

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Peningkatan jumlah kasus Diabetes Mellitus menjadi fenomena yang mengkhawatirkan dalam dunia kesehatan global, termasuk di Indonesia. Gaya hidup modern yang ditandai dengan kurangnya aktivitas fisik, pola makan tinggi gula dan lemak, serta stres yang tinggi diduga menjadi faktor utama melonjaknya prevalensi penyakit ini (Verma et al., 2021). Berdasarkan laporan *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2019, menunjukkan bahwa kasus Diabetes Mellitus terus mengalami peningkatan tajam, bahkan melebihi sebagian besar penyakit tidak menular lainnya. (Runtuwarow et al., 2020). Peningkatan ini menunjukkan bahwa semakin banyak individu mengalami gangguan metabolik, yang berkaitan dengan tidak optimalnya kerja insulin dalam mengatur kadar glukosa darah (Zhao et al., 2023).

Lonjakan jumlah penderita diabetes mellitus tidak hanya menimbulkan kekhawatiran dari sisi prevalensi, tetapi juga membawa konsekuensi serius berupa peningkatan risiko komplikasi (Tomic et al., 2022). Pasien dengan diabetes melitus rentan mengalami komplikasi, akibat dari defisiensi insulin maupun akibat fungsi insulin yang tidak optimal. Komplikasi yang terjadi dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan pasien, sehingga mengakibatkan penurunan kualitas hidup. Penurunan kualitas hidup pada penderita secara umum berkaitan dengan penurunan kemampuan individu dalam melakukan perawatan diri secara mandiri (*self management*) (Anggilia Prasillia, 2021).

Selain meningkatnya komplikasi, penurunan kualitas hidup (QoL) pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 juga tercermin dalam data nyata dari berbagai negara. Di Tiongkok, sebuah studi cross-sectional oleh Arifin et al. (2019) yang melibatkan 311 pasien DM tipe 2 menunjukkan bahwa sekitar 23% pasien memiliki kualitas hidup rendah berdasarkan skor EQ-5D $< 0,9$, dengan rerata skor hanya 0,79 dibanding 0,94 pada populasi umum menunjukkan penurunan QoL hingga 16%. Penurunan ini terutama terjadi pada pasien lanjut usia dan yang memiliki komorbiditas, seperti hipertensi dan dislipidemia, yang memperparah kondisi kesehatan secara menyeluruh. Di kawasan Asia Tenggara, khususnya Indonesia, tantangan serupa turut dihadapi. Studi oleh Arifin et al. (2019) di Klaten, Jawa Tengah, mencatat bahwa sekitar 60% pasien DM tipe 2 mengalami nyeri atau ketidaknyamanan, dan 28% mengalami kecemasan, dengan rerata skor EQ-5D-5L hanya sebesar 0,86, yang merefleksikan gangguan fisik dan psikologis yang signifikan. Secara nasional, diperkirakan 30–40% pasien DM di Indonesia memiliki kualitas hidup yang rendah, disebabkan oleh kurangnya kontrol glikemik, keterbatasan akses pelayanan kesehatan, serta manajemen diri (self-management) yang belum optimal. Meskipun data di tingkat provinsi masih terbatas, temuan di wilayah Jawa Timur memberikan gambaran penting menunjukkan bahwa sebanyak 49,4% pasien Diabetes Mellitus tipe 2 memiliki kualitas hidup yang rendah, yang dipengaruhi oleh usia, durasi penyakit, serta kepatuhan terhadap pengobatan (Joeliantina et al., 2023).

