



HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN *QUALITY OF LIFE* PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI INDONESIA

¹Rodiyatul Nadawiyah Eka Putri, ²Yati Afiyanti, ³Ida Faridah

STIKES YATSI TANGERANG

Wiwiekaputri19@gmail.com

Abstrak

Pasien diabetes melitus di Indonesia meningkat setiap tahunnya, salah satu penyebab yang mungkin mempengaruhinya adalah manajemen diri yang kurang, pada pasien yang kurang menerapkan manajemen diri yang baik akan memiliki peluang besar untuk mengalami komplikasi dari penyakit ini, yang mungkin akan berpengaruh pula terhadap kualitas hidupnya. Tujuan umum dari penelitian ini agar diketahui bagaimana hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus di Indonesia. Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelatif, dengan pendekatan *cross sectional*, teknik *total sampling* dengan jumlah responden 408 pasien diabetes melitus di Indonesia. Uji statistik yang digunakan adalah *chi square* dan regresi logistik berganda. Hasil uji *chi square*, diperoleh nilai *p-value* $0,000 > 0,05$, yang artinya terdapat hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus. Uji regresi logistik berganda didapatkan usia (13,4%) dan lamanya menderita diabetes melitus (10,9%) merupakan faktor perancu dalam penelitian ini, sedangkan jenis kelamin (5,2%) dan tingkat pendidikan (0,5%) bukan merupakan faktor perancu dalam penelitian ini. Hasil dari keseluruhan 2 variabel terdapat hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus dan dari 4 faktor perancu yang diteliti, terdapat 2 faktor yang merupakan perancu dan 2 faktor bukan merupakan perancu. Penelitian selanjutnya untuk mencari variabel *confounding* lainnya yang mempengaruhi *self-management* dan *quality of life* pada pasien diabetes melitus.

Kata Kunci : Manajemen diri, Kualitas hidup, Pasien, Diabetes Melitus.



Pendahuluan

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka penyakit diabetes meningkat dari 6,9 persen menjadi 8,5 persen. Di Indonesia didapatkan data dari Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) bahwa tahun 2015 yang menderita diabetes melitus mencapai 9,1 juta orang, dan menempati urutan ke 5 terbanyak penderita diabetes melitus setelah negara Cina, India, USA dan Brazil yang sebelumnya Indonesia menempati urutan ke 7 pada tahun 2013 (PERKENI, 2015).

Data yang didapat dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, terdapat kenaikan persentase pada penderita diabetes melitus usia ≥ 15 tahun. Pada tahun 2013 terdapat 6,9% pasien yang tercatat dan terdapat kenaikan sejumlah 8,5% pada tahun 2018 (KEMENKES, 2018).

Berdasarkan data-data tersebut menunjukkan pasien diabetes melitus di Indonesia meningkat setiap tahunnya, salah satu penyebab yang mungkin mempengaruhinya adalah manajemen diri yang kurang, pada pasien yang kurang menerapkan manajemen diri yang baik akan memiliki peluang besar untuk mengalami komplikasi dari penyakit ini, yang mungkin

akan berpengaruh pula terhadap kualitas hidupnya.

Metode

Desain penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang merupakan metode pengumpulan atau pengukuran data dari variabel independen dan variabel dependen yang dilakukan dalam satu waktu.

Metode ini digunakan dengan tujuan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan variabel independen terhadap variabel dependen dalam satu kali pengukuran menggunakan alat ukur yaitu kuesioner. Dimana Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus di Indonesia.

Responden penelitian ini adalah pasien diabetes melitus di Indonesia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* dengan jumlah responden 408 pasien diabetes melitus di Indonesia. Uji statistik yang digunakan adalah *chi square* dan regresi logistik berganda.



