



## Hubungan *Self Care* Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Guntung Payung Kota Banjarbaru

Agustina Lestari <sup>1</sup>, Ria Anggara Hamba <sup>1</sup>, Adisurya Saputra <sup>1</sup>, Puja Sagita Rahmah <sup>1</sup>,  
Septian Mugi Rahayu <sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Cahaya Bangsa

<sup>2</sup> Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Eka Harap

### INFORMASI

**Korespondensi:**  
[adisurya.twins@gmail.com](mailto:adisurya.twins@gmail.com)

**Keywords:**  
Self Care, Diabetes Mellitus, Quality of Life

### ABSTRACT

*Objective:* to determine the relationship between *Self Care* and the *Quality of Life* of *Diabetes Mellitus (DM)* patients at the *Guntung Payung Health Center, Banjarbaru City, South Kalimantan Province*

*Methods:* This research is a quantitative study with a cross-sectional study design, the samples taken were 37 respondents. The sampling technique uses *Total Sampling*.

*Results:* from the bivariate analysis showed that there was a relationship between *Self Care* and the *Quality of Life* of *Diabetes Mellitus (DM)* patients with statistical test results using a *Chi-Square p value* of 0.000. .

*Conclusion:* That there is a relationship between *Self Care* and the *Quality of Life* of *Diabetes Mellitus (DM)* patients at the *Guntung Payung Health Center, Banjarbaru City, South Kalimantan Province*.

## PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus adalah suatu penyakit atau gangguan metabolik, ditandai dengan kenaikan kandungan glukosa darah dampak dari pembuatan ataupun fungsi insulin yang tidak adekuat (Romlah & Matupun, 2021). Penyakit tidak menular ini adalah jenis penyakit yang tidak dapat ditularkan dari orang ke orang melalui bentuk apapun. Meski demikian, penyakit tidak menular seperti Diabetes Mellitus ini memiliki angka kematian yang cukup tinggi.

Tingkat kesembuhan pada Diabetes Mellitus cukup sulit maka diperlukan adanya perawatan yang intensif dari si penderita, salah satu pengelolaan penyakit Diabetes Mellitus yaitu dengan merawat diri sendiri atau yang disebut *Self Care*. *Self care* dibutuhkan oleh setiap individu, baik wanita, laki-laki maupun anak-anak. Ketika *self care* tidak adekuat dan tidak dapat dipertahankan maka akan mengakibatkan terjadinya kesakitan dan kematian. *Self care* merupakan suatu tindakan untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam memenuhi kebutuhan hidupnya secara mandiri agar pasien mampu mencegah dan mengelola penyakit yang di deritanya serta patuh pada pengobatan dan nasihat yang diberikan oleh pelayanan kesehatan (Lanra *et al.*, 2019).

Pasien DM yang tidak mampu melakukan *self care* dengan baik akan memperburuk keadaan seperti timbulnya komplikasi. Komplikasi tersebut diantaranya dampak fisik seperti neuropati yang berakibat ulkus, infeksi, gangguan penglihatan, gagal ginjal, penyakit jantung, dan peningkatan kadar glukosa dalam darah atau bahkan dapat mengancam keselamatan nyawa pasien (Wulan *et al.*, 2020).

Berdasarkan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pada tahun 2021 diperkirakan sebanyak 536,6 juta orang didunia menderita Diabetes Mellitus dan akan meningkat hingga 783,2 juta pada tahun 2045. Di Indonesia pada tahun 2021 berada di peringkat ketujuh diantara 10 negara dengan jumlah penderita diabetes mellitus Tipe II terbanyak yaitu 10,7 juta jiwa pada tahun 2020 dan mengalami peningkatan pada tahun 2021 sebanyak 19,4 juta. Jumlah penderita diabetes pada tahun 2021 meningkat 46% dengan jumlah 536,6 juta pada 2021 jiwa dan jumlah penderita Diabetes Mellitus di Indonesia dapat mencapai 28,57 juta pada 2045 (IDF, 2021).

