

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

Muzdalifah^{1*}, Yusran Haskas², Indah Restika BN³

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

*E-Mail: penulis-korespondensi: ifavlis6@gmail.com / 085340965245

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

Abstract

The top ten causes of death, two of which are non-communicable diseases. One of them is Diabetes mellitus which has been increasing continuously from year to year. Diabetes mellitus is a metabolic disease when the level of glucose in the blood rises uncontrollably and the body is unable to compensate for the increase in insulin resistance. Diabetes mellitus if not handled properly will have an impact on the quality of life of sufferers. One of the actions to improve the quality of life is to do the right treatment through self care. Self care is a form of behavior carried out by each individual in maintaining health, development and life around him. The purpose of this study to determine the relationship of self-care with quality of life in patients with Type 2 diabetes mellitus in the working area of UPTD Community Health Center Benteng Selayar Islands regency. The research method used is quantitative research using cross sectional study approach. The population in this study amounted to 226 people all diabetes mellitus patients who came to visit from January to October 2022 at the UPTD Community Health Center Benteng Selayar Islands regency. Sampling technique using probability sampling with a sample of 69 respondents. Data collection in this study using a questionnaire by providing a list of questions with multiple choice answers to respondents and analyzed using the chi-square test. Statistical test results obtained $p = 0,039 < \alpha = 0,05$, so it can be concluded that there is a relationship of self-care with quality of life in patients with Type 2 diabetes mellitus.

Keywords: Diabetes Mellitus; Quality Of Life; Self Care

Abstrak

Sepuluh penyebab utama kematian, dua diantaranya adalah penyakit tidak menular. Salah satunya adalah penyakit Diabetes Melitus yang mengalami peningkatan terus menerus dari tahun ke tahun. Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik ketika kadar glukosa dalam darah naik tidak terkontrol dan tubuh tidak mampu untuk mengkompensasi peningkatan resistensi insulin. Penyakit Diabetes melitus apabila tidak ditangani dengan baik akan berdampak pada *quality of life* penderitanya. Salah satu tindakan untuk meningkatkan *quality of life* adalah melakukan perawatan yang tepat melalui *self care*. *Self care* adalah bentuk perilaku yang dilakukan oleh setiap individu dalam menjaga kesehatan, perkembangan dan kehidupan di sekitarnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *self care* dengan *quality of life* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 226 orang semua pasien diabetes melitus yang datang berkunjung dari bulan Januari sampai Oktober tahun 2022 di UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar. Teknik pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan jumlah sampel 69 responden. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dengan cara memberikan daftar pertanyaan dengan beberapa pilihan jawaban kepada responden dan dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Hasil uji statistik di dapatkan $p = 0,039 < \alpha = 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan *self care* dengan *quality of life* pada penderita diabetes melitus tipe 2.

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

Pendahuluan

Saat ini perhatian penyakit tidak menular semakin meningkat karena frekuensi kejadiannya pada masyarakat semakin meningkat. Dari sepuluh penyebab utama kematian, dua diantaranya adalah penyakit tidak menular. Salah satunya Diabetes Melitus merupakan penyakit tidak menular yang mengalami peningkatan terus menerus dari tahun ke tahun. Diabetes Melitus (DM) merupakan sebuah penyakit, dimana kondisi kadar glukosa di dalam darah melebihi batas normal (Kuniyo & Haskas, 2019). Diagnosa yang muncul ketika kadar glukosa dalam darah naik tidak terkontrol dan tubuh tidak mampu untuk mengkompensasi peningkatan resistensi insulin disebut Diabetes Melitus Tipe 2.

Menurut *World Health Organization* (WHO) Diabetes adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (atau gula darah), yang seiring waktu menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. Yang paling umum adalah Diabetes Melitus tipe 2, biasanya pada orang dewasa, yang terjadi ketika tubuh menjadi resisten terhadap insulin atau tidak mampu membuat cukup insulin. Sekitar 422 juta orang di seluruh dunia menderita Diabetes Melitus, mayoritas tinggal di negara 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, 2021).

