

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang serius dimana kadar gula darah berada diatas normal karena adanya cacat pada pankreas yang bertugas menghasilkan insulin (hormon pengatur gula darah) sehingga membuat tubuh menjadi kekurangan insulin, karena kerja tubuh tidak efektif dalam menggunakan insulin yang dihasilkan, ataupun keduanya (*American Diabetes Association, 2023*). Penyebab kenaikan gula darah pada penyakit diabetes dikelompokkan menjadi dua tipe diabetes. Diabetes melitus tipe 1 merupakan DM yang diakibatkan oleh rusaknya sel beta pankreas sehingga tidak ada insulin tidak diproduksi oleh pankreas, sementara diabetes melitus tipe 2 merupakan DM yang diakibatkan oleh berkurangnya sensitivitas insulin terhadap glukosa. (*Dinas Kesehatan DKI Jakarta, 2020*). Jika tidak dikelola dengan baik, penyakit DM dapat menyebabkan terjadinya komplikasi. Komplikasi dari penyakit diabetes melitus terbagi menjadi komplikasi kronik dan akut. Komplikasi akut diabetes adalah ketoasidosis, sementara komplikasi kronis diabetes melitus diantaranya adalah penyakit pembuluh darah otak, jantung koroner, pembuluh darah perifer, neuropati retinopati, dan nefropati (*Suciana and Arifianto, 2019*). Komplikasi adalah salah satu faktor yang bisa mengakibatkan turunnya tingkat kualitas hidup pasien diabetes melitus. Komplikasi mengakibatkan penderita mengalami keluhan lebih banyak. Keluhan ini dapat mempengaruhi aktivitas keseharian penderita. Aspek yang mengalami penurunan pada penderita diabetes melitus diantaranya adalah fungsi mental, fungsi fisik, kesehatan umum, nyeri, peran, tanggung jawab dan perubahan peran (*Teli, 2017*).

Gula darah adalah kadar gula yang terdapat dalam darah dan jumlahnya diatur oleh tubuh dengan menggunakan insulin. Sumber energi yang paling utama bagi sel tubuh adalah glukosa. Glukosa yang dikonsumsi oleh tubuh dapat membuat kadar gula didalam darah mengalami peningkatan. Hal ini akan membuat pankreas terpacu untuk memproduksi insulin. Insulin ini akan digunakan untuk menjaga

keseimbangan kadar gula darah (Gesang & Abdullah, 2019). *World Health Organization* (WHO) menyatakan kualitas hidup merupakan cara pandang seseorang terkait norma dan budaya yang ada pada hidupnya terkait dengan tujuan hidup, standar, kepedulian, dan harapan selama hidupnya (Wong *et al.*, 2018). *Self-care activities* DM adalah program penatalaksanaan secara mandiri yang harus diterapkan seumur hidup bagi penderita diabetes melitus dan menjadi kewajiban bagi penderita diabetes yang memiliki tujuan untuk mengontrol kadar gula darah, membuat kontrol metabolik optimal, membuat kualitas hidup menjadi optimal, serta untuk mencegah terjadinya komplikasi (Cita *et al.*, 2019).

International Diabetess Federation (IDF) tahun (2021) melaporkan bahwa diperkirakan ada sebanyak 537 juta orang dewasa berusia 20-79 tahun di seluruh dunia (10,5%) yang menderita diabetes. IDF memprediksi setiap tahun penyakit diabetes semakin meningkat. Pada tahun 2030 IDF memprediksi bahwa sebanyak 643 juta orang dewasa berusia 20-79 tahun menderita diabetes dan pada tahun 2045 sebanyak 783 juta orang dewasa dengan usia 20-79 tahun menderita penyakit diabetes. Populasi manusia pada periode 2021-2045 diperkirakan meningkat sebesar 20%. Selama periode ini, jumlah penderita diabetes mellitus diperkirakan meningkat sebanyak 46% (IDF, 2021). Sebanyak 19,5 juta jiwa menderita diabetes di Indonesia pada tahun 2021. Indonesia berada pada urutan kelima dari 10 negara di dunia dengan jumlah diabetes tertinggi (IDF, 2021). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) yang dilaksanakan pada tahun 2018 dilaporkan bahwa terdapat 2% penduduk yang memiliki usia > 15 tahun menderita penyakit diabetes melitus berdasarkan diagnosis dokter. Namun berdasarkan hasil pemeriksaan gula darah, prevalensi pada tahun 2018 adalah sebesar 8,5%. Angka-angka tersebut menunjukkan bahwa penderita DM yang mengetahui dirinya memiliki penyakit diabetes hanya sekitar 25% (Dinas Kesehatan DKI Jakarta, 2020). Pada tahun 2020, penduduk DKI Jakarta yang menderita penyakit diabetes melitus adalah sebesar 233.918 penduduk (2,15%). Penderita penyakit diabetes melitus pada kota Jakarta timur tahun 2020 adalah sebanyak 59.906 penduduk (Dinas Kesehatan DKI Jakarta, 2020). Berdasarkan data puskesmas kecamatan ciracas, jumlah pasien diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas kecamatan ciracas pada tahun 2022 adalah sebanyak 1.635 orang.