Permasalahan kualitas hidup pada penderita diabetes mellitus juga tidak lepas dari komplikasi yang menyertai perjalanan penyakit ini. Penderita diabetes mellitus ketika mengalami komplikasi maka akan berdampak pada penurunan kualitas hidup,

peningkatan angka morbiditas, dan bahkan risiko mortalitas yang lebih tinggi, terutama jika pengelolaan penyakit yang tidak dilakukan secara optimal (Yang et al., 2025). Apabila kadar gula darah pasien tidak terkontrol dengan baik selama perjalanan penyakit DM tipe 2, risiko komplikasi akut dan kronis akan semakin meningkat. Komplikasi kronis yang sering ditemui pada pasien diabetes mellitus yang menjalani perawatan jalan meliputi gangguan makrovaskular, seperti penyakit jantung koroner, penyakit arteri perifer, dan stroke, serta gangguan mikrovaskular, seperti neuropati, nefropati, dan retinopati. (Ho et al., 2023). Komplikasi meningkatkan angka kematian dan menimbulkan masalah serius bagi kualitas hidup masyarakat umum (Ho et al., 2023). Sehingga untuk mengurangi komplikasi maka perlu adanya cara manajemen diri yang baik.

Manajemen pada pasien diabetes melibatkan pendekatan yang holistik dan mencakup berbagai aspek, seperti perawatan medis, dukungan psikososial, perubahan gaya hidup, pendidikan kesehatan, pemantauan berkelanjutan, serta pengelolaan mandiri (*self management*) (Juanamasta et al., 2021). *Self-management* memberikan kesempatan bagi pasien untuk mengembangkan keterampilan memecahkan masalah, meningkatkan kepercayaan diri (*self-efficacy*), dan menerapkan pengetahuan yang mereka miliki dalam kehidupan sehari-hari. secara praktis dan efektif, sehingga dapat mengendalikan gejala, dan meminimalkan dampak penyakit yang dialami (Huang et al., 2024).

Dalam konteks diabetes, *self-management* menjadi komponen utama dalam penatalaksanaan diabetes dan berperan penting dalam upaya pencegahan komplikasi. Bentuk perilaku sehat yang mencerminkan self management pada pasien diabetes

mellitus meliputi penerapan pola makan yang sehat, peningkatan aktivitas fisik, konsumsi obat secara teratur dan sesuai anjuran, serta melakukan pemantauan kadar gula (Maina et al., 2023). Menurut *Association of Diabetes Care & Education/ADCEST* Self-Care Behaviors (2024) terdapat tujuh pilar utama dalam perilaku perawatan diri bagi individu dengan diabetes. Pilar-pilar tersebut meliputi : penanganan yang sehat (*Healthy Coping*), pola makan sehat (*Healthy Eating*), aktifitas fisik teratur (*Being Active*), kepatuhan dalam mengonsumsi obat (*Taking Medication*), pemantauan kondisi kesehatan secara rutin (*Monitoring*), Upaya mengurangi risiko komplikasi (*Reducing Risk*), dan Penyelesaian Masalah (*Problem Solving*) (Kolb, 2021). *Self-management* berperan krusial dalam mengendalikan kadar gula darah serta mencegah risiko komplikasi jangka panjang, sehingga dapat berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup pada penderita diabetes mellitus (M. A. Powers et al., 2020).

Pada penderita diabetes mellitus tipe 2 kualitas hidup sangat penting dalam mengelola penyakitnya, karena orang dengan diabetes mellitus kualitas hidupnya terganggu, seperti mereka malas untuk melakukan pekerjaan sehari-hari, karena mereka merasa badanya mudah lelah dan tidak bersemangat (Noorratri & Mei Leni, 2019). Dalam konteks kualitas hidup, kondisi kualitas hidup yang rendah dapat memperburuk perjalanan penyakit. Kualitas hidup yang buruk, terutama bila disertai gangguan psikologis, berisiko menimbulkan gangguan metabolisme secara langsung melalui respons hormonal terhadap stres dan secara tidak langsung melalui peningkatan kemungkinan terjadinya komplikasi (Kheniser et al., 2022).

