

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes adalah penyakit kronis serius yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur gula darah atau glukosa), atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkannya. Diabetes adalah masalah kesehatan masyarakat yang penting, menjadi salah satu dari empat penyakit tidak menular prioritas yang menjadi target tindak lanjut oleh para pemimpin dunia (P2PTM Kemenkes RI., 2019).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) tingkat prevalensi global penderita Diabetes Melitus pada tahun 2021 sebesar 537 juta kasus dan diperkirakan pada tahun 2045 mengalami peningkatan menjadi 46% (783 juta kasus) diantaranya usia penderita Diabetes Melitus 20-79 tahun. Berdasarkan dari data WHO (2019), Diabetes Melitus merupakan salah satu penyebab angka kematian tertinggi di dunia yang mengalami peningkatan sebanyak 70% sejak tahun 2000 hingga saat ini. Penderita Diabetes Mellitus di dunia terdapat 382 juta jiwa dan diperkirakan akan terjadi peningkatan pada tahun 2025 menjadi 592 juta jiwa penderita Diabetes Mellitus (*International Diabetes Federation*, 2018). *World Health Organization* (WHO) memperkirakan pada tahun 2030 nanti sekitar 21,3 juta orang Indonesia akan terkena penyakit Diabetes Mellitus. Indonesia menempati urutan ketiga untuk wilayah Asia Tenggara dimana prevalensi diabetes sebesar 11.3%. Data IDF juga menyebutkan Indonesia berada pada peringkat ketujuh

diantara 10 negara dengan jumlah diabetes terbanyak yaitu sebesar 10.7 juta. Indonesia menjadi satu-satunya negara Asia Tenggara yang ada pada daftar tersebut, sehingga dapat diperkirakan besarnya penderita diabetes dari Indonesia terhadap prevalensi kasus diabetes di Asia Tenggara (Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Propinsi Kepulauan Riau, pada tahun 2019 angka penderita diabetes mellitus tipe II sebanyak 42.789 jiwa. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Batam Tahun 2020 angka diabetes mellitus sebanyak 475 orang. Sedangkan tahun 2021 sebanyak 5.207 orang. Berdasarkan laporan kinerja UPT Puskesmas Sekupang tahun 2020 angka diabetes sebanyak 479 orang, sedangkan tahun 2021 angka diabetes sebanyak 953 orang. Hal ini terlihat adanya kenaikan setiap tahunnya.

Berdasarkan data di atas terlihat bahwa prevalensi penyakit DM meningkat, hal ini disebabkan disebabkan *life style* atau gaya hidup. Sekitar 90-95% dari keseluruhan pasien diabetes merupakan pengidap Diabetes Melitus tipe 2 (Syamsiyah, 2017). Dampak penyakit diabetes mellitus tidak ditangani yaitu dampak negatif terhadap fisik maupun psikologis penderita, gangguan fisik yang terjadi seperti poliuria, polidipsia, polifagia, mengeluh lelah dan mengantuk (Price & Wilson, 2017), disamping itu dapat mengalami penglihatan kabur, kelemahan dan sakit kepala. Dampak psikologis yang terjadi seperti kecemasan, kemarahan, berduka, malu, rasa bersalah, hilang harapan, depresi, kesepian, tidak berdaya (Smeltzer, S. C & Barre, 2017), juga dapat menjadi pasif, tergantung, merasa tidak nyaman, bingung dan merasa menderita.

Kondisi penyakit dan perubahan gaya hidup penderita Diabetes Mellitus seringkali menimbulkan gangguan psikologis yang mengakibatkan kesehatan mental individu menjadi terganggu, antara lain individu bisa mengalami tekanan, stress, kecemasan, putus asa dimana hal tersebut dapat memperburuk kondisi penyakitnya. Ketika individu dihadapkan pada situasi yang tertekan, maka akan dapat menimbulkan respon dapat meningkatkan hormon adrenalin yang akhirnya dapat mengubah cadangan glikogen di dalam hati menjadi glukosa. Kadar glukosa darah yang tinggi secara terus menerus dapat menyebabkan munculnya komplikasi dari diabetes (Discovery Health, 2017). Selain itu perubahan dalam hidup yang mendadak akan membuat beberapa reaksi psikologis yang negatif seperti kecemasan yang meningkat. Keadaan emosional yang sering didapatkan pada penyandang diabetes adalah marah. Pasien marah Karena merasa hidupnya terganggu/tertekan. Pasien merasa dicabut kebebasannya karena banyak “larangan” dan “keharusan” menyangkut kehidupannya sebagai penyandang diabetes. Dampak psikologis yang sering muncul pada pasien dengan penyakit kronis termasuk diabetes melitus dapat menimbulkan masalah pada kualitas hidup pasien (Nugroho, 2017).

