

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT2) menjadi salah satu penyakit degeneratif yang semakin banyak ditemui seiring dengan perubahan gaya hidup dan peningkatan sosial ekonomi di Indonesia. Hal yang perlu diwaspadai dari penyakit Diabetes Mellitus adalah persentase yang tinggi secara konsisten (45%) dari penderitanya yang tidak terdiagnosis, sebagian besar adalah diabetes tipe 2 (Sun, 2022). Pasien dengan diabetes tipe 2 menghadapi berbagai kendala saat perawatan kondisi mereka, termasuk kepatuhan terhadap pengobatan, pemantauan gula darah, pembatasan makanan, latihan fisik, dan manajemen stres. Kemampuan dalam mengelola penyakit ini mempengaruhi kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 (Sari, 2021). Didapatkan hasil laporan bahwa 68% pasien DMT2 mengalami penurunan kualitas hidup yang substansial, mencakup aspek kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan ((WHO), 2022)

Kualitas hidup yang buruk dapat menyebabkan berkurangnya perawatan diri dan pada akhirnya menyebabkan kontrol glikemik memburuk serta dapat meningkatkan resiko komplikasi. Karena itu, kualitas hidup sangat penting dalam pengelolaan suatu penyakit, salah satunya penyakit Diabetes Mellitus tipe 2. Di mana semakin tinggi kualitas hidup penderita diabetes mellitus, maka pencegahan diabetes mellitus juga baik, tetapi pada kenyataannya penurunan kualitas hidup pada pasien dengan diabetes mellitus sering kali disebabkan oleh ketidakmampuan pasien dalam melakukan perawatan diri atau *Self-*

*Management* (Zainal, 2023). Sedangkan pilar utama dalam *Self Management* DM tipe 2 yaitu diet, aktivitas fisik pemantauan gula darah, pengobatan farmakologi, edukasi (Sari, 2021).

Menurut IDF (Sun, 2022) Pada tahun 2021, diperkirakan 537 juta orang mengidap diabetes, dan jumlah ini diproyeksikan mencapai 643 juta pada tahun 2030, dan 783 juta pada tahun 2045. Diperkirakan juga bahwa lebih dari 6,7 juta orang berusia 20-79 tahun akan meninggal dunia akibat penyebab yang berhubungan dengan diabetes pada tahun 2021. Jumlah anak-anak dan remaja (hingga usia 19 tahun) yang hidup dengan diabetes meningkat setiap tahunnya. Hal lain yang perlu diwaspadai adalah persentase yang tinggi secara konsisten (45%) dari penderita diabetes yang tidak terdiagnosis, sebagian besar adalah diabetes tipe 2. Hal ini menyoroti kebutuhan mendesak untuk meningkatkan kemampuan mendiagnosis penderita diabetes, yang banyak di antaranya tidak menyadari bahwa mereka menderita diabetes, dan memberikan perawatan yang tepat dan tepat waktu untuk semua penderita diabetes sedini mungkin.

Di Indonesia khususnya Provinsi Jawa Timur menunjukkan bahwa rata-rata prevalensi Diabetes Melitus pada masing-masing provinsi di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter dari penduduk usia  $\geq 15$  tahun mencapai 1,5%, dan meningkat menjadi 2% pada tahun 2018 (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI, 2018). Estimasi penderita Diabetes Melitus (DM) di Jawa Timur sebesar 854.454 dari penduduk usia 15 tahun keatas. Pelayanan kesehatan penderita diabetes melitus di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) 38 kabupaten/kota se- Jawa Timur sudah mencapai 859.187 kasus (100,6%) dari estimasi penderita DM yang ada ( Dinas

Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2023). Indonesia ditempatkan di peringkat ketujuh dari sepuluh negara dengan jumlah kasus tertinggi, mencapai 10,7 juta penderita (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Prevelensi rate DM di Kabupaten Ponorogo tahun 2016 sekitar 19.253 jumlah kasus DM, mencapai urutan kedelapan setelah penyakit Diare (Ponorogo, 2021). Berdasarkan data awal yang didapat oleh peneliti jumlah pasien yang menderita penyakit DM di UPT Puskesmas Ngrandu pada tahun 2023 sebanyak 181 pasien. Data dilapangan menunjukkan terdapat peningkatan pasien terdiagnosa diabetes mellitus pada tiga bulan terakhir yaitu pada bulan oktober 8 pasien, november 14 pasien, dan desember 14 pasien. Sementara untuk program pelayanan kesehatan seperti prolanis(Program Pengelolaan Penyakit Kronis) masih belum berjalan.