Individu dengan penyakit diabetes melitus memiliki 2-4 kali lebih besar untuk mengembangkan penyakit kardiovaskular dan memiliki risiko kematian dua sampai lima kali lipat lebih besar. Diabetes adalah penyebab signifikan kebutaan pada orang dewasa, amputasi pada ekstremitas bawah nontraumatic, dan kematian (Tracey *et al.*, 2018). Diabetes merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia. Pada tahun 2021, sekitar 6,7 juta orang dewasa yang berusia 20-79 tahun diperkirakan meninggal akibat penyakit diabetes dan komplikasi diabetes. Persentasi kematian akibat komplikasi diabetes di Indonesia pada tahun 2021 mencapai 6-9% (IDF, 2021). Tingginya angka kejadian komplikasi pada pasien diabetes melitus sangat memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup penderita. Kualitas hidup penderita dipengaruhi oleh banyak faktor. Salah satu faktor yang memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup pada penderita diabetes melitus adalah komorbid dan komplikasi yang dimiliki pasien. Pasien DM yang memiliki komorbid dan komplikasi penyakit lebih dari satu mempunyai kualitas hidup yang lebih rendah daripada pasien diabetes melitus yang tidak memiliki komplikasi (Apriyan *et al.*, 2019). Diabetes umumnya dikaitkan dengan banyak komplikasi jangka pendek seperti hipoglikemia, kelelahan, dan infeksi yang sering dan dengan komplikasi jangka panjang seperti kehilangan penglihatan, ketoasidosis, kerusakan ginjal, penyakit kardiovaskular, dan kerusakan pada saraf yang bisa mengakibatkan terjadinya gangrene yang berisiko untuk diamputasi (Puspasari and Farera, 2021). Diabetes dapat menyebabkan kerusakan saraf (diabetes peripheral neuropathy) dan aliran darah atau sirkulasi yang buruk pada kaki (peripheral arterial disease). Akibatnya, penderita diabetes melitus cenderung tidak merasakan cedera kaki seperti lecet atau luka. Penderita yang tidak merasakan cedera kaki membuat luka menjadi lebih sulit disembuhkan karena cedera yang tidak diketahui dan tidak diobati walaupun hanya cedera kecil dapat menyebabkan penderita cepat terinfeksi. Hal ini berpotensi menyebabkan komplikasi serius (The Canadian Diabetes Association, 2018). Komplikasi dapat mengakibatkan keluhan yang dirasakan pasien menjadi bertambah. Keluhan ini akan mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Pasien diabetes melitus akan mengalami penurunan pada fungsi fisik, mental, nyeri, kesehatan umum, peran dan tanggungjawab, dan perubahan peran yang dapat mengakibatkan menurunnya kualitas hidup pasien (Teli, 2017).

