

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular, Diabetes melitus menjadi salah satu tantangan utama dalam sistem kesehatan global pada abad ini. Diabetes mellitus (DM) adalah penyakit kronis yang mempengaruhi beberapa sistem tubuh, ditandai dengan kadar glukosa darah yang tinggi akibat produksi insulin yang abnormal, gangguan dalam penggunaan insulin, atau keduanya (Harding & Kwong, 2019). Prevalensi diabetes melitus terus meningkat secara stabil akibat faktor-faktor seperti urbanisasi, gaya hidup *sedentary*, obesitas, dan meningkatnya populasi lansia (IDF, 2024).

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat secara global. Dari data *International Diabetes Federation* (IDF) terdapat 588.7 juta orang di dunia menderita diabetes melitus, dimana lebih dari 90% penderita diabetes menderita diabetes melitus tipe 2 (IDF, 2025). Pada tahun 2022, didapatkan 14% orang dewasa mengalami diabetes dan lebih dari 50% orang dewasa tidak mengkonsumsi obat untuk diabetes (WHO, 2024a). Menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Indonesia, 11,7% penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas menderita diabetes mellitus, angka prevalensi tersebut menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam jumlah kasus diabetes mellitus di Indonesia, naik dari 10,9% pada tahun sebelumnya (Santika, 2024). Indonesia sendiri menempati urutan kelima di dunia dengan penderita diabetes melitus terbanyak, yaitu sejumlah 20.4 juta jiwa (IDF, 2025).

Profil Kesehatan Provinsi Jawa tengah Selama tiga tahun terakhir menunjukkan prevalensi pasien dengan diabetes melitus relatif stabil, tetapi diabetes melitus masih menjadi salah satu penyakit tidak menular dengan beban tertinggi. Pada tahun 2023, diabetes melitus menduduki peringkat ketiga tertinggi setelah hipertensi dan obesitas, dengan perkiraan penderita sebanyak 624.082 penderita (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2025). Di Kabupaten Klaten jumlah penderita diabetes melitus pada tahun 2024 mencapai 33.440 jiwa, dengan capaian pelayanan 101,6%. Di Kecamatan Karangnom sendiri terdapat 1194 penderita diabetes melitus (Dinkes Klaten, 2024).

Diabetes melitus memberikan dampak signifikan terhadap kualitas hidup penderitanya. Kualitas hidup merupakan penilaian psikologis individu terhadap kondisi

kesehatannya, dimana penurunan kualitas hidup berpotensi memperburuk penyakit, sedangkan peningkatan kualitas hidup cenderung mendukung perbaikan kondisi kesehatan (Kadoena et al., 2022). Pasien dengan diabetes melitus memiliki skor kualitas hidup yang lebih buruk jika mereka mengalami lebih banyak penderitaan. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa pasien yang telah menjalani penyakitnya dalam jangka waktu yang lama merasa putus asa dan pasrah dengan kondisinya. Ketergantungan pada obat-obatan dan bantuan medis, kelelahan, dan kekurangan energi dapat mempengaruhi mobilitas atau pergerakan individu untuk memenuhi kebutuhan hidupnya (Shafitri Paris et al., 2023). Proses perjalanan penyakit yang diderita pasien dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien. Komplikasi yang muncul seperti penyakit kardiovaskular, gagal ginjal kronis, stroke dan ketoasidosis diabetik dapat menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan angka kematian. Penelitian oleh Wahidin et al. (2024) mengungkapkan selama 25 tahun terakhir jumlah angka mortalitas akibat diabetes melitus dan komplikasinya mengalami peningkatan secara signifikan sebesar 117%, atau rata-rata meningkat 4,7% setiap tahunnya.