Diabetes Melitus tipe 2 merupakan kelainan metabolisme kronik yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah disertai dengan kelainan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak akibat kurang insulin baik karena disfungsi pankreas ataupun disfungsi insulin absolut. Kecurigaan adanya diabetes mellitus perlu mendapatkan perhatian apabila ada keluhan diabetes mellitus berupa poliuria, polidipsia, polifagia, lemas, kesemutan, luka yang sulit sembuh, gatal, mata kabur, dan terjadi penurunan berat badan yang tidak dapat dijelaskan sebabnya (Marito, 2021). Diabetes mellitus tipe 2 ini memerlukan pengelolaan seumur hidup untuk mencegah komplikasi. Cara untuk mencegah komplikasi tersebut, penderita diabetes mellitus harus menjaga kadar glukosa darah dengan cara mengubah gaya hidup, terutama dengan pola makan yang sehat dan seimbang. Kepatuhan terhadap program diet menjadi

tantangan utama bagi pasien Diabetes Mellitus tipe 2, mengingat hal ini membutuhkan konsistensi dan perubahan gaya hidup yang signifikan seumur hidupnya (Diabetes care, 2023). Menurut (Jandaghian-Bidgoli, 2024) Diabetes melitus (DM) adalah salah satu penyakit kronis yang memerlukan manajemen jangka panjang dan perawatan diri yang efektif. Dalam konteks ini, Teori Perawatan Diri Orem memberikan kerangka kerja yang berharga untuk memahami dan meningkatkan kemampuan individu dalam merawat diri mereka sendiri. Pada penelitian (Jandaghian-Bidgoli, 2024) ditemukan antara model perawatan diri Orem dan hasil dari pasien diabetes, dapat dikatakan bahwa model ini efektif untuk pasien diabetes. Penerapan model yang positif dan suportif dapat meningkatkan kualitas hidup pasien, efikasi diri, dan perilaku perawatan diri serta mengurangi gejala diabetes. Studi yang dianalisis telah mengungkapkan bahwa perawatan diri Orem memiliki hubungan yang signifikan dengan hasil yang positif pada pasien diabetes.

Hal ini menunjukkan bahwa model perawatan diri Orem dapat menginduksi perubahan transformasional dalam perawatan diri dan kualitas hidup pasien diabetes. Demikian upaya dalam meningkatkan kemampuan *Self-Management* berpengaruh terhadap kualitas hidup penderita Diabetes Mellitus tipe 2. Seperti halnya Studi yang dilakukan oleh (Qi X, 2021) mengungkapkan bahwa pasien dengan tingkat *Self Management* yang tinggi memiliki skor kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan pasien yang memiliki *Self Management* yang rendah. Mengutip dari penelitian yang dilakukan (Marques FRDM, 2022) Teori Orem tentang Perawatan Diri (*Self-Care*) relevan dengan penerapan *Self-Management* pasien diabetes mellitus terutama karena kronisitas morbiditas dan

kebutuhan yang terus menerus untuk perawatan diri yang efektif serta meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik. Maka penting untuk terus memantau dan meningkatkan Self-Manajemen sebagai bagian integral dari pengelolaan diabetes secara keseluruhan. Dari penjelasan diatas maka, hubungan antara *Self Management* dengan kualitas hidup masih memerlukan perhatian dan penelitian yang lebih lanjut.

