

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

Erti Kogoya^{1*}, Yusran Haskas², Nurul Risky Anisa³

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

*E-Mail: penulis-korespondensi: (ertikogoya@gmail.com /082193057643)

(Received: 17.02.2023; Reviewed: 17.02.2023; Accepted: 22.02.2023)

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic disease that has increased from year to year, especially in urban areas, due to factors such as rapid population growth, unhealthy diet, obesity and sedentary lifestyle, thus reducing the quality of life of patients. Modern urban lifestyles greatly influence the increase in the prevalence of diabetes mellitus. This diabetes mellitus disease affects the life style of patients with type 2 diabetes mellitus so that it has a negative impact on Quality of Life. A decrease in Quality of Life in patients with diabetes mellitus is characterized by the inability of these patients to carry out 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 patients both physically, psychologically, socially, and environmentally. The purpose of this study was to determine the relationship between Self Care and Quality of Life in patients with type 2 Diabetes Mellitus in the working area of the Antara Makassar City Health Center. This study uses quantitative research methods with correlation research design. Sampling using probability sampling technique with a total sample size of 72 respondents. Data collection using a questionnaire and analyzed with Kendall's correlation test ($p = 0.05$). The results showed that there was no relationship between Self Care and Quality of Life of type 2 Diabetes Mellitus patients with a value of $p = 0.227$. The conclusion in this study is that there is a relationship between Self Care and Quality of Life in patients with type 2 Diabetes Mellitus in the Antara Health Center Work area in Makassar City.

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

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 2 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. *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 2 suku makassar di wilayah kerja Puskesmas Antara Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *correlation*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 72 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan *uji korelasi kendall* ($p < 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* penderita Diabetes Melitus tipe 2 dengan nilai $p = 0,227$. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah Kerja Puskesmas Antara Kota Makassar.

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

Pendahuluan

Diabetes adalah suatu penyakit, dimana tubuh penderitanya tidak bisa secara otomatis mengendalikan tingkat gula (glukosa) dalam darah. Pada tubuh yang sehat, pankreas melepas hormon insulin yang bertugas mengangkut gula melalui darah ke otot-otot dan jaringan lain untuk memasok energi. Penderita diabetes tidak bisa memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup, atau tubuh tak mampu menggunakan insulin secara efektif, sehingga terjadilah kelebihan gula didalam darah. Kelebihan gula yang kronis di dalam darah (hiperglikemia) ini menjadi racun bagi tubuh. Glukosa yang sebagian tertahan di dalam daerah itu melimpah ke sistem urine untuk dibuang melalui urine. Urine pada diabetes yang mengandung gula dalam kadar tinggi tersebut menarik bagi semut, karena itulah gejala ini disebut juga gejala kencing manis (Chaidir et al., 2017).

Menurut *World Health Organization* (WHO) diabetes adalah penyakit kronis yang terjadi baik ketika pancreas tidak menghasilkan cukup insulin. Prevelensi telah meningkat lebih cepat di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah dari pada di negara-negara berpenghasilan tinggi. Di antara tahun 2000 dan 2016 ada peningkatan 5% dalam kematian dini akibat diabetes. Pada tahun 2019, terdapat 1,5 juta kematian secara langsung disebabkan oleh penyakit diabetes melitus. Pada tahun 2019, diperkirakan ada 422 juta orang dewasa dengan diabetes melitus (WHO, 2021).

Menurut buku *International Diabetes Atlas* (IDF) tahun 2019 menyatakan bahwa DM adalah suatu kondisi kronik serius yang terjadi ketika ada peningkatan kadar glukosa dalam darah karena tubuh tidak dapat menghasilkan cukup insulin atau tidak efektif menggunakan insulin yang dihasilkan, terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes melitus pada tahun 2019 dengan prevalensi sebesar 9,3% pada total penduduk pada usia yang sama. IDF memperkirakan prevalensi diabetes meningkat seiring bertambahnya umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka ini diprediksikan akan terus meningkat mencapai hingga 578 juta ditahun 2030 dan 700 juta ditahun 2045 (IDF, 2019).

