

HUBUNGAN SELF CARE DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Imelda Derang*, Vina Yolanda Sari Sigalingging, Kristina Leonora Samosir

Program Studi Keperawatan, STIKes Santa Elisabeth Medan, Jalan Bunga Terompet No.118, Medan
20131, Indonesia

*girsangimelda89@yahoo.co.id

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 (T2DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis dengan karakteristik tingginya kadar glukosa darah akibat resistensi insulin, yang membutuhkan perawatan jangka panjang sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang, oleh karena itu sangatlah dibutuhkan self care yang baik agar tidak terjadi efek yang lebih buruk. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional. Jumlah sampel 53 responden, teknik pengambilan sampel purposive sampling. Self care yang kurang sebanyak 11 orang (20,8%), self care yang cukup sebanyak 40 orang (75,5%) dan self care yang baik sebanyak 2 orang (3,8%), kualitas hidup kategori buruk sebanyak 7 responden (13,2%), sedang sebanyak 31 responden (58,5%), baik sebanyak 13 responden (24,5%), dan kualitas hidup sangat baik 2 responden (3,8%). Berdasarkan uji spearman rank (ρ) diperoleh nilai $r=(0,523)$ dan $p\text{-value}= 0,001$ ($p < 0,05$) artinya ada hubungan yang kuat antara self care dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

Kata kunci: diabetes melitus; kualitas hidup; self care

THE RELATIONSHIP OF SELF CARE WITH THE QUALITY OF LIFE OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a chronic metabolic disorder with the characteristics of high blood glucose levels due to insulin resistance, which requires long-term treatment so that it can affect a person's quality of life, therefore it really needs good self-care to prevent worse effects. This type of research is a quantitative study with a cross sectional design. total samples of 53 respondents, the sampling technique is purposive sampling. 11 people (20.8%) lacking self-care, 40 people (75.5%) sufficient self-care and 2 people (3.8%) good self-care, quality of life category bad are 7 respondents (13.2%), moderate are 31 respondents (58.5%), good are 13 respondents (24.5%), and very good quality of life 2 respondents (3.8%). The results of the Spearman Rank statistical test (ρ) obtains the value of $r = (0.523)$ and p (value) = 0.001 ($p < 0.05$). These results indicate that there is a relationship between self care and quality of life of type 2 diabetes mellitus patients

Keywords: diabetes mellitus; self care; quality of life

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang terbesar. Menurut *American Diabetes Association* (ADA), diabetes adalah sekelompok gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah yang disebut hiperglikemia. Karena sekresi insulin yang tidak normal, peningkatan glukosa dalam darah naik dan tidak terkontrol maka tubuh tidak mampu untuk mengkompensasi peningkatan resistensi insulin disebut DM Tipe 2. (Decroli, 2019). Prevalensi tingginya angka kejadian diabetes melitus tipe 2 di dunia adalah jenis diabetes yang paling umum, terhitung lebih dari 90% dari semua diabetes di seluruh dunia. IDF menyatakan negara dengan jumlah penderita tertinggi dunia yaitu : Cina 116,4 juta jiwa, India 77 juta jiwa, Amerika Serikat 31 juta jiwa, ketiga negara ini menempati urutan 3 teratas pada tahun 2019. Indonesia berada diperingkat ke 5 didunia dengan jumlah penderita 18 juta jiwa tahun 2020 (IDF, 2021). Satu-satunya negara di Asia Tenggara yang masuk kedalam daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya

kontribusi Indonesia terhadap prevalensi diabetes di Asia Tenggara (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi diabetes melitus tertinggi di Indonesia ada 4 yaitu DKI Jakarta (3,4%), Kalimantan Timur (3,1%), DI Yogyakarta (3,1%), dan Sulawesi Utara (3%). Sumatera Utara menduduki peringkat 12 sebanyak 2% prevalensi diabetes di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Kualitas hidup merupakan suatu kondisi baik atau buruk pasien diabetes melitus dalam memandang penyakitnya. Kualitas hidup adalah persepsi seseorang tentang posisinya dalam kehidupan dalam konteks budaya dan nilai-nilai di mana mereka hidup dan dalam hubungannya dengan tujuan hidup, harapan, standar, dan perhatian yang merupakan konsep komprehensif dapat memengaruhi kesehatan fisik seseorang, kondisi mental, tingkat ketergantungan, hubungan sosial, kepercayaan pribadi, dan hubungan mereka dengan ekspektasi lingkungan di masa depan. (Anggraini & Anggilia, 2021). Aspek yang dapat mempengaruhi kualitas hidup, yaitu adanya kebutuhan khusus yang terus-menerus berkelanjutan dalam perawatan diabetes melitus, gejala apa saja yang muncul ketika kadar gula darah tidak stabil, komplikasi yang dapat timbul akibat dari penyakit diabetes dan disfungsi seksual. Aspek tersebut dapat diatasi apabila pasien 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 sehari-hari dengan semestinya. (Fitrina, Dona, & Jihan. 2022).

