Hubungan Antara *Self-empowerment* Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Penderita Lansia di Guguk Panjang Kota Bukittinggi

Fadhur Rahman^{1*}, Rida Yanna Primanita

^{1,2} Departemen Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Padang

E-mail: fdhlrrchmn15@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT2) memengaruhi kualitas hidup seseorang. Konsep kemandirian membantu penderita DMT2 mengendalikan kondisinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana *self-empowerment* dan kualitas hidup penderita DMT2 berhubungan. Studi ini menggunakan metode kuantitatif dan korelasional. Penelitian ini melibatkan pria dan wanita dari Bukittinggi. Jumlah sampel yang diambil secara tidak sengaja adalah tiga puluh responden. Alat pengukur DES-LF dan DQOL digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sekitar 83.3% responden yang memiliki *self-empowerment* rendah menunjukkan kualitas hidup yang tinggi berkat dukungan keluarga dan kepercayaan diri yang lebih besar. Sebaliknya, sekitar 16.7% responden yang memiliki *self-empowerment* tinggi menunjukkan kualitas hidup yang rendah karena stres yang tinggi yang disebabkan oleh penyakit jangka panjang. Sementara stres dan ketidakmampuan mengelola penyakit mempengaruhi kualitas hidup penderita DMT2, dukungan keluarga sangat penting untuk meningkatkan *self-empowerment*.

Kata kunci: Diabetes Mellitus Tipe 2; *Self-empowerment*; Kualitas Hidup.

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus tipe 2, sebuah tantangan kesehatan global yang semakin meruncing, menjadi sorotan para ahli epidemiologi yang menyoroti peningkatan angka kasus secara signifikan dari tahun ke tahun. Fenomena ini bukan lagi sekadar isu lokal, tetapi telah meluas menjadi masalah yang melibatkan seluruh negara di dunia. Di tengah naiknya angka penderita, risiko komplikasi yang terkait dengan kondisi ini juga semakin mengkhawatirkan, mengingat dampak yang dapat ditimbulkannya terhadap kualitas hidup individu yang terkena dampak.

Diabetes Mellitus tipe 2 memiliki karakteristik utama di mana tubuh tidak dapat mengendalikan kadar glukosa dalam darah secara efektif. Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi atau menggunakan insulin dengan baik. Insulin adalah hormon yang diproduksi oleh pankreas yang berperan dalam mengatur kadar glukosa dalam darah. Pada penderita diabetes tipe 2, tubuh menjadi resisten terhadap insulin yang dihasilkan, atau tidak menghasilkan cukup insulin untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Akibatnya, kadar glukosa dalam darah meningkat, menyebabkan berbagai masalah kesehatan.

Salah satu gejala khas diabetes Mellitus tipe 2 adalah kelebihan glukosa dalam darah yang kemudian diekskresikan melalui urine. Proses ini dapat diamati melalui kondisi yang dikenal sebagai "kencing manis", di mana urine penderita mengandung kadar glukosa yang tinggi, sehingga menarik semut. Ini menjadi salah satu tanda peringatan bagi individu untuk melakukan pemeriksaan lebih lanjut terhadap kesehatan mereka, karena gejala ini dapat menjadi petunjuk awal adanya gangguan metabolisme glukosa (Chaidir dkk., 2017).

International Diabetes Federation (IDF) di tahun 2019 menyatakan setidaknya terjadi peningkatan kasus diabetes melitus sebesar 9,3% atau 463 juta penderita menjadi 10,2% atau 578 juta pada tahun 2030 dan akan meningkat menjadi 10,9% atau 700 juta pada tahun 2045. Namun, menurut (Wild dkk., 2004) Sekitar 171 juta orang menderita diabetes pada tahun 2000. Angka yang diproyeksikan untuk tahun 2030 adalah 366 juta jiwa. Menurut WHO, diperkirakan pada tahun 2030, terdapat total 21,3 juta orang yang terkena diabetes melitus. Menurut Rantung dkk. (2015), negara ini menduduki peringkat keempat negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak, setelah India, Amerika Serikat, dan Tiongkok. Pada tahun 2018, penderita diabetes, seperti dilansir Kementerian Kesehatan, Berdasarkan data Federasi Diabetes Internasional, prevalensi diabetes di Indonesia meningkat sebesar 19,47% juta pada tahun 2021, menandai tingkat pertumbuhan terbesar yang diamati dalam satu dekade terakhir. Indonesia berpenduduk 179,72 juta jiwa dan angka kejadian diabetes di negara tersebut sebesar 10,6% (Pahlevi, 2021).