Menurut *Internasional 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 prevalensi diabetes global pada usia 20-79 tahun diperkirakan 10,5 % (536,6 juta orang), meningkat menjadi 12,2 % (783,2 juta) pada tahun 2045. Diabetes Melitus tipe 2 adalah jenis diabetes yang paling umum, terhitung lebih dari 90% dari semua diabetes di seluruh 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. Diabetes bertanggung jawab atas 6,7 kematian pada tahun 2021 – 1 setiap 5 detik (IDF, 2021).

American Diabetes Association (ADA) menyatakan bahwa suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya, prevalensi pada tahun 2019 sebanyak 37,3 juta orang Amerika atau 11,3% dari populasi. Terdapat sekitar 1,9 juta orang Amerika menderita Diabetes Melitus tipe 1. Kasus baru sebanyak 1,4 juta orang Amerika didiagnosis menderita diabetes setiap tahun. Pada tahun 2019 sebanyak 96 juta orang Amerika berusia 18 tahun ke atas memiliki prediabetes (ADA, 2019).

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).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar kejadian Diabetes Melitus pada tahun 2020 terdapat 236 kunjungan, dan tahun 2021 terdapat 244, dan tahun 2022 pada bulan Januari sampai Oktober terdapat 226 kunjungan.

Diabetes Melitus tipe 2 apabila tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan munculnya berbagai macam gejala dan berakhir pada komplikasi akut maupun kronis. Keluhan yang dirasakan oleh penderita Diabetes Tipe 2 disebabkan oleh banyak hal diantaranya ketika kadar glukosa dalam darah tidak normal dan faktor penanganan penyakit melalui gaya hidup kurang maksimal. Pengendalian Diabetes Melitus tipe 2 dilakukan dengan manajemen pengobatan, dilakukan melalui pencegahan dan penanggulangan yaitu dengan menggunakan prinsip dasar manajemen pengendalian Diabetes Melitus yang meliputi modifikasi gaya hidup yang tidak sehat menjadi sehat melalui *Self care* (Safitri, 2021).

Menurut *Orem Self care* dapat meningkatkan fungsi-fungsi manusia dan perkembangan dalam kelompok sosial yang sejalan dengan potensi manusia, tahu keterbatasan manusia, dan keinginan manusia untuk menjadi normal. Penyimpangan pada *self care* biasanya dapat terlihat pada saat terjadinya penyakit. Penyakit tersebut dapat mempengaruhi struktur tubuh tertentu dan fisiologisnya atau mekanisme psikologis tapi juga mempengaruhi fungsi sebagai manusia (Orem, 2001). Ada 7 perilaku utama dalam perawatan diri, yaitu: makan sehat (diet sehat), aktif (aktivitas fisik yang memadai), pemantauan (kontrol gula darah), minum obat (konsumsi obat anti-diabetes atau insulin), pemecahan masalah, koping sehat dan mengurangi risiko. Pengelolaan *self care* pada penderita diabetes mellitus bertujuan untuk menjaga aktivitas insulin dan kadar gula plasma berada dalam kisaran normal, juga meminimalkan kemungkinan terjadinya komplikasi (Ardianti Pertiwi et al., 2021).

Kualitas hidup adalah persepsi individu tentang keberadaannya di kehidupan dalam konteks budaya dan sistem nilai tempat ia tinggal. Jadi dalam skala yang luas meliputi berbagai sisi kehidupan seseorang baik dari segi fisik, psikologis, kepercayaan pribadi, dan hubungan sosial untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Definisi ini merefleksikan pandangan bahwa kualitas hidup merupakan evaluasi subjektif, yang tertanam dalam konteks cultural, sosial dan lingkungan. Kualitas hidup dapat didefinisikan sebagai rasa sejahtera yang meliputi kondisi fisik, psikologis, sosial dan spiritual. Kualitas hidup pada pasien dengan penyakit kronis dapat