Dari data kasus Diabetes Mellitus di Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2020 tercatat sebanyak 31.466 kasus. Pada tahun 2021 sebanyak 14.382. Sedangkan pada tingkat kabupaten/kota khususnya di Kota Banjarbaru penderita Diabetes Mellitus pada tahun 2020 tercatat sebanyak 320 kasus, dan pada tahun 2021 sebanyak 305 kasus. (Dinas Kesehatan

Provinsi Kalsel 2022).

Dengan adanya *self care* yang dapat dilakukan secara mandiri yang dapat dilakukan oleh pasien DM dalam mencegah terjadinya komplikasi baik akut atau kronis. Teori *self care* yang dikemukakan oleh Dorothea Orem merupakan kemampuan individu dalam melakukan perawatan diri sendiri yang dilakukan secara terus menerus untuk tetap mempertahankan kesehatan serta menghindari terjadinya komplikasi yang tidak diinginkan. Teori ini dapat membantu klien dalam melaksanakan perawatan mandiri. *Self care* sangat dibutuhkan seluruh pasien DM baik populasi dewasa maupun remaja yang mengalami gangguan kesehatan tersebut. Tindakan ini harus terus dilakukan dan dipertahankan agar menghindari terjadinya keparahan serta kematian. Dengan melakukan pengaturan pola makan dengan melakukan pengaturan diet rendah gula, melakukan kegiatan olahraga atau kegiatan fisik, melakukan pengecekan untuk mengetahui kondisi gula agar tetap normal, pemahaman terhadap DM dan rutin dalam perawatan kaki, penggunaan obat secara teratur (Wijayanti, 2020).

Beberapa faktor yang mempengaruhi keberhasilan *self care* yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, penghasilan, lamanya penyakit, pekerjaan. Dari beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *self care*, salah satu faktor yang menunjukkan keberhasilan dari aktivitas pada pasien DM yaitu usia. Dimana ditemukan usia remaja dan lansia sama-sama beresiko mengalami DM dan akan mengalami perawatan mandiri atau *self care*. Peningkatan DM yang terjadi pada usia lansia yang mengharuskan seseorang tetap menjalankan *self care* dengan keterbatasan tertentu, seperti keterbatasan dalam melakukan aktivitas tertentu, sehingga hal tersebut akan berpengaruh pada keberhasilan dari *self care* (Sudyasih & Asnindari, 2021).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 15 Mei 2023 yang dilakukan dilokasi penelitian terhadap 7 orang pasien penderita Diabetes Mellitus didapatkan hasil wawancara bahwa 4 orang penderita DM semuanya mengatakan mengalami gangguan aktivitas sehari-hari akibat penyakit yang diderita oleh pasien tersebut, terutama dalam penampilan tubuh yang tidak baik, sulit bergerak dan berjalan dengan baik. Sedangkan hasil wawancara yang dilakukan kepada 3 orang penderita DM mengatakan bahwa tidak menjaga pola makan yang baik, tidak meminum obat secara teratur, jarang melakukan pengecekan gula darah, tidak pernah melakukan perawatan kaki serta jarang melakukan latihan fisik.

Dari hasil penelitian (Hardianti Arifin, Afrida, 2020) bahwa *self care* mempunyai hubungan positif dengan

perilaku perawatan diri yang pada akhirnya akan meningkat kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus, maka semakin tinggi *self care* pasien Diabetes Mellitus semakin tinggi pula kualitas hidupnya. Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui Hubungan *Self Care* terhadap Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Mellitus (DM) di Puskesmas Guntung Payung Kota Banjarbaru Provinsi Kalimantan Selatan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan *Cross Sectional study*. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah penderita Diabetes Mellitus (DM) yang ada di Puskesmas Guntung Payung Kota Banjarbaru Provinsi Kalimantan Selatan pada tahun 2022 sebanyak 37 responden.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *total sampling* yaitu dengan mengambil semua populasi yang akan dijadikan responden. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Uji yang digunakan adalah uji *Chi Square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi *Self Care* Pasien Diabetes Mellitus

<i>Self Care</i>	F	%
Baik	21	56.8
Kurang	16	43.2
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 1 hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa responden yang memiliki *self care* kurang berjumlah 21 responden (56.8%), dan responden yang memiliki *self care* baik berjumlah 16 responden (43.2%). Hal ini juga menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang memiliki *self care* yang baik dari pada responden yang memiliki *self care* yang kurang.