Hasil Riset Kesehatan Dasar Nasional tahun 2018, proporsi diabetes melitus di Indonesia dengan Glukosa Darah Puasa Terganggu (GDPT) sekitar 26,3%, sedangkan dengan Toleransi Glukosa Terganggu (TGT) sekitar 30,8%. Prevalensi diabetes melitus di perkotaan 1,9% lebih tinggi daripada di perdesaan 1,0%. Peringkat tertinggi untuk prevalensi diabetes melitus penduduk semua umur menurut provinsi yaitu DKI Jakarta. Provinsi Jawa Tengah menduduki urutan ke dua belas (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia/Kemendes RI, 2018).

Berdasarkan gejala, tertinggi di Kabupaten Tana Toraja (6,1%), Kota Makassar (5,3%), Kabupaten Luwu (5,2%) dan Kabupaten Luwu Utara (4,0%). Berdasarkan data Surveilans Penyakit tidak menular Bidang P2PL Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2017 terdapat Diabetes Melitus 27.470 kasus baru, 66.780 kasus lama dengan 747 kematian (Dinkes Prov. Sulawesi Selatan, 2017).

Teori *self care* merupakan teori yang dikemukakan oleh Dorothea Orem (1959). Menurut Orem, *self care* dapat meningkatkan fungsi-fungsi manusia dan perkembangan dalam kelompok sosial yang sejalan dengan potensi manusia, tahu Prevalensi diabetes di Sulawesi Selatan 1,6 persen. Diabetes Melitus yang didiagnosis dokter atau berdasarkan gejala sebesar 3,4 persen. Prevalensi diabetes yang didiagnosis dokter tertinggi terdapat di Kabupaten Pinrang (2,8%), Kota Makassar (2,5%), Kabupaten Toraja Utara (2,3%) dan Kota Palopo (2,1%). Prevalensi diabetes yang didiagnosis dokter atau keterbatasan manusia, dan keinginan manusia untuk menjadi normal. *Self care* yang dilakukan pada pasien diabetes melitus meliputi pengaturan pola makan, pemantauan kadar gula darah, terapi obat, perawatan kaki, dan latihan fisik (olahraga) (Chaidir et al., 2017).

Perilaku *self care* dapat terlaksana dengan baik bila pasien memiliki kesadaran dan kemauan untuk menjalankan aktivitas *self care*. Kegiatan *self care* dapat dilaksanakan oleh pasien apabila memiliki pengertian dan pemahaman yang diperoleh melalui edukasi penatalaksanaan diabetes melitus yang diberikan oleh: dokter, ahli gizi, petugas laboratorium dan perawat yang memiliki keterampilan dalam memberikan edukasi diabetes. Aktivitas *self care* yang baik akan mencapai pemantauan kadar glukosa yang akurat sehingga resiko terjadi komplikasi dapat diminimalisasi, keadaan ini akan mempengaruhi kualitas hidup. *Self care* dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien diabetes dimana terdapat perasaan puas dan bahagia dapat menjalani kehidupan sehari-hari sebagaimana mestinya. Beberapa aspek dari penyakit diabetes yang mempengaruhi kualitas hidup adalah adanya kebutuhan khusus yang terus-menerus berkelanjutan dalam perawatan DM, seperti pengaturan diet, adanya pembatasan aktivitas fisik, mengontrol kadar gula darah, gejala apa saja yang kemungkinan timbul ketika kadar gula darah tidak stabil, komplikasi yang dapat timbul akibat dari penyakit diabetes dan disfungsi seksual (Yudianto et al., 2008).

Diabetes melitus sendiri membutuhkan terapi yang berkesinambungan agar dapat mengontrol kadar glukosa dengan baik, tidak hanya terapi farmakologi saja yang dibutuhkan tetapi terapi nonfarmakologi juga dibutuhkan untuk memaksimalkan status glikemik dengan tindakan *self care* (Ramadhani et al., 2019).