Hasil

Analisa Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, pengolahan data univariat terkait variabel yang diteliti yaitu usia, jenis

kelamin, tingkat Pendidikan, lamanya menderita diabetes melitus, *self-management* dan *quality of life* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, Lamanya Menderita Diabetes Melitus, *Self-management* dan *Quality of Life* (n=408)

No	Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Usia		
	≤ 45 Tahun	188	46,1
	> 45 Tahun	220	53,9
	Total	408	100
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	183	44,9
	Perempuan	225	55,1
	Total	408	100
3.	Tingkat Pendidikan		
	Rendah	210	51,5
	Tinggi	198	48,5
	Total	408	100
4	Lamanya Menderita Diabetes Melitus		
	≤ 5 Tahun	196	48
	> 5 Tahun	212	52
	Total	408	100
5.	<i>Self-management</i>		
	Kurang	181	44,4
	Baik	227	55,6
	Total	408	100
6.	Quality of Life		
	Buruk	155	38
	Baik	253	62
	Total	408	100
	Sub Variabel Kesehatan Fisik		
	Buruk	176	43,1
	Baik	232	56,9
	Total	408	100
	Sub Variabel Psikologis		
	Buruk	166	40,7
	Baik	242	59,3
	Total	408	100
	Sub Variabel Hubungan Sosial		
	Buruk	202	49,5
	Baik	206	50,5
	Total	408	100



No	Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
	Sub Variabel		
	Lingkungan		
	Buruk	180	44,1
	Baik	228	55,9
	Total	408	100

Sumber : Hasil Output SPSS yang diolah, 2020

Berdasarkan data pada tabel 1 diperoleh usia responden separuhnya berusia lebih dari 45 tahun sebanyak 53,9% dan sisanya kurang dari atau sama dengan 45 tahun. Responden berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 55,1% dan laki-laki sebanyak 44,9%. Sebagian responden berpendidikan rendah yaitu 51,5% dan selebihnya berpendidikan tinggi. Lamanya menderita diabetes melitus mayoritas diperoleh 52% lebih dari lima tahun dan selebihnya kurang dari atau sama dengan lima tahun. Mayoritas 55,6% pasien diabetes melitus memiliki *self-management* yang baik dan 44,4% pasien diabetes melitus memiliki *self-management* yang kurang. 62% pasien diabetes melitus memiliki *quality of life* yang baik dan 38%

memiliki *quality of life* yang buruk. Distribusi frekuensi sub variabel dari *quality of life* meliputi kesehatan fisik mayoritas dengan kategori baik sebanyak 56,9% dan kategori buruk sebanyak 43,1%, psikologis dengan kategori baik sebanyak 59,3% dan kategori buruk sebanyak 40,7%, hubungan sosial dengan kategori baik sebanyak 50,5% dan kategori buruk sebanyak 49,5%, lingkungan dengan kategori baik sebanyak 55,9% dan kategori buruk sebanyak 44,1%.

Analisis Bivariat

Analisa bivariat pada penelitian ini menggunakan uji *Chi-square*. Uji signifikan menggunakan batas kemaknaan *alpha* (0,05) dan tingkat kepercayaan (95%).

Tabel 2
Crosstabulation Berdasarkan Hubungan Self-management Dengan Quality of Life Pada Pasien Diabetes Melitus Di Indonesia (n=408)

Self-management	Quality of Life						p-value
	Buruk		Baik		Jumlah		
	N	%	N	%	N	%	
Kurang	149	36,5	32	7,8	181	44,4	0,000
Baik	6	1,5	221	54,2	227	55,6	
Total	155	38	253	62	408	100	

Sumber : Hasil Output SPSS yang diolah, 2020



Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui hasil analisis hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus diperoleh bahwa *self-management* yang kurang memiliki *quality of life* yang buruk sebanyak 149 orang (36,5%) dan *quality of life* yang baik sebanyak 32 orang (7,8%). Sedangkan *self-management* yang baik memiliki *quality of life* yang buruk sebanyak 6 orang (1,5%)

dan *quality of life* yang baik sebanyak 221 orang (54,2%). Berdasarkan uji *chi-square* didapatkan *p-value* $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan H_a diterima artinya ada hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus di Indonesia Tahun 2020.