Kualitas hidup merupakan suatu pandangan diri tentang apa yang dihasilkan dalam hidupnya tersebut dapat bermanfaat dan berguna untuk banyak hal dan dalam berbagai hal sehingga bisa menjadi pribadi yang berkualitas didalam hidupnya. Kualitas hidup adalah persepsi individu tentang posisinya dalam kehidupan, dalam hubungannya dengan sistem budaya dan nilai setempat dan berhubungan dengan cita-cita, pengharapan, dan pandangan-pandangannya yang

merupakan pengukuran multidimensi tidak terbatas hanya pada efek fisik maupun psikologis pengobatan (WHO,2017).

Penatalaksanaan yang bisa dilakukan untuk kasus diabetes melitus dengan mentaati 4 pilar, yang diantaranya mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, terapi farmakologi dan edukasi. Terapi farmakologi yaitu terapi insulin dan terapi secara teratur untuk mencegah tingginya kadar gula darah yang berujung komplikasi Terapi non farmakologi bagi penderita Diabetes Mellitus yaitu susu kedelai, akar tapak dara, jalan kaki 30 menit dan terapi akupresur. Pengaturan pola makan dapat dilakukan dengan prinsip 3J (jenis, jumlah, jadwal). Hal ini dilakukan untuk mengurangi makanan atau minuman manis yang dapat berkontribusi terhadap tingginya kadar gula darah. Tidak hanya mengatur asupan nutrisi, melakukan aktivitas fisik juga dapat mengontrol kadar gula dan berat badan. Aktivitas fisik dapat dilakukan dengan durasi 30 menit/hari.. Selain itu, pentingnya edukasi juga dapat membantu mengendalikan kasus diabetes melitus (Kemenkes RI, 2020).

Selain itu, masalah rendahnya kepatuhan diet dapat diminimalisir jika diabetisi memiliki pengetahuan dan kemampuan perawatan mandiri yang baik. Kemampuan perawatan mandiri akan muncul jika seseorang memiliki *self regulated learning* yang baik. Zimmerman (dalam Woolfolk, 2017), mengatakan bahwa *self regulated learning* merupakan sebuah proses dimana diabetisi mengaktifkan aspek kognisi, perilaku dan perasaanya secara sistematis dan berorientasi pada pencapaian tujuan untuk mendapatkan kualitas hidup yang lebih baik

Self regulation (regulasi diri) atau pengaturan diri merupakan cara orang mengontrol dan mengarahkan tindakan sendiri. Individu yang memiliki banyak

informasi tentang dirinya sendiri, termasuk karakteristik pribadinya dan keinginan serta konsep masa depan individu sendiri. Individu membuat tujuan dan mencapainya, menggunakan keahlian sosial dan regulasi diri (Anggrayani N, 2017)

Self Regulation (Regulasi Diri) penting dimiliki bagi seseorang untuk mengendalikan pikiran, emosi, dan perilaku dalam mencapai tujuan tertentu. Jika *Self regulation* (Regulasi diri) itu rendah maka mengganggu individu dalam berperilaku hidup sehat termasuk untuk melakukan aktifitas fisik, mengkonsumsi makanan sehat, dan mematuhi rejimen perawat medis (Miller et al., 2020). Pasien diabetes melitus sering kali memiliki *self regulation* (regulasi diri) yang rendah mulai dari menilai status kesehatan sampai menentukan relevansi peronal, karena penyakit ini sering mengalami peningkatan kadar gula darah yang tidak bisa ditebak dan peningkatan ini seiring dengan tidak terkontrolnya pola makan yang dianjurkan oleh petugas kesehatan dan pola aktifitas yang seimbang (Hariyono, 2020).