Hasil penelitian didapatkan responden lebih rutin mengecek kadar gula darah, menggunakan insulin, makan buah dan sayur serta merencanakan pola diet makan. Hasil ini dukung oleh jurnal penelitian Chaidir dkk (2017), tentang *self care* yang diperoleh hasil yaitu 89 responden lebih dari setengah 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, mengkonsumsi sayuran, membersihkan kaki, dan mengeringkan sela-sela kaki setelah dicuci.

Responden yang tingkat *self care*nya kurang sebanyak 16 responden (43.2%). *Self Care* responden yang buruk

disebabkan karena pasien tidak melaksanakan *self care* seperti menjaga pola diet makan, tidak melaksanakan olahraga, tidak melakukan perawatan kaki, tidak meminum obat diabetes serta tidak memonitor gula darah. *Self care* pasien diabetes mellitus ini kurang juga disebabkan karena faktor usia, dimana semakin tinggi usia maka *self care* pasien akan semakin kurang. Hal tersebut di dukung oleh jurnal penelitian Umihanik (2021), bahwa usia adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat *self care* pasien. Dimana hasil dari data demografi rata-rata usia responden adalah 56-64 tahun lebih banyak memilih kurang baik, hal ini disebabkan pasien tidak mampu lagi melakukan aktivitasnya, cara untuk mengontrol pola makan karena penurunan pola pikir dan penuaan.

Terdapat 5 indikator *self care* dengan tujuan masing-masing dapat mempengaruhi diabetes mellitus pertama yaitu pengaturan diet serta pola makan yang akan membantu dalam pemasukan metabolik yang akan berhubungan dengan pengontrolan gula darah sehingga ketika pola makan kita baik maka akan mengontrol agar gula darah dalam tubuh tetap normal. Yang kedua mengenai aktivitas fisik atau olahraga, pasien diabetes mellitus sangat batasi mengenai aktivitas fisik yang berat karena akan berpengaruh dengan gangguan kesehatannya, aktivitas yang di anjurkan ini bertujuan agar meningkatkan reseptor insulin sehingga pasien dapat beraktivitas dengan baik dan selain itu, aktivitas yang tepat akan menghindarkan pasien terjadi obesitas yang dimana obesitaspun dapat mempengaruhi glukosa dalam tubuh sehingga memicu terjadinya komplikasi.

*Self care* yang ketiga yaitu *self care* mengenai monitor gula darah yang bertujuan untuk mengetahui kadar gula darah dalam tubuh. *Self care* keempat yaitu manajemen pengobatan yang tepat, baik tepat waktu maupun tepat obat, baik pengguna insulin maupun tidak menggunakan insulin atau obat oral, tujuannya untuk dapat mencegah terjadinya kenaikan kadar gula pada tubuh agar tidak mengalami peningkatan sehingga obat juga bertujuan untuk mengurangi rasa sakit dari adanya diabetes mellitus dan *self care* kelima yaitu mengenai perawatan kaki yang bertujuan untuk mencegah adanya diabetik atau ulkus pada kaki sehingga selain menjaga kaki selalu bersih dan kering pasien juga dianjurkan untuk selalu memantau keadaan kaki jika terjadinya luka karena pasien yang telah terdiagnosa diabetes mellitus akan sangat sulit menyembuhkan jika di daerah kaki sehingga akan memicu terjadinya ulkus.

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Kualitas hidup pasien diabetes mellitus

Kualitas Hidup	F	%
Baik	17	45.9
Kurang	20	54.1
<b>Total</b>	<b>37</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 2 hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa responden yang memiliki kualitas hidup kurang berjumlah 20 responden (54.1%), dan responden yang memiliki kualitas hidup yang baik berjumlah 17 responden (45.9%). Hal ini juga menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang memiliki kualitas hidup kurang dari pada responden yang memiliki kualitas hidup yang baik.

