

**HUBUNGAN SELF CARE DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES
MELITUS DI PUSKESMAS BIRU- BIRU KECAMATAN SIBIRU-BIRU
KABUPATEN DELI SERDANG**

Yosafat Barus¹, Fridella Grace Natalia Tarigan², Tetty Suriany Limbong³

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA

Akademi Keperawatan Wirahusada Medan

**Email : yosafatbarus87@gmail.com, fridella.tarigan@yahoo.com,
limbong275@gmail.com**

Abstract

Diabetes Mellitus is a chronic hyperglycemic state accompanied by various metabolic disorders due to hormonal disorders that cause various chronic complications in the eyes, kidneys, nerves and blood vessels so that it can affect a person's quality of life. Quality of life of patients with diabetes mellitus on average have a poor quality of life due to physical changes. Physical changes felt by patients with diabetes mellitus such as fatigue and disturbances during activities caused by increased blood sugar levels. One way to improve the quality of life is good self-care. The purpose of this study was to identify the relationship between self care and the quality of life of patients with diabetes mellitus at the Biru-Biru Health Center, Sibiru-biru District. This research method uses a correlation design with a sample of 46 respondents at the Biru-Biru Health Center, Sibiru-biru District. The measuring instrument used in this research is a questionnaire. Data analysis was performed using the chi-square test with ($p=0.002$). The results of this study indicate that there is a relationship between self care and the quality of life of patients with diabetes mellitus at the Biru-Biru Health Center, Sibiru-biru District. It is hoped that patients will be able to further improve self-care so that the quality of life is better.

Keywords: Self Care, Quality of Life for Diabetes Mellitus Patients

Abstrak: Diabetes Melitus adalah keadaan hiperglikemi kronik yang disertai berbagai kelainan metabolik akibat gangguan hormonal yang menimbulkan berbagai komplikasi kronik pada mata, ginjal, saraf dan pembuluh darah sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Kualitas hidup pasien diabetes melitus rata-rata memiliki kualitas hidup yang kurang baik akibat perubahan fisik. Perubahan fisik yang dirasakan pasien diabetes melitus seperti lelah dan gangguan saat beraktivitas yang disebabkan oleh peningkatan kadar gula darah. Salah satu cara yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup adalah *self care* yang baik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Biru-Biru Kecamatan Sibiru-biru. Metode penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan jumlah sampel 46 responden di Puskesmas Biru-Biru Kecamatan Sibiru-biru. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square* dengan ($p=0,002$). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Biru-Biru Kecamatan Sibiru-biru. Diharapkan kepada pasien agar mampu lebih meningkatkan *self care* agar kualitas hidup semakin baik.

Kata Kunci: *Self Care, Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus*

I. PENDAHULUAN

Diabetes adalah suatu penyakit, dimana tubuh penderitanya tidak bisa secara otomatis mengendalikan tingkat gula (glukosa) dalam darahnya. 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. Sebagian glukosa yang tertahan di dalam daerah itu melimpah ke sistem urine untuk dibuang melalui urine. Air kencing diabetes yang mengandung gula dalam kadar tinggi tersebut menarik bagi semut, karena itulah gejala ini disebut juga gejala kencing manis (Chaidir, et all 2017).

Menurut *American Diabetes Association* ADA (2010), diabetes melitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. gejala umum dari diabetes melitus adalah poliuria, polifagia, polydipsia. Klasifikasi dari diabetes melitus yaitu diabetes mellitus tipe 1, tipe 2. Jenis diabetes melitus yang paling banyak diderita diabetes melitus tipe 2, dimana sekitar 90-95% orang mengidap penyakit ini (Black & Hawks: ADA, 2010).

Menurut *International Diabetes federation* IDF (2014), Kawasan Asia Pasifik merupakan kawasan terbanyak yang menderita diabetes melitus, dengan angka kejadiannya 138 kasus (8,5%). IDF memperkirakan pada tahun 2035 jumlah insiden DM akan mengalami peningkatan menjadi 205 juta kasus di antara usia penderita DM 40-59 tahun (IDF, 2014). Indonesia berada di posisi kedua terbanyak di kawasan asia tenggara. Menurut IDF (2014) angka kejadian diabetes melitus di Indonesia sebesar 9. Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar RISKESDAS (2013) .

Departemen Kesehatan, menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia sebesar 6,9%. Sementara itu, jika dilihat berdasarkan provinsi yang ada di Indonesia, prevalensi diabetes melitus tertinggi terdapat di Yogyakarta (2,6%). Lalu diikuti dengan DKI Jakarta (2,5%), Sulawesi Utara (2,4%) dan Kalimantan Timur . Sedangkan untuk provinsi Sumatera Utara prevalensi penderita diabetes melitus sebanyak 1,8 % atau sekitar 160 ribu jiwa (Purwoningsih & Purnama, 2017).