Self regulated learning sangat berguna bagi para diabetisi tipe 2, namun belum banyak yang mengaplikasikannya sehingga edukator Diabetes Mellitus harus mengetahui tahapan-tahapan yang dilalui untuk membangkitkan kemampuan *self regulated learning* para diabetisi tipe 2. Dengan demikian para edukator Diabetes Mellitus dapat mengembangkan intervensi berdasarkan informasi yang didapatkan dari klien untuk meningkatkan status kesehatan diabetisi yang akan berdampak pada peningkatan *quality of life* (Hariyono, 2020).

Edukasi yang bertujuan untuk membangkitkan *self regulated learning* dalam manajemen diet penting dilakukan untuk mengontrol kadar gula darah

secara optimal dan menghindarkan diabetisi dari penyakit komplikasi lainnya. Diabetes Mellitus tipe 2 merupakan penyakit kronik yang memerlukan partisipasi diabetisi secara aktif untuk melakukan perawatan mandiri termasuk kemandirian dalam pengelolaan diet. Peningkatan kemampuan *self regulated learning* pada manajemen diet bisa dijadikan sebagai indikasi kepatuhan diet dan kepatuhan diet akan berdampak pada peningkatan kualitas kesehatan para diabetisi karena *self regulated learning* merupakan salah satu metode yang bisa digunakan untuk mengendalikan Diabetes Mellitus dan mencegah komplikasi diabetik lainnya (Milleret al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Melina (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara stres sehari-hari dengan kualitas hidup ($r = 0,265$; $F = 22,304$; $p = 0,000$; $p < 0,01$; signifikan). Hasil analisis regresi moderat menunjukkan optimisme bukan variabel moderat, tetapi regulasi otonomi diri adalah variabel sedang ($\beta = 0,004$; $p < 0,001$; signifikan). Hasil analisis jalur menunjukkan bahwa regulasi diri terkontrol merupakan mediator hubungan stres sehari-hari dan kualitas hidup ($p = 0,045$; $p < 0,05$; signifikan). Ada hubungan negatif yang signifikan antara stres sehari-hari dan kualitas hidup. Optimisme tidak signifikan sebagai variabel moderat hubungan antara stres sehari-hari dan kualitas hidup. Regulasi otonomi signifikan sebagai hubungan moderat antara stres sehari-hari dan kualitas hidup. Regulasi diri yang terkontrol signifikan sebagai mediator hubungan stres sehari-hari dan kualitas hidup.

Berdasarkan studi pendahuluan di UPT Puskesmas Sekupang hasil wawancara 10 orang penderita diabetes mellitus 7 orang mengatakan tahun pertama menderita

Diabetes Mellitus merupakan saat yang berat, dimana dirinya belum menerima dan tidak percaya hingga tahun kedua, sangat takut penyakitnya akan menjadi parah, sering muncul pikiran- pikiran negatif mengenai penyakitnya serta merasa cemas tidak dapat konsisten dalam menjalankan serangkaian pengobatan. 3 orang mengatakan kecemasannya muncul akan berefek pada fisiknya seperti pusing bila mendengar dampak-dampak DM yang dirasakan penderita lainnya, jantung sering bedebar kencang bila merasa tanda-tanda gula darah meningkat pada dirinya atau ketika ingin melakukan pemeriksaan, sering keluar keringat dingin terkadang hingga merasa sakit perut, sering sulit tidur saat malam hari yang seringnya membuat dirinya semakin berfikir negatif mengenai dirinya serta penyakitnya dan semakin sering buang air kecil.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan *Self Regulated Learning* Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang “

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, peneliti merumuskan masalah yang akan diteliti yaitu apakah ada hubungan *self regulated learning* dan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang?.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adanya hubungan *self regulated learning* dan peningkatan

katan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya *self regulated learning* penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang
- b. Diketuainya kualitas hidup penderita diabetes mellitus (DM) tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang
- c. Diketuainya hubungan *self regulated learning* dan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi UPT Puskesmas Sekupang

