

Hubungan Self Care dan Kepatuhan Diet terhadap Kualitas Hidup Klien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu

Apeliani Dwi Gita¹, Andri Kusuma Wijaya^{2*}

¹²Prodi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Article Info

Key words :

Self care, diet compliance, family support, quality of life

Corresponding author:

Andri Kusuma Wijaya

Email:

andrikw@umb.ac.id

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is considered to have sizeable impact on quality of life. The quality of life domains of eating freedom, physical activity, and work life were the most negatively affected. The purpose of study were determines the correlations of self care and diet compliance on the life quality of clients with type 2 DM in the work area of the Nusa Indah Health Center, Bengkulu City. This research is analytic observational with a cross sectional approach. Respondents were 67 clients with type 2 DM in the work area of the Nusa Indah Health Center, Bengkulu City. Data were obtained from questionnaires and using the Chi Square test. The results showed, self care were high (55,2%) and low self care (44,8%), diet compliance were obedient (64,2%) and less diet (35,8%), has a quality of life (53,7%) and lives of not quality (46,3%). Self care not significant correlation between quality of life of type 2 clients ($0,075 > 0,05$), diet compliance a significant correlation between and quality of life ($0,025 < 0,05$).

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) sulit disembuhkan, penyakit ini ditandai dengan kadar glukosa darah berlebihan, metabolisme protein, lemak dan karbohidrat yang tidak normal, karena kurangnya hormon insulin. DM disebut juga pembunuh senyap, sebab hampir sepertiga penderita DM tidak tahu mereka menderita, sampai DM yang diderita berkembang serius dan berdampak pada organ tubuh lainnya sehingga berkomplikasi pada kerusakan saraf, pembuluh darah dan sistem tubuh lainnya (Perkeni, 2019).

International Diabetes Federation (2021) mencatat, dari 537 juta dewasa usia 20-79 tahun atau dari 1 sampai 10 penderita DM di seluruh dunia, ada sekitar 6,7 juta kematian atau 1 tiap 5 detik kematian akibat DM. Tiongkok menjadi pengidap DM terbesar di dunia (140,87 juta). Kemudian India sebesar 74,19, Pakistan sebesar 32,96 juta dan Amerika Serikat 32,22 juta, sedangkan Indonesia berada peringkat 5 sebesar 19,47 juta.

Data Kemenkes (2019) menunjukkan kenaikan prevalensi DM Indonesia tahun 2007 sebesar 5,7 persen menjadi 6,9 persen pada tahun 2013, meningkat sebesar 8,5 persen pada tahun 2018. Berdasarkan data IDF tahun 2021, prevalensi DM Indonesia sebesar 10,6 persen. Prevalensi DM tertinggi menurut provinsi di Indonesia, DKI Jakarta berada di urutan pertama sebesar 3,4 persen, Yogyakarta berada di urutan kedua sebesar 3,1 persen, berturut-turut Kalimantan Timur dan Kalimantan Sulawesi Utara

sebesar sebesar 3,1 persen dan 3 persen. Sedangkan untuk Provinsi Bengkulu sendiri berada di urutan ke-29 sebesar 1,3%.

Saat klien DM mengalami komplikasi, maka dampaknya pada peningkatan angka kesakitan, penurunan kualitas hidup dan harapan hidup (Lase, 2022). Penurunan kualitas hidup klien DM, linier dengan ketidakmampuan klien dalam melakukan perawatan mandiri (*self care*). *Self care* dapat mempengaruhi kualitas hidup (Nurjanah, et al., 2018), *self care* yang dijalankan secara benar, secara tidak langsung mempengaruhi kualitas hidup klien DM (Luwiharto & Ginanti, 2022).

Keberhasilan pengobatan DM juga dipengaruhi oleh kepatuhan diet (Khoiroh & Audia, 2018). Klien DM tidak bersikap positif terhadap diet akan membuat kegagalan dalam pengobatan dan pada akhirnya menurunkan kualitas kesehatan dan kualitas hidupnya (Liawati, et al., 2022).

Prevalensi DM penduduk seluruh umur di provinsi Bengkulu adalah sebesar 0,91%, dimana tercatat laki-laki sebesar 0,69% dan perempuan sebesar 1,13% (Kemenkes, 2019). Jumlah penderita DM di Kota Bengkulu tahun 2021 sebanyak 806 orang, dimana Puskesmas Nusa Indah merupakan puskesmas tertinggi kesatu penderita DM, sebanyak 140 orang, kemudian Puskesmas Jalan Gedang sebanyak 102 orang, selanjutnya Puskesmas Lingkar Timur sebanyak 58 orang (Dinkes-Kota-Bengkulu, 2022).