Penyakit diabetes melitus yang tidak dikelola dengan baik akan meningkatkan resiko terjadi komplikasi, karena pasien diabetes melitus rentan mengalami komplikasi, yang diakibatkan karena terjadi defisiensi insulin, atau kerja insulin yang tidak adekuat (Smeltzer et all, 2009). Komplikasi yang ditimbulkan bersifat akut maupun kronik. Komplikasi akut terjadi berkaitan dengan peningkatan kadar gula darah secara tiba-tiba, sedangkan komplikasi kronik sering terjadi akibat peningkatan gula darah dalam waktu lama (Yudianto, 2008).

Ketika penderita diabetes melitus mengalami komplikasi, maka akan berdampak pada, penurunan kualitas hidup, serta meningkatnya angka kesakitan (Nwankwo et all, 2010). Kebanyakan pasien diabetes melitus tersebut banyak dirawat di ruangan penyakit dalam. Setelah ditelusuri dari beberapa ruangan bahwa penyakit diabetes melitus ini mengalami komplikasi seperti: hipertensi, stroke, dan penyakit jantung. Dampak lain yaitu insomnia, pergerakan usus (konstipasi diare), selain itu juga dapat melepaskan hormone adrenalin secara berlebihan, yang membuat jantung berdetak cepat sehingga meningkatkan tekanan darah yang dapat menyebabkan penyakit jantung,stroke sehingga memperberat penyakit DM tersebut. Semua kondisi tersebut akan menyebabkan menurunnya kualitas hidup pasien DM (Azmi, 2013).

World Health Organization Quality Of Life (WHOQOL) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu

terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada terkait dengan tujuan, harapan, standar, dan perhatian. Berdasarkan penelitian Isa & Baiyewu (2006) didapatkan hasil 65,4% menunjukkan hasil kualitas hidup sedang padapasien DM dan 13,9% menunjukkan kualitas hidup pasien DM yang buruk. Hasil wawancara pada tiga pasien Poli Interna RSD dr. Soebandi didapatkan informasi bahwa pasien tidak mengalami gangguan pada kesehatan fisik dan lingkungan, tetapi merasa terganggu pada psikologi dan hubungan sosial. Permasalahan pada kualitas hidup pasien DM merupakan masalah yang cukup kompleks. Hal tersebut karena akan berpengaruh pada beberapa aspek dalam kehidupan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Gautam et al. (2009).

Kualitas hidup yang rendah tersebut juga berhubungan dengan sosial ekonomi, tingkat pendidikan, dan aktivitas fisik (Yusra, 2011). Namun kenyataannya penurunan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus sering diikuti dengan ketidakmampuan pasien tersebut dalam melakukan perawatan diri secara mandiri yang biasanya disebut dengan *self care*. Ketidakmampuan pasien diabetes melitus dalam melakukan *self care* dapat mempengaruhi kualitas hidup dari segi kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan hubungan dengan lingkungan (Kusniawati, 2011).

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 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). Pengaturan pola makan bertujuan untuk mengontrol metabolik sehingga kadar gula darah dapat dipertahankan dengan normal. Pemantauan kadar gula darah bertujuan

untuk mengetahui aktivitas yang dilakukan sudah efektif atau belum. Terapi obat bertujuan untuk mengendalikan kadar gula darah sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi. Perawatan kaki bertujuan untuk mencegah terjadinya kaki diabetik. Latihan fisik bertujuan untuk meningkatkan sensitivitas reseptor insulin sehingga dapat beraktivitas dengan baik (Chaidir et al, 2017).

Konsep Orem telah memaparkan secara jelas, sesungguhnya setiap individu dengan keadaan dan usia tertentu sesuai dengan kondisi dasarnya memiliki naluri serta kemampuan tubuh untuk dapat merawat, melindungi, mengontrol, meminimalisir serta mengelola dampak negatif guna dapat menjalankan hidup secara optimal untuk hidup dan sehat, pemulihan dari sakit atau trauma atau koping dan dampaknya, Potter & Perry (2009).

Hasil Penelitian Yang Dilakukan Oleh Peneliti Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan 2019 Mengenai *Self Care* Pasien Diabetes Melitus Yang Dilakukan Dengan Menggunakan Kuesioner Yang Menunjukkan Bahwa *Self Care* Pasien Diabetes Melitus Kategori Yang Baik 18 Orang (60.0%), Kurang Baik 12 Orang (40.0%). Berdasarkan Penelitian Yang Didapatkan Oleh Peneliti Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan 2019, Bahwa Mayoritas Tingkat *Self Care* Nya Dalam Kategori Baik. Hal Ini Didapatkan Bahwa Responden Lebih Rutin Mengecek Gula Darah, Menggunakan Insulin, Makan Buah Dan Sayur Serta Merencanakan Pola Diet Makanan. Kemudian, Perawat Juga Berperan Penting Dalam Meningkatkan Pemahaman Pasien Mengenai Pentingnya Mempertahankan Pengelolaan DM Melalui *Self Care*.