Sebagai bahan masukan yang diperlukan dalam pelaksanaan praktik pelayanan keperawatan khususnya pada keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dengan pemberian *self regulated learning*

2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai *evidence based* untuk mengembangkan teori dan mengembangkan pengetahuan bagi pembaca tentang teori yang dapat dilakukan terhadap penderita diabetes mellitus

3. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan dan masukan terhadap penelitian selanjutnya terkait *self regulated learning*.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan atau desain *cross sectional*, dimana peneliti melakukan observasi atau pengukuran variabel pada satu saat (*point time approach*). Artinya subjek hanya di observasi satu kali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subyek saat pemeriksaan. Hal ini tidak berarti bahwa semua subyek penelitian diamati pada waktu yang sama (Sugiyono, 2016). Penelitian ini dirancang untuk mengungkapkan apakah ada hubungan *self regulated learning* dan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang. Tahap persiapan dilakukan pada bulan Juni sampai dengan Juli 2022, selama tahap ini peneliti melakukan studi awal dan studi kepustakaan, yang dilanjutkan dengan penyusunan proposal penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah semua pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja UPT Puskesmas Sekupang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja UPT Puskesmas Sekupang. Tahap pelaksanaan dimulai dengan melakukan penilaian pada bulan September 2022. Setelah proses pengumpulan data selesai, dilanjutkan dengan tahap penyusunan laporan sampai dengan bulan Oktober 2022.

F. Penelitian Terkait

Tabel 1.1 Penelitian Terkait

No	Nama dan Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil
1	Anggraeni et al. (2018)	Pengaruh Diabetes Self-Management Education and Support (DSME/S) Terhadap Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	Penelitian menggunakan quasi experimental dengan desain pre test post test with control group design. Jumlah sampel sebanyak 30 orang yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu 15 orang pada kelompok intervensi dan 15 orang pada kelompok kontrol. DSME/S terdiri dari 6 sesi. Sesi 1-4 dilakukan dirumah sakit dan sesi 5-6 dilakukan dirumah pasien. Data dianalisis menggunakan uji t dependen dan uji t independen dengan taraf signifikan 0,05	Hasil uji t dependen menunjukkan adanya perbedaan kualitas hidup antara pre test dan post tes pada kelompok perlakuan ($p=0,001$) dan kelompok kontrol ($p=0,002$). Hasil uji t independen menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ($p=0,001$)
2	Penelitian Kesehatan Suara Forikes Volume et al., (2019)	Hubungan <i>Self Management</i> Terhadap Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	Penelitian ini adalah penelitian menggunakan studi <i>literature</i> .	Dari lima belas jurnal penelitian tentang hubungan <i>self management</i> terhadap kualitas hidup pasien DM Tipe 2, didapatkan 14 jurnal penelitian yang menyatakan bahwa ada hubungan antara <i>self management</i> dengan kualitas hidup pasien DM tipe 2, salah satunya (Dewi Murdiyanti Prihatin Putri, 2019) dengan judul penelitian



hubungan antara *self management* dan kualitas hidup pasien diabetes melitus type 2 dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden didapatkan hasil penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara *self management* dan kualitas hidup pasien DM Tipe 2 dengan dibuktikan $p \text{ value} = 0,002 (< 0,05)$ dan nilai koefisien korelasi sebesar 0,494. Hubungan yang ditunjukkan adalah positif dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,494, hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara *self management* dengan kualitas hidup berbanding lurus. Korelasi ini menunjukkan bahwa semakin *self management* pasien Diabetes Melitus Type 2 baik, maka semakin baik pula kualitas hidup pasien.