Dalam hal ini, kualitas hidup mencerminkan penilaian menyeluruh terhadap fungsi, tingkat kecacatan, dan masalah yang disebabkan oleh suatu penyakit pada

seseorang. Penilaian kualitas hidup mencakup berbagai dimensi utama, seperti kesehatan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, serta faktor-faktor lingkungan.(Abualhamael et al., 2023). Salah satu instrumen yang digunakan untuk menilai kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2 adalah *Diabetes Quality of Life* (DQOL), yang terdiri dari empat domain utama. Domain pertama menilai kepuasan terhadap pengobatan, mencakup persepsi pasien terhadap efektivitas dan kenyamanan terapi. Domain kedua yaitu dampak pengobatan, yang menggambarkan sejauh mana pengobatan memengaruhi kehidupan fisik, emosional, dan sosial. Domain ketiga adalah kekhawatiran tentang dampak masa depan, terkait kecemasan pasien terhadap komplikasi dan kondisi jangka panjang. Sementara domain keempat menilai kekhawatiran terhadap isu sosial dan pekerjaan, mencakup stigma serta hambatan dalam hubungan sosial dan aktivitas kerja. Keempat domain ini mencerminkan aspek penting dari kualitas hidup yang sering terdampak pada penderita diabetes (Oluchi et al., 2021).

Salah satu faktor yang sangat berperan dalam menentukan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 adalah kemampuan mereka dalam melakukan self-management secara efektif. Penelitian yang dilakukan oleh Septia et al. (2023) di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu, Kota Sukabumi, menunjukkan bahwa kemampuan self-management pasien diabetes mellitus tipe 2 masih tergolong kurang optimal. Dari total responden, hanya 43,8% yang melakukan *self-management* dengan baik, sementara 56,3% lainnya berada dalam kategori kurang. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa kualitas hidup pasien berada pada kategori baik sebanyak 20,3%, cukup sebanyak 67,2%, dan kurang sebanyak 12,5%. Temuan ini mengindikasikan bahwa masih banyak pasien yang belum menerapkan manajemen diri secara efektif,

yang berdampak pada rendahnya kualitas hidup mereka. Self-management yang efektif memegang peranan penting dalam menjaga stabilitas kadar glukosa darah, mencegah komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup (M. A. Powers et al., 2020). Oleh karena itu, peningkatan *self-management* harus menjadi fokus utama dalam program intervensi untuk meningkatkan kualitas hidup pasien, agar mereka dapat beraktivitas dengan optimal dan mencegah komplikasi yang lebih serius.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka fokus masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara tingkat kemampuan *self management* terhadap kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan antara tingkat kemampuan *self management* terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kemampuan *self managemet* pada pasien diabetes melitus tipe 2
2. Mengidentifikasi kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2
3. Menganalisis hubungan antara tingkat kemampuan *self management* terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Setelah penelitian ini diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi referensi bagi perawat maupun tenaga kesehatan lainnya dalam meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya kemampuan *self-management* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2, guna mendukung peningkatan kualitas hidup yang lebih optimal. Serta dapat menjadi acuan dalam menyusun program edukasi dan layanan kesehatan yang lebih efektif, guna membantu pasien memahami pentingnya pengelolaan mandiri dalam kehidupan sehari-hari untuk mencegah komplikasi dan meningkatkan kesejahteraan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Setelah penelitian ini, diharapkan hasil yang diperoleh dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi perawat dan tenaga kesehatan lainnya dalam merancang intervensi efektif untuk meningkatkan kemampuan *self-management* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2, serta dalam menyusun pedoman klinis dan kebijakan yang mendukung peningkatan kualitas hidup pasien secara keseluruhan, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan dan mengurangi risiko komplikasi.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Berdasarkan penelitian Alsayed Hassan et al. (2022) yang berjudul *Diabetes Self-Management and Health-Related Quality of Life among Primary Care Patients with Diabetes in Qatar: A Cross-Sectional Study* desain penelitian yang digunakan yakni analitik observasional kuantitatif dengan pendekatan Cross sectional. Instrumen yang