Hal ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Hastuti dkk (2019), bahwa hasil data distribusi dan frekuensi responden kualitas hidup didapatkan kualitas hidup yang baik sebanyak 17 responden, dapat dilihat dari kemampuan responden dalam berolahraga, beraktivitas, dan istirahat yang cukup puas. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Rahmania (2019), yang mengatakan bahwa kualitas hidup merupakan salah satu faktor penting dalam kehidupan manusia karena kualitas hidup tidak hanya mengindikasikan bagaimana kesejahteraan seseorang secara psikologis, tapi juga keberfungsian seseorang dalam kehidupannya. Menurut Firdayanti (2018), juga menjelaskan bahwa kualitas hidup terkait dengan persepsi seseorang terhadap kebahagiaan dan kesejahteraan hidupnya.

Hasil kualitas hidup yang kurang sebanyak 20 responden (54.1%). Kualitas hidup ini disebabkan karena faktor usia yang dimana rata-rata usia yang sudah tidak produktif lagi yaitu 65 tahun keatas, pasien diabetes mellitus dengan usia tersebut tidak produktif dan tidak lagi mempunyai keinginan untuk hidup lebih baik sehingga menyebabkan kualitas hidup yang kurang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nora Novita Sari (2021), dengan hasil penelitian menyebutkan bahwa sebagian besar responden sebanyak 56 responden (80.0%) berada ditingkat kualitas hidup kurang. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Siregar dkk (2022), menyebutkan kualitas hidup kurang sebanyak 24 responden (33.8%), keadaan ini menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien diabetes mellitus berada pada kategori buruk dimana penderita diabetes mellitus perlu mendapatkan perawatan yang holistik yang sama pentingnya dengan kesejahteraan mental serta kualitas hidup, dibandingkan dengan kesehatan fisik.

Menurut peneliti kualitas hidup kurang di akibatkan karena ada beberapa faktor yang mempengaruhi

kualitas hidup responden salah satunya yaitu usia yang dimana usia responden yang semakin lanjut keatas akan terjadinya penurunan kualitas hidup, kondisi sakit juga yang diderita oleh responden dapat menghambat aktivitas sehari-hari, kurangnya hubungan sosial terhadap sesama yang dimana hal ini terjadi karena responden merasa kurang puas terhadap kualitas hidupnya dan responden merasa dirinya tidak diterima oleh orang lain, kurangnya dukungan dan motivasi dari keluarga, serta ketidaknyamanan mengatasi nyeri, dan gangguan pola tidur.

**Tabel 3.** Hubungan *Self Care* terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus

<i>Self Care</i>	Kualitas Hidup			<i>P value</i>
	Baik	Kurang	Jumlah	
Baik	15	6	21	0,000
Kurang	2	14	16	
<b>Jumlah</b>	<b>17</b>	<b>20</b>	<b>37</b>	

Berdasarkan tabel 3 dari hasil tabulasi silang didapatkan responden yang memiliki *self care* masuk kategori baik dan kualitas hidup baik sebanyak 15, responden yang memiliki *self care* masuk kategori kurang dan kualitas hidup kurang sebanyak 14, responden yang memiliki *self care* masuk kategori baik dan kualitas hidup kurang sebanyak 6, dan responden yang memiliki *self care* masuk kategori kurang dan kualitas hidup baik sebanyak 2. Berdasarkan hasil uji statistic diketahui bahwa nilai *p value* sebesar  $0,000 p \leq (0,05)$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak. Artinya terdapat hubungan yang bermakna antara *Self Care* terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Guntung Payung Kota Banjarbaru Provinsi Kalimantan Selatan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nora Novita Sari (2021), dimana diketahui nilai signifikan (*p*) sebesar (0,000). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Hal ini dapat disebabkan karena terdapat faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus yaitu, usia dan jenis kelamin.

Hasil asumsi dalam penelitian ini diketahui bahwa ada pengaruh usia dan jenis kelamin dengan *self care* dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus, dimana kualitas hidup ini disebabkan karena faktor usia yang dimana rata-rata usia yang sudah tidak produktif lagi yaitu >65 tahun dan tidak mempunyai keinginan untuk hidup lebih baik sehingga menyebabkan kualitas hidup yang kurang baik.

