

**HUBUNGAN MANAJEMEN DIRI DENGAN KUALITAS HIDUP PADA  
PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS  
DINOYO MALANG**

**SKRIPSI**



**OLEH :  
IRNAWATI NONA INA  
NIM:2017610047**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI  
MALANG  
2023**

## RINGKASAN

Jumlah penderita diabetes tipe 2 terus meningkat sehingga penting bagi mereka untuk melakukan upaya manajemen diri untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perawatan diri dengan kesejahteraan secara keseluruhan pada pasien terdiagnosa diabetes melitus tipe 2 yang berobat di Puskesmas Dinoyo Malang. Analisis korelasional sering digunakan dengan gaya cross-sectional dalam pendekatan penelitian. Penelitian ini melibatkan total 44 pasien yang terdiagnosis diabetes melitus tipe 2, sedangkan kelompok kontrol terdiri dari 40 orang penderita diabetes melitus tipe 2. Sebuah metode yang disebut Simple Random Sampling digunakan untuk memilih sampel. Metode pengumpulan informasi menggunakan alat khusus, seperti Kuesioner Manajemen Diri Diabetes dan Survei Kualitas Hidup WHO, untuk memperoleh informasi. Teknik yang digunakan untuk menyelidiki informasi adalah uji Chi Square. Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (75,0%) peserta memiliki keterampilan manajemen diri yang tidak memadai, sementara hampir separuh (47,5%) responden melaporkan kualitas hidup yang kurang optimal. Uji Chi Square digunakan oleh Puskesmas Dinoyo Malang untuk mengetahui hubungan menarik antara kualitas hidup dengan kemampuan manajemen diri pada individu penderita diabetes tipe 2. Nilai p (0,000) dianggap kurang penting dibandingkan ambang signifikansi (0,05). Para peneliti bersemangat untuk mengeksplorasi potensi untuk menemukan karakteristik lain yang berpotensi berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup yang mungkin dihadapi individu dengan diabetes tipe 2 di masa depan. Beberapa masalah yang dapat mempengaruhi kondisi Anda melibatkan seberapa banyak bantuan yang Anda peroleh dari keluarga dan kemampuan Anda untuk mengatasi kadar gula Anda. Anda telah berhasil mendonorkan darah.

***Kata Kunci: Manajemen Diri, Diabetes Mellitus Type 2, Kualitas Hidup***

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 merupakan suatu kondisi metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa (hiperglikemia) akibat kurangnya produksi atau fungsi insulin dalam tubuh (Perkeni, 2018). Perkembangan DM Tipe 2 sering dikaitkan dengan peningkatan kadar glukosa, yang mengarah pada perkembangan resistensi insulin. Resistensi insulin dapat menyebabkan masalah vaskularisasi atau aliran darah. Jika suplai darah telah mencapai jaringan, penting untuk mengangkat jaringan yang mati, yang sering disebut dengan amputasi. Hal ini dapat menyebabkan perubahan warna pada jari kaki, sering kali tampak seperti warna ungu atau hitam. Menurut Arifin (2020), perubahan warna mungkin saja berpengaruh terhadap perkembangan luka diabetes.

Berdasarkan penilaian yang dilakukan oleh Worldwide Diabetes Association, diperkirakan pada tahun 2025, Indonesia akan menduduki peringkat ketiga negara dengan jumlah kasus diabetes tertinggi. International Diabetes Federation (IDF) melakukan penelitian pada tahun 2018 dan menemukan bahwa sekitar 422 juta orang di seluruh dunia, berusia 15 tahun ke atas, hidup dengan diabetes (IDF, 2018). Berdasarkan data Dinas Kesejahteraan Indonesia tahun 2020, diketahui bahwa sebagian besar penduduk Indonesia, yakni lebih dari 21,3 juta jiwa, terdiagnosis penyakit diabetes melitus, yaitu lebih dari 8,5% total penduduk. Di Wilayah Jawa Timur, terdapat sekitar 793.718 jiwa yang terkena penyakit DM atau sekitar 2,6% dari total penduduk sebanyak 39.292.972 jiwa. Kota Madiun memiliki jumlah penduduk terbanyak yang terkena diabetes tipe 2, dengan angka prevalensi sebesar

