

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

Sasti Wongsosumito^{1*}, Yusran Haskas², Eva Arna Abrar³

^{1*2,3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245

*E-Mail: penulis-korespondensi: (sastiwongsosumito@gmail.com /082317735206)

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

Abstract

Diabetes Mellitus is a chronic disease that has increased from year to year, especially in urban areas due to rapid population growth, unhealthy eating patterns, obesity and a sedentary lifestyle, thereby reducing the quality of life of sufferers. The modern urban lifestyle greatly influences the increase in the prevalence of diabetes mellitus. Diabetes mellitus disease affects the lifestyle of people with type II diabetes mellitus so that it has a negative impact on quality of life. Decreased quality of life in patients with diabetes mellitus is characterized by the patient's inability to exercise self-control independently. Diabetes self-care is an action taken by individuals to control diabetes which includes treatment and prevention of complications. Quality of life is a concept related to the well-being of sufferers physically, psychologically, socially and environmentally. The purpose of this study was to determine the relationship between self care and quality of life in people with Diabetes Mellitus type II Makassar tribe in the working area of the Pampang Health Center, Makassar City. This study used a quantitative research method with a cross sectional research design. Sampling using consecutive sampling technique with a total sample of 53 respondents. Data collection used a questionnaire and was analyzed by Chi-Square test ($p < 0.05$). The results of the study showed that there was a relationship between self care and quality of life in type II diabetes mellitus patients with $p = 0.002$. The conclusion in this study is that there is a relationship between self care and quality of life in people with type II Diabetes Mellitus in the working area of the Pampang Public Health Center, Makassar City.

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

Abstrak

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang mengalami peningkatan dari tahun ke tahun terutama di perkotaan disebabkan oleh faktor pertumbuhan penduduk yang cepat, pola makan tidak sehat, obesitas dan gaya hidup kurang gerak, sehingga menurunkan kualitas hidup penderita. Gaya hidup moderen perkotaan sangat mempengaruhi peningkatan prevalensi diabetes melitus. Penyakit diabetes melitus ini mempegaruhi *life style* terhadap penderita diabetes melitus tipe II sehingga berdampak buruk terhadap *Quality of Life*. Penurunan *Quality of Life* pada pasien diabetes melitus ditandai dengan ketidaksanggupan pasien tersebut melakukan pengontrolan diri secara mandiri. *Self Care* diabetes merupakan tindakan yang dilakukan perorangan untuk mengontrol diabetes yang meliputi tindakan pengobatan dan pencegahan komplikasi. *Quality of Life* merupakan suatu konsep yang berhubungan dengan kesejahteraan penderita baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe II suku makassar di wilayah kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *consecutive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 53 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *Chi-Square* ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* penderita Diabetes Melitus tipe II dengan nilai $p=0,002$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe II di wilayah Kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar.

Kata Kunci; *Diabetes Melitus; Perawatan Diri; Kualitas Hidup*

Pendahuluan

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis umum terjadi pada orang dewasa yang membutuhkan supervisi medis berkelanjutan dan edukasi perawatan mandiri pada pasien, dimana bergantung pada tipe DM dan usia pasien. Diabetes Melitus merupakan penyakit yang ditandai dengan terjadinya *hiperglikemia* dan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, protein yang dihubungkan dengan kekurangan secara absolut atau relative dari kerja atau sekresi insulin (Anggraini Berti Rima, 2021). Saat ini kejadian penyakit tidak menular pada masyarakat semakin meningkat dimana dari sepuluh penyebab utama kematian, dua diantaranya adalah penyakit tidak menular yang mengalami peningkatan secara terus menerus dari tahun ke tahun (Haskas et al., 2019).

Data *World Health Organization* (WHO), menyebutkan bahwa jumlah penderita diabetes melitus tercatat 422 juta di dunia menderita penyakit tidak menular diabetes melitus dimana pada penderita diabetes terdapat 1,5 juta penyebab langsung kematian dan 48% dari seluruh kematian dengan presentase akibat diabetes melitus terjadi sebelum usia 70 tahun khususnya di negara-negara dengan status ekonomi rendah (Haskas, 2020). (Haskas, 2020). (Haskas et al., 2020). (Haskas et al., 2020).

Prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur 15 tahun sebesar 2%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan prevalensi diabetes melitus pada penduduk 15 tahun pada hasil Riskesdas 2013 sebesar 1,5%. Namun prevalensi diabetes melitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Angka ini menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita diabetes yang mengetahui bahwa dirinya menderita diabetes (Kemenkes RI, 2021).