Dari hasil penelitian didapatkan adanya responden yang memiliki *self care* kurang baik hal ini sejalan dengan teori keperawatan menurut orem yang mengatakan teori defisit perawatan diri (*Deficit Self*



*Care Theory*) yang menjelaskan serta menggambarkan bagaimana seorang individu yang mengalami keterbatasan dalam aktivitas membutuhkan bantuan dalam melakukan perawatan diri, baik bantuan dari tenaga kesehatan ataupun keluarga pasien

Menurut penelitian Arifin dkk (2020), hasil penelitian yang dilakukan antara *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus di RSUD Sinjai memiliki nilai hasil yaitu (0,004) terdapat hubungan signifikan antara *self care* dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Menurut Orem memandang bahwa *self care* merupakan sekumpulan aktivitas seseorang yang dilakukan guna untuk mempertahankan kehidupan yang lebih baik, meningkatkan kesehatan, serta menciptakan kesejahteraan seseorang baik dalam situasi sehat atau sakit yang dilakukan oleh individu sendiri (Pranajaya, 2020).

*Self care* memiliki peran yang sangat berpengaruh terhadap kesehatan pasien diabetes mellitus, dimana pasien yang mampu melakukan *self care* secara optimal akan menghasilkan kualitas hidup menjadi lebih baik. Menjaga gula darah agar tetap normal merupakan tujuan dari aktivitas *self care*, sehingga *self care* ini dapat meminimalisir angka kejadian komplikasi yang disebabkan oleh diabetes mellitus.

Menurut Rahman (2017), Kualitas hidup pasien diabetes mellitus dapat diukur dengan *Diabetes Quality Of Life* (DQOL) merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengetahui kualitas hidup yang berhubungan dengan diabetes mellitus. Kuesioner DQOL dapat digunakan pada pasien diabetes mellitus-1 ataupun 2 (Burroughs *et al.*, (2013). Indikator dari kualitas hidup ini yaitu Kesehatan fisik, Psikologis, Hubungan sosial dan Lingkungan. Penderita Diabetes mellitus terkadang mengalami putus asa dan dapat mempengaruhi kualitas hidupnya. Kualitas hidup yang buruk akan semakin memperburuk kondisi atau penyakit, begitu pula sebaliknya, suatu penyakit dapat menyebabkan terjadinya penurunan kualitas hidup individu, terutama penyakit-penyakit kronis yang sangat sulit disembuhkan salah satunya seperti Diabetes mellitus.

Di dalam penelitian ini terdapat 4 faktor yang mempengaruhi *Self Care* dengan Kualitas hidup, yaitu:

a. Umur

Berdasarkan hasil pengolahan data dalam menganalisa umur pada 37 responden di Puskesmas Guntung Payung Kota Banjarbaru Provinsi Kalimantan Selatan dibagi menjadi 4 kelompok yaitu 40-55 tahun, 56-64 tahun, 65-69 tahun dan >70 tahun. Dari tabel diatas dapat diketahui mayoritas responden berumur 56-64 tahun sebanyak 15 responden (50.4%), dan minoritas

berumur >70 tahun.

Penelitian yang dilakukan oleh Purwaningsih (2018). Mengatakan bahwa seiring bertambahnya usia seseorang, akan menyebabkan terjadinya penurunan fungsi dan anatomi tubuh. Keadaan ini memungkinkan seseorang mengalami penurunan kesehatan, sehingga akan berakibat pada penurunan kualitas hidupnya.

Penelitian ini juga didukung penelitian yang dilakukan oleh Desi *et al.* (2018), yang mengungkapkan bahwa umur sangat erat dengan angka kejadian diabetes mellitus, dimana kelompok yang memiliki umur 51-60 tahun cenderung terjadinya kelemahan terhadap fisik dan penurunan mekanisme pertahanan dalam tubuh sehingga berpengaruh dalam pilihan gaya hidup kearah tidak sehat dimana hal tersebut akan memicu terjadinya komplikasi atau manifestasi gangguan diabetes mellitus.