Hal Ini Didukung Oleh Jurnal Penelitian Chaidir Dkk (2017), Tentang *Self Care* Diperoleh Hasil Yaitu Dari 89 Responden Lebih Dari Separoh Memiliki Tingkat *Self Care* Baik Dengan Persentase 58.4% (52 Orang Responden) Dimana Aktivitas *Self Care* Yang Dilakukan Oleh

Responden Setiap Hari Adalah Perencanaan Diet, Mengkomsumsi Sayuran, Membersihkan Kaki, Dan Mengeringkan Sela-Sela Kaki Setelah Dicuci. Hasil Penelitian Ini Sama Dengan Hasil Penelitian Yang Dilakukan Oleh Ruth (2012), Dimana Diperoleh Hasil Yaitu 85 Responden 77.6% (66 Orang Responden) Memiliki Tingkat Self Care Yang Tinggi Dan Selebihnya Memiliki Tingkat *Self Care* Yang Rendah. Hal Ini Responden Melakukan Perawatan Diri Dengan Cara Mengontrol Kadar Gula Darah Untuk Mencegah Terjadinya Komplikasi. Perawatan Diri Yang Dilakukan Responden Setiap Hari Adalah, Latihan Fisik, Memonitoring Kadar Glukosa.

Pasien Yang Mengalami Tingkat *Self Care* Nya Kurang Baik Hal Ini Didukung Oleh Jurnal Penelitian Kusniawati (2011), Dikatakan Bahwa Usia Adalah Salah Satu Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat *Self Care* Pasien. Dimana Hasil Dari Data Demografi Rata-Rata Usia Responden Adalah 45-55 Tahun (40.7%) Lebih Banyak Memilih Kurang Baik, Hal Ini Disebabkan Pasien Tidak Mampu Lagi Melakukan Aktivasnya, Cara Untuk Mengontrol Pola Makan Karena Penurunan Pola Pikir Dan Penuaian.

Berdasarkan hasil survei yang didapat di Puskesmas Si Biru – Biru Kecamatan Biru – Biru Kabupaten Deli Serdang penderita penyakit diabetes militus tahun 2018 sebanyak 35 orang , dan

2. HASIL PENELITIAN

Data Umum

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan jenis kelamin di wilayah kerja puskesmas Biru-Biru

Karakteristik	frekuensi	Presentasi(%)
(Janis kelamin)		
• Laki- laki	20	43,5
• Perempuan	26	56,5
n		
Total	46	100,0

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di wilayah kerja puskesmas Biru-Biru

mengalami peningkatan pada tahun 2019 dengan angka 45 orang, kemudian pada tahun 2020 mengalami peningkatan yang signifikan dengan angka 52 orang. Hal ini disebabkan karna kurangnya pengetahuan tentang perawatan diri dan penjagaan diet pola makan diabetes militus.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, Hubungan *Self Care* Dengan Kualitas Hidup Terhadap pasien diabetes militus di puskesmas sibiru-biru tahun 2020.

1. METODE PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Biru-Biru Kecamatan Sibiru-biru. Metode penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan jumlah sampel 46 responden di Puskesmas Biru-Biru Kecamatan Sibiru-biru. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square* dengan ($p=0,002$). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Biru-Biru Kecamatan Sibiru-biru. Diharapkan kepada pasien agar mampu lebih meningkatkan *self care* agar kualitas hidup semakin baik.

Karakteristik	frekuensi	Presentasi (%)
(umur)		
• 45-50 tahun	15	32,6
• 51-55 tahun	20	43,5
• 56-60 tahun	11	23,9
Total	46	100,0

4.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Agama di wilayah kerja puskesmas Biru-Biru

Karakteristik	frekuensi	Presentasi (%)
(agama)		
• Islam	15	32,6
• Kristen	20	43,5
• Protestan	11	23,9
Total	46	100,0

4.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di Desa Biru-Biru

Karakteristik	frekuensi	Presentasi (%)
(pendidikan)		
• Sd	16	34,8
• Smp	10	21,7
• Sma	15	32,6
• S1	5	10,9
Total	46	100,0

4.5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Desa Biru-Biru

Karakteristik	frekuensi	Presentasi (%)
(pekerjaan)		
• Petani	20	43,5
• Wiraswasta	26	56,5
Total	46	100,0

Analisis Bivariat

Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Biru- Biru Kecamatan Sibiru-BiruKabupaten Deli Serdang

Tabel 4.5. Distribusi Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Biru- Biru Kecamatan Sibiru-BiruKabupaten Deli Serdang

Self care	Kualitas Hidup						Nilai <i>p</i> 0,002
	Baik		Tidak Baik		Jumlah		
	F	%	F	%	F	%	
Baik	23	50,0	11	23,9	34	73,9	
Tidak baik	2	4,3	1	21,7	12	26,1	
Total	25	54,3	21	45,6	46	100,0	

3. PEMBAHASAN

1. Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Biru- Biru Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021.