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Sari (2021) bahwa kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas BSatunadua ditemukan 56 orang (80,0%) memiliki kualitas hidup yang buruk dari 70 responden. Kualitas hidup yang buruk dapat menyebabkan berkurangnya perawatan diri dan pada akhirnya menyebabkan kontrol glikemik memburuk dan meningkatkan resiko komplikasi. Kualitas hidup pasien dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pengetahuan, komplikasi, lama menderita, depresi, stres, kecemasan, dukungan keluarga, dan salah satunya adalah *self-care*. (Irawan, Hudzaifah & Faishal. 2021).

Self care adalah perawatan yang dilakukan secara mandiri oleh pasien untuk mengamati kebutuhan mereka sendiri tanpa tergantung lingkungan sekitarnya. Manajemen perawatan diri pasien DM tipe 2 terdiri dari mengikuti diet program, latihan fisik, pengendalian kadar gula darah, pengobatan, dan perawatan kaki untuk mencegah komplikasi lebih lanjut dan mengontrol glukosa darah (Malini, et al, 2022). Penderita diabetes yang melakukan perawatan diri berpengaruh positif terhadap perubahan gaya hidup dalam sikap dan perilaku untuk mencegah komplikasi, sehingga terjadi peningkatan kualitas hidup secara utuh yakni bio, psiko, sosio dan spiritual (Zaura, Teuku & Devi, 2021). *Self-Care* (Perawatan diri) oleh Dorothea E. Orem (1959) yang berfokus pada pelayanan diri individu dilakukan pada klien diabetes melitus tipe 2 dapat meliputi pemantauan kadar gula darah, pengaturan pola makan (diet), terapi obat, latihan fisik (olahraga) dan perawatan kaki (Srywahyuni, et al. 2021). Penelitian dari Sari (2021) *Self care* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas batunadua ditemukan 52 orang (74,3%) *self care* buruk dari 70 responden. Dapat disimpulkan jika melakukan perawatan diri yang baik dapat meningkatkan kualitas hidup seorang pasien DM.

Data diabetes melitus tipe 2 yang diperoleh dari Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2022 dari januari - desember sebanyak 260 orang, dengan jumlah diabetes melitus tipe 1 sebanyak 73 orang sedangkan diabetes melitus tipe 2 sebanyak 187 orang. Survey

pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada pasien yang menderita diabetes melitus tipe 2 dengan wawancara mengenai *self care* dan kualitas hidup. Dari 10 responden menunjukkan bahwa 7 diantaranya mengalami kualitas hidup yang rendah pada dimensi fisiknya ditandai karena cepat lelah saat beraktivitas dan tidurnya terganggu. *Self care yang* tidak baik dapat membuat kualitas hidup pasien dm tipe 2 rendah. Adapun 5 diantaranya mengatakan bahwa hanya mengomsumsi obat jika ada keluhan dan ketidakmampuan mengikuti diet. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2023.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian korelasi dengan rancangan cross-sectional, yaitu melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu) antara faktor resiko/ paparan dengan penyakit. Rancangan cross-sectional dipilih karena pengukuran variabel independen dan variabel dependen yang diukur dalam satu waktu (Polit & Beck, 2012). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kekuatan hubungan self care dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2023. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2023 dengan jumlah sebanyak 187 orang dan 53 sampel. Adapun Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik purposive sampling yaitu penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner tentang self care dan kualitas hidup. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 – 30 April Tahun 2023.