Sebuah survei mengungkapkan bahwa sekitar 52,8% penderita diabetes mengalami penurunan kualitas hidup dibandingkan dengan mereka yang memiliki kesehatan yang baik. Berbagai faktor fisiologis dan psikologis mungkin berdampak pada kualitas hidup. Sebuah penelitian dilakukan di Poliklinik Penyakit Rumah Sakit Dr. Kota Mojokerto menunjukkan korelasi yang kuat antara rendahnya kualitas hidup dengan lamanya menderita diabetes. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa diabetes menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah yang tidak terkontrol dalam jangka waktu lama, yang menyebabkan berkurangnya kesehatan organ, khususnya pada sistem kardiovaskular. Ini mengurangi kemampuan pasien untuk bersosialisasi, bekerja, berkreasi, atau beraktivitas.

Penurunan kualitas hidup pada individu yang menderita diabetes Mellitus memiliki dampak yang signifikan terhadap kemampuan mereka dalam melakukan perawatan diri secara efektif. Hal ini sering kali menjadi bagian dari siklus yang memperburuk kondisi kesehatan mereka dari waktu ke waktu. Permasalahan kualitas hidup menjadi sangat penting dalam konteks diabetes Mellitus karena dapat menjadi indikator utama seberapa baik penderita diabetes mengelola penyakitnya dan menjaga kesehatannya dalam jangka panjang.

Kualitas hidup yang rendah dapat memengaruhi motivasi dan kemampuan individu untuk mengikuti rencana perawatan yang telah ditetapkan oleh tenaga medis. Faktor-faktor seperti stres, kecemasan, dan depresi yang sering terkait dengan diabetes Mellitus dapat membuat individu menjadi kurang termotivasi untuk mematuhi pola makan sehat, rutin berolahraga, serta mengikuti pengobatan dan pemantauan yang dianjurkan. Akibatnya, kondisi kesehatan mereka cenderung memburuk seiring waktu.

Selain itu, penurunan kualitas hidup juga dapat memengaruhi persepsi individu terhadap penyakitnya dan keyakinan mereka dalam kemampuan untuk mengelolanya. Jika seseorang merasa bahwa diabetes Mellitus menghalangi mereka untuk menjalani kehidupan yang bermakna dan

memuaskan, mereka mungkin cenderung mengabaikan perawatan yang diperlukan, seperti mengukur kadar glukosa darah secara teratur, mengonsumsi obat-obatan secara teratur, atau mengunjungi profesional kesehatan untuk pemeriksaan rutin. Pentingnya kualitas hidup juga terletak dalam kemampuannya untuk mengukur beban fisik, emosional, dan sosial yang dirasakan oleh penderita diabetes. Perasaan stres, kecemasan, dan depresi yang seringkali terkait dengan kondisi ini dapat mempengaruhi interaksi sosial, pekerjaan, dan kualitas hubungan interpersonal. Semua ini dapat berkontribusi pada penurunan kualitas hidup secara keseluruhan.

Diabetes melitus (DM) tergolong penyakit kronis yang belum dapat disembuhkan secara pasti. Meskipun demikian, pasien mempunyai pilihan untuk menerima pengobatan untuk mengurangi kemungkinan konsekuensi yang mengancam jiwa (Larasati, 2012). Kesejahteraan individu penderita DM dipengaruhi secara signifikan oleh pengelolaan kondisinya, yang meliputi kepatuhan terhadap terapi, penerapan gaya hidup sehat, dan melakukan aktivitas fisik (Luczynki et al., 2016). Penderita diabetes melitus (DM) memikul beban tanggung jawab yang besar dalam manajemen diri untuk mencegah komplikasi, khususnya dalam pengobatan penyakitnya (Zulfa, 2017). Menurut Nuari dan Kartikasari (2015), *self-empowerment* mengacu pada kapasitas individu untuk melakukan kontrol atas tindakannya sendiri dan membuat pilihan untuk kesejahteraan pribadinya. Menurut Smith (2016), *self-empowerment* mengacu pada kapasitas individu untuk memenuhi kebutuhan mereka sendiri, menyelesaikan masalah, dan memobilisasi sumber daya yang diperlukan untuk menangani kehidupan mereka secara efektif. *Self-empowerment* mengacu pada kapasitas individu untuk melakukan kontrol atas tindakan dan keputusan mereka sendiri.