Peneliti menyimpulkan dari penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Guntung Payung Kota Banjarbaru Provinsi Kalimantan Selatan yaitu dilihat dari tabel umur mayoritas 56-64 tahun sebanyak 15 responden, dan pada tabel yang berumur 65-69 tahun yaitu sebanyak 14 responden. Menurut Kemenkes RI (2020), umur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien diabetes mellitus dikarenakan seseorang yang berumur >65 tahun termasuk umur yang sudah tidak produktif lagi, penyebabnya seseorang dengan umur >65 tahun mengalami penurunan fungsi tubuh sehingga mudahnya individu tersebut beresiko terjadinya gangguan kesehatan salah satunya yaitu diabetes mellitus. Namun hal ini tidak menutup kemungkinan jika individu yang berumur >65 tahun bisa terdiagnosa diabetes mellitus yang dimana angka kejadian diabetes mellitus tidak hanya dari faktor usia, melainkan dapat terjadi dari faktor lainnya.

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian pada 37 responden mengenai jenis kelamin didapatkan responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 25 responden (67.6%), sedangkan pada responden yang berjenis kelamin laki- laki sebanyak 12 responden (32.4%). Maka mayoritas responden pada penelitian ini yaitu perempuan.

Menurut Prasetyani *et al.*, (2018), yang menyatakan bahwa penderita diabetes mellitus berjenis kelamin perempuan memiliki aktivitas *self care* lebih baik dibandingkan dengan penderita diabetes mellitus berjenis kelamin pria. Hal ini disebabkan perbedaan mengenai gaya hidup, massa tubuh, kadar hormon, dan tingkat stress. Penelitian yang dilakukan oleh

Saragih *et al.*, (2020), juga mengungkapkan bahwa sindrom siklus yang terjadi setiap bulan dan pasca menopause akan menyebabkan pemasukan terhadap lemak didalam tubuh sehingga tubuh akan mudah terakumulasi yang terjadi karena proses hormonal yang menjadi alasan wanita menjadi tinggi terjadinya diabetes mellitus.

Peneliti menyimpulkan bahwa tingginya angka kejadian diabetes mellitus terhadap perempuan disebabkan oleh massa index body dan kadar hormon yang lebih dominan dimiliki wanita. Sehingga pentingnya menjaga pola makan dan berat badan dalam tubuh dengan melakukan aktivitas *self care* yang baik dan aktivitas yang disarankan yaitu dengan olahraga secara teratur.

#### c. Pendidikan

Berdasarkan hasil dari tabel diatas dapat dilihat dari pendidikan dibagi menjadi 3 kategori yaitu, SD-SMP sederajat, SMA sederajat dan Perguruan Tinggi. Mayoritas responden pada tabel pendidikan tersebut yaitu SD-SMP sederajat sebanyak 24 responden (64.9%).

Menurut Milita *et al.* (2018). Dalam mengelola penyakit diabetes mellitus pengetahuan merupakan faktor yang sangat penting dalam keberhasilan pengelolaan khususnya dalam menjaga kesehatan. Pasien dengan tingkat pendidikan yang rendah akan mengalami kesulitan dalam memahami informasi yang diberikan sehingga cenderung kurang memahami komplikasi yang timbul akibat diabetes mellitus.

Hal ini sejalan dengan penelitian Prasetyani *et al.*, (2018) yang mengatakan bahwa pasien dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi akan mampu memahami keadaan serta mengambil keputusan yang tepat. Hal ini didukung sikap pasien yang rasa ingin tahu dalam menerima informasi sehingga akan menimbulkan keterbukaan terhadap hal-hal baru. Selain itu, pasien dengan pendidikan tinggi biasanya memiliki lingkungan yang positif serta dukungan motivasi baik dari keluarga yang akan menimbulkan motivasi serta dukungan yang menjadikan pasien lebih optimis dalam menjaga pola kesehatan.