didefinisikan sebagai evaluasi keseluruhan yang dibuat subjek tentang hidupnya yang bergantung pada karakteristik subjek dan faktor eksternal (Wally et al., 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Barus et al (2022), tentang *self care* dengan kualitas hidup dengan jumlah sampel sebanyak 46 responden menunjukkan bahwa *self care* yang baik memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 23 orang atau 50%, sedangkan pasien Diabetes Melitus yang melakukan *self care* yang tidak baik sebanyak 2 orang atau 4,3 %, dan pasien Diabetes Melitus yang melakukan *self care* baik memiliki kualitas hidup yang tidak baik sebanyak 11 orang atau 23,9 %, sedangkan pasien Diabetes Melitus yang melakukan *self care* tidak baik memiliki kualitas hidup yang tidak baik sebanyak 10 orang atau 21,7% dengan nilai *p-value* $0,002 < 0,05$ yang artinya ada hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Asnaniar & Safruddin (2019), menunjukkan bahwa pasien *self care* diabetesnya baik cenderung memiliki kualitas hidup tinggi sebanyak 14 (87,5 %) sedangkan pasien dengan *self care* kurang cenderung memiliki kualitas hidup rendah sebanyak 21 (95,5%) dengan hasil uji statistik *Chi-square* didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self care* diabetes dengan kualitas hidup pada pasien Diabetes Melitus tipe 2. Hasil penelitian Baraz et al (2017), menunjukkan bahwa pasien diabetes yang mendapat edukasi *self care* berdampak positif pada perubahan gaya hidup dalam sikap dan perilaku untuk mencegah komplikasi, sehingga menyebabkan peningkatan kualitas hidup baik secara mental maupun fisik.

Penelitian di Puskesmas Landasan Ulin melalui wawancara kepada 10 orang yang didiagnosa diabetes melitus didapatkan data 7 dari 10 orang (70%) penderita diabetes melitus tidak peduli akan penyakitnya, mereka mengatakan jarang memeriksakan diri, jarang kontrol gula darah rutin perbulan, jarang olahraga teratur, tidak melaksanakan diet diabetes melitus, dan mereka juga mengatakan putus dalam minum obat diabetes melitus, mereka mengatakan akan berobat apabila tubuh sudah menunjukkan gejala yang parah, bahkan mereka mengatakan pasrah akan kehidupannya. Akan tetapi ada 3 orang (30%) yang melaksanakan kontrol rutin perbulan, pengambilan obat rutin, dan cek gula darah, namun mereka mengatakan sangat susah untuk melaksanakan diet diabetes melitus yang rutin (Solikin & Heriyadi, 2020).

Penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini karena dilatar belakangi oleh peningkatan kasus Diabetes Melitus. Dalam hal ini, peneliti ingin meneliti Hubungan *Self care* dengan *Quality of life* Serta *Screening* Risiko Ulkus Diabetik Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Suku Makassar di wilayah Kerja UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Metode yang digunakan kuisioner dengan tujuan untuk melihat hubungan *self care* dengan *quality of life* pada penderita diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 12 Desember 2022 – 07 Januari 2023. Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi dua variabel yaitu variabel Independen dan variabel dependen, variabel independen adalah *self care* dan variabel dependen adalah *quality of life*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 226 orang pasien diabetes melitus yang datang berkunjung dari bulan Januari sampai Oktober tahun 2022 di UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 69 responden dengan menggunakan rumus slovin. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *probability sampling* yang dilakukan secara acak melalui cara sederhana. Teknik pengumpulan data dalam penelitian menggunakan data primer dengan metode kuisioner dengan cara memberikan daftar pertanyaan dengan beberapa pilihan jawaban kepada responden. Data sekunder digunakan untuk mendukung data primer dengan tujuan melengkapi data primer. Adapun alat pengukuran data yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuisioner SDSCA (*Summary of Diabetes Self-Care Activities*) sebanyak 17 pertanyaan dan kuisioner WHOQOL (*World Health Organization Quality of Life*) sebanyak 22 pertanyaan. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan *editing*, *coding* dan *entry data*, dan tabulasi. Penelitian ini menggunakan analisis univariat yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi, dan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan variabel independen terhadap variabel dependen dengan taraf signifikansi (p) sebesar $0,039 >$ dari nilai (α) = 0,05 dengan berdistribusi normal. Adapun perhitungan rumus tersebut, peneliti menganalisa dengan bantuan *Microsoft excel 2013* dan *SPSS 29 For Windows*. Penelitian ini telah lulus mutu etik dengan nomor 684 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 UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar

Karakteristik	n	%
Umur		
40 – 55 tahun	27	39,1
56 – 65 tahun	30	43,5
> 65 tahun	12	17,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	37,7
Perempuan	43	62,3
Pendidikan		
SD	5	7,2
SMP	17	24,6
SMA	23	33,3
D3/S1	24	34,8
Pekerjaan		
IRT	26	37,7
Wiraswasta	16	23,2
PNS	20	29,0
Pensiunan	7	10,1
Lama Menderita DM		
< 5 Tahun	40	58,0
> 5 Tahun	29	42,0
GDS Terakhir		
< 200 mg/dL	8	11,6
> 200 mg/dL	61	88,4
Merokok		
Tidak	60	87,0
Ya	9	13,0
Menggunakan Insulin		
Tidak	49	71,0
Ya	20	29,0

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan distribusi frekuensi karakteristik responden didapatkan bahwa mayoritas responden berumur 56-65 tahun sebanyak 30 responden (39,1%). Berdasarkan jenis kelamin bahwa mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 43 responden (62,3%). Berdasarkan tingkat pendidikan bahwa mayoritas berpendidikan D3/S1 sebanyak 24 responden (34,8%). Berdasarkan pekerjaan bahwa mayoritas sebagai IRT sebanyak 26 responden (37,7%). Berdasarkan lama menderita DM yaitu mayoritas menderita diabetes melitus selama < 5 tahun sebanyak 40 responden (58,0%). Berdasarkan GDS terakhir menunjukkan mayoritas memiliki GDS >200 mg/dL sebanyak 61 responden (88,4%). Berdasarkan merokok menunjukkan mayoritas responden tidak merokok sebanyak 60 responden (87,0%). Berdasarkan menggunakan insulin menunjukkan mayoritas tidak menggunakan insulin sebanyak 49 responden (71,0%).

2. Analisis Bivariat

Tabel 2 Hubungan Self Care dengan Quality Of Life Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar

Self Care	Quality Of Life				Total		p
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%	n	%	
Baik	27	84,4	5	15,6	32	100,0	0,039
Kurang	23	62,2	14	37,8	37	100,0	
Total	50	72,5	19	27,5	69	100,0	

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 69 responden yang memiliki *self care* baik berjumlah 32 responden, dimana terdapat 27 responden (84,4%) yang memiliki *quality of life* baik dan 5 responden (15,6%) yang memiliki *quality of life* kurang, sedangkan responden yang memiliki *self care* kurang berjumlah 37 responden, dimana terdapat 23 responden (62,2%) yang memiliki *quality of life* baik dan 14

responden (37,8%) yang memiliki *quality of life* kurang. Hasil uji statistik dengan *Chi-square* diperoleh nilai $p=0,039$, 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 2 di wilayah kerja UTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar.

Pembahasan

Berdasarkan hasil yang dilakukan oleh peneliti didapatkan hasil bahwa usia rata-rata penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja UTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar adalah 56-65 tahun. Secara ilmiah seiring dengan penambahan usia seseorang terjadi perubahan baik secara fisiologis, psikologis maupun intelektual. Perubahan-perubahan yang terjadi akan berdampak pada peningkatan gangguan toleransi glukosa dan resistensi insulin, orang pada usia diatas 45 tahun memiliki peningkatan risiko terhadap terjadinya diabetes melitus dan intoleransi glukosa okarena faktor degeneratif yaitu menurunnya fungsi tubuh untuk metabolisme glukosa. Menurut WHO, setelah usia 30 tahun, kadar gula darah akan naik 1-2 mg/dL/tahun pada saat puasa, dan akan naik 5.6-13 mg/dL pada 2 jam setelah makan (Meidikayanti, 2017).