Analisis Multivariat

Berikut hasil dari analisis multivariat dari penelitian ini:

Tabel 3
Confounding Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Lamanya Menderita Diabetes Melitus dengan Self-management (n=408)

Variabel	<i>p-value</i>	OR
<i>Self-management</i>	0,000	200,657
Usia	0,114	145,925
Jenis Kelamin	0,409	189,170
Tingkat Pendidikan	0,722	199,550
Lamanya Menderita Diabetes Melitus	0,284	168,505

Sumber : Hasil Output SPSS yang diolah, 2020

Berdasarkan hasil uji diatas, didapatkan nilai OR pemodelan awal 200,657. Setelah dilihat dari *p-value* terbesar terdapat pada tingkat pendidikan maka, tingkat pendidikan dikeluarkan dari pemodelan yang didapatkan perubahan OR sebesar 199,550 (0,55%) yang artinya tingkat pendidikan bukan variabel perancu. Untuk pemodelan ke dua jenis kelamin dengan *p-value* dikeluarkan dari pemodelan dengan perubahan OR sebesar 189,170

(5,2%) yang artinya jenis kelamin bukan variabel perancu. Untuk pemodelan ketiga lamanya menderita diabetes melitus dengan *p-value* 0,284 dikeluarkan dari pemodelan dengan perubahan OR sebesar 168,505 (10,9%) yang artinya lamanya menderita diabetes melitus merupakan variabel perancu. Untuk pemodelan terakhir dilihat dari *p-value* usia 0,114 dikeluarkan dari pemodelan dengan perubahan OR sebesar 145,925 (13,4%) yang artinya



usia merupakan variabel *confounding*. Sehingga didapatkan usia dan lamanya menderita diabetes melitus merupakan variabel perancu dengan hasil penghitungan presentasi OR > 10%. Untuk jenis kelamin dan tingkat pendidikan bukan variabel perancu dalam penelitian ini karena hasil penghitungan presentasi OR <10%.

Pembahasan

Hasil temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar 55,6% Pasien diabetes melitus memiliki *self-management* yang baik yaitu sering melakukan pemeriksaan ke dokter, mengkonsumsi obat dan menjaga pola makan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Inonu et al., (2018) didapatkan 69,2% responden memiliki *self-management* yang baik (Inonu, Wardani, & Rodiani, 2018). Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Luthfa & Fadhilah (2019) menunjukkan bahwa dari total responden 118 orang, 95,8% memiliki *self-management* yang baik (Luthfa & Fadhilah, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini dan penelitian terdahulu didapatkan mayoritas pasien diabetes melitus memiliki *self-management* yang baik dikarenakan pasien diabetes melitus dapat memperhatikan

secara baik kondisi kesehatannya seperti sering melakukann pemeriksaan ke dokter, mengatur pola makan untuk mengontrol gula darah, olahraga, perawatan kaki dan meminum obat secara teratur. *Self-management* ini harus dilakukan secara konsisten sehingga dapat mengontrol kestabilan gula darah dan mencegah komplikasi dari penyakit itu sendiri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas sebanyak 62% pasien diabetes melitus memiliki *quality of life* yang baik yaitu puas terhadap kualitas hidupnya, puas dengan kondisi kesehatannya, dapat menikmati hidupnya, dan puas terhadap kondisi fisiknya.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Luthfa & Fadhilah, 2019) menunjukkan bahwa dari total responden 118 orang, 95,8% memiliki *quality of life* yang baik. Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Laoh & Tampongangoy (2015) bahwa mayoritas responden yaitu sebanyak 63,3% memiliki *quality of life* yang baik (Laoh & Tampongangoy, 2015).

Quality of life menurut peneliti didasarkan pada kepuasan diri terhadap hidupnya, bagaimana pasien menikmati hidup yang jalani, merasa hidup ini sangat berarti, menerima kondisi fisik dan



penampilannya, sehat lingkungan disekitarnya, memiliki hubungan sosial yang baik dan lainnya. *Quality of life* yang buruk biasanya dipengaruhi oleh kesehatan fisik, psikologi, sosial dan lingkungannya.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan *p-value* $0,000 > 0,05$ yang artinya H_0 diterima atau ada hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Luthfa & Fadhilah (2019) sejalan dengan penelitian ini, menunjukkan bahwa *p-value* yang didapatkan $0,000 > 0,05$ yang artinya ada hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus (Luthfa & Fadhilah, 2019). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Putri (2019) menunjukkan bahwa hasil uji dengan *p-value* 0,002 yang artinya ada hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus (Putri, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Al-Khaledi et al., (2018) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan *p-value* 0,001 (Al-Khaledi et al., 2018).