Alat pengumpul data yang digunakan adalah lembar kusioner tentang self care, 17 pertanyaan menggunakan skala ordinal dan 26 pertanyaan tentang kualitas hidup. Sebelum kuesioner tersebut diujikan, terlebih dahulu sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas untuk setiap variable, dimana didapatkan bahwa uji validitas self care : nilai cronbach alpha pada variabel self care 0,855. Untuk variable kualitas hidup tidak dilakukan uji validitas dan reliabilitas dikarenakan instrument tersebut sudah baku oleh WHO. Untuk melihat kekuatan hubungan antar variable independent dan dependen, maka akan dilakukan uji spearman rank, yang digunakan untuk menguji kekuatan hubungan self care dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

HASIL

Tabel 1 hasil penelitian yang dilakukan pada pasien diabetes melitus tipe 2, menunjukkan bahwa mayoritas dari 53 responden berusia 61 – 70 tahun sebanyak 16 orang (30,2%) dan minoritas umur 41 – 50 tahun sebanyak 4 orang (7,5%). Distribusi karakteristik berdasarkan jenis kelamin, menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah jenis kelamin perempuan sebanyak 28 orang (52,8%) dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 25 orang (47,2%). Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan, menunjukkan bahwa mayoritas responden pendidikan SMA sebanyak 20 orang (37,7%), sama seperti pendidikan perguruan tinggi sebanyak 20 orang (37,7%) dan minoritas pendidikan SD sebanyak 6 orang (11,3%). Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan, menunjukkan bahwa mayoritas responden pekerjaan wiraswasta sebanyak 16 orang (30,2%), dan minoritas petani sebanyak 12 orang (22,6%).

Tabel 1.
 Karakteristik Responden

Kategori	f	%
Usia		
35-40	7	13,2
41-50	4	7,5
51-55	6	11,3
56-60	8	15,1
61-70	16	30,2
>70	12	22,6
Jenis kelamin		
Laki – laki	25	47,2
Perempuan	28	52,8
Pendidikan		
SD	6	11,3
SMP	7	13,2
SMA	20	37,7
Perguruan tinggi	20	37,7
Pekerjaan		
Petani	12	22,6
PNS	5	9,4
Wiraswasta	16	30,2
Lainnya	20	37,7
Status sosial ekonomi		
<1.000.000	7	13,2
>1.000.000	10	18,9
>2.000.000	36	67,9
Lama menderita DM		
1-3 tahun	14	26,4
3-6 tahun	16	30,2
>6 tahun	23	43,4

Distribusi frekuensi berdasarkan status sosial ekonomi menunjukkan bahwa mayoritas responden penghasilan >2.000.000 sebanyak 36 orang (22,6%) dan minoritas penghasilan <1.000.000 sebanyak 7 orang (13,2%). Distribusi frekuensi berdasarkan lama menderita DM, menunjukkan bahwa mayoritas responden menderita DM, > 6 tahun sebanyak 23 orang (43,4%) dan minoritas 1-3 tahun sebanyak 14 orang (26,4%).

Tabel 2.
 Self Care Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (n=53)

Self Care	f	%
Self Care Baik	2	3,8
Self Care Cukup	40	75,5
Self Care Kurang	11	20,8

Tabel 2 hasil penelitian bahwa mayoritas responden dengan *self care* yang cukup sebanyak 40 orang (75,5%) dan *self care* yang baik sebanyak 2 orang (3,8%).

Tabel 3.
 Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (n=53)

Kualitas Hidup	f	%
Sangat Buruk	0	0
Buruk	7	13,2
Sedang	31	58,5
Baik	13	24,5
Sangat Baik	2	3,8

Tabel 3 hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pasien memiliki kualitas hidup yang cukup sebanyak 31 orang (58,5%), yang cukup sebanyak 31 orang (58,5%), kualitas hidup

buruk sebanyak 7 orang (13,2%), kualitas hidup baik sebanyak 13 orang (24,5%), kualitas hidup sangat baik sebanyak 2 orang (3,8%), dan kualitas hidup sangat buruk tidak ada.