Kemampuan dan keterampilan untuk berpartisipasi juga merupakan bagian dari *self-empowerment* (Smith, 2016). Oleh karena itu, faktor penting untuk mencapai *self-empowerment* adalah meningkatkan kepercayaan diri, meningkatkan harga diri, dan mengembangkan mekanisme koping yang efektif untuk meningkatkan kemampuan pribadi (Rasouli et al., 2013). Tujuan *self-empowerment* pada individu penderita DM adalah untuk meningkatkan kapasitas perawatan diri yang berkaitan dengan kondisi spesifiknya (Meetoo dan Gopaul, 2005). Memberdayakan diri memungkinkan pasien DM untuk mengambil kembali kendali atas kehidupan mereka melalui peningkatan kesadaran terhadap perawatan diri mereka sendiri (Varming et al., 2015). Ketika pasien diabetes mengetahui tentang kondisi kesehatan mereka, mereka mengalami proses *self-empowerment*. Selanjutnya, hal ini berdampak pada kemampuan mereka untuk mengatasi penyakit, pola pikir yang harus mereka anut, dan tingkat kesadaran diri untuk mengubah perilaku mereka. Faktor-faktor ini memiliki kapasitas untuk meningkatkan standar hidup individu dengan diabetes (Luczynski et al., 2016).

Moattari dkk. (2012) melakukan penelitian terhadap 25 pasien hemodialisis dan menemukan bahwa pemberdayaan memiliki efek menguntungkan dalam meningkatkan efikasi diri, meningkatkan kualitas hidup, dan meningkatkan stabilitas tekanan darah. Rasouli et al. (2013),

mereka juga menemukan bahwa pemberdayaan dapat meningkatkan nilai kualitas hidup, tetapi tidak signifikan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Luczynski dkk. (2016), menemukan bahwa pemberdayaan memberikan dampak positif terhadap berat badan, pengelolaan metabolisme, dan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2. Investigasi terpisah yang dilakukan oleh Nuari (2016) terhadap 42 orang penderita diabetes melitus tipe 2 menunjukkan bahwa *self-empowerment* berdampak positif pada kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Kunci dalam mengelola penyakit kronis secara menyeluruh adalah melalui manajemen mandiri terhadap penyakit yang bersangkutan. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa pasien yang secara aktif berpartisipasi dalam pengambilan keputusan mengenai perawatan diri dan manajemen kondisinya mendapatkan hasil yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak berpartisipasi (Moattari et al., 2012). Konsep ini sejalan dengan pemahaman *self-empowerment*, di mana kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya sendiri dan membuat keputusan mengenai kesehatannya merupakan inti dari *self-empowerment* (Nuari, 2016).

Untuk meningkatkan *self-empowerment* pada pasien diabetes melitus tipe 2, penting untuk memberikan mereka motivasi yang kuat. Hal ini akan memungkinkan mereka untuk mengembangkan keterampilan otonom dalam perawatan diri dan *self-empowerment* (Meetoo dan Gopaul, 2005). Prinsip dasar *self-empowerment* pada diabetes adalah keyakinan bahwa pasien mempunyai tanggung jawab besar untuk mengendalikan kondisinya sendiri. Dalam situasi seperti ini, penyedia layanan kesehatan diharuskan mendidik pasien dan membekali mereka dengan pengetahuan yang diperlukan agar mereka dapat mengambil keputusan yang tepat. Diharapkan pasien dapat menemukan dan menerapkan jenis perawatan yang telah mereka pelajari. Hasilnya dapat terlihat pada kehidupan sehari-hari pasien dan dapat meningkatkan kualitas hidup mereka jika semua langkah ini dijalankan dengan benar (Luczynski et al., 2016). Berdasarkan apa yang telah dikatakan di atas, tujuan peneliti adalah untuk menyelidiki bagaimana kualitas hidup pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 berkorelasi dengan *self-empowerment*.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif korelasional adalah jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada atau tidak hubungan antara dua variabel atau lebih. *Self-empowerment* dan kualitas hidup adalah variabel penelitian ini. Penelitian ini melibatkan pria dan wanita yang tinggal di Bukittinggi.