Menurut peneliti berdasarkan hasil penelitian ini dan penelitian terdahulu mayoritas pasien yang memiliki *self-management* yang baik akan memiliki *quality of life* yang baik dan begitu pula

sebaliknya. *Self-management* yang konsisten memiliki tujuan yaitu terkontrolnya gula darah sehingga mencegah terjadinya komplikasi, yang merupakan efek jangka panjang yang muncul pada penyakit kronis salah satunya yakni diabetes melitus.

Usia merupakan faktor perancu dalam penelitian ini. Berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan Ningrum & Siliapantur (2019) dimana tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan manajemen diri pada pasien diabetes melitus (Ningrum & Siliapantur, 2019). Menurut Sundari (2019) pasien yang lebih tua memiliki tingkat manajemen diri yang lebih tinggi terhadap diet, olahraga, dan perawatan kaki dari pada pasien yang lebih muda (Sundari, 2019). Namun menurut Kusnanto et al., (2019) menyatakan bahwa pasien yang sudah tua cenderung mengalami penurunan kemampuan fisik dan kognitif sehingga dapat mempengaruhi kemampuan serta keaktifannya dalam melakukan manajemen diri, yang didukung dengan timbulnya komplikasi pada usia tua yang akan mempengaruhi kemampuan pasien dalam manajemen diri (Kusnanto et al., 2019).

Menurut peneliti perbedaan dari penelitian tersebut dikarenakan pasien yang



lebih muda dan memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup terkait *self-management*. Sedangkan yang sudah tua memiliki pengalaman yang sudah mereka lakukan sehingga telah merasakan manfaat dari melakukan *self-management*.

Jenis kelamin merupakan bukan faktor perancu dalam penelitian ini. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Sari (2017) dimana tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan manajemen diri (Sari, 2017). Berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwaningsih & Nugraheni (2018) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan manajemen diri pada pasien diabetes melitus tipe 2 (Purwaningsih & Nugraheni, 2018).

Perbedaan yang terjadi dikarenakan *self-management* pada pasien diabetes melitus dalam penelitian ini dapat dilakukan oleh siapa saja baik laki-laki maupun perempuan, yang sama-sama memiliki tanggung jawab dalam melakukan pengontrolan terhadap penyakit yang dialaminya.

Hasil penelitian ini didapatkan tingkat pendidikan merupakan bukan faktor perancu dalam penelitian ini. Penelitian ini tidak sejalan dengan yang dilakukan oleh

Ningrum & Siliapantur (2019) dimana dalam penelitian tersebut didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dan manajemen diri (Ningrum & Siliapantur, 2019). Menurut Rantung et al., (2015) pendidikan mempengaruhi pemahaman, kemampuan dan tingkat pengetahuan seseorang (Rantung, Yetti, & Herawati, 2015).

Tingkat pendidikan dalam penelitian ini menunjukkan tidak adanya pengaruh tingkat pendidikan terhadap *self-management* dalam penelitian ini adalah banyaknya responden yang berpendidikan rendah dalam penelitian ini sehingga tidak dapat mempengaruhi *self-management*. Banyaknya *self-management* yang baik dalam penelitian ini dikarenakan pengalaman dan motivasi dalam melakukan manajemen diri.

Lamanya menderita diabetes melitus merupakan faktor perancu dalam penelitian ini. Berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan (Fatimah, 2016) dimana tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan manajemen diri pada pasien diabetes melitus. Menurut Sundari (2019) Pasien dengan durasi penyakit lebih lama memiliki pengalaman dalam mengatasi penyakit yang dialaminya dan melakukan manajemen diri lebih baik.



Karena pasien dapat menerima diagnosis penyakit dan pengobatannya dengan mengintegrasikan gaya hidup baru dalam kehidupan mereka (Sundari, 2019).

Lamanya menderita diabetes melitus berdasarkan hasil penelitian didasari oleh kemauan serta motivasi individu. Pasien yang semakin lama mengidap suatu penyakit biasanya sudah terbiasa atau sudah memiliki pengalaman dalam mengatasi penyakitnya dan pada individu yang memiliki motivasi yang tinggi pula akan mempengaruhi *self-manajemen* pada dirinya. Lain halnya dengan pasien yang memiliki tingkat kejenuhan dalam menangani penyakitnya sehingga tidak ingin menerapkan *self-management* yang baik dalam dirinya.