Hasil pra penelitian terhadap 5 klien DM yang teregister di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu, didapat 4 klien memiliki perawatan mandiri tidak baik, klien tidak memiliki pola makan yang teratur dan hanya sekali-kali melakukan pemantauan gula darah dan perawatan kaki. Ada 4 klien tidak patuh terhadap diet, seperti tidak mengikuti jadwal makan yang seharusnya, dan diakui klien bahwa dirinya dan keluarga jarang memperhatikan jenis makanan yang seharusnya dimakan. Selanjutnya, ada 2 klien hidup tidak berkualitas, dimana kondisi kesehatan fisik klien sudah mengganggu aktivitas sehari-hari, klien terlihat tidak menerima keadaan tersebut, klien juga cenderung menutup diri dengan lingkungan, termasuk saat penulis datang pada waktu pra penelitian.

Tujuan penelitian untuk mengkaji lebih jauh hubungan *self care* dan kepatuhan diet terhadap kualitas hidup klien DM Tipe 2, sehingga riset ini diyakini dapat berkontribusi secara praktis kepada puskesmas untuk penanganan lebih lanjut terhadap *self care*, kepatuhan diet dan kualitas hidup klien DM. Selain itu, riset ini dapat berkontribusi pada ilmu keperawatan, terutama penelitian selanjutnya yang ingin lebih dalam mengkaji kualitas hidup klien DM.

METODE

Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret-April 2023 di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu. Populasi merupakan klien DM tipe 2 sebanyak 81 klien. Kriteria inklusinya adalah (1) Klien DM tipe 2 yang kontrol di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu (2) klien DM tipe 2 lebih dari 1 tahun, karena dianggap telah dapat mempersepsikan kualitas hidup atas penyakit yang dideritanya (2) bersedia menjadi sumber data. Selanjutnya kriteria eksklusi dengan cara mengeluarkan responden yang masuk dalam kriteria inklusi karena keadaan fisik dan lainnya yang tidak memungkinkan menjadi responden. Kemudian ditentukan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin (Nursalam, 2020), sehingga jumlah sampel sebanyak 67 klien.

Instrumen pengumpulan data diklasifikasikan menjadi empat bagian: karakteristik demografi responden, skala *self care*, kepatuhan diet dan kualitas hidup. Skala *self care* berasal dari SDSCA (*Summary Diabetes Self Care Activities*) oleh Kusniawati (2011). Skala kepatuhan diet dikembangkan Khoiroh dan Audia (2018), sedangkan skala kualitas hidup berdasarkan skala *Diabetes Quality of Life* (DQoL) dari Jacobson et al tahun 1988, terdiri dari kepuasan, dampak, kekhawatiran tentang dampak pekerjaan dan sosial dan kekhawatiran tentang masa depan. Analisis data menggunakan analisis univariat dengan cara mendeskripsikan setiap variabel yang diteliti, analisis ini berupa distribusi frekuensi demografi responden dan variabel-variabel yang diteliti. Selanjutnya analisis bivariat melalui tes *chi-square*.

HASIL

Karakteristik Demografi Responden

Tabel 2 diketahui dari 67 klien penelitian ini, dominan berusia antara 51-70 tahun (61,2%), sebanyak 52,2% klien laki-laki dan 47,8% klien perempuan. Dominan berpendidikan SMA (53,7%) dan telah mengalami DM tipe 2 antara 2-5 tahun (52,2%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Responden

Karakteristik Demografi	Jumlah n = 67	Persentase (%)
Usia		
32-50 tahun	15	22,4
51-70 tahun	41	61,2
> 70 tahun	11	16,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	35	52,2
Perempuan	32	47,8
Pendidikan		
PT	16	23,9
SD	4	6
SMA	36	53,7
SMP	11	16,4
Lama Menderita DM		
2-5 tahun	35	52,2
6-10 tahun	24	35,8
> 10 tahun	8	11,9

Distribusi Frekuensi *Self Care*, Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup

Tabel 3 diketahui 37 klien (55,2%) *self care* tinggi dan 30 klien (44,8%) *self care* rendah, 43 klien (64,2%) patuh terhadap diet dan 24 klien (35,8%) tidak patuh. Sebanyak 36 klien (53,7%) hidup berkualitas dan 31 klien (46,3%) hidup tidak berkualitas.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Self Care, Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Self Care		
Rendah	30	44,8
Tinggi	37	55,2
Kepatuhan Diet		
Tidak patuh	24	35,8
Patuh	43	64,2
Kualitas Hidup		
Tidak berkualitas	31	46,3
Berkualitas	36	53,7
Jumlah	67	100

Hubungan Self Care terhadap Kualitas Hidup Klien DM tipe 2

Tabel 4 menjelaskan dari 37 klien dengan *self care* tinggi, ada 24 klien (64,9%) memiliki hidup yang berkualitas. Analisis Odd Rasio (OR) dipat nilai sebesar 2,769, artinya klien yang memiliki *self care* tinggi berpeluang 2,769 kali memiliki hidup yang berkualitas dibandingkan dengan responden dengan *self care* rendah. Namun demikian *self care* tidak signifikan atau tidak berhubungan dengan kualitas hidup, dimana *p value* 0,072 > 0,05.

Tabel 4. Hubungan Self Care terhadap Kualitas Hidup Klien DM tipe 2

Self Care	Kualitas Hidup				Total		p value	OR (95% CI)
	Tidak berkualitas		Berkualitas					
	n	%	n	%	n	%		
Rendah	18	60	12	40	30	100	0,072	2,769
Tinggi	13	35,1	24	64,9	37	100		
Jumlah	31	46,3	36	53,7	67	100		

Hubungan Kepatuhan Diet terhadap Kualitas Hidup DM tipe 2

Tabel 5 diketahui dari 43 klien memiliki kepatuhan diet, ada 28 klien (65,1%) hidup berkualitas. Analisis Odd Ration (OR) didapat nilai sebesar 3,733, nilai ini memiliki makna bahwa klien patuhan diet berpeluang 3,733 kali memiliki hidup berkualitas dibandingkan dengan klien tidak patuh. Analisis lebih lanjut didapatkan ada hubungan yang signifikan kepatuhan diet terhadap kualitas hidup, dimana *p value* 0,025 < 0,05.

Tabel 5. Hubungan Kepatuhan Diet terhadap Kualitas Hidup Klien DM tipe 2

Kepatuhan Diet	Kualitas Hidup				Total		p value	OR (95% CI)
	Tidak berkualitas		Berkualitas					
	n	%	n	%	n	%		
Tidak patuh	16	66,7	8	33,3	24	100	0,025	3,733
Patuh	15	34,9	28	65,1	43	100		
Jumlah	31	46,3	36	53,7	67	100		

PEMBAHASAN

Self Care, Kepatuhan Diet dan Kualitas Hidup Klien DM tipe 2

Diketahui dari 67 klien DM tipe 2, ada 55,2% klien memiliki *self care* tinggi dan 44,8% klien *self care* rendah. Hasil ini memiliki kesamaan dengan penelitian Munir (2021), dimana 83% klien dengan tingkat *self care* yang baik dan 17% kurang baik. Sama dengan Lase (2022), mendapatkan tingkat *self care* tinggi 64,1% dan 35,9% rendah. Raditya, et al. (2022) juga menemukan 75,9% pasien *self care* tinggi dan 24,1% *self care* rendah.

Berdasarkan teori *self care*, berarti klien DM tipe 2 dengan *self care* tinggi adalah agen untuk dirinya sendiri, yakni klien yang memiliki kemampuan dalam melakukan perawatan secara mandiri. Penting bagi klien DM tipe 2 memiliki *self care*, terutama klien masih mampu secara fisik untuk mengelola penyakit dan memelihara kesehatannya. Perawatan mandiri yang dapat dilakukan klien setiap hari adalah terapi obat, menggunakan alas kaki saat keluar rumah, mengatur pemasukan makanan yang mengandung lemak tinggi.

Hasil penelitian diketahui 64,2% klien patuh melakukan diet dan 35,8% klien tidak patuh. Hasil ini hampir serupa dengan penelitian Khoiroh dan Audia (2018) yang mendapatkan 71,4% pasien DM tipe 2 patuh menjalankan diet dan 28,6% pasien kurang patuh. Sejalan dengan penelitian lainnya oleh Marhaeni, et al. (2022) yang mendapatkan 64,4% patuh dalam melaksanakan diet dan 35,6% tidak patuh melaksanakan diet, juga memiliki kesamaan lainnya oleh Hasanah, et al. (2022) bahwa 95,8% pasien DM tipe 2 kepatuhan tinggi dan hanya 4,2% yang rendah.