Metode sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling*. Metode pengambilan sampel *non-probabilitas* yang digunakan menggabungkan pengambilan sampel yang disengaja dan disengaja. *Incidental sampling* merupakan strategi untuk mengidentifikasi sampel secara kebetulan (Sugiyono, 2018). Sedangkan *purposive sampling* melibatkan pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu (Sugiyono, 2018). Untuk mengikuti penelitian ini, responden harus memenuhi kriteria

sebagai berikut: (a) menderita diabetes melitus tipe 2, (b) berusia antara 30-79 tahun, dan (c) pernah menderita DM minimal 3 bulan.

Dalam penelitian ini untuk mengukur *self-empowerment*, peneliti menggunakan DES-LF (*Diabetes Empowerment Scale-Long Form*) adaptasi Zulfa (2017) yang terdiri dari 28 pertanyaan dengan nilai reliabilitas 0.976 sedangkan untuk mengukur kualitas hidup milik DQOL dari Burroughs et al. (2004) yang terdiri dari 12 pertanyaan dengan nilai reliabilitas 0.676.

Penelitian ini mengkaji data yang bersifat univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk memastikan sifat-sifat setiap variabel yang diteliti, berdasarkan jenis data yang dianalisis. Dilaporkan dalam persentase adalah variabel kategori seperti gender, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, dan status perkawinan. Mean, median, minimum-maksimum, dan standar deviasi (SD) digunakan untuk menyajikan data numerik seperti usia, durasi menderita diabetes, kemandirian, dan kualitas hidup. Analisis bivariat merupakan metode statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel (Notoatmodjo, 2012). Skala interval digunakan untuk mengukur kualitas hidup dan self-empowerment.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Deskripsi	Jumlah	%	Total
Jenis Kelamin			
Laki-laki	18	60 %	30
Perempuan	12	40 %	
Usia			
18-22 tahun	5	16.2%	
23-35 tahun	3	9.3%	
36-43 tahun	3	9.3%	
44-49 tahun	5	16.2%	
>50 tahun	14	51%	
Pendidikan Terakhir			
Tidak Sekolah	2	6.7%	
SD	2	6.7%	
SMP	7	23.3%	
SMA	10	33.3%	
Kuliah	9	30%	
Pekerjaan			
PNS/Pensiunan	6	20%	
Wiraswasta	9	30%	
Petani	7	23.7%	
Ibu Rumah Tangga	3	10%	
Pedagang	5	16.3%	
Lama Menderita DM			
≤ 5 Tahun	22	73.3%	
≥ 5 Tahun	8	26.7%	

Responden penelitian ini berjumlah 30 orang yang terdiri dari 18 laki-laki dan 12 perempuan yang penderita diabetes mellitus tipe 2 dengan tingkatan pendidikan terakhir tidak sekolah 2 orang, SD 2 orang, SMP 7 orang, SMA 10 orang dan Kuliah 9 orang. Pekerjaan dari penderita diabetes mellitus yaitu pns/pensiunan 6 orang, wiraswasta 9 orang, petani 7 orang, ibu rumah tangga 3 orang dan pedagang 5 orang. Rata-rata penderita diabetes ≤ 5 tahun 22 orang dan ≥ 5 tahun 8 orang. Uji normalitas menggunakan uji kolomogorov-smirnov. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan program IBM SPSS versi 24.0, maka ditemukan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan *Self-Empowerment*.

<i>Self-Empowerment</i>	Frekuensi	Persentase
Baik	5	16.7%
Kurang	25	83.3%
Total	30	100%

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa rata-rata responden memiliki tingkatan *self-empowerment* dengan kategori kurang yaitu 25 orang (83.3%).

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Hidup

Kualitas Hidup	Frekuensi	Persentase
Baik	5	16.7%
Kurang	25	83.3%
Total	30	100%

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai kualitas hidup baik yaitu sebanyak 25 orang (83.3%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan *Self-Empowerment* dengan Kualitas Hidup

<i>Self-Empowerment</i>	Kualitas Hidup					
	Baik		Kurang		Total	
	F	%	F	%	F	%
Baik	5	100	0	0	5	16.7
Kurang	0	0	25	100	25	83.3
Total	30	100	25	100	30	100

Uji statistic *Wilcoxon*
 Asymp. Sig. (2-tailed) = 0.000

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar individu yang memiliki *self-empowerment* mengalami kualitas hidup yang rendah, yaitu 25 dari 30 responden (83,3%) menderita diabetes melitus tipe 2. Temuan uji statistik *Wilcoxon* tidak menunjukkan gejala. Nilai *p-value* sebesar 0,000 berada di bawah tingkat signifikansi 0,05 yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-empowerment* dengan kualitas hidup individu penderita diabetes melitus tipe 2.