Kesimpulan

Self-management yang baik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, namun kembali lagi kepada setiap individu yang memiliki riwayat diabetes melitus. Jika individu tersebut tidak memiliki minat untuk melakukan perawatan diri dan merasa tidak peduli kepada kondisi kesehatannya maka ia akan mererapkan *self-management* yang kurang baik. Dari *self-management* yang baik dapat berhubungan dengan *quality of life* yang

baik pula. Dimana Ketika individu sangat mementingkan kesehatannya biasanya ia akan puas dengan apa yang telah ia rawat selama ini. *Quality of life* tidak dapat diartikan secara pasti, karena setiap individu memiliki tingkat kepuasan yang berbeda dan hanya individu tersebutlah yang dapat mendefinisikannya. Implikasi keperawatan yang dapat dilakukan adalah memberikan penyuluhan Kesehatan mengenai pentingnya self-management untuk meningkatkan *quality of life* pada pasien diabetes melitus.

Saran

Untuk Pasien Diabetes Melitus

Diharapkan untuk mencari tahu lebih jauh tentang bagaimana cara melakukan *self-manajemen* yang baik dan pentingnya melakukan *self-management* yang baik untuk menghindari terjadinya komplikasi dari penyakit dan peduli tentang kondisi kesehatannya saat ini.

Untuk Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya dan peneliti selanjutnya dapat menganalisis lebih jauh mengenai faktor perancu yang belum ada dalam penelitian ini dan menggunakan analisis yang lebih lengkap untuk penelitian selanjutnya. Atau



menggunakan metode lain seperti kualitatif sehingga informasi yang didapatkan akan lebih jelas dan akurat dibandingkan dengan pengisian kuesioner secara online.

Daftar Pustaka

- Al-Khaledi, M., Al-Dousari, H., Al-Dhufairi, S., Al-Mousawi, T., Al-Azemi, R., Al-Azimi, F., & Badr, H. E. (2018). *Diabetes self-management: a key to better health-related quality of life in patients with diabetes*. *Medical Principles and Practice*, 27(4), 323–331.
- Fatimah. (2016). *Hubungan Faktor Personal Dan Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Diri Penderita Diabetes Mellitus Di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan Kota Tangerang Selatan Tahun 2016*.
- Inonu, V. F., Wardani, D. W. S. R., & Rodiani, R. (2018). *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Self-Management Diabetes Mellitus Pada Peserta Prolanis di Puskesmas Kedaton Bandar Lampung*. *Jurnal Majority*, 7(3), 90–94.
- Kusnanto, K., Sundari, P. M., Asmoro, C. P., & Arifin, H. (2019). *Hubungan tingkat pengetahuan dan diabetes self-management dengan tingkat stres pasien diabetes melitus yang menjalani diet*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(1), 31–42.
- Laoh, J. M., & Tampongangoy, D. (2015). *Gambaran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Poliklinik Endokrin RSUP Prof. Dr. RD Kandou Manado*. *Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo)*, 4(1), 32–37.
- Luthfa, I., & Fadhilah, N. (2019). *Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus*. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 4(2), 402–410.
- Ningrum, T. P., & Siliapantur, H. O. (2019). *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Manajemen Diri Pasien DM Tipe 2*. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(2), 114–126.
- PERKENI. (2015). *Pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia*. Pb. Perkeni.
- Purwaningsih, N., & Nugraheni, A. Y. (2018). *Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Instalasi Rawat Jalan Rsud Dr. Moewardi Periode Februari-Maret 2018*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putri, D. M. P. (2019). *Hubungan Antara Self Management Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Type 2*. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 7(2), 70–80.
- Rantung, J., Yetti, K., & Herawati, T. (2015). *Hubungan self-care dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus (DM) di persatuan diabetes indonesia (Persadia) Cabang Cimahi*. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(01), 130199.
- RI, K. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Sari, N. H. (2017). *Hubungan Karakteristik Demografi dengan Self-care Diabetes Mellitus pada Pasien Diabetes*



*Mellitus di RSUP H. Adam Malik
Medan.*

Sundari, P. M. E. I. (2019). *Hubungan
Tingkat Pengetahuan Dan Self*

*Management Diabetes Dengan
Tingkat Stres Menjalani Diet
Penderita Diabetes Melitus.
Universitas Airlangga.*