

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) adalah salah satu dari sepuluh penyakit tidak menular dengan jumlah kasus tertinggi (Mustofa & Prabandari, 2020). Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronis berupa gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah yang disebabkan oleh kelainan dalam sekresi dan kerja insulin (Sloot et al., 2019). Gaya hidup yang kurang efektif dan pola makan yang tidak sehat dapat mempengaruhi Kualitas hidup penderita Diabetes Mellitus. Jika penderita Diabetes Mellitus tidak melakukan self care management yang efektif dapat memperburuk kondisi penderita sehingga gula darah tidak stabil, kualitas hidup menurun, bahkan beresiko tinggi mengalami komplikasi (Ridho et al., 2023). Dalam pengontrolan gula darah dapat meningkatkan kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus. (Winahyu et al., 2019).

Prevalensi diabetes melitus di dunia menurut WHO menyebutkan bahwa jumlah penderita Diabetes Mellitus telah meningkat 8,5% dengan total 422 juta orang di seluruh dunia yang menderita penyakit ini, dan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 600 juta orang pada tahun 2035 (Safitri et al., 2022). Di Indonesia ada 10,7 juta penderita Diabetes Mellitus, menjadikannya salah satu dari 7 penderita Diabetes Mellitus dewasa tertinggi di dunia antara usia 20 dan 79 tahun jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 13,7 juta pada tahun 2030 dan 16,6 juta pada tahun 2045 (Bidulang et al., 2021). Data presentase penderita Diabetes Mellitus yang rutin periksa kadar gula darah di provinsi Jawa Timur yaitu laki-laki sebanyak 2.0% dan perempuan 3.2% sedangkan presentase data di pedesaan sebanyak 1.4% dan di

perkotaan sebanyak 3.7%. Adapun prevalensi di provinsi Jawa Timur sudah mencapai 867.257 (93,3% dari penderita Diabetes Mellitus) kota Malang memiliki jumlah penderita Diabetes Mellitus sebanyak 22.227 orang(Dinkes, 2023). Menurut studi pendahuluan di Puskesmas Janti Kabupaten Malang tercatat jumlah penderita Diabetes Mellitus sebanyak 2.035 orang. Berdasarkan data yang ada di Puskesmas Janti kec. Sukun Kota Malang setelah dilakukan studi pendahuluan pada tanggal 27 November 2023 terdapat 10 responden. Dari hasil pembagian kuesioner terdapat 9 responden mengalami masalah dengan self care management yang kurang baik pada penderita Diabetes Mellitus diantaranya 6 laki – laki dan 3 perempuan.

Diabetes mellitus merupakan salah satu penyakit yang dapat diderita oleh siapa saja. Terdapat beberapa faktor penyebab diabetes mellitus yang tidak dapat diubah yaitu usia, jenis kelamin, dan genetik. Terdapat juga faktor – faktor yang dapat dimodifikasi untuk mengurangi risiko terkena diabetes yaitu pola makan, pola aktivitas, dan gaya hidup(Di et al., 2022). Terlalu banyaknya obat yang dikonsumsi serta efek samping obat dapat menjadi penghambat dalam pengobatan pasien, dengan meningkatkan kepatuhan dapat membantu penderita Diabetes Mellitus menghindari komplikasi dan meningkatkan hasil pengobatan(Mustofa & Prabandari, 2020). Kepatuhan pengobatan menjadi hal penting untuk meningkatkan hasil kesehatan, jika tidak mematuhi pengobatan yang disarankan maka dapat mengakibatkan masalah kesehatan yang signifikan seperti komplikasi jangka Panjang(Rustida, 2020).

Self care management Diabetes Mellitus merupakan tindakan yang dilakukan seseorang untuk mengontrol Diabetes Mellitus seperti pengobatan dan pencegahan komplikasi(Kadrianti & Nani, 2022). Adapun bagian yang mencakup self care management adalah pengaturan pola makan (diet), aktifitas fisik, olahraga yang teratur, mengontrol gula darah, kepatuhan mengkonsumsi obat, dan perawatan

diri/kaki(Asnaniar & Munir, 2020). Apabila management diri pada penderita Diabetes baik dapat berdampak positif terhadap kesehatan dan kualitas hidup penderita sedangkan jika manajemen diri penderita Diabetes buruk memiliki dampak yang merugikan terhadap kualitas hidup bahkan resiko terjadinya komplikasi sangat tinggi(Nurhayati, 2022). Pelaksanaan self care management yang efektif dapat membantu meningkatkan kualitas hidup pada penderita. Oleh karena itu, diperlukan kepatuhan/kedisiplinan dari penderita Diabetes Mellitus dalam menerapkan self care management untuk meningkatkan kualitas hidup bagi penderita(Izzati et al., 2023).

Respon fisiologis terhadap pengendalian self care management Diabetes Mellitus dapat mempengaruhi kontrol gula darah yang baik, peningkatan sensitifitas insulin dengan menjaga berat badan yang sehat dan berolahraga secara teratur sel-sel tubuh menjadi lebih sensitif terhadap insulin, sehingga tubuh lebih efisien dalam mengambil glukosa dari darah ke dalam sel-sel sehingga mengurangi resistensi insulin(ALSharit & Alhalal, 2022). Melalui self care management yang efektif penderita dapat merasa lebih baik secara umum hal ini termasuk mengurangi gejala Diabetes Mellitus yang tidak nyaman seperti poliuria dan polydipsia(Singla, 2022).