Pembahasan

Self-empowerment memang merupakan aspek penting dalam manajemen diabetes Mellitus tipe 2. Ini melibatkan kemampuan individu untuk mengambil kendali atas kehidupan mereka sendiri, termasuk keputusan yang berkaitan dengan manajemen kondisi kesehatan mereka. Ketika seseorang merasa memiliki kekuatan dan kontrol atas kehidupan mereka, ini dapat memengaruhi sikap dan tindakan mereka dalam menghadapi diabetes Mellitus.

Pentingnya *self-empowerment* dalam konteks diabetes Mellitus tipe 2 terletak pada kemampuan individu untuk membuat keputusan yang sehat dan berkelanjutan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Ini termasuk keputusan tentang pola makan, rutinitas olahraga, penggunaan obat-obatan, dan pengelolaan stres. Ketika seseorang merasa memiliki kendali atas pilihan-pilihan ini, mereka cenderung lebih termotivasi untuk mengikuti rencana perawatan mereka dengan konsisten.

Selain itu, *self-empowerment* juga melibatkan keyakinan diri dan motivasi untuk terus berkembang dan belajar. Penderita diabetes Mellitus tipe 2 yang merasa percaya diri dalam kemampuan mereka untuk mengelola kondisi mereka cenderung mencari informasi baru, belajar tentang strategi manajemen yang lebih baik, dan berpartisipasi dalam program-program pendidikan kesehatan. Hal ini dapat membantu mereka meningkatkan pemahaman mereka tentang diabetes Mellitus dan meningkatkan keterampilan dalam mengelola kondisi mereka. Individu yang memiliki *self-empowerment* juga cenderung memiliki pengendalian diri yang baik. Mereka mampu mengatur diri mereka sendiri untuk mencapai tujuan-tujuan kesehatan mereka, seperti mencapai target berat badan, menjaga kadar glukosa darah stabil, atau meningkatkan kondisi fisik mereka melalui olahraga teratur. Mereka juga mampu menghadapi rintangan dan tantangan dengan sikap yang positif dan tekad untuk terus maju.

Pentingnya *self-empowerment* dalam manajemen diabetes Mellitus tipe 2 tidak hanya terbatas pada aspek fisik, tetapi juga emosional dan psikologis. Ketika seseorang merasa memiliki kontrol atas kehidupan mereka, ini dapat meningkatkan kesejahteraan emosional mereka dan membantu mengurangi stres yang terkait dengan kondisi kronis seperti diabetes Mellitus. Hal ini dapat menciptakan lingkungan mental yang lebih positif, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kesehatan fisik mereka secara keseluruhan. Dalam rangka mencapai *self-empowerment*, penting bagi penderita diabetes Mellitus tipe 2 untuk mencari dukungan dari keluarga, teman, dan profesional kesehatan. Mendapatkan informasi yang akurat dan bantuan dalam mengembangkan keterampilan manajemen yang diperlukan juga dapat membantu individu merasa lebih percaya diri dalam mengelola kondisi mereka. Dengan *self-empowerment*, penderita diabetes Mellitus tipe 2 dapat mengambil kendali atas kehidupan mereka dan menjalani hidup yang sehat dan bermakna.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif antara *self-empowerment* dengan kualitas hidup pada individu penderita diabetes melitus. Hasil uji Wilcoxon (Asym. Sig. (2-tailed) =

0,000 < 0,05) menunjukkan bahwa *self-empowerment* yang buruk menyebabkan berkurangnya rasa percaya diri yang pada akhirnya berdampak negatif pada kualitas hidup penderitanya. *Self-empowerment* adalah strategi yang diciptakan untuk membantu individu dengan diabetes mellitus mengubah perilaku mereka ke arah yang positif dan meningkatkan produktivitas mereka. *Self-empowerment* pada penderita diabetes mellitus memiliki tujuan agar penderitanya mampu memilah serta memilih hal baik apa pada dirinya sendiri. Tujuan lain dari *self-empowerment* adalah untuk meningkatkan kemampuan kognitif individu, memungkinkan mereka untuk terlibat dalam berpikir kritis. Hal ini memberdayakan mereka untuk membuat pilihan yang mandiri dan terinformasi, serta mengelola perawatan atau pengobatan mereka sendiri secara efektif.