Pengelolaan diabetes melitus yang efektif memerlukan penerapan *diabetes self-care* secara optimal. *Self-care* adalah rangkaian tindakan harian yang dilakukan pasien untuk mengelola penyakitnya secara mandiri dan terinformasi (Puzhakkal et al., 2025). *Diabetes Self-care* meliputi beberapa domain utama seperti pengaturan pola makan (diet), perawatan kaki, aktivitas fisik, monitoring gula darah dan minum obat diabetes (Basir et al., 2022). *Self-care* adalah fondasi pencegahan komplikasi jangka panjang pada pasien diabetes (Ernawati et al., 2021). Elemen-elemen yang memengaruhi perilaku perawatan diri pada individu dengan diabetes melitus mencakup usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, durasi menderita diabetes, pemahaman mengenai penyakit diabetes, keyakinan akan kemampuan diri (*self-efficacy*), dukungan dari keluarga, dorongan atau semangat, serta penyampaian informasi dan pendidikan kesehatan. Di antara faktor-faktor tersebut, dorongan atau motivasi sering kali menjadi unsur yang paling berperan dominan dalam keterlibatan pasien dalam perawatan diri diabetes (Nugraha I et al., 2021). *Self-care* dapat mempengaruhi cara hidup seseorang dengan mencegah, mengidentifikasi, mengelola penyakitnya dan mencegah perkembangan komplikasi jangka panjang, *self-care* juga berperan penting meningkatkan status kesehatan, kualitas hidup, dan kesejahteraan penderitanya (Rahman et al., 2023). Pelaksanaan *self-care* yang efektif dapat membantu menjaga kestabilan kadar gula darah, mencegah terjadinya komplikasi, serta menurunkan risiko kesakitan dan

kematian, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan kualitas hidup secara menyeluruh (Anggraeni et al., 2025).

Perawat memiliki peran krusial dalam memberikan edukasi, dorongan serta dukungan emosional kepada pasien dengan diabetes. Melalui edukasi yang berkesinambungan, perawat mampu membantu penderita diabetes memahami pentingnya pengelolaan diri sendiri seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik yang teratur, pemantauan mandiri gula darah, serta pengelolaan stress (Wulandari et al., 2025). Dukungan psikososial dari perawat juga memperkuat motivasi pasien untuk konsisten menjalankan perilaku perawatan diri yang sehat. Perawat juga berperan dalam kolaborasi interprofesional seperti ahli gizi, psikolog, dan dokter guna memberikan asuhan yang *holistic* dan komperhensif. Beberapa peran perawat tersebut membantu pasien mencapai kemandirian dalam pengelolaan penyakit, yang berkontribusi pada pengendalian kadar gula darah yang lebih baik, pencegahan komplikasi, serta peningkatan kualitas hidup jangka panjang (Dailah, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2022) menunjukkan bahwa hasil analisis korelasi antara *self-care* dan kualitas hidup menunjukkan bahwa semakin optimal *self-care* yang dilakukan, maka kualitas hidup juga semakin meningkat, yang dibuktikan dengan adanya korelasi kuat dengan nilai $r = 0,713$. Seluruh variable memperlihatkan hubungan yang signifikan antara *self-care* dan kualitas hidup dengan nilai $p = 0,0005$. Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara diabetes *self-care* dengan kualitas hidup. Terdapat sejumlah bukti ilmiah yang mengonfirmasi korelasi positif antara praktik *diabetes self-care* dan peningkatan kualitas hidup penderita Diabetes Melitus (DM). Namun penelitian tersebut belum membatasi usia dari penderita diabetes melitus, padahal usia menjadi salah satu variabel yang mempengaruhi hubungana antara *diabete self-care* dengan kualitas hidup itu sendiri. Berdasarkan penelusuran literatur, hingga saat ini belum ada studi yang secara spesifik mengeksplorasi hubungan antara kepatuhan *diabetes self-care* dengan kualitas hidup pada populasi penderita DM Puskesmas Karanganom.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada 29 Oktober 2025 kepada 7 penderita diabetes melitus yang berkunjung ke Puskesmas Karangnaom didapatkan bahwa 5 dari 7 penderita diabetes mengungkapkan khawatir mengenai komplikasi yang akan dialami karena diabetesnya seperti luka yang tidak sembuh, amputasi dan takut dirawat di rumah sakit lagi. 3 dari 7 penderita diabetes mengatakan aktivitas mengeluh aktivitasnya tidak sama seperti sebelum terkena diabetes melitus dikarenakan kakinya