Pada penelitian ini disimpulkan bahwa salah satu faktor mengenai terhambatnya seseorang tidak mampu maksimal dalam menjaga kesehatan yaitu rendahnya pengetahuan sehingga mengakibatkan sulitnya seseorang menerima serta memahami isi informasi yang disampaikan oleh orang lain yang berdampak terjadinya sifat acuh mengenai informasi yang diperoleh. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin tinggi tingkat pengetahuannya dan akan semakin mudah menerima

informasi serta pemahaman mengenai penyakitnya yang akan menimbulkan rasa perawatan terhadap dirinya dan menjadikan pengetahuan sebagai acuan dalam mempertahankan pola hidup yang baik.

#### d. Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tabel jenis pekerjaan responden menunjukkan bahwa mayoritas responden yaitu swasta sebanyak 22 responden (59.5%). Dan untuk jumlah minoritas responden pada jenis pekerjaan PNS dengan jumlah sebanyak 3 responden (8.1%) dan tidak bekerja sebanyak 12 responden (32.4%) dari jumlah keseluruhan.

Menurut Adimuntja (2020) jenis pekerjaan yang dilakukan individu dalam sehari-hari yang mempengaruhi kesibukan seseorang sehingga juga mempengaruhi aktivitas *self care* dan juga waktu istirahat. Kesibukan yang tinggi akan mempengaruhi ketidaktepatannya waktu makan dan minum obat, kurangnya waktu untuk berolahraga, atau bahkan dapat menghambat seseorang melakukan pemeriksaan darah secara rutin. Selain itu, pekerjaan yang padat

dapat memicu keadaan stress seseorang sehingga akan mempengaruhi pola kesehatan individu dalam mengatasi komplikasi yang disebabkan oleh diabetes mellitus.

Peneliti menyimpulkan bahwa jenis pekerjaan berpengaruh terhadap kesibukan seseorang sehingga dapat menimbulkan resiko stress dan kurangnya istirahat. Stress yang berlebihan dan waktu tidur yang kurang akan mengakibatkan terjadinya peningkatan terhadap kadar gula dalam tubuh sehingga berdampak terjadinya diabetes mellitus. pekerjaan yang padat juga akan menimbulkan individu tidak memperhatikan kandungan makanan yang dikonsumsi dan waktu makan yang tidak tepat yang berdampak terhadap ketidakseimbangannya produksi insulin sehingga berdampak resiko diabetes mellitus.

### KESIMPULAN

Dari 37 responden didapatkan *self care* kurang sebanyak 16 responden (43.2%). Dan *self care* yang baik sebanyak 21 responden (56.8%). Hal tersebut menunjukkan lebih banyak responden dengan *Self Care* baik. Dari 37 responden didapatkan Kualitas hidup kurang sebanyak 20 responden (54.1%). Dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus yang baik sebanyak 17 responden (45.9%). Hal tersebut menunjukkan lebih banyak responden dengan Kualitas Hidup kurang.

Adanya Hubungan *Self Care* terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Guntung Payung Kota Banjarbaru Provinsi Kalimantan Selatan dengan hasil analisis korelasi variable dengan uji statistik *Chi-Square* yang telah didapatkan p

*value*=0,000 ( $p < 0,005$ ).