Individu yang didiagnosis dengan diabetes Mellitus tipe 2 menghadapi risiko lebih tinggi terhadap masalah terkait produksi atau efektivitas insulin yang tidak mencukupi. Kondisi ini membutuhkan terapi yang tepat guna untuk mengelola glukosa darah dan meminimalkan risiko terjadinya komplikasi. Pentingnya penanganan yang tepat terhadap diabetes Mellitus tipe 2 tidak hanya terletak pada mengendalikan kadar glukosa darah, tetapi juga dalam mencegah atau mengurangi dampak buruk yang dapat terjadi baik secara akut maupun kronis. Komplikasi yang timbul akibat diabetes Mellitus yang tidak tertangani dapat bervariasi, termasuk efek akut dan kronis. Efek akut biasanya terjadi ketika ada peningkatan tiba-tiba dalam kadar glukosa darah, yang dapat menyebabkan gejala seperti kelelahan, haus berlebihan, poliuria (sering buang air kecil), dan bahkan dapat berkembang menjadi kondisi yang mengancam jiwa seperti ketoasidosis diabetik. Sedangkan, masalah kronis biasanya terjadi akibat peningkatan kadar glukosa darah yang berkepanjangan, yang dapat merusak organ-organ tubuh seperti mata, ginjal, saraf, dan pembuluh darah, serta meningkatkan risiko penyakit jantung dan stroke (More et al., 2023).

Penderita yang berpartisipasi dalam pilihan pengobatan dan penanganan penyakitnya mempunyai pengaruh yang lebih besar dibandingkan penderita yang tidak melakukan pengobatan dan penanganan penyakitnya. *Self-empowerment* memungkinkan orang untuk membuat keputusan kesehatan mereka sendiri dan bertindak sejalan dengan hasil yang diputuskan serta tanggung jawab tersebut. Mendukung pengembangan *self-empowerment* pada pasien diabetes melitus tipe 2 memerlukan motivasi yang kuat untuk meningkatkan kapasitas perawatan diri dan *self-empowerment*. Ada tiga faktor kunci yang dapat memotivasi penderita diabetes: keyakinan bahwa diabetes adalah suatu kondisi yang dapat mereka atasi secara pribadi; layanan kesehatan yang memprioritaskan pendidikan, dengan profesional kesehatan yang bertanggung jawab membekali pasien dengan pengetahuan yang diperlukan untuk membuat pilihan; dan pasien mengambil inisiatif untuk mencari dan menerapkan pengobatan yang mereka ketahui. Jika semua tindakan ini diambil, kehidupan mereka akan mengalami transformasi dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan akan meningkat. Pemberdayaan pasien diabetes mellitus dapat meningkatkan hasil pengobatan, khususnya

dalam hal manajemen metabolisme, sekaligus memberikan dampak positif pada kualitas hidup mereka (MM & RM, 2004).

Temuan penelitian mengungkapkan bahwa 25 orang (83,3%) mengalami penurunan *self-empowerment* namun tetap mempertahankan kualitas hidup yang tinggi. Hal ini dapat dikaitkan dengan dukungan yang diberikan oleh keluarga mereka, yang membantu mereka meningkatkan rasa percaya diri. Sebaliknya, 5 responden (16,7%) menunjukkan *self-empowerment* yang tinggi namun memiliki kualitas hidup yang rendah. Hal ini dapat dikaitkan dengan stres berat yang mereka alami akibat perasaan putus asa akibat penyakit kronis yang mereka alami. Akibatnya, kapasitas dan produktivitas mereka menurun.

Manajemen kualitas hidup pada penderita diabetes Mellitus memiliki urgensi yang tak terbantahkan karena sifat kronis dan tidak dapat disembuhkan dari penyakit ini. Meskipun tidak ada obat yang dapat menghilangkan diabetes secara total, mengendalikan kondisi tersebut dengan efisien dapat mencegah atau mengurangi risiko komplikasi yang serius. Kualitas hidup yang buruk dan masalah psikologis pada penderita diabetes tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan emosional mereka, tetapi juga dapat memengaruhi keseimbangan hormonal dan metabolisme tubuh. Penting untuk diingat bahwa stres kronis dan masalah psikologis seperti depresi atau kecemasan dapat memengaruhi gangguan metabolisme melalui beberapa mekanisme. Secara langsung, stres kronis dapat meningkatkan produksi hormon stres seperti kortisol, yang dapat mempengaruhi sensitivitas insulin dan mengganggu regulasi gula darah. Selain itu, ketidakseimbangan emosional juga dapat memengaruhi pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan tidur, yang semuanya memainkan peran penting dalam manajemen diabetes Mellitus.