sering terasa kebas dan mengeluhkan baru beraktivitas sebentar tetapi sudah lelah, serta jenuh dengan pengobatan yang sekarang dijalani. 2 dari 7 mengatakan terkadang merasa enggan untuk pemeriksaan ke puskesmas, karena harus antri, dan khawatir jika akan dilakukan pemeriksaan gula darah. 5 dari 7 penderita diabetes mengatakan kadang-kadang masih mengkonsumsi makanan yang manis-manis dan gorengan karena sulit menahannya. 2 dari 7 penderita diabetes melitus mengatakan jarang olahraga karena tuntutan kesibukan, seperti pagi harus bekerja kemudian pulang sore hari sudah lelah. Seluruh penderita diabetes (7 penderita) patuh terhadap pengobatan yang sekarang dijalani, 5 dari 7 penderita dm melakukan pengecekan gula darah hanya ketika akan mengambil obat di puskesmas. Seluruh penderita diabetes (7 penderita) belum melakukan praktik perawatan kaki seperti mengeringkan jari-jari kaki dan memeriksa sepatu atau sandal sebelum digunakan.

Studi pendahuluan kepada pemegang program Penyakit Tidak Menular (PTM) Puskesmas Karanganom diketahui bahwa program PATUH telah berjalan, namun masih mengalami beberapa kendala. Keterbatasan tenaga kesehatan menjadi hambatan dalam melakukan monitoring dan pendampingan pasien secara optimal. Selain itu, pelaksanaan pilar “Upayakan aktivitas fisik dengan aman” melalui senam Prolanis belum berjalan maksimal karena rendahnya partisipasi pasien, yang disebabkan oleh keterbatasan akses transportasi dan tidak pengantar, terutama pada pasien lansia dan berlokasi jauh dari puskesmas. Kondisi ini menyebabkan pelaksanaan program PATUH belum optimal secara menyeluruh, meskipun pemeriksaan kesehatan rutin dan pengobatan teratur telah berjalan cukup baik.

B. Rumusan Masalah

Diabetes melitus masih menjadi salah satu penyakit tidak menular dengan beban tertinggi baik di tingkat global maupun lokal, termasuk di Puskesmas Karanganom, Kabupaten Klaten. Meskipun upaya edukasi dan penyuluhan telah dilakukan oleh pihak puskesmas, hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar penderita diabetes masih mengalami kesulitan dalam menjalankan praktik *self-care* secara optimal, seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik, dan perawatan kaki. Hal ini berdampak pada menurunnya kualitas hidup mereka yang ditandai dengan rasa khawatir terhadap komplikasi, kelelahan, dan keterbatasan aktivitas harian. Kondisi tersebut menimbulkan pertanyaan mengenai bagaimana penerapan *diabetes self-care* yang dilakukan oleh penderita diabetes di wilayah tersebut, serta sejauh mana

pelaksanaannya dapat berpengaruh terhadap kualitas hidup mereka. Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk meneliti “Apakah terdapat hubungan antara diabetes *self-care* dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus di Desa Karang wilayah kerja Puskesmas Karangnom?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan *diabetes self-care* dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus di Puskesmas Karangnom.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, lama menderita DM dan tingkat pendidikan.
- b. Mengetahui tingkat *self-care* pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Karangnom.
- c. Mengetahui kualitas hidup penderita diabetes melitus di Puskesmas Karangnom.
- d. Menganalisis hubungan *diabetes self-care* dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus di Puskesmas Karangnom