Salah satu wujud kepatuhan diet klien DM tipe 2 adalah mengikuti anjuran diet, Arisman (2019) mengatakan bahwa kepatuhan diet merupakan hal penting untuk membudayakan atau membiasakan klien DM untuk mengikuti jadwal diet yang terkadang susah dilaksanakan. Kepatuhan diet merupakan dasar utama bagi klien DM tipe 2 supaya dapat pulih atau dapat mempertahankan kesehatannya.

Diketahui 53,7% klien DM tipe 2 di Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu memiliki hidup berkualitas dan 46,3% hidup tidak berkualitas. Hasil ini sejalan dengan penelitian Putri (2021), mendapatkan 88,1% pasien DM kualitas hidup tinggi dan hanya 11,9% pasien kualitas hidup rendah. Penelitian lainnya yang memiliki kesamaan adalah Khoiroh dan Audia (2018), menemukan 63,5% pasien DM tipe 2 kualitas hidup baik dan 36,5% pasien kualitas hidup kurang baik. Sementara penelitian Lase (2022) juga mendapatkan hasil yang sama, 51,5% pasien DM memiliki hidup yang berkualitas dan 48,5% pasien memiliki hidup kurang berkualitas.

Penyakit DM menyertai klien seumur hidupnya sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup, Soegoendo, et al. (2021) mengatakan untuk mencapai hidup yang berkualitas diperlukan usaha dan konsistensi pada klien DM, karena klien DM harus menjalani diet ketat dalam kesehariannya.

Berdasarkan uraian di atas dapat dinyatakan bahwa klien DM tipe 2 yang memiliki hidup berkualitas karena memiliki kepuasan dan merasakan dampak pengobatan aktivitas fisik mereka. Selain itu, mereka juga tidak memiliki keawatiran yang berlebihan akibat menderita DM terhadap kehidupan pekerjaan, sosial maupun kehidupan di masa depan.

Hubungan *Self Care* terhadap Kualitas Hidup Klien DM tipe 2

Hasil penelitian diketahui tidak ada hubungan *self care* terhadap kualitas hidup klien, dengan *p-value* $0,075 > 0,05$. Hasil ini berbeda dengan penelitian Lase (2022) menemukan hubungan antara *self care* dan kualitas hidup pasien DM. Kemudian bertentangan dengan Raditya, et al. (2022) dan Sari (2021) yang menemukan hubungan antara *self care* dan kualitas hidup pasien DM tipe 2.

Tidak signifikannya *self care* dengan kualitas hidup karena ada faktor lain yang dapat mempererat tingkat hubungan kedua variabel tersebut, faktor ini diduga dukungan keluarga. Hal ini sesuai dengan temuan Luwiharto dan Ginanti (2022) bahwa *self care* berpengaruh secara tidak langsung terhadap kualitas hidup klien DM melalui dukungan keluarga.

Kondisi fisik dan faktor umur klien, faktor keluarga, tenaga kesehatan dan lingkungan sekitar dapat meningkatkan motivasi perawatan mandiri klien yang akhirnya untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. *Self care* harus dilakukan klien DM, sebab tidak setiap hari orang lain dapat membantunya dapat merawat diri. Dengan tidak dilakukannya *selfcare* akan meningkatkan risiko terjadinya komplikasi (Alligood (2018).

Berdasarkan dapat dinyatakan bahwa tidak berhubungannya *self care* terhadap kualitas hidup dikarenakan klien dengan *self care* rendah, mereka tetap menjalani hidup yang berkualitas, ini terbukti dari tabulasi silang bahwa sebanyak 30 klien dengan *self care* rendah, 40% diantaranya menjalani hidup yang berkualitas. Sebaliknya, 37 klien dengan *self care* tinggi, justru 35,1% memiliki hidup yang tidak berkualitas.

Hubungan Kepatuhan Diet terhadap Kualitas Hidup Klien DM tipe 2

Hasil menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet terhadap kualitas hidup klien DM tipe 2, dimana *p value* $(0,025) < 0,05$. Artinya, semakin klien DM tipe 2 patuh melakukan diet maka hidupnya akan semakin berkualitas. Sebaliknya, semakin rendah kepatuhan klien DM tipe 2, maka hidupnya akan kurang berkualitas. Hasil ini sejalan dengan (Khoiroh & Audia, 2018; Siregar, et al., 2022; Liawati, et al., 2022) yang mendapatkan hubungan signifikan antara kepatuhan diet dan kualitas hidup.