Pengendalian dan penanggulangan Diabetes Mellitus tipe 2 dilakukan dengan menggunakan prinsip dasar meliputi modifikasi gaya hidup, latihan jasmani, fisik, pengaturan pola makan diet serta selalu patuh saat minum obat diabetic (PERKENI, 2021). Diabetes melitus (DM) adalah penyakit kronis yang memerlukan manajemen yang berkelanjutan dan keterlibatan aktif dari pasien dalam perawatan diri mereka. Salah satu konsep penting dalam manajemen diabetes adalah *Diabetes Management Self-Efficacy*, yang merujuk pada keyakinan individu dalam kemampuannya untuk mengelola kondisi diabetes mereka secara efektif. Menurut (Ahdiah, 2019) *Self-Management* ini merupakan salah satu intervensi yang merujuk pada teori Orem secara implisit. *Self-Management* berperan penting dalam menentukan seberapa baik seseorang dapat mengelola diabetes. Keyakinan ini mencakup berbagai aspek, seperti kemampuan untuk mengikuti rencana diet dan pengurangan berat badan, memantau kadar glukosa darah, melakukan aktivitas fisik yang diperlukan, dan selalu memonitoring pasien dengan rutin control ke pelayanan kesehatan.

Program pendidikan perawatan diri yang diterapkan bertujuan untuk meningkatkan *Self-Management* pasien dengan memberikan pengetahuan tentang diet yang tepat untuk Diabetes Melitus. Penelitian (Suardi, 2024)



mengemukakan bahwa salah satu program pelatihan wajib adalah *Diabetes Self-Management education* diberikan kepada penderita diabetes. Program ini merupakan sebuah metode untuk mendukung kompetensi perawatan diri, pengetahuan, dan keterampilan yang penting untuk pengelolaan diabetes. *Diabetes Self-Management Education* telah menjadi bagian penting dari manajemen diabetes.

Dalam menghadapi diabetes melitus tipe 2, penting untuk tidak hanya fokus pada aspek medis dan fisik, tetapi juga spiritual. Islam mengajarkan umatnya untuk menjaga kesehatan sebagai bentuk ibadah dan tanggung jawab kepada Allah SWT. Ayat-ayat Al-Quran memberikan panduan yang berharga tentang pentingnya menjaga kesehatan dan kehidupan yang seimbang. Melakukan *Self-Management* salah satunya dengan mengurangi mengkonsumsi makanan secara berlebihan, disesuaikan dengan kebutuhan tubuh bukan menuruti hawa nafsu. Dalam Islam sudah dijelaskan agar tidak berlebihan dalam makan dan minum, sebagaimana tercantum dalam QS. Thaha ayat 81:

كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِي ۖ وَمَنْ يَحِلَّ عَلَيْهِ  
غَضَبِي فَقَدْ هَوَىٰ

"Makanlah di antara rezeki yang baik yang telah Kami berikan kepadamu, dan janganlah melampaui batas padanya, yang menyebabkan kemurkaan-Ku menimpamu. Dan barangsiapa ditimpa oleh kemurkaan-Ku, maka sesungguhnya binasalah ia."

Berdasarkan uraian masalah dan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan *Self-Management* dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Hubungan *Self-Management* dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi *Self-Management* pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ngrandu
- 2) Mengidentifikasi kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ngrandu
- 3) Menganalisis hubungan antara *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ngrandu

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

- 1) Dapat memperluas dan memperkaya teori *Self-Care* Orem dalam memperkuat pembuktian hubungan *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2.
- 2) Memperkaya bukti ilmiah tentang hubungan antara *Self-Management* dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### a. Bagi Pasien dan Keluarga

- 1) Meningkatkan pemahaman tentang pentingnya *Self-Management* dalam pengelolaan diabetes mellitus tipe 2.
- 2) Memberikan informasi tentang aspek-aspek yang perlu diperhatikan untuk meningkatkan kualitas hidup.
- 3) Membantu pasien dan keluarga dalam mengoptimalkan program diet yang dijalani.