Tabel 4.
 Hubungan *Self Care* dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 (n=53)

Self Care	Kualitas Hidup										Total	p-value	
	Sangat Buruk		Buruk		Sedang		Baik		Sangat Baik				
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%			
Kurang	0	0,0	5	45,5	6	54,5	0	0,0	0	0,0	1	20,0	0,001
Cukup	0	0,0	2	5,0	2	62,5	1	27,5	2	5,0	4	75,0	
Baik	0	0,0	0	0,0	0	0,0	2	100	0	0,0	2	3,8	
Total	0	0,0	7	13,2	3	58,5	1	24,5	2	3,8	5	100	

Tabel 4 berdasarkan uraian diatas, hubungan hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Tahun 2023 dapat diketahui bahwa *self care* yang kurang dengan kualitas hidup yang buruk sebanyak 5 orang (45,5%), *self care* yang kurang dengan kualitas hidup yang sedang sebanyak 6 orang (54,5%), *self care* yang cukup dengan kualitas hidup yang buruk sebanyak 2 orang (5%), *self care* yang cukup dengan kualitas hidup yang sedang sebanyak 25 orang (62,5%), *self care* yang cukup dengan kualitas hidup yang baik sebanyak 11 orang (27,5%), *self care* yang cukup dengan kualitas hidup yang sangat baik sebanyak 2 orang (5%), dan *self care* yang baik dengan kualitas hidup yang baik sebanyak 2 orang (100%).

PEMBAHASAN

Self Care Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2023 tentang mengenai *self care* pasien diabetes melitus tipe 2 yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang menunjukkan bahwa mayoritas *self care* pasien diabetes melitus kategori kurang sebanyak 28 orang (52,8%) dan *self care* kategori baik sebanyak 25 orang (47,2%). Hal ini didapatkan dari hasil kuesioner yang disebarkan umumnya responden mengatakan bahwa mereka jarang mengecek kadar gula darah (KGD) sebanyak 44 orang, aktivitas fisik yang kurang dan minimnya perawatan kaki sebanyak 37 orang, tidak pernah menggunakan lotion sebanyak 36 orang. *self care* khususnya dalam hal perawatan kaki ini penting di perhatikan sebab, peneliti memiliki responden yang beragam baik dari perkotaan dan pedesaan, yang paling beresiko adalah bagi orang yang tinggal di pedesaan karena saat berjalan sering tidak menggunakan alas kaki, oleh karena itu peran perawat sangatlah penting dalam memberi edukasi bagi pasien T2DM.

Self care menjadi lebih baik di pengaruhi oleh pentingnya pemahaman akan pengelolaan DM. hal ini dipengaruhi oleh pengetahuan, usia, perilaku terhadap sakit, lama penyakit yang diderita, dan faktor ekonomi. *Self care* yang berkelanjutan dapat membentuk cara hidup seseorang dalam mencegah, mengenali, dan mengola penyakit yang dideritanya (Asnaniar., 2019). Pemeliharaan perawatan diri, pemantauan perawatan diri, dan manajemen perawatan diri. Secara kolektif, komponen-komponen ini mendukung kesehatan saat individu mempertahankan perilaku menjaga kesehatan, memantau kondisi akut/kronis, dan merespons tanda dan gejala penyakit sesuai kebutuhan (David,2019). Kemampuan *self care* manajemen T2 DM yang baik, akan meningkatkan mekanisme koping mereka terhadap penyakit dan keyakinan akan peningkatan kesehatannya sehingga seperti melakukan aktivitas fisik yang

rutin, tetapi jika kurangnya *self care* dapat mempengaruhi minimnya aktifitas fisik seperti jarang melakukan pekerjaan rumah seperti menyapu, mencuci, mengepel, dan lainnya selama 30 menit, serta latihan fisik lainnya seperti jalan sehat, berenang dan lain sebagainya.

Siregar, dkk (2022) dalam penelitiannya di dapatkan dari 71 responden, mayoritas responden *self care* tidak taat sebanyak 43 responden (60,6 %), sedangkan responden yang taat *self care* sebanyak 28 responden (39,4%). Hidayah, (2019) juga di peroleh hasil *self care* dari 42 responden *self care* kurang 25 %, pasien T2DM memiliki aktivitas fisik yang kurang sebanyak (54,4%). Hal ini Menunjukkan bahwa aktifitas fisik merupakan salah satu pilar dalam pengelolaan T2DM sebab jika para pengidap T2DM tidak melakukan aktifitas fisik secara rutin akan berefek pada peningkatan kadar gula darah dan bahkan bisa menyebabkan faaktor resiko yang lebih lanjut yakni komplikasi *mikrovascular* (Nefropaty, Retinopatya, & Neuropaty) dan *makrovascular* (Strok & Jantung coroner) (Moini Jahangir., 2019).