4,22%. Berdasarkan kajian Riskesdas Jawa Timur pada tahun 2020, ditemukan bahwa Kota Mojokerto mengalami pertumbuhan sebesar 3,8%. Kota Surabaya menyusul dengan tingkat pertumbuhan sebesar 3,5%, sedangkan Kota Malang memiliki tingkat pertumbuhan sebesar 1,4%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dinas Kesehatan Kota Malang pada tahun 2020, terdapat total 7.534 orang yang terdiagnosa diabetes melitus di Kota Malang.

Manajemen diri merupakan faktor penting dalam meningkatkan kesejahteraan penderita diabetes tipe 2. Pasien lebih cenderung untuk secara efektif menerapkan perubahan gaya hidup positif ketika mereka melakukan manajemen diri (Manullang & Theresia, 2021). Penelitian Neesa (2021) menekankan pentingnya perilaku tertentu dalam mengendalikan DM tipe 2 secara efektif. Berikut beberapa saran untuk menerapkan pola hidup sehat: Silakan coba sesuaikan ukuran porsi segmen makanan Anda dengan cara yang baik. Akan bermanfaat untuk memasukkan berbagai buah dan sayuran ke dalam makanan Anda, karena ini dapat membantu mengurangi asupan kolesterol dan lemak jenuh. Selain itu, sebaiknya batasi penggunaan alkohol dan tembakau, serta kurangi asupan kolesterol dan lemak jenuh. Menikmati pilihan makanan lezat dan melakukan tugas sehari-hari. Menurut Sitanggang dkk. (2023), dianjurkan untuk melakukan pekerjaan nyata atau aktivitas fisik dengan durasi 30 hingga 60 menit secara rutin. Pasien dengan DM Tipe 2 didesak untuk mengambil tindakan proaktif untuk meningkatkan kesejahteraan pribadi mereka (Mufidah, 2021). Menurut Akhter (2019), banyak indikator manajemen diri pada individu dengan diabetes tipe 2 mencakup faktor-faktor seperti integritas diri, pengaturan diri, keterlibatan dengan

penyedia layanan kesehatan, pemantauan kadar gula darah secara teratur, dan kepatuhan terhadap terapi atau pengobatan yang ditentukan.

Konsep kualitas hidup mengacu pada penilaian komprehensif terhadap kesejahteraan individu, mencakup beberapa aspek seperti kesejahteraan fisik, material, sosial, dan emosional dalam interaksi sosial sehari-hari dan lingkungan sekitarnya (Neesa, 2021). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Utami dkk. (2021), individu dengan diabetes tipe 2 yang mengelola pengobatannya sendiri secara efektif dapat meningkatkan kualitas hidupnya secara keseluruhan. Pada tahun 2018, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa ada banyak elemen yang mungkin memengaruhi kualitas hidup seseorang. Kategori-kategori ini mencakup kesehatan fisik, kesejahteraan emosional, keterlibatan sosial, dan kesejahteraan lingkungan.

Pertemuan besar tersebut berlangsung pada tanggal 10 Juli 2023 di Pusat Pendampingan Dinoyo Malang. Peneliti mendapat kesempatan untuk berbicara dengan 10 orang yang telah mendapat diagnosis diabetes melitus tipe 2 pada pertemuan ini. Kajian tersebut mengungkapkan bahwa 8 orang tidak melakukan praktik manajemen diri, seperti tidak mengontrol konsumsi makanan manis (seperti kopi, teh, dan kue) dan tidak melakukan aktivitas fisik seperti olahraga. Enam orang mengalami penurunan kualitas hidup, sering merasa sakit, dan tidak mampu melakukan aktivitas fisik sendiri. Berdasarkan uraian maka peneliti melakukan penelitian tentang hubungan manajemen diri dengan kualitas hidup pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Dinoyo Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah self-management berdampak terhadap kepuasan keseluruhan individu penderita diabetes tipe 2 yang berobat di Puskesmas Dinoyo Malang?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan self care terhadap terhadap kepuasan keseluruhan individu penderita diabetes tipe 2 yang berobat di Puskesmas Dinoyo Malang.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi pengobatan mandiri pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Dinoyo Malang.
2. Menilai tingkat kepuasan pribadi pada individu penderita diabetes melitus tipe 2 di Pusat Kesehatan Masyarakat Dinoyo Malang.
3. Mengkaji hubungan self-management dengan kepuasan individu pada individu penderita diabetes tipe 2 di Puskesmas Dinoyo Malang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Teoritis**