Oleh karena itu, pendekatan pengobatan yang efektif harus melibatkan manajemen kualitas hidup yang komprehensif, yang mencakup aspek fisik, psikologis, dan sosial. *Self-empowerment* menjadi elemen kunci dalam pendekatan ini, di mana penderita diabetes diberdayakan untuk mengambil kendali atas kondisi kesehatan mereka sendiri. Dengan memiliki pengetahuan, keterampilan, dan keyakinan untuk mengelola diabetes mereka sendiri, penderita dapat meningkatkan kualitas hidup mereka dan mengurangi risiko komplikasi. Namun, ketidakmampuan melakukan *self-empowerment* juga dapat menjadi hambatan yang signifikan dalam manajemen diabetes Mellitus. Faktor-faktor seperti kurangnya pengetahuan tentang penyakit, kurangnya dukungan sosial, atau kurangnya keterampilan dalam mengelola stres dan emosi dapat membuat sulit bagi penderita untuk mengambil kontrol atas kondisi mereka. Inilah sebabnya mengapa pendidikan kesehatan, dukungan psikologis, dan program-program pelatihan keterampilan menjadi sangat penting dalam menyediakan alat dan sumber daya bagi penderita diabetes untuk menjadi lebih mandiri dalam manajemen penyakit mereka.

Penelitian ini memberikan bukti lebih lanjut atas temuan penelitian Nian tahun 2015 yang menunjukkan adanya korelasi antara *self-empowerment* dengan kualitas hidup pada individu

penderita diabetes melitus tipe II ($p = 0.022 < 0.05$). Hal ini karena penderita diabetes melitus dapat menilai kemampuannya dalam menjalankan tugas saat mengalami gejala. Evaluasi psikologis diabetes tipe 2 akan berdampak pada kemampuan pasien dalam memberdayakan dirinya melalui penilaian ketidakpuasan dan kesiapan terhadap perubahan (Nuari & Kartikasari, 2015).

Penelitian ini mendukung temuan penelitian Reny Chaidir, Ade Sry Wahyuni, dan Deni Wahyu Furkhani tahun 2017 yang menemukan adanya korelasi antara perawatan diri dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2 ($p\text{-value}=0.001 < \alpha=0.05$). Studi tersebut menemukan hubungan substansial antara perawatan diri dan kualitas hidup pasien diabetes melitus. (Chaidir et al., 2017).

Menurut penelitian, petugas kesehatan mempunyai peran penting dalam meningkatkan kapasitas pasien diabetes mellitus tipe 2 dalam mengendalikan kondisinya. Petugas kesehatan dapat memberdayakan masyarakat dengan memperkenalkan cara-cara baru yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan pasien dalam mendeteksi dan memahami kondisi dan kondisi kesehatan mereka. Metode ini memungkinkan penderita diabetes untuk membuat pilihan yang tepat mengenai pendekatan pengobatan untuk mengelola kondisinya. Pasien dapat diberdayakan secara efektif dengan membekali mereka dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk mengelola kondisi mereka.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat beberapa kriteria untuk mengevaluasi kualitas hidup individu dengan diabetes melitus tipe 2. Kriteria tersebut meliputi kepuasan, dampak penyakit, kecemasan terkait interaksi sosial, kecemasan terkait diabetes melitus, kesehatan fisik dan psikologis, serta kesejahteraan secara keseluruhan. Ketergantungan pada orang lain, hubungan interpersonal, lingkungan dan keyakinan, keyakinan agama, dan karakteristik individu merupakan faktor penting bagi individu yang membutuhkan bantuan moral dan material.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan dari artikel ini yaitu pentingnya hubungan antara *self-empowerment* dan kualitas hidup pada individu yang mengidap Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT2). Hasil penelitian menjelaskan bahwa faktor dukungan keluarga memainkan peran sentral dalam mempengaruhi tingkat *self-empowerment* penderita. Sebanyak 83.3% responden dengan *self-empowerment* rendah namun kualitas hidup tinggi menunjukkan bahwa dukungan keluarga yang kuat dapat meningkatkan kepercayaan diri individu dalam menghadapi kondisi kronis ini. Di sisi lain, 16.7% responden dengan *Self-empowerment* tinggi namun kualitas hidup rendah menyoroti bagaimana stres yang tinggi yang disebabkan oleh penyakit kronis dapat mereduksi kemampuan dan produktivitas diri.