Perawatan kaki juga merupakan salah satu *self care* yang penting dan dapat mencegah ulkus kaki DM. Sebagian besar penderita tidak melakukan memeriksa bagian dalam sepatu sebelum digunakan apakah ada atau tidaknya serangga yang menyengat di dalam sepatu oleh karena itu alas kaki yang dianjurkan bagi penderita diabetes yaitu sepatu tanpa hak tinggi, sepatu yang menampakkan tumit dan jari-jari, serta sepatu yang nyaman dan tepat di kaki. Penderita DM tidak diperbolehkan bertelanjang kaki saat keluar rumah dan dianjurkan untuk menggunakan kaos kaki tidak ketat yang mampu menyerap keringat. Penggunaan alas kaki yang baik diyakini mampu menurunkan resiko terjadinya ulkus kaki DM (Putri, 2017). Hidayah (2019) juga mengatakan bahwa bahwa sebagian besar penderita tidak mengeringkan sela-sela jari setelah dicuci, dan dianjurkan penderita DM seharusnya mencuci kakinya dengan menggunakan air hangat serta sabun yang lembut, sebab hal ini dapat menghindari terjadinya iritasi pada kaki dan akan mengakibatkan ulkus, *self care* mejadi bagian terpenting bagi T2DM (Basir dkk., 2022)

Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan 2023 ditemukan mayoritas pasien memiliki kualitas hidup yang cukup sebanyak 31 orang (58,5%), kualitas hidup buruk sebanyak 7 orang (13,2%), kualitas hidup baik sebanyak 13 orang (24,5%), kualitas hidup sangat baik sebanyak 2 orang (3,8%), dan kualitas hidup sangat buruk tidak ada (0%). Hal ini diakibatkan beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas hidup responden seperti: kondisi sakit yang menghambat aktivitas sehari-hari nya, dan gangguan pola tidur. Jurnal dari Siregar, dkk (2022) sebanyak 71 responden terdapat kualitas hidup buruk sebanyak 42 responden (59,2%), sedangkan berkualitas hidup baik sebanyak 29 responden (40,8%), dari hasil sebaran kuesioner yang peneliti lakukan di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan, peneliti menemukan skor dukungan keluarga terendah adalah pada domain social seperti dukungan dari teman, dan kehidupan seksual yang tidak puas, sedangkan pada psikologis skor terendah terdapat pada kemampuan berkonsentrasi, aktivitas fisik skor terendah adalah rasa sakit fisik yang mengganggu untuk melakukan aktivitas sehari-hari, lingkungan: skor terendah adalah kesempatan rekreasi. Faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada pasien T2DM adalah faktor sosial, faktor psikologi dan lingkungan, hal ini memegang peran penting terhadap baik buruknya kualitas hidup seseorang.

Faktor lingkungan dapat mempengaruhi seseorang seperti tingkat Pendidikan, sebab jika dilingkungan itu memiliki pendidikan yang baik maka akan ada efeknya bagi orang orang yang berada dilingkungan tersebut. Tingkat pendidikan yang tinggi mempunyai kemampuan lebih baik dalam memahami penyakitnya, sadar untuk melakukan perubahan gaya hidup yang

lebih sehat dan memiliki hidup yang berkualitas, begitu juga sebaliknya pendidikan yang rendah. (Abedini dkk., 2020). Minimnya *self care* yang dilakukan oleh pasien DMT2 seperti yang terdapat pada domain fisik merupakan beberapa aspek yang dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup terutama pada diabetes melitus (Malini, 2022).

Hubungan *Self Care* dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe

Hasil uji *spearman rank* didapatkan $p\text{-value} = 0,001$ $p\text{ (value)} < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien T2DM di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2023. *Self care* merupakan gambaran perilaku seorang individu yang dilakukan dengan sadar pada diri sendiri. *Self care* yang dilakukan pada pasien diabetes melitus meliputi diet, aktivitas fisik, perawatan kaki, obat-obatan dan monitoring kadar gula darah. *Self care* sangatlah berkaitan erat dengan kualitas hidup seseorang apalagi bagi penderitanya penyakit degeneratif seperti T2DM. *Self care* yang tidak dikelola dengan baik akan meningkatkan resiko terjadinya komplikasi, karena penderita diabetes melitus rentan mengalami komplikasi yang diakibatkan karena kerja insulin yang tidak adekuat. Ketika penderita diabetes melitus mengalami komplikasi, maka akan menurunkan Umur Harapan Hidup (UHP), penurunan kualitas hidup, serta meningkatnya angka kematian. Namun penurunan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus sering diikuti dengan ketidakmampuan pasien dalam melakukan perawatan diri secara mandiri sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup dari segi kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan hubungan lingkungan (Chaidir, 2017).