Self care mempunyai peran penting terhadap *Quality Of Life* Dan Resiko Ulkus Diabetik Pada Penderita Diabetes Melitus tipe 2. Apabila kurangnya *self care* maka dapat berpengaruh terhadap *Quality Of Life* Dan Resiko Ulkus Diabetik maka dibutuhkan *self care* atau perawatan diri dari penderita DM sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup seorang, penderita DM, “berdasarkan dengan latar belakang di atas maka peneliti ingin mengetahui terkait dengan hubungan *self care* terhadap *Quality Of Life* Dan Resiko Ulkus Diabetik”

WHO mendefinisikan kualitas hidup (QoL) sebagai persepsi atau pandangan seseorang terhadap posisi dalam hidupnya dalam konteks sistem nilai dan budaya dimana mereka hidup dan kaitannya dengan tujuan hidupnya, harapan,

standar dan fokusnya. Saat individu sudah terjangkit komplikasi, maka akan berdampak pada penurunan umur dan harapan hidup dan menurunnya kualitas hidup (Nwankwo, 2010). Berdasarkan dampak yang terjadi pada kualitas hidup pasien yang memiliki penyakit diabetes melitus pada berbagai keadaan misalnya keadaan Fisik, Psikologi, Sosial dan lingkungan sebagian besar penderita mempunyai pengaruh negatif terhadap kualitas hidup baik itu yang mengalami komplikasi atau pun tidak hal ini diyakini karena penyakit diabetes yang di derita susah untuk disembuhkan (Yudianto, 2010).

Perawatan kaki yang tidak tepat merupakan salah satu faktor pendorong terjadinya ulkus kaki. menyatakan bahwa perawatan kaki kurang baik mempunyai peluang 2,463 kali untuk berisiko ulkus kaki pada penderita diabetes mellitus. Perawatan kaki dan deteksi dini risiko ulkus kaki merupakan pilar yang sangat penting dilakukan dalam pencegahan ulkus kaki diabetik. Strategi pencegahan akan mengurangi terjadinya masalah pada kaki penderita diabetes mellitus. Yoyoh et al., (2017).

Kualitas hidup (*Quality of Life*) dimaksudkan sebagai upaya membawa pertimbangan dalam memperoleh kesehatan (Haskas et al., 2020). 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 (Cruz et al., 2018). Memahami domain ini oleh petugas kesehatan memiliki keuntungan dalam hal menggabungkan strategi manajemen penyakit kronis ke dalam perawatan rutin, yang mengarah pada pengurangan morbiditas dan mortalitas pada penderita DM (Rwegerera et al., 2018). Namun, pasien membutuhkan bimbingan dari perawat untuk memajemen penyakitnya dengan mendorong ketergantungan diri dan kepercayaan diri pasien untuk memungkinkan melakukan tugas perawatan diri mereka (Nurjanna et al., 2020).

Masalah-masalah tersebut dapat diminimalkan jika pasien memiliki pengetahuan dan kemampuan yang cukup untuk melakukan pengelolaan terhadap penyakitnya, salah satunya dengan cara melakukan *self care* (Sulistria, 2013). *Self care* adalah kemampuan seseorang untuk merawat dirinya sendiri secara mandiri sehingga tercapai kemampuan untuk mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan (Ernawati, 2013). Pengelolaan *self care* pada penderita diabetes mellitus tipe 2 bertujuan untuk menjaga aktivitas insulin dan kadar glukosa plasma berada dalam kisaran normal, juga meminimalkan kemungkinan terjadinya komplikasi vaskuler. Pengelolaan diabetes mellitus yang tidak terkontrol dapat menyebabkan hiperglikemia berulang yang berdampak pada komplikasi mikrovaskuler dan makrovaskuler (Junianty, 2017).

Berdasarkan jumlah data yang diambil di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Kota Makassar Provinsi Sulawesi Selatan, sejak bulan oktober 2022 menunjukkan bahwa jumlah pasien yang menderita penyakit diabetes melitus berjumlah 72 jiwa. Dari latar belakang diatas, maka dilakukan penelitian terhadap Hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* Diabetik penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Suku Makassar di Wilayah Kerja Antara Kota Makassar.

Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *survei analitik* dengan rancangan penelitian *correlational*. Rancangan ini di pilih untuk menilai hubungan *self care* dengan *quality of life* pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Antara Kota Makassar pada tanggal 09 - 21 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 pasien diabetes mellitus yang melakukan pengobatan di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Kota Makassar 72 orang. Penelitian ini menggunakan teknik yang digunakan adalah *simple random sampling* sesuai dengan kriteria inklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Kota Makassar, responden yang berusia dewasa dan lansia yang bersedia menjadi responden, dan responden yang bisa berkomunikasi dengan baik. Sedangkan Kriteria eksklusi adalah responden yang pasien yang tidak kooperatif untuk mengisi kuesioner penelitian, pasien miabetes melitus tipe 2 yang memiliki komplikasi penyakit yang parah 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 2. Sedangkan data sekunder diperoleh dari buku register Puskesmas Antara Kota Makassar. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan *Probability sampling* dan *simple random sampling*. 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 korelasi kendall* dengan tingkat signifikan ($p=0,227$). 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 Antara Kota Makassar. (n=72)

Karakteristik Responden	n	%
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	28	38.9
Perempuan	44	61.1
Umur		
Dewasa Akhir (35-45Tahun)	2	2.8
Lansia Awal (46-55 Tahun)	22	30.6
Lansia Akhir (56 - 80Tahun)	48	66.7
Pendidikan		
Tidak Tamat SD	6	8.3
Tamat SD/ sederajat	12	16.7
SLTP Sederajat	11	15.3
SLTA Sederajat	28	38.9
Perguruan Tinggi	15	20.8
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	16	22.2
Petani	10	13.9
Wiraswasta	13	18.1
Pegawai Swasta	3	4.2
PNS/Pensiun	28	38.9
TNI/POLRI	2	2.8
Lama DM/Tahun		
< 5 Tahun	69	95.8
> 5 tahun	3	4.2
GDS Terakhir		
< 200 mg/dl	35	48.6
> 200 mg/dl	37	51.4
Komplikasi		
Ya	10	13.9
Tidak	62	86.1
Merokok		
Ya	3	4.2
Tidak	69	95.8
Menggunakan Insulin		
Ya	5	6.9
Tidak	67	93.1

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa daei 72 responden yang di teliti pada kategori jenis kelamin yang terbanyak pada kategori perempuan yaitu sebanyak 44 orang (61.1%), dan yang paling sedikit pada kategori laki – laki yaitu sebanyak 28 orang (38.9%). Pada kategori umur yang terbanyak pada kategori Lansia Akhir (56 – 80 Tahun) yaitu sebanyak 48 orang (66.7%), dan yang paling sedikit pada Kategori pada kategori Dewasa akhir (35 – 45 Tahun) yaitu sebanyak 2 orang (2.8%). Pada kategori pendidikan yang diteliti terbanyak pada kategori SLTA Sederajat yaitu sebanyak 28 orang (38.9%), dan yang paling sedikit pada kategori Tidak Tamat SD yaitu sebanyak 6 orang (8.3%). Pada kategori pekerjaan yang terbanyak pada kategori PNS/Pensiun yaitu sebanyak 28 orang (38.9%), dan yang paling sedikit pada kategori TNI/POLRI yaitu sebanyak 2 orang (2.8%).

Pada kategori Lama DM/Tahun yang terbanyak pada kategori < 5 tahun yaitu sebanyak 69 orang (95.8%), dan paling sedikit pada kategori >5 Tahun yaitu sebanyak 3 orang (4.2%). Pada kategori GDS Terakhir yang terbanyak pada kategori >200 mg/dl yaitu sebanyak 37 orang (51.4%), dan yang paling sedikit pada kategori < 200 mg/dl yaitu sebanyak 35 orang (48.6%). Pada kategori Komplikasi yang terbanyak pada kategori Tidak yaitu sebanyak 62 orang (86.1%), dan yang paling sedikit pada kategori Ya yaitu sebanyak 10 orang (13.9%). Pada kategori Merokok yang terbanyak pada kategori Tidak yaitu sebanyak 69 orang (95.8%). Pada kategori menggunakan Insulin yang terbanyak pada kategori Tidak yaitu sebanyak 67 orang (93.1%), dan yang paling sedikit pada Kategori Ya yaitu sebanyak 5 orang (6.9%).