Karakteristik responden dengan jenis kelamin berdasarkan hasil penelitian diperoleh mayoritas responden berjenis kelamin perempuan. Menurut penelitian Abdullah & Purwanti (2021), yang mengemukakan bahwa perempuan lebih berpeluang terjadinya diabetes melitus dibandingkan laki-laki dengan alasan faktor hormonal dan metabolisme, bahwa perempuan mengalami siklus bulanan dan menopause yang berkontribusi membuat distribusi peningkatan jumlah lemak tubuh menjadi sangat mudah terakumulasi akibat proses tersebut sehingga perempuan lebih berisiko terkena penyakit diabetes melitus tipe 2. Penurunan konsentrasi hormon estrogen pada perempuan menopause menyebabkan peningkatan cadangan lemak bebas. Kedua kondisi ini menyebabkan resistensi insulin. Diabetes juga menyebabkan pembuluh darah dan saraf mengalami disfungsi yang dapat mengakibatkan perubahan struktural dan fungsional dalam alat genitalia wanita sehingga mengganggu respon seksual.

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan didapatkan responden dengan penderita diabetes melitus tipe 2 terbanyak dengan tingkat pendidikan D3/S1 dengan jumlah 24 responden (34,8%). Menurut Moon (2017), pengetahuan, sikap dan tindakan memiliki keterkaitan dan saling mempengaruhi satu dengan yang lain. Tindakan responden yang baik terkait aktivitas fisik dapat dipengaruhi karena individu tersebut mempunyai bekal pengetahuan yang baik pula. Jadi, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin banyak pula informasi yang diperoleh dan berupaya dalam meningkatkan kesehatannya termasuk perawatan diri pada penyakit diabetes melitus, sehingga mempengaruhi kualitas hidup seseorang.

Karakteristik responden dengan merokok berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden penderita diabetes melitus tipe 2 yaitu tidak merokok. Sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Latifah & Nugroho (2020), menunjukkan hasil uji statistik nilai p value = 0,463 > 0,05 artinya bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara merokok dengan kejadian diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda tahun 2019. Status merokok dapat merubah kemampuan dalam mencegah kejadian diabetes melitus, sesuai dengan level status merokok yang dimiliki, baik pada level merokok maupun tidak merokok, karena menurutnya perilaku merokok ini dianggap sebagai modifikasi efek terhadap kejadian diabetes melitus.

Dalam penelitian ini didapatkan karakteristik responden dengan lama menderita Diabetes Melitus menunjukkan rata-rata penderita diabetes melitus tipe 2 selama < 5 tahun. Seseorang yang rentan mengalami suatu penyakit atau kondisi yang membahayakan dirinya, maka ia akan melakukan suatu perilaku pencegahan yang baik. Pengalaman yang dimiliki selama menjalani proses penyakit mempengaruhi dirinya untuk melakukan perawatan diri. Kualitas hidup sangat penting untuk mendapatkan perhatian yang serius dikarenakan hubungannya sangat erat dengan morbiditas dan mortalitas, kesehatan seseorang, berat ringannya penyakit dan menyebabkan kematian jika kualitas hidup kurang (Arifin et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan mayoritas *self care* dengan kategori kurang. Hal ini di peroleh dari beberapa jawaban responden yang menunjukkan perilaku yang kurang terhadap perawatan diri, seperti mengatur pola makan / diet dalam satu minggu terakhir, kurang melakukan aktivitas fisik, menggunakan pelembab / lotion pada kaki, dan mayoritas responden tidak menggunakan insulin. *Self care* dapat digunakan sebagai teknik pemecahan masalah dalam kaitannya dengan kemampuan coping dan kondisi tertekan akibat penyakit kronis (Luther et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki *quality of life* dengan kategori baik. Hal ini disebabkan karena jawaban dari responden berdasarkan kuesioner yang diberikan mengenai kualitas hidup responden dapat menerima kondisi penyakit yang mereka alami dan dapat beraktivitas dengan baik. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Saragih et al (2022), menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elizabeth Medan berada pada kategori baik sebanyak 60 orang (85,7%) dan yang kurang baik sebanyak 10 orang (14,3%). Hal ini dipengaruhi oleh lamanya pasien menderita diabetes melitus sehingga menerima keadaanya serta faktor pengetahuan yang mereka miliki dalam mengelola penyakitnya.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan *self care* dengan *quality of life* penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar. Menurut Zaura et al (2021), menunjukkan bahwa ada hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Kabupaten Bireuen. Dalam penelitian ini pemantauan pola makan (diet) juga sangat penting dilakukan untuk mengontrol gula dalam darah dimana sebagian besar penderita diabetes GDS terakhirnya yaitu > 200 mg/dL. *Self care* yang dilakukan pada pasien diabetes melitus meliputi pengaturan pola makan (diet), pemantauan kadar gula darah, terapi obat, perawatan kaki, dan latihan fisik / olahraga (Irawan & Al Fatih, 2021).