#### b. Bagi Pelayanan Keperawatan

- 1) Memberikan data berbasis bukti untuk pengembangan program edukasi *Self-Management* pada pasien diabetes mellitus tipe 2.
- 2) Membantu perawat dalam mengidentifikasi aspek-aspek *Self-Management* yang perlu ditingkatkan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien.
- 3) Menjadi acuan dalam pengembangan protokol asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

#### c. Bagi Institusi Kesehatan

- 1) Memberikan masukan untuk pengembangan program pengelolaan diabetes mellitus tipe 2 berbasis *Self-Management*.
- 2) Membantu dalam perencanaan program intervensi yang bertujuan meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2.
- 3) Menjadi dasar pertimbangan dalam pengembangan kebijakan terkait pengelolaan pasien diabetes mellitus tipe 2.



d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi referensi untuk pengembangan penelitian lanjutan terkait *Self-Management* dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2.

## 1.5 Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian sebelumnya yang telah mengkaji hubungan antara *Self-Management* dan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

1. Penelitian yang dilakukan di Iran oleh (Luther, 2023) dengan judul

*"Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar"*.

Penelitian ini menggunakan kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel yang diambil sebanyak 82 orang menggunakan teknik consecutive sampling dengan populasi semua penderita Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Makassar selama bulan Januari sampai September 2021, dengan total populasi sebanyak 483 orang. Alat ukur yang digunakan adalah adaptasi dari skala baku *Diabetes Quality of Life* (DQOL) dan self-care yang mengukur kualitas hidup dan perawatan diri pasien DM Tipe II. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara self-care yang baik dengan kualitas hidup yang tinggi, dengan nilai  $p=0,003$ . Penelitian ini menyarankan agar perawat memotivasi keluarga untuk mendukung proses perawatan pasien di rumah dan meningkatkan pengetahuan serta keterampilan dalam memberikan pelayanan kepada penderita Diabetes Melitus. Persamaan dari penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, sedangkan untuk perbedaannya pada penelitian ini terletak pada

penggunaan instrumennya pada penelitian menggunakan *Diabetes Quality of Life* (DQOL) dan *self-care* yang mengukur kualitas hidup dan perawatan diri pasien DM Tipe II sedangkan, penelitian saya akan menggunakan DSMQ untuk mengukur *Self-Management* pasien dan DQOL untuk mengukur kualitas hidup pasien serta pemberian intervensi DMSE (*Diabetes Self-Management education*)

2. Di Indonesia, penelitian oleh (Sari, 2021) dengan judul "*The Relationship Between Self-Management and Quality of Life Among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus*". Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain yang digunakan adalah *cross-sectional analytic*. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 75 orang pasien yang memenuhi kriteria inklusi. Pemilihan sampel dilakukan dengan metode simple random sampling, yang memberikan kesempatan yang sama bagi setiap individu dalam populasi untuk terpilih sebagai responden. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien yang datang ke poliklinik endokrin di RS Pusat TNI Angkatan Laut (RSPAL) DR. Ramelan Surabaya. Kuesioner yang digunakan yaitu *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ), Kemudian kuisisioner *Diabetes Quality of Life Brief* (DQoL Brief) untuk mengukur kualitas hidup pasien diabetes. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara manajemen diri dan kualitas hidup pada pasien diabetes tipe 2. Hasil analisis menunjukkan  $p\text{-value} = 0.000$  dan koefisien korelasi  $(r) = 0.349$ . Ini berarti bahwa semakin baik manajemen diri yang dilakukan oleh pasien, semakin baik pula kualitas hidup mereka. Persamaan dari penelitian ini penggunaan alat ukur *Self-Management* yaitu instrument

DMSQ dan perbedaan penelitian ini terletak pada pengambilan sample yang nantinya peneliti menggunakan metode purposive sampling, penggunaan instrument DQOL untuk kualitas hidup serta pemberian intervensi menggunakan DSME (*Diabetes Self-Management education*)