2. Analisa Bivariat

Tabel 2. Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus tipe 2 Pada Suku Makassar Di Wilayah Kerja Puskesmas Antara Kota Makassar

Self Care	Quality Of Life	Total	p value
-----------	-----------------	-------	---------

	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	19	26,1	12	17,0	31	43,1	0,227
Kurang	20	28,1	21	28,8	41	56,9	
Total	39	54,2	33	45,8	72	100	

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki *self care* baik berjumlah 31 responden, dimana terdapat 19 responden (26,1%) yang memiliki *quality of life* baik dan 12 responden (17,0%) yang memiliki *quality of life* kurang, sedangkan responden yang memiliki *self care* kurang berjumlah 41 responden, dimana terdapat 20 responden (28,1%) yang memiliki *quality of life* baik dan 21 responden (28,8%) yang memiliki *quality of life* kurang. Hasil uji statistic dengan *uji korelasi kendall*, diperoleh nilai $\rho=0,227$ yang artinya menunjukkan bahwa tidak ada hubungan dengan signifikan antara variabel *self care* dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Antara Kota Makassar yang dimana pada pengujian *uji Kendall* $p<0,227$ lebih besar dari nilai *p value* 0.05.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas antara tentang hubungan *Self Care* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus tipe 2 yang dilakukan terhadap 72 responden dengan pembahasan sebagai berikut :

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada 72 responden, menunjukkan bahwa jumlah responden yang memiliki *Self Care* baik yaitu sebanyak 31 responden, dimana terdapat 12 responden dengan *quality of life* baik dan 41 responden yang *quality of life* kurang. Hal ini disebabkan oleh tingkat pendidikan yang baik yaitu SMA sebanyak 28 responden (38,9%). 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.

Berdasarkan jenis kelamin dibagi menjadi dua kategori yaitu laki-laki dan perempuan dan tabel diatas dapat diketahui responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 44 responden (61,1%) dan laki-laki sebanyak 28 responden (38,9%). Terdapat 27 responden (49,3%) yang berjenis kelamin perempuan memiliki *self care* kurang. Menurut jurnal penelitian Richardo et al., (2021) sebelumnya, didapatkan *p value* sebesar 0,227 artinya tidak 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.

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.

Sedangkan berdasarkan dengan lama menderita diabetes melitus dibagi menjadi 2 kategori yaitu berada pada rentan <5 tahun sebanyak 69 responden (95,8%) dan >5 tahun sebanyak 3 responden (4,2%). Dan penelitian ini sejalan dengan Angraini, (2021) pada hal tersebut sistem kerja hormone pada pasien DM tipe 2 menurun, serta sebab yang juga menonjol yaitu lamanya menderita pada pasien yang menderita >5 tahun cenderung memiliki kualitas hidup baik

dikarenakan semakin lamanya masa menderita seseorang maka semakin baik kualitas hidup pasien DM tipe 2 dikarenakan pengalaman yang dimilikinya dan menjadikan pengalaman tersebut sebagai dasar ilmu pengetahuan untuk tercapainya kualitas hidup yang baik, namun hal itu juga bisa didukung erat dengan pendidikan dan faktor lingkungannya. Penelitian ini pula terdapat 4 orang yang memiliki komplikasi dengan *quality of life* yang kurang. Dalam penelitian (Hati & Muchsin, 2019) menyatakan bahwa kualitas hidup pada pasien ulkus diabetikum dengan jumlah 8 orang (26.7%) mayoritas memiliki kualitas hidup yang kurang baik. Pasien diabetes melitus yang tidak dikelola dengan baik akan meningkatkan resiko terjadinya komplikasi, karena pasien diabetes melitus rentan mengalami komplikasi yang diakibatkan karena terjadi defisiensi insulin. Komplikasi stroke, gangguan pada jantung, dan neuropati mempunyai dampak terhadap dimensi-dimensi kualitas hidup.

Self care pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Berdasarkan tabel 5.10 Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self care* kurang 72, Menurut peneliti tingkat *self care* responden perlu dioptimalkan lagi. Maka dari pasien perlu di berikan motivasi dalam meningkatkan pengelolaan diet secara mandiri, serta pengontrolan glukosa darah. Responden yang memiliki *self care* kurang dengan kadar glukosa darah >200 sebanyak 33 responden.

Meskipun dalam penelitian ini *self care* terdapat 12 responden yang memiliki *self care* baik tetapi memiliki *Quality of life* rendah. Hal ini dipengaruhi oleh jenis kelamin pasien sebagai besar perempuan. Sesuai dengan penelien Irwan et al., (2021), mengemukakan bahwa seseorang memiliki kualitas hidup rendah lebih banyak berjenis kelamin perempuan lebih besar dibandingkan laki-laki, karena laki-laki lebih banyak beraktivitas dibandingkan dengan perempuan sehingga lebih banyak berintraksi dengan orang lain hal tersebut dapat meningkatkan kualitas hidup pasien.