Menurut hasil penelitian (Alfian, Herlyanie and Purwantini, 2018) yang dilakukan pada 82 pasien DM rawat jalan di RSUD Ulin Banjarmasin ditemukan bahwa mayoritas penderita DM mempunyai kadar glukosa darah yang tidak terkontrol (100%). Sementara berdasarkan hasil penelitian oleh (Siregar *et al.*, 2020) pada 207 masyarakat desa Eretan Wetan Kabupaten Indramayu didapatkan bahwa sebanyak 127 (61,4%) orang tingkat glukosa darahnya normal, sebanyak 22 (10,6%) orang tingkat glukosa darahnya terganggu, dan 58 orang (28%) memiliki kadar glukosa darah tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mahammad *et al.*, 2022) pada penderita diabetes melitus di *Narayana Medical College* didapatkan bahwa mayoritas penderita diabetes dalam kelompok kasus memiliki kualitas hidup rendah yaitu sebanyak 95 orang (65,3%). Sementara penelitian yang dilakukan oleh Laksmi (2021) terhadap 96 responden didapatkan bahwa mayoritas responden yang menderita penyakit DM mempunyai tingkat kualitas hidup rendah. Pada hasil penelitian tersebut didapatkan sebanyak 74 orang (77,1%) memiliki kualitas hidup yang rendah dan 22 orang (22,9%) memiliki kualitas hidup baik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nugraha (2021) dari 97 responden didapatkan bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus belum melaksanakan aktivitas *self-care* (51,8%). Penderita diabetes melitus rata-rata paling banyak melakukan aktivitas *self-care* manajemen pola makan (51,9%), latihan fisik (55,8%), dan monitoring gula darah (53,8%). Sementara perilaku *self-care* yang paling jarang dilakukan adalah perilaku perawatan kaki (42,3%) dan perilaku minum obat (42,2%).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan oleh peneliti di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas menunjukkan bahwa jumlah pasien diabetes melitus yang melakukan pemeriksaan ke poli penyakit tidak menular pada 1 tahun terakhir yaitu tahun 2022 adalah sebanyak 1.635 penderita. Dari hasil pengumpulan data, penderita diabetes melitus yang melakukan kunjungan selama 3 bulan terakhir yaitu pada bulan januari, februari, dan maret tahun 2023 terdapat sebanyak 535 penderita. Pada bulan januari terdapat 188 penderita, bulan februari terdapat 175 penderita, sementara pasien diabetes melitus yang melakukan pemeriksaan pada 1 bulan terakhir yaitu bulan maret terdapat 172 penderita. Berdasarkan hasil wawancara kepada 5 penderita DM didapatkan bahwa 4 dari 5 penderita masih memiliki tingkat

self-care activities yang rendah. Mayoritas pasien belum menerapkan pengaturan pola makan, monitoring gula darah, dan perawatan kaki. *Self-care activities* yang sudah mulai dijalankan oleh penderita adalah latihan fisik dan minum obat. Berdasarkan hasil wawancara dengan dokter yang bertugas pada poli penyakit tidak menular didapatkan bahwa pasien belum dianjurkan untuk melakukan pengecekan gula darah secara mandiri. Pasien hanya memeriksakan kadar gula darahnya pada saat kontrol yaitu setiap 1 bulan sekali. Selain itu pasien belum melakukan perawatan kaki karena pasien belum mengetahui cara melakukan perawatan kaki. Kadar gula darah penderita diabetes melitus belum stabil dan sering naik turun. Tiga dari 5 penderita termasuk kedalam kategori tinggi (>200 mg/dL) dan 2 dari 5 penderita memiliki toleransi gula darah terganggu (140-199 mg/dL). Menurut (PERKENI, 2021) tingkat kadar gula darah tinggi adalah ≥ 200 mg/dL, toleransi gula darah terganggu (TGT) 140-199mg/dL, dan normal 80-139mg/dL. Aspek kualitas hidup pasien diabetes melitus yang terganggu terletak pada bagian kesehatan fisik dan psikologis, sementara aspek hubungan sosial tidak terganggu.