3. Penelitian terbaru oleh (Susilowati, 2024) berjudul "Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di RS PMI Kota Bogor". Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Penelitian ini menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria ini mencakup pasien yang terdiagnosis Diabetes Melitus Tipe II dan sedang menjalani perawatan di RS PMI Kota Bogor. Total responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah 98 orang. Jumlah ini ditentukan berdasarkan ketersediaan pasien yang memenuhi kriteria dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian. Instrumen yang digunakan yaitu Kuesioner *Self-Management* menggunakan *Diabetes Self Management Questionnaire* (DSMQ), yang terdiri dari 16 pernyataan yang mengukur berbagai aspek pengelolaan diri pasien diabetes, seperti pemantauan kadar gula darah, pengaturan pola makan, dan aktivitas fisik. Kuesioner Kualitas Hidup menggunakan WHOQOL-BREF, yang terdiri dari 26 pernyataan yang menilai kualitas hidup secara umum dan spesifik untuk kondisi kesehatan tertentu. Sebanyak 77,6% responden melakukan perawatan diri dengan cara mengontrol kadar gula darah untuk mencegah terjadinya komplikasi. Hasil uji chi-square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *Self-Management*

dan kualitas hidup penderita Diabetes Melitus Tipe II, dengan Odds Ratio sebesar 2,314 dan P-value 0,023. Ini menunjukkan bahwa *Self-Management* yang baik berhubungan positif dengan kualitas hidup yang lebih baik. Persamaan dari penelitian ini penggunaan alat ukur *Self-Management* yaitu instrument DMSQ dan perbedaan penelitian ini terletak pada populasi tempat penelitian yang berbeda tentunya, penggunaan instrument DQOL untuk kualitas hidup dan pemberian intervensi menggunakan DSME (*Diabetes Self-Management education*)

4. Hubungan *Self care* Dengan Kualitas Hidup Pasien DM Tipe 2 (Saragih, 2022) Menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Instrument penelitian yang digunakan Kuesioner *Self Care* dan Kuesioner DQOL serta Uji statistik *Spearman Rank*. Sampel 70 responden dengan menggunakan Teknik *purposive sampling*. Hasil menunjukkan sebagian besar responden memiliki perawatan diri yang baik (94,3%), kualitas hidup baik (82,9%). Uji statistik yang digunakan adalah uji *Spearman Rank* dengan hasil  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ), artinya ada hubungan antara perawatan diri dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2.
5. Systematic review dan meta-analisis yang dilakukan oleh (Cho, 2021) dengan judul "*Self-Management Nursing Intervention for Controlling Glucose among Diabetes: A Systematic Review and Meta-Analysis*" Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional observasional*. Sampel penelitian terdiri dari 401 pasien yang setuju untuk berpartisipasi dari total 429 pasien yang memenuhi syarat. Dari 429 pasien, 12 kuesioner dikeluarkan karena jawaban yang tidak lengkap



atau kualitas pengisian yang buruk. Karakteristik peserta menunjukkan bahwa mayoritas adalah pria (52,4%) dengan usia rata-rata 53,69 tahun. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini mencakup beberapa instrument, *Health Literacy* (HL) diukur menggunakan *Health Literacy Measurement Scale* (HeLMS). *Self-Management*: Diukur menggunakan *Self-Care of Diabetes Inventory* (SDSCA). *Health-Related Quality of Life* (HRQOL): Diukur menggunakan *Short-Form 12-item Health Survey* (SF-12), yang terdiri dari dua subskala: komponen fisik dan komponen mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara literasi kesehatan dan manajemen diri dengan HRQOL dan analisis regresi menunjukkan bahwa manajemen diri berfungsi sebagai variabel mediator antara literasi kesehatan dan HRQOL. Persamaan dari penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, sedangkan untuk perbedaannya pada penelitian ini variabelnya membahas Intervensi Keperawatan Manajemen Diri untuk Mengontrol Glukosa di antara Diabetes: Sebuah Tinjauan Sistematis dan Meta-Analisis, lain halnya penelitian saya mengenai Hubungan *Self-Management* dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 dan untuk penggunaan kuisisioner dalam penelitian saya akan menggunakan DSMQ untuk mengukur *Self-Management* pasien dan DQOL untuk mengukur kualitas hidup pasien serta pemberian intervensi DMSE (*Diabetes Self-Management education*).