Berdasarkan data Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF), penderita diabetes diprediksi prevalensi diabetes global pada usia 20-79 tahun pada tahun 2021 diperkirakan 10,5% (536,6 juta orang), meningkat menjadi 12,2% (783,2 juta) pada 2045. Pada penderita berjenis kelamin pria dan wanita serupa dan tertinggi dimana berusia 75-79 tahun. Prevalensi (2021) di perkiraan lebih tinggi di perkotaan (12,1%) daripada pedesaan (8,3%), dan di negara-negara berpenghasilan tinggi (11,1%) dibandingkan dengan negara-negara berpenghasilan rendah (5,5%). Peningkatan relatif terbesar dalam prevalensi diabetes antara tahun 2021 dan 2045 diperkirakan terjadi di negara-negara berpenghasilan menengah (21,1%) dibandingkan dengan negara berpenghasilan tinggi (12,2%) dan rendah (11,9). Pengeluaran kesehatan terkait diabetes global diperkirakan mencapai 1.054 miliar USD pada tahun 2045 (IDF, 2022).

Menurut *American Diabetes Association* (ADA) tahun 2018, menunjukkan jumlah penderita diabetes di Amerika sebanyak 34,2 juta atau 10,5% dari populasi, dimana sekitar 1,5 juta orang Amerika di diagnosis menderita diabetes setiap tahunnya. Presentase orang Amerika berusia 65 tahun dan lebih tua sebanyak 26,8% atau 14,3 juta. Kejadian ini meningkat karena adanya 88 juta orang Amerika berusia 18 tahun ke atas sudah mengalami prediabetes (ADA, 2020).

Prevalensi diabetes di Sulawesi Selatan tahun 2020 tercatat penderita Diabetes Melitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sebanyak 80.788 penderita, dengan kasus terbanyak di Kota Makassar 18.305 orang dan Kabupaten Bone sebanyak 7.455 orang. Sedangkan kasus terendah terdapat di Kabupaten Barru sebanyak 881 orang, dan Kabupaten Selayar 927 orang (Dinkes Prov. Sulawesi Selatan, 2021).

Berdasarkan data dari Puskesmas Pampang Kota Makassar menunjukkan bahwa jumlah keseluruhan penderita diabetes melitus pada tahun 2021 sebanyak 623 penderita diabetes melitus yang berkunjung, pada tahun 2022 sebanyak 810 penderita diabetes melitus yang berkunjung, dan data pada tahun 2022 di bulan Oktober tercatat ada 113 penderita diabetes melitus yang berobat atau berkunjung di Puskesmas Pampang.

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis disebabkan oleh peningkatan konsentrasi glukosa dalam darah, yang dapat merusak sistem lain dari tubuh. Kondisi tersebut terus meningkat terutama di negara berkembang dan disebabkan oleh faktor-faktor seperti pertumbuhan penduduk yang cepat, penuaan, pola makan yang tidak sehat, obesitas, dan gaya hidup yang kurang gerak dimana pada seseorang yang mengalami DM pengendalian diri atau kebiasaan hidupnya kurang baik dimana cenderung tidak mengontrol kesehatannya dengan sebaik-baiknya (Haskas, 2020).

Gaya hidup moderen perkotaan sangat mempengaruhi peningkatan prevalensi Diabetes Melitus. Penyakit diabetes melitus ini *mempengaruhi life style* terhadap penderita diabetes melitus tipe II sehingga berdampak buruk terhadap *quality of life*. Penurunan *quality of life* pada pasien Diabetes Melitus ditandai dengan ketidakmampuan pasien tersebut melakukan pengontrolan diri secara mandiri yang disebut *locus of control (loc)* (Haskas et al., 2019)

Tingginya prevalensi diabetes melitus tipe 2 karena faktor risiko yang tidak dapat dirubah seperti faktor genetik, jenis kelamin, dan umur. Selanjutnya faktor risiko yang bisa dirubah seperti kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, aktivitas fisik dan indeks massa tubuh. Resistensi insulin dan defisiensi insulin umumnya ditemukan pada penderita diabetes melitus tipe 2, gejala yang muncul akibat kadar gula yang tidak terkontrol dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menimbulkan gangguan fungsi pada fisik, psikologis dan sosial. Hal-hal tersebut menyebabkan penderita diabetes melitus tipe 2 merasa kurang sejahtera dan menurunnya kualitas hidup (Haskas et al., 2020).