Penelitian Ambar (2021), menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-management* dengan kualitas hidup pada pasien DM tipe 2 ($p\text{value} = .000$, $r = .394$). Artinya terdapat hubungan positif yang signifikan antara level manajemen diri dan kualitas hidup pada pasien DM tipe 2. Dari hasil koefisien korelasi uji Spearman, ada yang positif tanda. Artinya semakin tinggi *self-management* pasien maka akan semakin tinggi juga meningkatkan kualitas hidup mereka. Implikasi dari penelitian ini adalah perawat dapat meningkatkan pengetahuan pasien dengan memberikan edukasi yang berfokus pada meningkatkan manajemen diri dan memfasilitasi penyediaan keluarga dukungan serta pengawasan dan pemantauan terkait dengan manajemen diri oleh pasien DM tipe 2.

Responden pada penelitian ini banyak berusia lebih dari 56 tahun, dimana usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup. Penderita DM usia ≥ 55 tahun lebih berisiko memiliki kualitas hidup yang kurang baik dibandingkan >55 tahun. Hal ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan bahwa lebih tua usia penderita DM memiliki kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan yang lebih muda. Semakin bertambahnya usia, penderita DM akan mengalami perubahan fisiologis, anatomis serta biokimiawi. Kondisi ini akan berpengaruh terhadap kemampuan dalam merawat diri terutama dalam mengelola penyakit yang diderita sehingga berdampak pada kualitas hidupnya responden lebih banyak yang berjenis kelamin perempuan. Responden berjenis kelamin perempuan lebih banyak daripada laki-laki, perempuan merasa puas terhadap kualitas hidup dibandingkan responden laki-laki yang merasa cukup puas terhadap kualitas hidup. Hal ini disebabkan sebagian besar responden penelitian ini adalah perempuan dimana perempuan lebih tertarik pada status kesehatan, sehingga memberi pengaruh terhadap pelaksanaan aktivitas *self-care* yang baik. (Tumanggor, 2019). Pendidikan responden lebih banyak di SMA. Hal itu dapat berpengaruh pada kualitas hidup pasien dikarenakan pasien akan mampu berfikir rasional dalam mencari pengobatan demi meningkatkan kualitas hidupnya.

Semakin lama seseorang menderita diabetes melitus munculnya masalah kesehatan semakin tinggi serta bertambah parah, disebabkan karena sel beta pankreas dalam menghasilkan insulin mulai menurun, selain itu sistem kardiovaskuler akan semakin memburuk dan glukosa darah yang tidak terkontrol mengakibatkan munculnya arterosklerosis dan penurunan viskositas darah yang bisa meningkatkan tekanan darah dan penurunan suplai darah pada perifer tubuh yang mengarah pada munculnya berbagai masalah kesehatan serta komplikasi (Hariani dkk., 2020). Jika lama menderita ≥ 3 tahun maka lebih baik pula kualitas hidupnya, jika menderita ≥ 3 tahun dengan kualitas hidup buruk berkaitan dengan menurunnya *self-care* pasien karena dipengaruhi kebosanan dan kejenuhan, serta lama menderita < 3 tahun dengan kualitas hidup buruk berkaitan dengan ketidaksiapan pasien dalam menerima diagnosa diabetes melitus.

Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada responden adalah kesehatan fisik, psikologi, hubungan sosial, dan lingkungan hidupnya. Dari hasil penelitian ini dilihat bahwa mayoritas responden dipengaruhi oleh kesehatan fisiknya. Seperti, kondisi sakit yang menghambat aktivitas sehari-hari, ketidaknyamanan mengatasi nyeri, dan gangguan pola tidur. Menurut peneliti jika tingkat *self care* pasien dirumah sakit semakin meningkat atau membaik maka jumlah angka ketergantungan rumah sakit pun semakin tinggi dan perlu dipertahankan pelayanan rumah sakit, agar pasien puas terhadap pelayanan. Maka diharapkan kepada petugas kesehatan untuk dapat memberikan informasi dan mengajak pasien DM agar dapat meningkatkan aktivitas *self care* dilakukan dengan optimal sehingga komplikasi dapat diminimalisir dan meningkatkan kualitas hidup pasien DM dapat menjalankan hidup dengan normal. Bagi perawat diharapkan untuk meningkatkan kompetensi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien DM terkait aktivitas *self care*. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kemampuan *self care* pada penderita DM, maka akan meningkatkan mekanisme koping mereka terhadap penyakit dan meningkatkan keyakinan akan peningkatan kesehatannya sehingga akan berimplikasi pada peningkatan kualitas hidup, diantaranya memiliki aktivitas fisik yang kurang, seperti jarang melakukan pekerjaan rumah seperti menyapu, mencuci, mengepel, dan lainnya selama 30 menit, serta mereka jarang melakukan latihan fisik khusus seperti jalan sehat, berenang dan lainnya