Meningkatnya jumlah penderita penyakit diabetes mellitus dapat menimbulkan masalah kesehatan bagi masyarakat. Penyakit diabetes dapat menyebabkan timbulnya komplikasi jangka panjang seperti serangan jantung, stroke, penyakit gagal ginjal, kebutaan pada mata, terganggunya saraf, amputasi pada kaki, dan lainnya (*American Diabetes Association*, 2023). Menurut *World Health Organization* (WHO) penderita penyakit diabetes mellitus memiliki risiko untuk mengalami rusaknya mikrovaskuler. Kerusakan ini diantaranya adalah penyakit neuropati, penyakit retinopati, dan penyakit nefropati. Masalah tersebut dapat memberikan pengaruh terhadap kualitas hidup penderita DM. Walaupun tidak bisa disembuhkan, diabetes dapat dikontrol sehingga komplikasinya dapat dicegah. Jika seseorang terdiagnosa Diabetes Mellitus, penderita akan memiliki penyakit DM seumur hidupnya namun penderita penyakit ini bisa hidup sehat bersama penyakit diabetes mellitus, selama penderita patuh dan melakukan kontrol secara teratur (Romli and Baderi, 2020).

Glukosa darah penderita diabetes Mellitus dapat di kontrol melalui melalui penatalaksanaan yang baik dan teratur. Salah satu upaya untuk melakukan kontrol glukosa darah adalah dengan melakukan penatalaksanaan diabetes melitus untuk

melakukan pencegahan terjadinya komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup. Strategi esensial yang dapat mencegah atau menunda terjadinya komplikasi adalah dengan menerapkan diabetes *self-care activities* (American Diabetes Association, 2018). *Self-care* adalah kemampuan seseorang untuk berupaya dalam menjaga kesehatannya, melakukan pencegahan timbulnya penyakit, meningkatkan status kesehatan, dan mencegah terjadinya kecacatan dengan atau tanpa dukungan penyedia layanan kesehatan (World Health Organization, 2016). *Self-care* memiliki peran untuk meningkatkan kualitas kehidupan, kesehatan tubuh, dan kesejahteraan. *Self-care* dianggap penting karena menekankan peran aktif seseorang dalam perawatan kesehatan mereka sendiri. Jika seseorang memiliki tingkat *Self care* baik, maka kemungkinan untuk terkena komplikasi menjadi lebih kecil dan kualitas hidup penderita akan semakin meningkat. *Self-care* harus dilakukan secara terus menerus untuk mencegah kejadian komplikasi yang menimbulkan dampak negatif bagi pasien. Komplikasi dapat memberikan dampak fisik ataupun mental. Hal ini akan menyebabkan kualitas hidup menurun (Borji, Otaghi and Kazembeigi, 2017). Seorang penderita diabetes memiliki kewajiban untuk melaksanakan manajemen diabetes *self-care* seumur hidupnya. American Assosiation Diabetes Educator (AADE) menyebutkan domain *self-care* yang dapat dilakukan oleh pasien dengan diabetes melitus terdiri pengaturan pola makan, melakukan monitoring glukosa darah, manajemen pengobatan, perawatan kaki, dan aktivitas fisik (American Association of Diabetes Educator, 2014). Masing-masing domain tersebut memiliki tujuan tersendiri dalam penyembuhan penyakit diabetes melitus. Pengaturan pola makan memiliki tujuan untuk melakukan pengontrolan pada metabolic tubuh agar kadar glukosa darah dapat berada pada rentang normal. Pemantauan kadar glukosa darah memiliki tujuan untuk mengetahui keefektifan kegiatan yang dilakukan dalam penatalaksanaan DM. Manajemen pengobatan memiliki tujuan untuk mengontrol kadar gula darah dan untuk mengurangi gejala penyakit. Perawatan kaki memiliki tujuan untuk melakukan pencegahan terhadap terjadinya ulkus diabetic atau kaki diabetic. Latihan fisik memiliki tujuan untuk membuat sensitivitas insulin meningkat (Cita *et al.*, 2019).

Kadar glukosa darah penderita diabetes dapat mengalami kenaikan jika tidak dikelola dengan baik. Kenaikan gula darah yang terjadi dalam rentang waktu lama