Self Care diabetes merupakan tindakan yang dilakukan perorangan untuk mengontrol diabetes yang meliputi tindakan pengobatan dan pencegahan komplikasi. *Self Care* dapat diartikan kemampuan individu, keluarga, dan komunitas untuk promosi kesehatan, mencegah penyakit, menjaga kesehatan, menangani penyakit dan disabilitas dengan atau tanpa bantuan penyedia layanan kesehatan (Safruddin & Yuliati, 2022).

Quality of life (kualitas hidup) merupakan suatu konsep yang berhubungan dengan kesejahteraan penderita baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun lingkungan. Kualitas hidup sangat penting untuk mendapatkan perhatian yang serius dikarenakan hubungannya sangat erat dengan morbiditas dan mortalitas kesehatan seseorang, berat ringannya penyakit, dan lamanya penyembuhan serta dapat memperparah kondisi penyakit bahkan dapat menyebabkan kematian jika kualitas hidup kurang (Zainudin, et al, 2015) dalam (Hardianti et al., 2020).

Menurut penelitian Chaidir, Wahyuni, Furkhani (2017) terhadap 89 responden dengan penderita diabetes melitus didapatkan 37 (41,6%) responden yang melakukan *Self Care* rendah, dan dari 89 responden dengan kualitas hidup yang buruk sebanyak 47 (52,8%) Ternyata perawatan diri yang dilakukan pada pasien diabetes melitus mempengaruhi suatu kualitas hidup yang di dapat yaitu dengan ditemukannya (21%) yang memiliki kualitas hidup baik. Masih rendahnya kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tersebut dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, dan lama menderita. Jenis kelamin perempuan sangat berisiko tinggi. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Inge Ruth S (2014) dalam di dapatkan dari 85 responden, 67 responden memiliki kualitas hidup yang buruk. Dimana responden merasa hidupnya kurang puas akibat perubahan fisik yang dialami diabetes melitus (Hardianti et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Suantika (2012) menyebutkan bahwa *Self Care* diabetes melitus mempengaruhi kualitas hidup sebesar 36% yang berarti semakin tinggi tingkat *Self Care* maka semakin tinggi pada kualitas hidup responden diabetes melitus tipe 2 (Putri, 2017) dalam (Hartati et al., 2019). Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa *Self Care* dengan kualitas hidup sangat mempengaruhi sehingga diperlukan penatalaksanaan manajemen diri serta kualitas hidup untuk penderita diabetes melitus. Penatalaksanaan manajemen diri pada penderita DM terfokus pada empat aspek yaitu memonitoring kadar glukosa darah, variasi nutrisi yang dikonsumsi setiap hari, pengaturan insulin, serta latihan fisik (Chaidir et al., 2017).

Dari latar belakang diatas, maka dilakukan penelitian terhadap Hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* Diabetik penderita Diabetes Melitus Tipe II Suku Makassar di Wilayah Kerja Pampang Kota Makassar.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode survei analitik dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Rancangan ini di pilih untuk menilai hubungan *self care* dengan *quality of life* pada penderita diabetes melitus. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pampang Kota Makassar pada tanggal 12 desember 2022-07 januari 2023. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua variabel yaitu variabel Independen dan dependen, variabel independen adalah *Self care* dan variabel dependen adalah *Quality of life*. Populasi dalam penelitian adalah semua penderita Diabetes Melitus tipe II yang datang berkunjung yang berjumlah 113 di wilayah kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 53 responden dengan menggunakan rumus slovin. Penelitian ini menggunakan teknik *consecutive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar, responden yang berusia 20-79 tahun yang bersedia menjadi responden, dan responden yang bisa berkomunikasi dengan baik. Sedangkan Kriteria eksklusi adalah responden yang tidak bersedia mengisi kuesioner penelitian, tidak berada di tempat penelitian, dan tidak bisa berkomunikasi. Teknik pengumpulan dalam penelitian menggunakan Data primer dan Sekunder. Dimana data primer menggunakan lembar kuesioner. Kuesioner penelitian yang digunakan dalam penelitian ini diadaptasi dari skala baku diabetes *Quality of Life* dan *Self Care* yang mengukur *QoL* dan *Self care* pasien Diabetes Melitus tipe II. Sedangkan data sekunder diperoleh dari buku register Puskesmas Pampang Kota Makassar. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan *editing, coding, processing, cleaning* dan *tabulating*. Penelitian ini menggunakan analisis univariat yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik, dan analisis bivariate digunakan untuk mengetahui hubungan variabel independen terhadap dependen menggunakan uji *Chi -square* dengan tingkat signifikan ($\alpha=0,05$). Adapun perhitungan rumus tersebut, penelitian menganalisisnya dengan bantuan *Microsoft excel 2021* dan *SPSS 23 For Windows*. Penelitian ini telah lulus mutu etik dengan nomor 685/STIKES-NH-KEPK-XII/2022 yang dikeluarkan pada tanggal 05 desember 2022 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin.