Kepatuhan klien dalam menaati diet DM berperan mengubah perilaku menjadi positif, tanpa pengaturan jadwal dan jumlah makanan maka akan sulit mengontrol kadar gula darah supaya normal. Analisis Odd Rasio (OR) menunjukkan bahwa klien DM tipe 2 dengan diet yang patuh berpeluang 4,5 kali memiliki hidup yang berkualitas dibandingkan dengan responden dengan diet yang kurang patuh.

SIMPULAN

Hasil penelitian disimpulkan *self care* tinggi (55,2%) dan *self care* rendah (44,8%), patuh terhadap diet (64,2%) dan tidak patuh (35,8%), memiliki hidup berkualitas (53,7%) dan hidup tidak berkualitas (46,3%). Tidak ada hubungan antara *self care* terhadap kualitas hidup klien DM tipe di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah ($0,075 > 0,05$) dan ada hubungan antara kepatuhan diet terhadap kualitas hidup ($0,025 < 0,05$).

REFERENSI

- Alligood. (2018). *Pakar Teori Keperawatan Dan Karya Mereka*. Singapore: Elsevier.
- Anggraini, R., & Prasilia, A. (2021). Hubungan self care terhadap kualitas hidup pasien diabetes melitus: study literature. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 2(6), 1-10.
- Arisman. (2019). *Obesitas, Diabetes Melitus & Displidemia*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Dinkes-Kota-Bengkulu. (2022). *Laporan Kejadian Diabetes Militus Per Puskesmas di Kota Bengkulu*. Bengkulu: Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.
- Hasanah, L., Ariyani, H., & Hartanto, D. (2022). Hubungan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Kepatuhan Minum Obat di RSUD Ulin Banjarmasin. *Journal of Current Pharmaceutical Sciences*, 6(1), 581-589.
- IDF. (2021). *IDF Diabetes Atlas 10th Edition 2021*. Belgium: International Diabetes Federation.
- Kemendes. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- Kemendes. (2021). *Mengenal Gejala Diabetes Melitus*. Dipetik Januari 31, 2023, dari <https://upk.kemkes.go.id/new/mengenal-gejala-diabetes-melitus>
- Khoiroh, S., & Audia, Y. (2018). Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Samarinda. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 76-83.
- Lase, M. C. (2022). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Gunungsitoli Utara. *Karya Tulis Ilmiah*, 1-102.
- Liawati, N., Arsyah, S. N., & Patimah, I. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Medika Cendikia*, 9(2), 163-173.
- Luwiharto, J., & Ginanti, P. D. (2022). *Diabetes Melitus*. Dipetik Januari 6, 2023, dari <https://prodiaohi.co.id/diabetes-melitus>
- Marhaeni, Amita, D., Susanti, D., & Dewi, D. C. (2022). Hubungan Tingkat Kepatuhan Diet dengan Munculnya Komplikasi pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Tanjung Harapan Kabupaten Bengkulu Utara. *Injection : Nursing Journal*, 2(1), 1-11.
- Munir, N. W. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 3(1), 7-13.
- Nurjanah, S., Diani, N., & Rizany, I. (2018). Hubungan Self Care Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin. *Dinamika kesehatan*, 9(1), 698-712.
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.
- Perkeni. (2019). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes mellitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia.

- Putri, R. F. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Keling 1 Kabupaten Jepara*. Skripsi Kedokteran: Universitas Sultan Agung Semarang.
- Raditya, I. G., Mertha, I. M., & Wedri, N. M. (2022). Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Militus Tipe II. *Jurnal Gema Keperawatan*, 15(2), 262-274.
- Sari, N. N. (2021). *Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Militus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Batunadua Kota Padang SIdimpuan*. Skripsi Keperawatan: Universitas Aafa Royhan Padang.
- Setiadi. (2018). *Konsep dan Proses: Keperawatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Siregar, L. M., Hutajulu, J., & Syapitri, H. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Lut Tawar Kecamatan Lut Tawar Kabupaten Aceh Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup*, 7(2), 153-157.
- Soegoendo, S., Soewondo, P., & Subekti, I. (2021). *Penatalaksanaan diabetes mellitus terpadu*. Jakarta: UI Press.