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat berkontribusi dalam pengembangan pengetahuan dan teori dalam bidang keperawatan khususnya mengenai *diabetes self-care* dan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penderita Diabetes Melitus

Dengan adanya penelitian ini diharapkan agar penderita diabetes melitus di Puskesmas Karangnom mampu mendapatkan gambaran mengenai pentingnya perilaku *self-care* dalam meningkatkan kualitas hidup, serta mampu mendorong penderita untuk lebih konsisten dalam perawatan mandiri dirinya sehingga dapat mengendalikan dan mencegah komplikasi.

b. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini bermanfaat sebagai dasar edukasi, intervensi, serta menjadi bahan pertimbangan dalam program promosi kesehatan dan pengelolaan

penyakit kronis, khususnya dalam upaya meningkatkan kepatuhan *self-care* dan kualitas hidup penderita di Puskesmas Karanganom.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi bahan ajar atau referensi dalam mata kuliah keperawatan, kesehatan masyarakat, atau bidang kesehatan yang terkait diabetes, khususnya mengenai pentingnya *self-care* pada penderita diabetes melitus.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi dasar acuan atau literatur yang dapat digunakan untuk mengembangkan penelitian lanjutan terkait hubungan antara *self-care* dan kualitas hidup pada pasien diabetes di berbagai konteks atau wilayah.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Paramita et al., 2023) dengan judul “*Self-Management and Quality of Life in Diabetic Type II Patients at Mataram University Hospital*”. Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan desain *cross-sectional*. Sampel diambil dengan teknik *consecutive sampling* sebanyak 40 responden. Penelitian menggunakan kuesioner *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DMSQ) dan *Asian Diabetes Quality of Life* (ADQOL). Analisis data yang digunakan adalah uji *spearman correlation test*, hasil penelitian yang didapatkan adalah 85,7% responden dengan *self-management* baik dan 95% dengan kualitas hidup baik, dengan uji spearman didaperoleh *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) dan $r = 0,535$ yang berarti terdapat hubungan signifikan dengan kekuatan korelasi sedang dan arah positif antara *self-management* dan kualitas hidup.

Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel dependen dan independent yaitu *self-care* dan kualitas hidup, kemudian desain penelitian yaitu *cross-sectional* serta teknik sampling yang digunakan yaitu *consecutive sampling*

Perbedaan terletak pada beberapa hal meliputi lokasi penelitian, dimana pada penelitian yang dilakukan oleh Paramita et al., 2023 dilakukan di *Mataram University Hospital* sedangkan pada penelitian ini di Puskesmas Karanganom. instrumen (kuesioner) penelitian Paramita et al., 2023 menggunakan *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DMSQ) untuk mengukur tingkat *self-management* dan *Asian Diabetes Quality of Life* (ADQOL) untuk mengukur kualitas hidup, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan *The Summary of Diabetes Self Care Activities*) untuk mengukur tingkat *self-care* penderita diabetes melitus

dan *Revised Version of Diabetes Quality of Life (RVDQOL) Questioner* untuk mengukur tingkat kualitas hidup penderita diabetes melitus.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Malini et al., 2022) dengan judul “*Self-Care And Quality Of Life People With Type 2 Diabetes During The Covid-19: Cross-Sectional Study*”. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan sampel menggunakan metode non-probabilitas dengan total sampling, jumlah sample sebanyak 89 responden. Instrumen yang dipakai dalam penelitian ini adalah *WHO Quality of Life-BREF* dan *Summary of Diabetes Self Care Activities (SDSCA)*. Analisis data yang digunakan adalah uji pearson product moment dengan hasil adanya hubungan yang signifikan antara pengelolaan perawatan diri dan kualitas hidup penderita diabetes tipe 2 ($p=0.000$) dengan kekuatan sedang dan arah positif.