3	Saminan et al., (2020)	<i>The Relationship Between Diabetes Self-Management And Blood Glucose Control In Patients With</i>	Jenis metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah <i>cross sectional</i> dengan jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 88 responden	Dari 88 responden mayoritas responden tingkat penanganan diri (<i>self management</i>) diabetes tergolong kategori cukup
---	------------------------	---	--	--

*Type 2 Diabetes
Mellitus In Ulee
Kareng
Subdistrict,
Banda Aceh*



yaitu sebanyak 39 orang (44,3%), sedangkan untuk penanganan diri diabetes kategori buruk berjumlah 22 orang (25%) dan kategori baik sebanyak 39 orang (44,3%). 27 orang (30,7%).

Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode pengisian kuesioner DSMQ untuk menilai level *self-management* diabetes dan nilai level glukosa darah ketika responden menilai kontrol glukosa darah. Hasil uji chi-square diperoleh p-value 0,000 dan uji korelasi spearman diperoleh p-value 0,000, serta koefisien korelasi 0,492. Berdasarkan analisis data dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kadar moderat dan searah antara self-manajemen diabetes dengan pengendalian glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Kecamatan Ulee Kareng.

4	Marbun et al., (2021)	Pengaruh <i>Diabetes Self Management Education</i> (Dsme) Berbasis Aplikasi <i>Whatsapp</i> Terhadap <i>Self Efficacy</i> Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Puskesmas Hampan Perak	Desain penelitian <i>Only one Group Pretest – Posttest Design</i> , Jenis penelitian ini digunakan untuk mengetahui adanya perbedaan <i>Self efficacy</i> sebelum dan sesudah di berikan <i>Self Management Education</i> (DSME) berbasis aplikasi <i>WhatsApp</i> di Puskesmas Hampan Perak Tahun 2020. Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh pasien <i>Diabetes Mellitus Tipe 2</i> di wilayah kerja Puskesmas Hampan Perak yang tercatat sebanyak 78 orang. Dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan tabel <i>Cohen's d, one sample design</i> untuk eksperimen dengan settingan <i>power</i> 0.80 dan <i>effect size</i> 0.80 dimana α 0.05 maka didapat besar sampel 20 orang. Peneliti juga mengantisipasi apabila ada responden yang <i>drop out</i> dari sampel penelitian menjadi 22 orang.	Ada pengaruh <i>Diabetes Self Management Education</i> (DSME) berbasis aplikasi <i>WhatsApp</i> terhadap <i>Self efficacy</i> pada Pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Hampan Perak Tahun 2020 dengan P Value uji paired t test $p=0,000$ ($p<0.05$).
5	Rismayanti et al. (2021)	Manajemen Diri Pasien <i>Diabetes Mellitus Tipe 2</i> terhadap Kadar Gula Darah: <i>Eksperimental Study</i>	Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Penelitian ini menggunakan kuasi eksperimen desain dengan pre post test tanpa kelompok kontrol. Sebanyak 23 pasien dengan Tipe 2 DM menjadi responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> . Itu	Ada pengaruh manajemen diri pasien DM Tipe 2 terhadap perubahan kadar gula darah (nilai p 0,008).

		<p>kriteria inklusi diterapkan pada responden termasuk usia lebih dari 35 tahun, diterima a diagnosis DM Tipe 2 dari dokter minimal 2 tahun yang lalu, saat ini aktif di pengobatan, dan bersedia untuk berpartisipasi dalam studi penuh. pengukuran Instrumen yang digunakan adalah lembar checklist yang berisi data kadar gula darah sebelum dan setelah manajemen diri pasien DM Tipe 2. Pengukuran sebelum dan sesudah diberikan 1 bulan. Data dianalisis menggunakan Uji McNemar</p>		
6	Puspita Sari (2020)	<p>Regulasi Diri Dan Dukungan Sosial Dari Keluarga Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2</p>	<p>Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara regulasi diri dengan dukungan sosial dari keluarga pada pasien diabetes melitus tipe 2. Subjek penelitian ini adalah pasien diabetes melitus tipe 2 (N=74) yang berdomisili di Surabaya. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara purposive sampling. Data dikumpulkan dengan menggunakan skala regulasi diri dan skala dukungan sosial dari keluarga</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan nilai $r_{xy}=0,507$ dan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Dengan demikian ada hubungan yang signifikan antara regulasi diri dengan dukungan sosial dari keluarga pada pasien diabetes melitus tipe 2</p>