Dari temuan ini, diperlukan perhatian terhadap dukungan keluarga dan strategi pengelolaan stres bagi penderita DMT2. Menekankan peran keluarga dalam memberikan dukungan emosional dan praktis dapat menjadi fokus penting dalam meningkatkan *Self-empowerment*. Selain itu, intervensi untuk mengelola tingkat stres dan menjaga keseimbangan mental-emosi menjadi krusial untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Saran

1. Bagi Responden, penelitian ini menunjukkan peran penting dukungan keluarga terhadap *self-empowerment* dan kualitas hidup penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT2). Bagi mereka yang memiliki *self-empowerment* rendah namun menunjukkan kualitas hidup tinggi, penting untuk terus memperkuat dan memanfaatkan dukungan keluarga guna meningkatkan kepercayaan diri dalam mengelola kondisi mereka. Sementara bagi individu dengan tingkat *self-empowerment* tinggi namun kualitas hidup rendah, penting untuk mengeksplorasi strategi pengelolaan stres yang lebih efektif untuk meningkatkan kemampuan dan produktivitas diri.
2. Bagi Tempat Penelitian, Institusi atau fasilitas kesehatan yang merawat penderita DMT2 dapat mempertimbangkan integrasi lebih lanjut dari program dukungan keluarga dalam manajemen penyakit. Hal ini dapat dilakukan melalui penyediaan layanan konseling atau program pendukung yang mendorong peran keluarga dalam pemberdayaan penderita DMT2.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan bagi penelitian selanjutnya dapat lebih fokus pada pengembangan program intervensi yang lebih spesifik, yang mempertimbangkan peran dukungan keluarga dalam meningkatkan *Self-empowerment*. Studi mendalam tentang strategi manajemen stres yang lebih personal dan terfokus juga diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup individu dengan DMT2.

DAFTAR PUSTAKA

- Adli (2021). Diabetes Mellitus Gestasional: Diagnosis dan Faktor Risiko. *Jurnal Medika Utama*, 03(01), 1545–1551.
- Ahli Gizi Indonesia, P., & Dietsien Indonesia, A. (2019). *Penuntun Diet Dan Terapi Gizi Edisi 4* (Suharyanti, Budi Hartati, Triyani Kresnawan, & Sunarti (eds.); 4th ed.).
- Burroughs, T., Williams & Matrix. 2004. Development and Validation of The Diabetes Quality. [serial online] <http://spectrum.diabetesjournals.org/content/17/1/41>[diakses pada tanggal 18 Maret 2018]
- Chaidir, R., Wahyuni, A. S., & Furkhani, D. W. (2017). HUBUNGAN SELF CARE DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS. *Jurnal Endurance*, 2(2), 132. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i2.1357>

- MM, F., & RM, A. (2004). *Empowerment and Self-Management of Diabetes*. Clinical Diabetes.
- More, Y. F., Littik, S. K. A., & Sinaga, M. (2023). Gambaran Kepuasan Pasien Rawat Jalan di RSUD Dr. T.C Hillers Maumere Kabupaten SIKKA. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 7(2), 110–119. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v7i2.3114>
- Nuari, N. A., & Kartikasari, M. (2015). *PENINGKATAN SELF EMPOWERMENT DAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DENGAN PENDEKATAN DEE BERBASIS HEALTH PROMOTION MODEL*. 1–33.
- Pahlevi, R. (2021). *Jumlah Penderita Diabetes Indonesia Terbesar Kelima di Dunia*. Databooks. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2021/11/22/jumlah-penderita-diabetes-indonesia-terbesar-kelima-di-dunia>
- Wild, S., Roglic, G., Green, A., Sicree, R., & King, H. (2004). Global Prevalence of Diabetes. *Diabetes Care*, 27(5), 1047–1053. <https://doi.org/10.2337/diacare.27.5.1047>
- Zulfa, A. 2017. Hubungan strategi pemberdayaan dengan empowerment pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sibela Kota Surakarta. [serial online] <http://v1.eprints.ums.ac.id/archive/etd/52142/3/2> [diakses pada tanggal 5 Januari 2018]