Hasil

1. Analisis Univariat

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar (n=53)

Karakteristik Umum	n	%
Umur		
36-45 tahun	5	9,4
46-55 tahun	17	32,1
56-65 tahun	30	56,6
>65 tahun	1	1,9
Jenis Kelamin		

Laki-laki	16	30,2
Perempuan	37	69,8
Pendidikan		
Tidak tamat SD	13	24,5
SD	17	32,1
SLTP	10	18,9
SLTA	7	13,2
Perguruan tinggi	6	11,3
Pekerjaan		
Tidak bekerja	32	60,4
Buruh	5	9,4
Petani	5	9,4
Pegawai Swasta	6	11,3
PNS	3	5,7
TNI/Polri	2	3,8
Lama Menderita DM		
<5 tahun	34	64,2
>5 tahun	19	35,8
GDS Terakhir		
<200	17	32,1
>200	36	67,9
Komplikasi		
Ya	5	9,4
Tidak	48	90,6
Merokok		
Ya	9	17,0
Tidak	44	83,0
Penggunaan Insulin		
Ya	7	13,2
Tidak	46	86,6

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 82 responden di dapatkan bahwa karakteristik umur responden terbanyak berada pada rentan umur 56-65 tahun sebanyak 30 responden (56,6%) dan paling sedikit berada pada rentan umur >65 tahun sebanyak 1 responden (1,9%). Karakteristik jenis kelamin responden terbanyak yaitu perempuan sebanyak 37 responden (69,8%) dan laki-laki sebanyak 16 responden (30,2%). Karakteristik berdasarkan pendidikan terakhir diperoleh pendidikan tidak tamat SD 13 responden (24,5%), pendidikan SD 17 responden (32,1%), pendidikan SLTP 10 responden (18,9%), pendidikan SLTA 7 responden (13,2%), dan perguruan tinggi 6 responden (11,3%). Karakteristik berdasarkan pekerjaan diperoleh tidak bekerja 32 responden (60,4%), buruh 5 responden (9,4%), petani 5 responden (9,4%), Pegawai Swasta 6 responden (11,3%), PNS 3 responden (5,7%), TNI/Polri 2 responden (3,8%) dan lain-lain 4 responden (7,5%). Karakteristik lama menderita DM diperoleh kurang dari 5 tahun sebanyak 34 responden (64,2%), dan lebih dari 5 tahun sebanyak 19 responden (35,8%). Karakteristik GDS terakhir diperoleh kurang dari 200 sebanyak 17 responden (32,1%), dan lebih dari 200 sebanyak 36 responden (67,9%). Karakteristik komplikasi diperoleh yang mengalami komplikasi sebanyak 5 responden (9,4%), dan tidak mengalami komplikasi sebanyak 48 responden (90,6%). Karakteristik yang merokok diperoleh yang merokok sebanyak 9 responden (17,0%) dan yang tidak merokok sebanyak 44 responden (83,0%). Karakteristik penggunaan insulin diperoleh yang menggunakan insulin sebanyak 7 responden (13,2%) dan yang tidak menggunakan insulin sebanyak 46 responden (86,6%).