Memberikan informasi dan pengetahuan yang berharga bagi individu yang menderita diabetes tipe 2, membantu mereka efektif mengelola kadar gula darah sambil tetap menjaga gaya hidup yang sehat.

#### **1.4.2 Praktis**

1. Bagi Pasien DM tipe 2

Kemungkinan dampak DM tipe 2, yang dapat menyebabkan banyak masalah yang berdampak negatif pada kualitas hidup individu dengan penyakit ini.

2. Bagi peneliti

Pemeriksaan dan informasi yang disajikan di sini mengeksplorasi keterkaitan antara manajemen diri dan kesejahteraan pribadi pada individu yang telah didiagnosis menderita diabetes tipe 2.

### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Para peneliti optimis bahwa hasil penelitian ini akan menjadi aset berharga bagi pasien diabetes tipe 2 dan untuk memandu upaya penelitian di masa depan.

### 4. Bagi Instansi Kesehatan

Badan-badan kesehatan mungkin menganggap temuan penelitian ini sebagai aset berharga atau alat yang berguna untuk promosi kesehatan. Hal ini sangat relevan bagi individu dengan diabetes tipe 2 yang ingin mengelola kadar gula darahnya dengan baik melalui perawatan diri.

### 5. Bagi Masyarakat

Temuan penelitian ini dijadikan referensi untuk memberikan informasi kepada masyarakat mengenai langkah-langkah pencegahan penyakit diabetes melitus tipe 2.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhter, N. 2019. *Self Management Among Patients With Hypertension in Bangladesh, Ejournal*
- Arifin A.L., 2020. *Panduan Terapi Diabetes Mellitus Tipe 2 Terkini*. Bandung : Fakultas Kedokteran UNPAD/ RSUP dr. Hasan Sadikin
- Arikunto. 2019. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Boger, Emma Joanne. 2018. *Self-Management Following Stroke: Concept and Measurement*. Disertai Progam Doktor Filosofi Universitas Southamphthon.
- Bustan. 2019. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Cetakan 2*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corwin. 2018. *Buku Saku Patofisiologi*. Jakarta: Aditya Media
- Darmojo, H. 2019. *Geriatric (Ilmu Kesehatan) Edisi 3*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
- Dinkes Kota Malang. 2020. *Jumlah Penderita DM Di Kota Malang*. Malang: Poltekkes Kemenkes Malang. <http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id/assets/file/kti/1401100061/9. BAB I .pdf>.
- Galson, Steven K. 2019. *Self-Management Progam: One Way To Promote Healthy Aging*.
- IDF. 2018. *International Diabetes Federation*. <http://www.diabetesatlas.org/resources/2018-atlas.html>. Diakses pada tanggal 25 Agustus 2021.
- IDF. 2019. *International Diabetes Federation Diabetes Atlas Seventh Edition 2019*. Amerika : IDF
- Kemenkes RI. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia 2019 Menuju Indonesia Sehat*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Kemenkes RI. 2021. *DM Tipe 2 Penyakit Paling Banyak Diidap Masyarakat*. Jakarta: Departemen Kesehatan. [https://www.depkes.go.id/article/view/19051700002/DM\\_Tipe\\_2-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html](https://www.depkes.go.id/article/view/19051700002/DM_Tipe_2-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat.html).
- Lanywati, E. 2017. *Diabetes Mellitus : Penyakit Kencing Manis*. Yogyakarta: Kanisius (Anggota IKAP).