## SARAN

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi motivasi, baik melalui Pendidikan Kesehatan tentang *self care* dalam meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup pasien diabetes melitus. Serta dapat dikembangkan lebih luas lagi oleh peneliti selanjutnya dengan menambahkan variable yang lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adimuntja, N. P. (2020). Determinant Of Self- Care Activities In Type 2 Diabetes Mellitus Patients In Labuang Baji Hospital Penyakit Tidak Menular ( PTM ) merupakan kasus kematian utama terhadap 36 juta penduduk Data prevalensi Diabetes Mellitus sebesar Mellitus di Kota Makassar p. 4(1), 8– 17.
- Arifin, Hardianti, Afrida, Ernawati, (2020). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Sinjai. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*. Vol.15, No . 4 <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jik/article/view/397>
- Burroughs, T. E, Desikan.R., Waterman.B. M. Dan Gilin,D. 2013. Development And Validation Of The Diabetes Quality Of Life Brief Clinical Inventory, DQOL Brief Clinical Inventory, 17(1): 41-49.
- Chaidir, dkk (2017). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Endurance*, 2(2), 132.
- Desi, Rini, W. N. E., & Halim, R. (2018). Determinan Diabetes Mellitus tipe 2 Di Kelurahan Talang Bakung Kota Jambi Determinants Of Type 2 Diabetes mellitus in Talang Bakung Village Jambi City. 2(1), 50-58.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. 2022. Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan. 2022.
- Firdayanti, I. D. (2018). Hubungan Antara Kebersyukuran Dengan Kualitas Hidup Pada Odha. Skripsi Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Hardianti Arifin, Afrida, E. (2020). Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Cimahi Tengah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(4), 82. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.ph/jikd/article/view/397>
- Hastuti & Nelky Suriawanto (2019). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Ruang Garuda Rsu Anutapura Palu. *Journal Of Midwifery And Nursing*. Volume 1 No.3 Agustus 2019.
- International Diabetes Federation. 2021. IDF Diabetes Atlas Ninth Edition 2021.
- Kemendes RI. (2020). Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Mellitus.
- Lanra et al. (2019). *Jurnal KESMAS*, Vol. 8, No.7, November 2019 430
- Milita, F., Handayani, S. & Setiaji, B. (2018) Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II pada Lanjut Usia di Indonesia (Analisis Risesdas 2018)
- Pranajaya, S. A. (2020) KONSEP SELF-CARE BAGI KONSELOR DI MASA PANDEMI Ni Syria Alymas Palaya Toghath *Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, Wary) 1-45
- Prasetyani, D. By A. & Rahaya, YSE 2018) Hubungan Karakteristik Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Kemampuan Self Care Pada Pasien Diabetes Melita Tipe II *Jurnal Kesehania lenud (JKA), ART*, 40-49
- Purwaningsih, N. 2018. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Instalasi Rawat Jalan RSUD Dr. Moewardi. *Publikasi Ilmiah*. Surakarta: Program Studi Farmasi Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Surakarta. pusat data dan informasikementrian kesehatan RI.
- Rahman, F.H., Yulia, dan Sukmarini. L (2017). Efikasi Diri, Kepatuhan, dan Kualitas Hidup Pasien DM Tipe-2 . *Jurnal Pustaka Kesehatan*. Vol 5 Nomor 1.
- Rahmania, D. W. & T. (2010). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kualitas Hidup Pasien Penyakit Jantung. *Jurnal Universitas Paramadina*, 7(3), 125–139.
- Romlah, R., & Mataputun, D. R. (2021). Efektifitas buerger allen exercise terhadap nilai ankle brachial index (abi) pada pasien diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 67-74.
- Saragih, T. B., Utami. G. T., & Dewi, W. N. (2020). Hubungan Self Efficiency Dengan Self Management Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Harapan Raya Pekanbaru Tahuddin. 37-44.
- Sari, N,N (2021). Hubungan Self care dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas B a t u n a d u a Kota Padangsidimpuan.
- Siregar, dkk (2022). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes mellitus Di Rumah Sakit Umum Mitra Medikamedan Tahun 2020. *JCI Jurna Cakrawala Ilmiah* Vol.1, No.5, Januari 2022
- Sudyasih, T., & Asnindari, L. N. (2021). Hubungan Usia Dengan Self Care Pada Pasien Pendahuluan Prevalensi Diabetes Mellitus (DM) menunjukkan

- peningkatan dari tahun ke tahun. Data dari World Health Organization (WHO) didapatkan pada tahun 2000, penderita DM di Indonesia sebanyak 8,4 juta. 9(1).
- Umihanik, (2021). Hubungan usia dengan Self care Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Tlogosari Kulon. Semarang.
- Wijayanti, D. (2020) Edukan Sam Kaki pengaruh Tertulap Self Care pada Pasien Diabetes Mellino De April), 163-165 UNISSULA
- Wulan, S. Nur, B., Kesehatan, R AJ 1 & 2020, U. (2020) Peningkatan Self Care Melalui Metode Edukasi Brainstorming Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Ejournal Umpri Ac Id, 93), 7-16.