SIMPULAN

Self care yang dimiliki oleh pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2023 diperoleh bahwa mayoritas responden memiliki self care kurang sebanyak 28 orang (52,8%). Kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2023 diperoleh bahwa mayoritas responden memiliki kualitas hidup sedang sebanyak 31 orang (58,5%). Berdasarkan hasil uji statistic spearman rank (ρ) diperoleh nilai $r = (0,523)$ p-value 0,001 ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang kuat antara self care dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association. (2020). Classification and diagnosis of diabetes : Standards of Medical Care in Diabetes - 2020. *Diabetes Care*, 43(1), S14– S31.
- Anggraini, R. B., Prasillia, A., Studi, P., Keperawatan, I., Citra, S., & Belitung, D. B. (N.D.). (2021). Hubungan Self Care Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus: Study Literature. In *Nursing Science Journal (Nsj)* (Vol. 2, Issue 2).
- Asnaniar, W. O. S. (2019). Hubungan Self Care Management Diabetes dengan Kualitas

- Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(4), 295–298
- David. D, Dalton. J, Magny-Normilus.C, Brain. M. M, Linster. T & Lee S. J. (2019) *The Quality of Family Relationships, Diabetes Self-Care, and Health Outcomes in Older Adults*. Spring
- Decroli, E. (2019). *Diabetes Melitus Tipe 2*. Padang: Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam
- Hidayah, M. 2019. Hubungan Perilaku Self-Management dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 diwilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. DOI:10.2473/amnt.v3i3.2019.176-182. Joinly Published by IAGIMKI & Universitas Airlangga.
- IDF.(2021). *Data International Diabetes Federation (IDF) Atlas*.
- Kementerian Kesehatan Ri. (2020). *Infodatin Tetap Produktif, Cegah, Dan Atasi Diabetes Melitus 2020*. In Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan Ri (Pp. 1–10).
- Malini. H, Sonia.H, Lenggogeni D. P., & Putri Z. M. (2022). *Self-Care And Quality Of Life People With Type 2 Diabetes During The Covid-19: Cross-Sectional Study*. *Journal of Diabetes & Metabolic Disorders* (785-790)
- Moini, J., Matthew, A., & Anthony, Lg. (2022). *Complications Of Diabetes Melitus A Global Perspective*. Crc Press
- Nisa, H., & Kurniawati, P. (2022). *Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus dan Faktor Determinannya*. *Medical Technology and Public Health Journal*, 6(1), 72-83.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawata*. Jakarta Selatan: Salemba Medika
- Polit & Beck, C. T. (2012). *Nursing Research*. In *Journal Of Materials Processing Technology* (Vol. 1, Issue 1).
- Putri, L. R. (2017). *Gambaran Self Care Penderita Diabetes Melitus (Dm) Di Wilayah Kerja Puskesmas Sronдол Semarang*. Universitas Diponegoro Semarang
- Tumanggor, W. A. (2019). *Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan 2019*. *Stikes Santa Elisabeth Medan*, 1–73
- S. Ambar, S . *The Relationship Between Self-Management And Quality Of Life Among Patients With Type 2 Diabetes Mellitus*. *Nurse and Health*
- Sari, N. N.(2021). *Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua Kota Padangsidempuan*. Universitas Aufa Royhan
- Siregar, M. A., Lasmawanti, S., & Zulfandi, Z. (2021). *Hubungan Self Care Diabetes dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Mitra Medikamedan*

Tahun 2020. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 1(5), 1191-1200.

WHO. (2012). *The World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)-BREF*

Zaura, T. A., Teuku, S. B., Devi, D. (2022). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Endurance*, 2(2), 132–144.