Menurut Hastuti et al (2019) *self care* dapat meningkatkan perkembangan manusia dalam kelompok sosial yang sejalan dengan potensi manusia, tahu keterbatasan manusia, dan keinginan manusia untuk menjadi normal. *Self care* yang dilakukan dengan baik akan meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus. Sebaliknya, *self care* yang dilakukan kurang baik maka akan memberikan dampak negatif bagi kualitas hidup pasien diabetes melitus. Namun demikian kontribusi dari berbagai faktor lain juga di perlu diperhatikan. Dukungan keluarga, serta pendidikan yang tinggi terhindar dari berbagai komplikasi tentunya akan lebih meningkatkan kesehatan pasien diabetes melitus tipe 2, sehingga komponen kualitas hidup akan terpelihara dengan baik.

Menurut Solikin & Heriyadi (2020), bahwa tanggung jawab sangat diperlukan untuk perubahan sepenuhnya kepada individu, maka dia akan menganggap bahwa perubahan yang terjadi karena usahanya sendiri dan lebih tahan lama, sehingga komplikasi seperti ketoasidosis, *hyperglycemic hyperosmolar syndrom* (HHS), *diabetic foot*, bahkan sepsis dapat dicegah dan akan meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus. Menurut Srimiyati (2018), menyatakan bahwa upaya pencegahan komplikasi pada kaki dapat dilakukan dengan memberi pelembab, memakai sandal atau sepatu yang sesuai, segera mencari pertolongan apabila mulai timbul rasa kebas pada kaki atau luka kecil sekalipun. Perawatan kaki secara rutin juga dapat dilakukan dengan mencuci kaki menggunakan air hangat, mengeringkan sampai pada sela-sela jari kaki, melakukan pemeriksaan setiap hari dan memperhatikan perubahan-perubahan yang terjadi pada kaki.

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa dengan adanya kemampuan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe 2, maka akan meningkatkan mekanisme koping mereka terhadap penyakit dan kesehatannya sehingga berimplikasi pada peningkatan kualitas hidup. Penelitian ini mengarah pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Candrawati et al (2022), bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self care management* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus. *Self care management* merupakan suatu aktivitas kompleks untuk mengontrol suatu kondisi dan afek kognitif, perilaku dan respon emosional untuk mempertahankan kualitas hidup. Perbedaan kualitas hidup pada responden dikarenakan perilaku *self care management* setiap responden berbeda di setiap indikatornya, selain itu tidak dilupakan faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 seperti faktor psikologis, sosial dan lingkungan dapat menyebabkan kualitas hidup berbeda setiap individu.

Kesimpulan

Ada hubungan *self care* dengan *quality of life* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar

Saran

1. Bagi pasien diharapkan pasien diabetes melitus tipe 2 dapat melakukan *self care* yang baik sehingga memiliki kadar gula darah normal/terkontrol dan lebih aktif dalam mengikuti Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) sehingga berimplikasi pada peningkatan *quality of life*.
2. Bagi puskesmas diharapkan perawat dapat bekerjasama dengan pasien dan keluarga melalui pendekatan, motivasi serta peningkatan *self care* yang baik sehingga mengurangi resiko terjadinya peningkatan kadar gula darah dan meningkatkan *quality of life* pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini menjadi sumber informasi yang konkrit mengenai hubungan *self care* dan *quality of life* pasien diabetes melitus dan menggunakan metode penelitian yang berbeda dari penelitian ini.