2. Analisa Bivariat

Tabel 2 Hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar

<i>Self Care</i>	<i>Quality of Life</i>						ρ	α
	Tinggi		Rendah		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Baik	12	67,7	6	33,3	18	100,0	0,002	0,05
Kurang	7	20,0	28	80,0	35	100,0		
Total	53	35,8	34	32,3	53	100,0		

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki *Self Care* baik berjumlah 18 responden, dimana terdapat 12 responden (66,7%) yang memiliki *Quality of Life* baik dan 6 responden (33,3%) yang memiliki *Quality of Life* kurang, sedangkan responden yang memiliki *Self Care* kurang berjumlah 35 responden, dimana terdapat 7 responden (20,0%) yang memiliki *Quality of Life* baik dan 28

responden (80,0%) yang memiliki *Quality of Life* kurang. Hasil uji statistik dengan *Chi-square* diperoleh nilai $p=0,002$, yang artinya nilai $p<\alpha(0,05)$, maka hipotesis alternatif diterima. Interpretasi bahwa ada hubungan *Self Care* dengan *quality of life* penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Pampang Makassar.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Pampang tentang hubungan *Self Care* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus tipe II yang dilakukan terhadap 53 responden dengan pembahasan sebagai berikut :

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 53 responden, menunjukkan bahwa jumlah responden yang memiliki *Self Care* baik yaitu sebanyak 18 responden, dimana terdapat 12 responden dengan *quality of life* baik dan 6 responden yang *quality of life* kurang. Hal ini disebabkan oleh tingkat pendidikan yang rendah yaitu SD sebanyak 17 responden (32,1%). Sejalan dengan penelitian Hastuti (2019) mengemukakan bahwa dari segi pendidikan dimana penderita DM lebih banyak berpendidikan SD. Pendidikan yang rendah masih sangat kurang memahami cara mencapai kualitas hidup yang baik. Hal ini di dukung oleh penelitian (Hastuti et al., 2019) yang mengatakan bahwa responden dengan pendidikan rendah masih sangat kurang pengetahuannya tentang bagaimana cara perawatan diri untuk penyakit DM yang baik untuk meningkatkan kualitas hidup.

Penelitian yang peneliti dapatkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi *Self Care* dengan kualitas hidup pasien DM yaitu usia, jenis kelamin, pekerjaan. Perkeni (2015) dalam (Luthfa & Fadhilah, 2019), menyatakan bahwa kelompok usia 45 tahun keatas adalah kelompok umur yang berisiko mengalami diabetes melitus. Semakin meningkatnya umur maka resiko mengalami diabetes melitus semakin tinggi hal ini dikarenakan produksi hormon insulin mengalami penurunan. Sejalan dengan penelitian Hastuti *et al.*, (2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi *Self Care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus salah satunya adalah usia. Didapatkan usia pada rentang 51-60 tahun merupakan awal seseorang individu memasuki usia lansia. Diusia tersebut tubuh sudah mulai mengalami penurunan. Penurunan yang mulai terjadi adalah penurunan kerja hormon pankreas dalam memproduksi insulin dan mengakibatkan terjadinya peningkatan kadar gula darah. Sehingga pada usia ini seorang individu cenderung mengalami penurunan kualitas hidup.

Hasil penelitian yang peneliti dapatkan adalah untuk jenis kelamin adalah sebagian besar responden perempuan, Sejalan dengan penelitian (Luthfa & Fadhilah, 2019), mengemukakan bahwa perempuan lebih banyak daripada laki-laki karena perempuan memiliki kadar lemak yang lebih banyak serta cepat terjadi kenaikan berat badan daripada laki-laki dan perempuan jarang olahraga sehingga perempuan lebih besar resiko terkena diabetes melitus daripada laki-laki. Hal tersebut diakibatkan karena tidak mengontrol kesehatannya dengan baik, sehingga kualitas hidup pasien juga menurun. Hastuti *et al.*, (2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi *Self Care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus salah satunya adalah usia. Didapatkan usia pada rentang 51-60 tahun merupakan awal seseorang individu memasuki usia lansia. Diusia tersebut tubuh sudah mulai mengalami penurunan. Penurunan yang mulai terjadi adalah penurunan kerja hormon pankreas dalam memproduksi insulin dan mengakibatkan terjadinya peningkatan kadar gula darah. Sehingga pada usia ini seorang individu cenderung mengalami penurunan kualitas hidup.

Hasil penelitian yang peneliti dapatkan adalah untuk pekerjaan responden sebagian besar tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga. Sejalan dengan penelitian (Harsismanto J. et al., 2021) yang menunjukkan bahwa pekerjaan responden sebagian besar yaitu ibu rumah tangga sebanyak 11 responden. Manurung & Panjaitan (2020) dalam (Harsismanto J. et al., 2021) mengemukakan bahwa pekerjaan mempengaruhi resiko diabetes melitus, masyarakat yang sibuk dengan kegiatan atau pekerjaan sehari-hari, jadwal makan dan tidur tidak teratur menjadi faktor dalam meningkatnya penyakit DM, serta akan lebih berisiko terkena diabetes melitus. Dapat disimpulkan bahwa pekerjaan dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang terutama ibu rumah tangga.