Kualitas hidup merupakan sebuah konsep tentang kesejahteraan pasien secara fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Serta masalah psikologis dapat memperburuk gangguan metabolisme secara langsung maupun hormonal melalui komplikasi(Nita Tri et al., 2021). Kualitas hidup yang baik merupakan tujuan dari semua penderita Diabetes Mellitus. Oleh karena itu penderita Diabetes Mellitus harus melakukan manajemen perawatan diri secara efektif agar terhindar dari resiko terjadinya komplikasi dimana banyak faktor mempengaruhi pelaksanaannya salah satunya self care management(Istiyawanti et al., 2019).

Berdasarkan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa untuk menghindari komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup penderita Diabetes Mellitus harus memantau gula darah mereka secara teratur, mengkonsumsi obat secara teratur, mengikuti diet yang sehat, dan berpartisipasi dalam aktifitas fisik (Solikin & Heriyadi, 2020). Self care management merupakan hal penting yang harus dimiliki penderita Diabetes Mellitus khususnya dalam manajemen diri karena berguna dalam merencanakan modifikasi perilaku kepercayaan diri yang dimana memberikan dasar untuk manajemen diri yang efektif untuk penderita Diabetes Mellitus karena berkonsentrasi pada perubahan perilaku yang dapat mempengaruhi kualitas hidup menjadi lebih baik (Nur Faidah & Syahrul, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti ingin mengetahui hubungan self care management dan kualitas hidup pada penderita diabetes mellitus.

## 1.2 Rumusan Masalah

Hubungan self care management dan kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus.

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan self care management dan kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi self care management penderita Diabetes Mellitus.
2. Untuk mengidentifikasi kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus.

3. Untuk menganalisis hubungan self care management dan kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Ilmiah**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmiah, khususnya pada management perawatan diri pada penderita Diabetes Mellitus dan kualitas hidupnya baik untuk mencegah terjadinya komplikasi.

### **1.4.2 Manfaat Teoritis**

Diharapkan dapat diketahui bagaimana dampak self care management dan kualitas hidup penderita Diabetes Mellitus, Sebagai langkah awal individu dalam pengendalian penyakit Diabetes Mellitus.

### **1.4.3 Manfaat Praktis**

Self care management dapat menjadi salah satu intervensi mandiri untuk meningkatkan kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus dalam pencegahan komplikasi dan pengendalian penyakit Diabetes Mellitus.

## **1.5 Keaslian Penelitian**

1. Menurut Yasmin Nur Muazizah et, al (2022) yang berjudul “ Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Melalui Self Care Management” Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh self care management terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Self care management adalah kepatuhan diet, kepatuhan konsumsi obat, pemantauan kadar gula darah,

aktivitas fisik/olahraga dan perawatan kaki. Metode yang digunakan adalah literature review berjenis systematic literatur review. Hasil screening tersisa 8 artikel lengkap untuk diuji kelayakan. Secara cermat, penulis membaca seluruh artikel dan memilih jurnal terbaik untuk dianalisis, sehingga dalam tahap ini penulis menemukan 6 artikel penelitian yang memenuhi kriteria inklusi untuk dilakukan review.

2. Menurut Juariah et, al (2022) yang berjudul “Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Poliklinik Penyakit Dalam RS RAJAWALI”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self management dengan kualitas hidup pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 di poliklinik penyakit dalam RS Rajawali. Metode yang digunakan adalah cross sectional, Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji statistik Chi-Square. Hasil uji Chi Square menunjukkan hasil  $p\text{-value} = 0,000 = p\text{-value} < 0,05$ . Oleh karena itu,  $H_0$  ditolak yang artinya ada hubungan Self Management dengan Kualitas Hidup pada pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Rajawali.

3. Menurut Sarmaida Siregar et, al (2022) yang berjudul “Self Care dan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan self care dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Imelda pekerja Indonesia Medan. Metode Penelitian ini diambil berdasarkan dari data univariat dan bivariat dengan melalui uji chi-square test. Hasil penelitian menunjukkan self care berhubungan dengan kualitas hidup pasien dengan diabetes melitus (Ket:  $P < 0,00$ ). Disarankan kepada penderita diabetes melitus untuk menjaga pola

makan, aktifitas, rutin melakukan cek kadar gula darah sesuai anjuran tenaga kesehatan dan perawatan diri agar dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

4. Menurut Masoumeh Gholizadeh et, al (2022) yang berjudul “Evaluation of Self-Care and its Association with Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes”

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji perawatan diri dan hubungannya dengan kualitas hidup pada pasien diabetes tipe 2 (T2DM) di Azerbaijan Timur Iran. Metode Penelitian ini merupakan studi cross-sectional dengan Populasi statistik mencakup semua pasien diabetes tipe 2 di Azerbaijan Timur. Hasil Nilai rata-rata perawatan diri dan kualitas hidup masing-masing diperkirakan sebesar  $42,14 \pm 61,63$  dan  $53,25 \pm 51,73$ . Rerata perawatan diri dan kualitas hidup tertinggi terdapat pada kelompok pengobatan dan fungsi sosial masing-masing sebesar 96,03 dan 68,34.

5. Menurut Kristina kendek et, al (2023) yang berjudul “Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self care dengan quality of life pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar. Metode penelitian ini menggunakan desain cross sectional dengan pengambilan sampel menggunakan teknik consecutive sampling dengan jumlah sample sebanyak 34 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara self care dengan quality of life pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 ( $p=0,001$ ).