Ucapan Terima Kasih

Mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah mendukung atas terlaksananya proses penelitian ini diantaranya : sekolah tinggi ilmu kesehatan nani hasanuddin Makassar, pasien dan pihak UPTD Puskesmas Benteng Kab. Kepulauan Selayar yang telah mengizinkan dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Referensi

- Abdullah, M. A., & Purwanti, O. S. (2021). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Penderita Diabetes Mellitus Terhadap Komplikasi Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Pajang*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- ADA. (2019). <https://diabetes.org/about-us/statistics/about-diabetes>.
- Ardianti Pertiwi, N., Ratna, & Rakhmat, A. (2021). Gambaran Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Rsud Labuang Baji Makassar. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(24), 90245. <https://doi.org/https://doi.org/10.35892/jimpk.v1i1.488>
- Arifin, H., 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), 406–411. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/289>
- Asnaniar, W. O. S., & Safruddin, S. (2019). Hubungan Self Care Management Diabetes dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES"(Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 10(4), 295–298.
- Baraz, S., Zarea, K., & Shahbazian, H. B. (2017). Impact of the self-care education program on quality of life in patients with type II diabetes. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 11, S1065–S1068.
- Barus, Y., Tarigan, F. G. N., & Limbong, T. S. (2022). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Biru-Biru Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang. *JURNAL PIONIR*, 8(2).
- Candrawati, L., St, W. R. R. S., & Moh Ridwan, S. K. M. (2022). *Hubungan Self Management Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Magelang*.
- Dinkes Prov. Sulawesi Selatan. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan 2021*. https://apidinkes.sulselprov.go.id/repo/dinkes-PROFIL_20211.pdf
- Hastuti, H., Januarista, A., & Suriawanto, N. (2019). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Ruang Garuda Rsu Anutapura Palu: Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Ruang Garuda Rsu Anutapura Palu. *Journal of Midwifery and Nursing*, 1(3), 24–31.
- IDF. (2021). *IDF Diabetes Atlas* (10th ed.). https://diabetesatlas.org/idfawp/resource-files/2021/07/IDF_Atlas_10th_Edition_2021.pdf
- Irawan, E., & Al Fatih, H. (2021). Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Babakan Sari. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(1), 74–81.
- Kuniyo, H., & Haskas, Y. (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.
- Latifah, N., & Nugroho, P. S. (2020). Hubungan Stres Dan Merokok Dengan Kejadian Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda Tahun 2019. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(2), 1243–1248.
- Luther, M., Haskas, Y., & Kadrianti, E. (2022). Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life Penderita Diabetes Melitus TIPE II. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), 401–407. <https://doi.org/https://doi.org/10.35892/jimpk.v2i3.946>
- Meidikayanti, W. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga Dan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2 (Studi Cross Sectional Di Puskesmas Pademawu, Kabupaten Pamekasan)*. UNIVERSITAS ARILANGGA.
- Moon, R. B. (2017). Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan terhadap Pola Hidup terkait Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2 pada Remaja di Kecamatan Mantrijeron Yogyakarta. *Universtas Sanata Dharma*.
- Orem, D. (2001). *Nursing Concept of Practice*. The C.V. Mosby Company. St Louis.

- Safitri, D. E. (2021). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Klien Diabetes Mellitu Tipe 2 (Literature Review). *Universitas Dr.Soebandi Jember*, 2, 1–127.
- Saragih, H., Simanullang, M. S. D., & Karo, L. F. B. (2022). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 8(2), 147–154.
- Solikin, S., & Heriyadi, M. R. (2020). Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Landasan Ulin. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), 432–439.
- Srimiyati, S. (2018). Pengetahuan pencegahan kaki diabetik penderita diabetes melitus berpengaruh terhadap perawatan kaki. *Medisains*, 16(2), 76–82.
- Wally, M. L., Haskas, Y., & Kadrianti, E. (2022). Pengaruh Self Instructional Training Terhadap Quality Of Life Penderita Diabetes Melitus. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(3), 393–400. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jimpk/article/view/940>
- WHO. (2021). *Diabetes*.
- Zaura, T. A., Bahri, T. S., & Darliana, D. (2021). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(1).