Persamaan yang terlihat adalah pada desain penelitian yang sama-sama menggunakan kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini dan penelitian yang peneliti lakukan sama-sama menggunakan *Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA)* untuk mengukur tingkat *self-care* penderita diabetes melitus, serta sama-sama meneliti kualitas hidup penderita diabetes melitus. Perbedaan dengan penelitian Malini et al. (2022) terletak pada instrumen pengukuran kualitas hidup yang digunakan, di mana penelitian Malini et al. menggunakan *WHOQOL-BREF*, sedangkan penelitian yang akan peneliti lakukan menggunakan *Revised Version of Diabetes Quality of Life (RVDQOL) Questionnaire*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian Malini et al. (2022) menggunakan total sampling sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan teknik sampling *consecutive sampling*. Lokasi penelitian juga berbeda, penelitian Malini et al. dilakukan pada masa pandemi Covid-19 untuk tempat tidak disebutkan secara spesifik, sedangkan penelitian ini dilakukan di Puskesmas Karanganom.

3. Penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2022) dengan judul “Korelasi Self-Care dengan Kualitas Hidup Pasien DM Tipe 2 di Kota Pekanbaru”. Jenis penelitiannya merupakan penelitian analitik observasional pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel 100 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *WHOQOL-BREF* untuk mengukur tingkat kualitas hidup dan *SDSCA* untuk mengukur tingkat *self-care* dari penderita diabetes melitus. Analisis data dengan

uji regresi linier. Hasil yang didapatkan adalah terdapat korelasi kuat antara *self-care* dengan kualitas hidup dengan nilai $r = 0,713$ dan $p = 0,0005$

Persamaan antara penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan terletak variabel independent dan dependen yaitu *self-care* dan kualitas hidup, metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*.

Perbedaan terletak pada, teknik pengambilan sampel pada penelitian yang dilakukan oleh Sari et al, 2022 dengan *purposive sampling* sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan teknik *consecutive sampling*, kuesioner kualitas hidup yang digunakan juga berbeda dimana pada penelitian Sari et al, 2022 menggunakan WHOQOL-BREF sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan RVDQOL, teknik analisa data yang digunakan juga berbeda di dalam penelitian Sari et al, 2022 adalah uji regresi linear sedangkan pada penelitian yang dilakukan menggunakan uji *Kendal Tau*.

4. Penelitian yang dilakukan oleh (Anggraeni et al., 2025) dengan judul “Hubungan *Self Care* dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus”. Jenis penelitian ini adalah **penelitian deskriptif korelatif** dengan desain *cross-sectional*. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling* sebanyak **133 responden**. Penelitian ini menggunakan lembar kuesioner *self care* untuk mengukur tingkat *self care* dan **kuesioner DQOL** untuk mengukur kualitas hidup. Analisis data yang digunakan adalah uji *spearman rho*, penelitian dilakukan di Puskesmas Sukolilo, dengan hasil penelitian terdapat hubungan bermakna antara *self care* dengan kualitas hidup dengan nilai *p-value* 0,000 dan menunjukkan korelasi positif dengan koefisien korelasi sedang.

Persamaan terletak pada variabel independent dan dependen yaitu *self-care* dan kualitas hidup. Persamaan juga terletak pada desain penelitian yaitu *cross-sectional*.

Perbedaan terletak pada beberapa hal, teknik sampling pada penelitian Anggraeni et al, 2025 menggunakan *purposive sampling*, sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan *consecutive sampling*, Instrumen *self care* pada penelitian Anggraeni et al, 2025 menggunakan kuesioner *self care* oleh Zaura et al 2021 sedangkan pada penelitian yang dilakukan menggunakan kuesioner SDSCA, instrumen kualitas hidup pada penelitian Anggraeni et al, 2025 menggunakan DQOL sedangkan pada penelitian yang dilakukan menggunakan RVDQOL. Lokasi

penelitian pada penelitian oleh Anggreini et al, 2025 berada di Puskesmas Sukolilo sedangkan pada penelitian yang dilakukan lokasinya di Puskesmas Karangnom.