- Manullang & Theresia, B. 2021. Literature Review : Hubungan *Self Management* Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan Poltekes Medan* 4 (2).
- Mufidah, Nurul. 2021. *Hubungan Manajemen Diri Terhadap Tekanan Darah Pasien DM Tipe 2 Di Poli Rawat Jalan Rumah Sakit Anwar Medika Sidoarjo*. Skripsi : Stikes Rumah Sakit Anwar Medika Sidoarjo
- Muttaqin, A. 2019. *Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler Dan Hematologi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Neesa, Hafidh Sahrul. 2021. Hubungan Self-Management Dengan Kualitas Hidup Penderita DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Baki Sukoharjo. *Naskah Publikasi : Universitas Muhammadiyah Surakarta*
- NHLBI. 2019. *Department Of Health And Human Services*. USA: National Heart, Lung and Blood Institute.
- Nursalam. 2017. *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Orem, D.E., 2017. *Nursing Concepts of Practice, Sixth. ed*. Mosby Inc, Missouri
- Perkeni. 2018. *Kosensus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia*. Jakarta: EGC
- Prastyo, Anggi Nur. 2021. Hubungan *Self Management* Dengan Kualitas Hidup Penderita *Diabetes Mellitus* Di Wilayah Kerja Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo. *Publikasi Ilmiah Universitas Muhammadiyah Surakarta*
- Ratmini N. K & Arifin. 2019. *Kualitas Kesehatan Lansia*. Bali: Poltekkes Denpasar.
- Riskesdas Jatim. 2020. *Hasil Utama Riskesdas 2019 Provinsi Jawa Timur*. Surabaya: Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Puslitbang Humaniora dan Manajemen Kesehatan
- Rosyiani, Y. E. T., Sudaryanto, A., & Listyorini, D. 2019. Gambaran Kualitas Hidup Lanjut Usia Yang Mengalami Sakit Asam Urat (Gout) Di Posyandu Lanjut Usia Desa Pelemgadung Karangmalang Sragen (Doctoral Dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Schmitt, Andreas. *ed al.*, 2017. The Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ): development and evaluation of an instrument to assess diabetes self-care activities associated with glycaemic control. *Health and Quality of Life Outcomes*, 11:138
- Sherwood. 2019. *Fisiologi Manusia: Dari Sel Ke Sistem*. Edisi ke-6. Jakarta: EGC.

- Simanullang, Sri Mariana Putri. 2019. *Self Management Pasien DM Tipe 2 Di Rsup H. Adam Malik Medan Tahun 2019*. Skripsi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan
- Sitanggang BYE, Sari A, & Syafei A. 2023. Efektivitas SECARIC Diary dalam Meningkatkan Self-Care dan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Pengabdian Ilmu Kesehatan*, 3(2)
- Smeltzer, S.C. 2017. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Brunner & Suddarth, edisi 8. Jakarta : EGC.
- Solikin & Heriyadi, M.R. 2020. Hubungan *Self Management* Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Landasan Ulin. *Dinamika Kesehatan Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Vol 11 No. 1*
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Theofilou, Paraskevi. 2017. *Quality Of Life Definition And Measurement*. Europes: Psychology
- Udjianti, W. 2017. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika.
- Utami, Gusti Nyoman Mega dkk., 2021. Hubungan *Self-Management* Dengan Kualitas Hidup Lansia DM Tipe 2. *Community of Publishing In Nursing (COPING)* 9 (6).
- WHO. 2017. *Activity and Health*. Geneva: World Health Organization.
- WHO. 2018. *Diabetes Fact Sheet*. Swiss : World Health Organization. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/en/>. Diakses pada tanggal 30 Januari 2021
- WHO. 2021. *A Global Brief On Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crises*. Geneva: World Health Organization.
- Wijayakusuma H. 2018. *Bebas Diabetes Mellitus Ala Hembing*. Jakarta: Puspa Swara.