dan tidak ditangani dapat mengakibatkan terjadinya komplikasi. Komplikasi DM diantaranya adalah penyakit neuropati diabetik, penyakit retinopati, penyakit nefropati, penyakit kaki diabetes (gangren), dan penyakit jantung koroner (Suciana and Arifianto, 2019). Kadar glukosa darah pasien dapat menjadi tidak terkontrol jika penderita mempunyai *Self-care activities* Diabetes Melitus yang buruk. Hal ini akan memberikan dampak terhadap turunnya kualitas hidup pasien. Penjelasan tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hai *et al.*, 2019) di Indus Hospital, Karachi. Pada penelitian tersebut didapatkan bahwa sebanyak 81.6% penderita mempunyai kadar glukosa darah yang tidak terkontrol dan sebanyak 48.6% penderita DM mempunyai tingkat *self-care activities* yang kurang (Hai *et al.*, 2019). Komplikasi tidak akan terjadi jika penderita diabetes bisa mengontrol perilakunya sesuai dengan diabetes *self-care activities*. *Self-care activities* Diabetes Melitus mempunyai peran penting untuk dapat membuat kualitas hidup dan kesejahteraan penderita DM meningkat. Tingkat kadar glukosa darah penderita DM dapat terkontrol dan kualitas hidup dapat optimal Jika *self care* diterapkan oleh penderita secara efektif. Semakin teratur dalam menjalankan *Self-care activities* Diabetes Melitus maka kadar gula darah akan semakin baik dan berada dalam rentang normal. Kadar gula darah yang terkontrol akan mencegah terjadinya komplikasi akibat penyakit DM (Cita *et al.*, 2019).

Pasien diabetes mellitus yang tidak melaksanakan pengobatan secara teratur maka tingkat gula darah didalam tubuhnya tidak stabil sehingga memiliki risiko tinggi terkena penyakit komplikasi yang akan mengakibatkan penurunan kualitas hidupnya (Suciana and Arifianto, 2019). Menurut *World World Health Organization* (WHO) menyatakan kualitas hidup merupakan cara pandang seseorang terkait norma dan budaya yang ada pada hidupnya dengan tujuan hidup, harapan, standar, dan kepedulian selama hidupnya. Tujuan dari manajemen *self care activities* adalah untuk membuat kualitas hidup pasien meningkat, mengurangi keluhan penderita, memberikan kenyamanan dan rasa sehat pada pasien diabetes (Wong *et al.*, 2018).

Kualitas hidup dapat dipengaruhi oleh penyakit diabetes melitus. Banyak sekali tuntutan yang harus dilakukan oleh penderita terkait perawatan DM seumur hidupnya. Penderita harus membatasi pola makan, melakukan monitoring glukosa

darah, dan melakukan pembatasan aktivitas. Selain itu pada penyakit diabetes melitus juga dapat menyebabkan timbulnya gejala, baik Ketika kadar gula darah rendah ataupun tinggi. Penderita diabetes melitus juga memiliki rasa takut akan komplikasi yang mungkin terjadi. Hal-hal tersebut yang mempengaruhi kualitas hidup pasien diabetes melitus (Suciana and Arifianto, 2019).

Hasil penelitian sebelumnya oleh (Agustina, Puji Astuti and Febi Naranti, 2022) menunjukkan hubungan yang signifikan antara *self care activities* dengan kadar gula darah. Peneliti menyatakan bahwa semakin rendahnya *self care activities* yaitu pengaturan diet dan latihan fisik maka kadar gula darah penderita akan semakin tinggi. Sebaliknya jika penderita menerapkan *self care activities* maka tingkat gula darah akan semakin rendah. *Self care* juga memberikan pengaruh terhadap kualitas hidup pasien DM. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian (Hardianti, Afrida and Ernawati, 2020) yang mengatakan bahwa semakin tingkat *self care activities* seseorang meningkat, maka tingkat kualitas hidup semakin meningkat. Sebaliknya jika penderita diabetes melitus memiliki *self care activities* yang buruk maka tingkat kualitas hidup akan cenderung rendah.

Berdasarkan penjelasan diatas diketahui bahwa masyarakat yang menderita penyakit diabetes semakin banyak (*American Diabetes Association, 2023*), namun penerapan manajemen pengobatannya masih belum dilaksanakan dengan baik. Masih banyak masyarakat yang tidak mematuhi manajemen diabetes mellitus seperti *self-care activities* diabetes melitus (Nugraha, 2021). Penyakit diabetes yang tidak dikelola dengan benar akan menyebabkan tingkat kadar glukosa darah menjadi tidak stabil dan akan meningkatkan risiko untuk mengalami komplikasi. Pasien yang mengalami komplikasi diabetes mellitus akan mengalami penurunan kualitas hidup (Hai *et al.*, 2019). Sehingga penulis mengambil penelitian “Hubungan *Self-Care Activities* Diabetes Melitus Terhadap Kadar Gula Darah Dan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II” untuk mengetahui apakah *Self-Care Activities* Diabetes Melitus akan berpengaruh terhadap kadar glukosa darah dan tingkat kualitas hidup pasien.