digunakan pada penelitian ini yakni *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ) dan *Short Form Health Survey* (SF-12). Pada penelitian ini melibatkan 105 pasien dengan diabetes tipe 2, dari jumlah tersebut, 51,4% di antaranya pria. Peserta direkrut dari tujuh pusat kesehatan primer di Qatar yang menawarkan layanan klinis untuk individu dengan diabetes. Berdasarkan hasil analisis penelitian menunjukkan 48,6% populasi memiliki praktik manajemen diri yang buruk. Wanita dan peserta berpendidikan tinggi lebih baik dalam manajemen diri. Kualitas hidup fisik peserta lansia cenderung lebih buruk, dengan rata-rata HbA1c $7,6 \pm 1,9$, dan kurang dari setengah memiliki tingkat HbA1c yang baik. Temuan ini menyoroti perlunya pendidikan dan dukungan untuk meningkatkan manajemen diri dan kualitas hidup pasien diabetes.

Perbedaan penelitian saat ini dengan sebelumnya adalah terletak pada variable dependennya yang dimana pada penelitian saat ini menekankan pada Kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan secara umum sedangkan pada peneliti saat ini variable dependennya menekankan pada Kualitas hidup yang lebih spesifik pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2.

2. Berdasarkan penelitian Galih Puspita & Wijayanti (2024) yang berjudul *The Relationship Between Self-Efficacy And Self-Care Management With The Quality Of Life Of Patients With Diabetes Mellitus*. Desain penelitian yang digunakan yakni pendekatan kuantitatif dan desain studi potong lintang. Instrumen yang digunakan yakni *Diabetes Management Self-Efficacy Scale* (DMSES) yang digunakan untuk mengukur tingkat self-efficacy pasien dalam mengelola diabetes mereka serta *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ) yang digunakan untuk menilai tingkat manajemen diri pasien diabetes. Pada penelitian ini melibatkan

180 responden yang merupakan pasien Diabetes Mellitus tipe 2, Data dikumpulkan dari pasien yang terdaftar di Puskesmas Kratonan pada bulan Agustus 2023. Berdasarkan hasil analisis penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self-efficacy* dan manajemen diri dengan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus. Hasil analisis menunjukkan p-value untuk *self-efficacy* adalah 0.003 dengan odds ratio (OR) 7.108 (95% CI: 1.981 – 25.510), dan untuk manajemen diri adalah 0.024 dengan OR 3.703 (95% CI: 1.190 – 11.525). Hal Ini menunjukkan bahwa peningkatan *self-efficacy* dan manajemen diri dapat berkontribusi positif terhadap kualitas hidup pasien .

Perbedaan penelitian saat ini dengan sebelumnya adalah terletak pada instrumen penelitian, pada penelitian sebelumnya hanya menggunakan instrument *Diabetes Management Self-Efficacy Scale* (DMSES) dan *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ), sedangkan pada penelitian saat ini menggunakan instrument *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ) dan *Diabetes Quality of Life* (DQOL).

3. Berdasarkan penelitian Al Gamal et al. (2024) yang berjudul *Relationship between Self-management and Quality of Life among Patients with Diabetes Mellitus: A Cross-Sectional, Correlational Study*. Desain penelitian yang digunakan yakni cross-sectional dan korelasional. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yakni *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA-Arabic) dan *SF-36 Health Survey*. Pada penelitian ini melibatkan 87 pasien diabetes dari jumlah tersebut, 66,7% adalah perempuan, dan rata-rata usia responden adalah 45,18 tahun. Berdasarkan hasil analisis penelitian, ditemukan bahwa tingkat kepatuhan terhadap aktivitas manajemen diri diabetes di antara responden adalah rendah, dengan rata-rata skor 2,84 (SD=1,83), yang menunjukkan bahwa banyak pasien belum

sepenuhnya menerapkan praktik yang diperlukan. Kualitas hidup terkait kesehatan (HRQL) juga tergolong fair, dengan skor rata-rata 57,35 (SD=15,01). Terdapat hubungan positif antara manajemen diri yang baik dan kualitas hidup, di mana pasien yang lebih patuh dalam manajemen diri melaporkan kualitas hidup yang lebih tinggi.