Penelitian ini terdapat 20 responden yang terdapat memiliki kualitas hidup tinggi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh dukungan. Sesuai dengan penelitian Ratnawati et al., (2019), mengemukakan bahwa ada hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan kualitas hidup lansia. Keluarga memiliki beberapa fungsi dukungan informasional berupa informasi yang dapat meningkatkan sugesti pada individu, dukungan penilaian berupa bimbingan, dukungan instrumental berupa peratihan pertolongan dan dukungan emosional berupa lansia pada DM.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Abdurrajjid et al., (2018), mengemukakan bahwa faktor *self care* dengan kualitas hidup diabetes tipe 2 setelah dikontrol lama *self care* kondisi psikologis yang mempengaruhi persepsi seseorang dalam memberikan pandangan terhadap kehidupan yang dirasakan adanya rasa ketakutan terhadap penyakit yang diderita, sehingga diabetes tipe 2 memiliki perasaan tidak puas terhadap kehidupan yang dialami dan menyebabkan kualitas hidup yang dimiliki menjadi rendah, sedangkan pada penderita yang tidak mengalami *self care* akan memiliki persepsi yang baik terhadap kehidupannya sehingga nilai kualitas hidup yang dimiliki tetap tinggi.

Pada penelitian Cita et al., (2019) menunjukkan bahwa rata-rata skor *self care* adalah 5,25. *Self care* ini akan mempengaruhi dari peningkatan atau penurunan kadar gula darah, apabila seseorang yang rutin melakukan *self care* maka kadar gula darah pasien pun berada dalam rentang yang diharapkan. Yang artinya nilai *self care* semakin tinggi maka GDS akan semakin rendah dan semakin rendah perilaku *self care* maka semakin tinggi kadar gula darah puasa atau semakin rendah perilaku *self care* maka semakin tidak normal kadar gula darah sewaktu pasien DM Tipe 2.

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 (Priyanto & Juwariah, 2021).

Hubungan *Quality Of Life* dengan Diabetes Melitus Tipe 2. Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa yang memiliki *quality of life* yang kurang sebanyak 33 responden. *Quality of life* yang kurang berkaitan dengan kondisi fisik penderita diabetes mellitus 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 mellitus 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 mellitus mengalami penurunan. Penelitian ini juga menggambarkan bahwa ada tidak yang mempengaruhi kualitas hidup pasien yaitu jenis kelamin, komplikasi dan lamanya menderita penyakit diabetes mellitus dengan $p=0,227$, kualitas.

Hubungan *Self Care* dengan *Quality of life* dengan diabetes melitus tipe 2. Berdasarkan tabel 5.13 penelitian didapatkan dari 72 responden yang memiliki *self care* kurang dengan *quality of life* kurang. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan *self care* dengan *quality of life* penderita diabetes melitus tipe 2 suku makassar di wilayah kerja Puskesmas Antara Kota Makassar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siregar Ardilla Maya 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 menunjukan 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.

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 $p=0,000$.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siregar Ardilla Maya 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.

Penelitian 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 2 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.

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).

Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu sindrom gangguan metabolisme yang ditandai dengan hiperglikemia sebagai akibat defisiensi sekresi insulin atau berkurangnya aktivitas biologis insulin atau keduanya. Defisiensi fungsi dan sekresi insulin diawali dengan terjadinya prediabetes yang merupakan prakondisi diabetes. Insulin merupakan salah satu hormon yang di hasilkan oleh pankreas dan memegang peran penting dalam menjaga keseimbangan glukosa darah (Hartamin et al., 2020). Diabetes adalah penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup pasien (Mutmainna, 2019).

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 (Abdullah & Anissa, 2022).

Apabila dilakukan *screening* secara dini dan pengobatan yang adekuat, tentu dapat menyelamatkan penderita dari tindakan amputasi. Pemeriksaan kaki penderita DM tipe 2 yang dilakukan secara rutin diharapkan mampu menurunkan insiden komplikasi DM tipe 2 dan mengurangi biaya perawatan serta mencegah kecacatan (Wahyuni et al., 2021).