Responden yang memiliki *Self Care* kurang yaitu sebanyak 35 responden, dimana terdapat 7 responden dengan *quality of life* baik, dan terdapat 28 responden yang memiliki *quality of life* yang kurang. Hal ini di sebabkan oleh manajemen diri yang tidak baik.

Penelitian (Haskas et al., 2022) mengemukakan bahwa ada hubungan antara *Self Care* dengan *quality of life* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar. Apabila responden memiliki *Self Care* kurang lebih cenderung memiliki *quality of life* rendah. Penurunan kualitas hidup pada pasien DM sering diikuti dengan ketidakmampuan pasien tersebut dalam melakukan perawatan dirinya secara mandiri. Hal ini di dukung oleh penelitian (Hardianti et al., 2020) terdapat 12 responden yang memiliki kualitas hidup yang rendah. Menurut hasil pengkajian peneliti, terdapat 7 responden dengan *Self Care* rendah dikarenakan responden belum mampu mengikuti perencanaan makan (diet) sesuai anjuran dokter dan jarang melakukan aktifitas fisik diluar rumah seperti berjalan kaki.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Luthfa & Fadhilah, 2019), mengemukakan bahwa *Self Management* memiliki hubungan dengan kualitas hidup diabetes melitus. Dimana jika *Self Management* dilakukan secara teratur maka kualitas hidup penderita diabetes melitus akan meningkat.

Penelitian (Asnaniar, 2019), mengemukakan bahwa ada hubungan antara *Self Care* dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Antang Kota Makassar. *Self Care* bertujuan untuk mengontrol kadar glukosa darah secara optimal dan mencegah komplikasi yang timbul. Dengan adanya *Self Care* diabetes penderita DM, maka akan meningkatkan kemampuan mekanisme koping mereka terhadap penyakit dan meningkatkan keyakinan akan peningkatan kesehatannya sehingga akan berimplikasi pada peningkatan kualitas hidup.

Self Care diabetes merupakan tindakan yang dilakukan perorangan untuk mengontrol diabetes yang meliputi tindakan pengobatan dan pencegahan komplikasi. Manajemen diri penderita diabetes melitus yaitu bagaimana meningkatkan kontribusi dari lingkungan sekitar untuk berperan aktif dalam perawatan kesehatan pasien. Manajemen diri ini difokuskan pada keterlibatan semua sumber daya yang ada disekitar pasien sehingga akan lebih percaya diri dan meningkatkan perilaku dalam mengelola gejala, perawatan dan perubahan gaya hidup (Haskas et al., 2020).

Manajemen diri yang dilakukan secara konsisten dapat mengontrol ketidakstabilan kadar gula darah, meminimalkan komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup penderitanya. Pasien yang mengalami penyakit kronis dimana salah satunya adalah DM, seringkali mengalami penurunan fungsi tubuh. Penurunan fungsi tubuh tersebut jika tidak mampu diatasi oleh pasien maka akan menyebabkan turunnya kualitas hidup. Kualitas hidup sangat dibutuhkan untuk individu yang menderita Diabetes Melitus dalam proses pengobatan, agar individu tersebut lebih memperhatikan bagaimana meningkatkan kualitas hidupnya untuk dapat mencapai kondisi fisik yang lebih baik lagi dan menurunkan tingkat keparahan dari penyakit yang dideritanya tersebut (Putria & Sulistyawati, 2021) dalam (Wally et al., 2022)

Menurut asumsi peneliti, *Self Care* merupakan faktor yang berhubungan dengan *Quality of life* pada penderita diabetes melitus tipe II, dikarenakan responden memiliki *Self Care* yang kurang lebih cenderung memiliki *Quality of life* yang kurang. Disimpulkan bahwa semakin kurang *Self Care* penderita diabetes melitus maka semakin kurang pula kualitas hidup penderita diabetes melitus. Oleh karena itu untuk mencapai kualitas hidup yang baik bagi penderita diabetes melitus, penting bagi mereka menjaga pola hidup sehat dan manajemen *self* pasien diabetes dengan baik sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe II.