Perbedaan penelitian saat ini dan sebelumnya terletak pada instrument yang digunakan, pada penelitian sebelumnya menggunakan *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA-Arabic) dan *SF-36 Health Survey* sedangkan pada penelitian saat ini menggunakan instrument *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ) dan *Diabetes Quality of Life* (DQOL)

4. Berdasarkan penelitian Malini et al. (2022) yang berjudul *Self-Care And Quality Of Life People With Type 2 Diabetes During The Covid-19: Cross-Sectional Study*. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini yakni desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA), untuk mengukur perilaku perawatan diri dan *World Health Organization Quality of Life-BREF* (WHOQOL-BREF) untuk mengukur kualitas hidupnya. Pada penelitian ini melibatkan total 89 pasien dengan diabetes tipe 2 (T2DM) yang menjalani perawatan rawat jalan di pusat kesehatan masyarakat. Berdasarkan hasil analisis penelitian ditemukan bahwa pasien diabetes tipe 2 (T2DM) memiliki rata-rata skor manajemen perawatan diri 3.07 hari per minggu, dengan pengobatan sebagai aspek terbaik (6.82 hari). Kualitas hidup mereka rendah (skor rata-rata 48.64), dan hanya 83.1% yang memantau kadar glukosa darah rata-rata 1.15 hari per minggu. Aktivitas fisik dan diet sehat juga kurang optimal, dengan aktivitas fisik rata-rata

2.39 hari per minggu, serta hanya 30% yang memeriksa kaki mereka. Banyak pasien T2DM kesulitan menjaga kualitas hidup yang baik selama pandemi COVID-19.

Perbedaan penelitian ini dengan sebelumnya yakni terletak pada tujuan penelitian, pada penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa tujuan penelitiannya yakni untuk menentukan hubungan antara manajemen perawatan diri (*self-care management*) dan kualitas hidup (*quality of life*) pada pasien diabetes tipe 2 (T2DM) selama pandemi COVID-19. Sedangkan pada penelitian ini tujuannya untuk mengetahui hubungan antara kemampuan manajemen diri terhadap kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2

5. Berdasarkan penelitian terdahulu dari Muwaffak (2024), yang berjudul Hubungan Self Care Management dan Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Melitus. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yakni desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Instrumen yang digunakan yakni *Diabetes Self Management Questionnaire* (DSMQ) untuk mengukur *self care management* dan kuesioner DQOL Brief Clinical Inventory untuk mengukur kualitas hidup. Penelitian ini melibatkan pasien diabetes mellitus sejumlah 90 orang yang menjalani pengobatan di Puskesmas Janti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus memiliki tingkat manajemen perawatan diri yang rendah yaitu sebanyak 78 responden (86,7%). Analisis dengan uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara manajemen perawatan diri dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang > dari α 0,05.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel dependen yaitu kualitas hidup. Penelitian sebelumnya menggunakan instrumen DQOL Brief Clinical Inventory yang terdiri dari 12 item, dibagi menjadi dua skala: 7 item mengukur tingkat kepuasan pasien terhadap kondisi penyakit dan penanganannya, dan 5 item lainnya menilai dampak penyakit yang dirasakan pasien. Sedangkan pada penelitian ini menggunakan instrument DQOL dengan 30 item pertanyaan yang dimana terdapat 4 domain, yakni kepuasan dengan pengobatan, dampak pengobatan, kekhawatiran tentang dampak masa depan, dan kekhawatiran tentang isu-isu sosial dan pekerjaan.

