya angka kesakitan (Fitrina et al., 2022).

Edukasi merupakan bagian upaya pencegahan dan yang sangat penting dari pengelolaan diabetes melitus secara holistik meliputi edukasi tentang pola makan, pola aktivitas fisik, keteraturan mengkonsumsi OAD atau insulin dan perawatan kaki. Edukasi kepada pasien diabetes membuat perubahan gaya hidup dalam sikap dan perilaku serta komplikasi, sehingga dapat menyebabkan peningkatan kualitas hidup mental dan fisik (Wally et al., 2022).

## Kesimpulan

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa ada hubungan *Self Care* dengan *Quality Of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 Suku Bajo di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kabupaten Bone, penelitian yang didapatkan bahwa responden yang memiliki *Self Care* baik maka akan berdampak baik pada *Quality Of Life* responden dan begitu pula sebaliknya responden yang memiliki *Self Care* kurang maka akan berdampak kurang pada *Quality Of Life*.

## Saran

1. Bagi Pasien  
Diharapkan pasien memperbaiki komunikasi dengan keluarga agar memperbaiki pola hidup sehat sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya kualitas hidup rendah pada pasien serta tetap menjaga kadar gula darahnya agar tetap terkontrol dengan menjaga pola makan, pola aktivitas fisik dan perawatan kaki untuk mencegah terjadinya komplikasi.
2. Bagi Puskesmas  
Diharapkan untuk perawat hendaknya senantiasa memotivasi keluarga untuk terus mendukung proses perawatan pasien Diabetes Melitus di rumah dengan aktif mengawasi perkembangan kesehatan penderita Diabetes Melitus dan selalu meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap yang baik dalam

memberikan pelayanan pada penderita Diabetes Melitus demi mengurangi resiko terjadinya kualitas hidup rendah pada pasien pasien Diabetes Melitus.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang faktor lain yang mempengaruhi kualitas hidup pasien pasien Diabetes Melitus dengan menggunakan sampel yang lebih banyak.

### Ucapan Terima Kasih

Mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah mendukung atas terlaksananya proses penelitian ini diantaranya : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, pasien dan pihak UPT BLUD Puskesmas Bajoe Kab. Bone yang telah mengizinkan dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

### Referensi

- Andari, F. N., Hamzah, A. S., & Wahyu, H. (2020). *Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Dengan Ulkus Diabetikum*. 08(April), 1–8.
- Ardilla, M. S., Lasmawanti, S., & Zulfandi. (2020). *Hubungan Self Care diabetes Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Umum Mitra Medikamedan Tahun 2020*. 1(5), 1191–1200.
- Arifin, H., Afrida, & Ernawati. (2020). *Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Sinjai*. 15, 406–411. <https://www.jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/937>
- Asnaniar, W. O. S. (2019). *Hubngan Self Care Management Diabetes Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(4), 295–298.
- Dinkes Prov. Sulawesi Selatan. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2021*. [https://apidinkes.sulselprov.go.id/repo/dinkes-PROFIL\\_20211.pdf](https://apidinkes.sulselprov.go.id/repo/dinkes-PROFIL_20211.pdf). Dinas Kesehatan Sulawesi Selatan
- Fitriana, Y., Amelia, D., & Fadhillah, J. (2022). *Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Rasimah Ahmad Kota Bukit Tinggi*. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 2(4657), 62–72. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Haskas, Y., Suarnianti, & Restika, I. (2020). *Efek Intervensi Perilaku Terhadap Manajemen Diri Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 : Sistematis Review*. 2(2), 235–244.
- Hastuti, Januarista, A., & Suriawanto, N. (2019). *Hubungan self care dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Ruang Garuda Rsu Anutapura Palu*. *Journal of Midwifery and Nursing*, 1(3), 24–31. <https://iocscience.org/ejournal/index.php/JMN/article/view/256>
- IDF. (2021). *Diabetes Mellitus*. <https://idf.org/aboutdiabetes/what-is-diabetes.html>.
- Irawan, E., Fatih, H. Al, & Faishal. (2021). *Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Babakan Sari*. 9(1), 74–81.
- Juariah, Istianah, & Nurmasyah. (2022). *Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poliklinik Penyakit Dalam RS Rajawali*. 1(1), 14–25.
- Krisna, I. K., Lestari, N. K. Y., & Sari, N. A. M. E. (2019). *Literature Review :Kontribusi Self Care Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien DM Tipe II*. *Kinabalu*, 11(2), 50–57.
- Kuniyo, H., Haskas, Y., & Zainal, S. (2018). *Pengaruh Locus Of Control (LOC) Terhadap Quality Of Life (QOL) Pada Pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe II Di RSUD Kota Makassar Tahun 2018*. 2018(Dm). <https://www.jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/289>
- Luther, M., Haskas, Y., & Kadrianti, E. (2022). *Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life Penderita Diabetes Melitus TIPE II*. 2, 401–407. <https://www.jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/946>
- Luthfa, I., & Fadhillah, N. (2019). *Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus*. 4(2), 397–405.
- Milita, F., Handayani, S., & Setiaji, B. (2021). *Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II pada Lanjut Usia di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018 )*. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 9–20.
- Nurhayati, C. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diabetes Melitus,Self Management Dengan*

- Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Journal of Nursing and Health Science*, 1(2), 58–65.
- Priyanto, A., & Juwariah, T. (2021). *Hubungan Self Care Dengan Kestabilan Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe II*. 10(1), 74–81.
- Sornim, M. H., & Tenrilemba, F. (2019). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Uptd Puskesmas Tunggakjati Kecamatan Karawang Barat Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2).
- Teli, M. (2016). *Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Se Kota Kupang*. Dm, 1–12.
- Wally, M. L., Haskas, Y., & Kadrianti, E. (2022). *Pengaruh Self Instructional Training Terhadap Quality Of Life Penderita Diabetes Melitus*. 2, 393–400. <https://doi.org/10.35892/jimpk.v2i3.940>.  
<https://www.jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/946>
- WHO. (2022). *Diabetes Mellitus*. [https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=\\_1](https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=_1).
- Zaura, T. A., Bahri, T. S., & Darliana, D. (2021). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Endurance*, 1(2), 132–144. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1137>