Kesimpulan

Ada hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar.

Saran

1. Bagi Pasien
Diharapkan pasien memperbaiki manajemen diri setiap harinya agar dapat memperoleh manajemen diri yang baik sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya dengan baik. Dengan cara memperbaiki pola hidup yang sehat, menjaga kadar gula darahnya, menjaga pola makan, menjaga aktivitas fisik, keteraturan minum obat, dan perawatan kaki untuk mencegah komplikasi yang muncul.
2. Bagi Puskesmas
Diharapkan untuk perawat atau pemegang program penyakit Diabetes Melitus terus memotivasi keluarga dan pasien untuk terus mengikuti kegiatan senam diabetes di Puskesmas, dan Posbindu di tiap-tiap desa sehingga dapat mengurangi *Self Care* dan kualitas hidup yang buruk bagi penderita Diabetes Melitus.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang faktor lain yang mempengaruhi kualitas hidup pasien Diabetes Melitus dengan menggunakan sampel yang lebih banyak.

Ucapan Terima Kasih

Terkhusus penulis persembahkan untuk kedua orang tua, sembah sujud penulis untuk beliau, orang tua, serta saudara-saudaraku yang senantiasa mendoakan, memberikan nasehat dan dorongan serta telah banyak berkorban agar penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik, dan semoga Allah SWT membalasnya dengan keberkahan yang berlimpah, dan juga kebahagiaan. Ucapan terima kasih diberikan kepada Bapak dan Ibu dosen beserta seluruh staf yang membantu selama menjenjang pendidikan S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin.

Referensi

ADA. (2020). *Statistics about diabetes. American Diabetes Association.*
<https://www.diabetes.org/resources/statistics/statistics-about-diabetes>

- Anggraini Berti Rima, P. A. (2021). Hubungan Self Care Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 2(2), 1–12.
- Asnaniar, S. (2019). DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf10410> Hubungan. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(4), 295–298.
- Chaidir, R., Wahyuni, A. S., & Furkhani, D. W. (2017). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Endurance*, 2(2), 132. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1357>
- Dinkes Prov. Sulawesi Selatan. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2020*. Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan. <http://dinkes.sulselprov.go.id/>
- Hardianti, A., Afrida, & Ernawati. (2020). Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 82. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/397>
- Harsismanto J., Padila, Andri, J., Sartika, A., & Andrianto, M. B. (2021). Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 3(2), 80–87.
- Hartati, I., Pranata Dwi, A., & Rahmatullah, R. M. (2019). *Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Poli Penyakit Dalam Rsud Langsa*. 2(2), 94–104.
- Haskas, Y. (2020). *Dampak Locus of Control Eksternal terhadap Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Abstrak*. 1–9.
- Haskas, Y., Kuniyo, H., & Syaipuddin, S. (2019). Pengaruh Locus of Control (Loc) Terhadap Quality of Life (Qol) Pada Pasien Diabetes Melitus (Dm) Tipe Ii Di Rsud Kota Makassar Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14(4), 352–357. <https://doi.org/10.35892/jikd.v14i4.289>
- Haskas, Y., Luther, M., Kadrianti, E., Nani, S., Makassar, H., Kemerdekaan, J. P., No, V., & Makassar, K. (2022). *Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life Penderita Diabetes Melitus TIPE II*. 2, 401–407. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/946>
- Haskas, Y., Suarnianti, S., & Restika, I. (2020). Efek Intervensi Perilaku Terhadap Manajemen Diri Penderita Diabetes Melitus Tipe 2: Sistematis Review. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 9(2), 235. <https://doi.org/10.25077/jka.v9i2.1289>
- 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. (2022). IDF Diabetes Atlas: Global, regional and country-level diabetes prevalence estimates for 2021 and projections for 2045. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 183, 109119. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2021.109119>
- Kemkes RI. (2021). *Situasi dan Analisis Diabetes*. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Luthfa, I., & Fadhilah, N. (2019). Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Endurance*, 4(2), 402. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i2.4026>
- Safurudin, & Yuliati. (2022). Analisis Self Care Behavior Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Antang Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 11(1), 10–24.
- Wally, M. L., Haskas, Y., & Kadrianti, E. (2022). *Pengaruh Self Instructional Training Terhadap Quality Of Life Penderita Diabetes Melitus*. 2, 393–400. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/940>
- WHO. (2022). *Diabetes*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>