Menunjukkan bahwa pasien DM yang melakukan self care yang baik memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 23 orang atau 50,0%, sedangkan pasien DM yang melakukan self care tidak baik memiliki kualitas hidup baik sebanyak 2 orang atau 4,3%. Dan pasien DM yang melakukan self care baik memiliki kualitas hidup tidak baik sebanyak 11 orang atau 23,9%, sedangkan pasien DM 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 Di Puskesmas Biru- Biru Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021.

tahun dengan durasi rata-rata mengalami Diabetes melitus.

2. Nilai self care yang baik sebanyak 23 responden di dapatkan frekuensi nya 50,0%. self care tidak baik sejumlah 2 orang (4,3%). kualitas hidup baik sejumlah 11 orang 23,9%.kualitas hidup tidak baik sejumlah 21,7%.
3. Terdapat hubungan self care dengan kualitas hidup dengan strategi pasien DM di wilayah kerja puskesmas biru-biru menunjukkan hubungan positif antara perawat dengan pasien dan memberikan edukasi yang baik.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Berdasarkan jumlah responden didapatkan responden perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Tingkat pendidikan responden lebih banyak Sd. Responden lebih banyak sebagai wiraswasta . Usia rata-rata di dapatkan 45

B. SARAN.

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan di puskesmas biru- biru kecamatan sibiru-biru kabupaten deli serdang agar dilakukan kebijakan kepada masyarakat sehingga masyarakat bersedia ikut serta dan mau melakukan perawatan diri yang baik .

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi literatur dalam proses pembelajaran mengenai self care pada mata kuliah keperawatan paliatif dan menjelang ajal.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat memberikan informasi mengenai self care yang tinggi pada pasien DM di wilayah kerja Puskesmas biru-biru sehingga pihak dari puskesmas dapat memberikan edukasi mengenai pentingnya self care kepada pasien dan keluarga pasien DM untuk mengoptimalkan strategi kualitas hidup pasien DM agar berdampak pada kontrol glukosa darah yang lebih baik.

4. Bagi Masyarakat

Pasien, keluarga dan masyarakat diharapkan dapat meningkatkan self care ,sedangkan keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan spiritualitas seperti mengingatkan untuk merawat diri dan menjaga pola makan sebagai alternatif pemecahan

masalah sehingga kontrol glukosa darah pasien DM menjadi lebih baik.

5. DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association (2010). *Diagnosis and Clasification of Diabetes*, diabetes care 1 januari 2014 vol 27
- Anna & Lusiana. (2014). *Kualitas Hidup berdasarkan Karakteristik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*.
- Azila, (2016). *Gambaran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Poli Interna Rsd Dr.Soebandi Jember*.
- Black, J.M., & Hawks, J. H. (2010). *Keperawatan medical bedah: manajemen klinis untuk hasil yang diharapkan*. Singapore: Elsevier.
- Chaidir, R., Wahyuni, Furkhan,. W. (2017). *Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus*. Ilmu Keperawatan, Stikes Yarsi Sumbar Bukittinggi.
- Gautama, Y.,Sharma, A.K., Agarwal A.K., Bhtnagar,M.K & Trehan, R.R.(2009). *A Cross Sectional Study of QOL of Diabetic Patient at tertiary care hospital in Delhi*. *Indian Journal Of Community Medicine*
- Hermawati, dkk (2016). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Care Diet Nutrisi Pasien Hemodialisa Di Rsd Dr. Moewardi Surakarta*
- Purnama & Purwoningsih. (2017). *Perbandingan Faktor Perilaku Suku Batak Dan Melayu Terhadap Angka Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsd Dr. Tengku Mansyur Tanjungbalai*. Fakultas Kedokteran Universitas

Muhammadiyah Sumatera Utara.
Ibnu Sina Biomedika Volume 1,
No. 2
(2017).

Putra & Berawi, (2015). *Empat Pilar
Penatalaksanaan Pasien Diabetes
Mellitus Tipe .(Vol 4 No 9
Desember 2015) .*