Kesimpulan

Ada hubungan *Self Care* dengan *Quality of Life* pada penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas antara Kota Makassar.

Saran

1. Bagi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2
Diharapkan kepada masyarakat khusus penderita DM tipe 2 untuk lebih meningkatkan lagi *self care* karena dapat meningkatkan efektifitas dan efisiensi dalam pengobatan sehingga gejala yang ditimbulkan oleh penyakit dapat teratasi, serta dapat pula meningkatkan *quality of life* secara bertahap.
2. Bagi Perawat
Diharapkan untuk perawat hendaknya senantiasa memotivasi pasien dan keluarga untuk terus mendukung proses perawatan penderita DM tipe 2 di rumah dengan aktif mengawasi perkembangan kesehatan penderita DM tipe 2 dan

selalu meningkatkan pengetahuan, keterampilan dan sikap yang baik dalam memberikan pelayanan pada penderita DM tipe 2 demi mengurangi resiko terjadinya kualitas hidup rendah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan menggali informasi yang lebih dengan menggunakan metode kualitatif sehingga dapat mengeksplorasi *self care* dan *quality of life* penderita DM tipe 2 pada suku makassar.

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.](https://www.diabetes.org/resources/statistics/statistics-about-diabetes)
- Arifin, H., Nani, S., Makassar, H., Makassar, N. H., & Makassar, N. H. (2020). *Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsud Sinjai.* 15, 406–411.
- Abdullah, D., & Anissa, M. (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>
- Chaidir, R., Wahyuni, A. S., & Furkhani, D. W. (2017). *Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus.* 2(June), 132–144.
- Ernawati. (2013). *Penatalaksanaan Keperawatan Diabetes Melitus Terpadu dengan Penerapan Teori Keperawatan Self Care Orem.* Jakarta :Mitra Wacana Media.
- Hati, Y., & Muchsin, R. (2019). Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup pada Pasien Ulkus Diabetikum yang dirawat dengan Metode Perawatan Luka Modern di Klinik Asri Wound Care Tahun *SINTAKS (Seminar Nasional Teknologi ...)*, 004, 446–451.
[https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/sintaks/article/view/928.](https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/sintaks/article/view/928)
- 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.](https://doi.org/10.35892/jikd.v14i4.289)
- 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>
- Hartamin, Nurlinda, A., & Jafar, N. (2020). Pengaruh konsumsi buah naga merah terhadap kadar glukosa darah puasa pada guru sekolah menengah yang mengalami prediabetes atau prehipertensi di Makassar. *Nursing Inside Community*, 2(3), 86–93. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/nic/article/view/327>
- Junianty S, Yenrina R, Rasjmida D. (2010). *Hubungan Tingkat Self Care dengan Kejadian Komplikasi Pada Pasien DM Tipe 2 di Ruang Rawat Inap RSUD.* Bandung: Unpad.
- Mutmainna, A. (2019). Faktor risiko yang mempengaruhi manajemen glukosa pada pasien diabetes mellitus di Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia. *Nursing Inside Community*, 1(2), 61–67.
<https://doi.org/10.35892/nic.v1i2.59>
- IDF. (2021). *Diabetes Mellitus.* <https://idf.org/aboutdiabetes/what-is-diabetes.html>.
- Priyanto, A., & Juwariah, T. (2021). *Hubungan Self Care Dengan Kestabilan Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe II.* 10(1), 74–81.
- Richardo, B., Pengemanan, D., & Mayulu, N. (2021). Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II pada Lanjut Usia di Indonesia

(Analisis Riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1), 9–20.

Teli, M. (2016). *Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Se Kota Kupang. Dm*, 1–12.

WHO. (2016). Global Report on Diabetes. *Isbn*, 978, 6–86. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/204871>.

Wahyuni, S., Junaedi, & Ayu, D. (2021). *Upaya Peningkatan Kesehatan Masyarakat Melalui Kegiatan Foot Screening Diabetic Di Kota Cirebon*. 181–188.

Yudianto, Kurniawan, Rizmadewi, Hana, Maryati, Ida (2010). *Kualitas hidup penderita diabetes melitus di rumah sakit umum daerah ciajur*. *Nursing journal of Padjadjaran Uniersty* Vol 12, No. 1..