I.2. Rumusan Masalah

Diabetes melitus adalah sebuah penyakit kronis serius dimana kadar gula darah berada diatas normal karena adanya cacat pada pankreas yang bertugas menghasilkan insulin atau karena kerja tubuh yang tidak efektif dalam menggunakan insulin yang telah dihasilkan oleh tubuh (*American Diabetes Association, 2023*). Tubuh yang memiliki insulin kurang atau tubuh yang tidak dapat menggunakan insulin dengan efektif akan menyebabkan penumpukan gula darah dalam tubuh. Jika hal ini tidak tertangani dengan baik, maka dapat mengakibatkan terjadi berbagai macam komplikasi seperti penyakit neuropati diabetik, penyakit retinopati, penyakit nefropati, penyakit kaki diabetes (gangren), dan penyakit jantung koroner (*Suciana and Arifianto, 2019*). Komplikasi adalah salah satu faktor yang dapat mengakibatkan tingkat kualitas hidup penderita diabetes melitus menurun. Komplikasi mengakibatkan penderita mengalami keluhan lebih banyak. Keluhan ini dapat mempengaruhi aktivitas keseharian penderita. Pasien DM mengalami penurunan dalam semua aspek pada tubuh. Penurunan tersebut diantaranya adalah penurunan fungsi fisik, penurunan fungsi mental, penurunan kesehatan umum, penurunan kualitas nyeri, penurunan tanggungjawab, dan perubahan peran yang dapat mengakibatkan menurunnya kualitas hidup pasien (*Teli, 2017*).

Self care activities merupakan penatalaksanaan yang sangat penting bagi pasien DM. Kadar glukosa darah dapat dikontrol melalui penerapan *self care activities*. Namun hanya sedikit pasien yang menerapkan perilaku *self care* tersebut. Gula darah merupakan hal yang krusial bagi pasien diabetes melitus. Kadar gula darah dapat berpengaruh terhadap komplikasi dan kualitas hidup pasien diabetes. Berdasarkan latar belakang masalah diatas, peneliti ingin mengetahui manfaat *self care activities* terhadap kadar gula darah dan tingkat kualitas hidup. Sehingga perumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan *Self-Care Activities* Diabetes Melitus Dengan Kadar Gula Darah Dan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur.

I.3. Tujuan Penelitian

I.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan *Self-Care Activities* Diabetes Melitus Terhadap Kadar Gula Darah Dan Tingkat Kualitas Hidup pada penderita DM Di Puskesmas Kecamatan Ciracas, Kota Jakarta Timur.

I.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan lama menderita DM di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur.
- b. Mengidentifikasi gambaran *Self-Care Activities* Diabetes Melitus pada penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur.
- c. Mengidentifikasi gambaran kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur.
- d. Mengidentifikasi gambaran kualitas hidup pada penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur.
- e. Mengidentifikasi hubungan antara *Self-Care Activities* Diabetes Melitus dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur.
- f. Mengidentifikasi hubungan antara *Self-Care Activities* Diabetes Melitus dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Ciracas Jakarta Timur.

I.4. Manfaat Penelitian

I.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penulisan ilmiah ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada dunia pendidikan terutama pada bidang kesehatan mengenai penerapan *Self-Care Activities* Diabetes Melitus dalam menjaga kestabilan gula darahnya dan kualitas hidup.

I.4.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan ataupun sumber informasi bagi masyarakat yang menderita ataupun memiliki keluarga dengan penyakit Diabetes Mellitus dalam menjaga gula darah agar stabil sehingga dapat mengurangi risiko kejadian komplikasi akibat penyakit Diabetes Melitus.

b. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi sumber informasi mengenai *Self Care Activities* diabetes mellitus dalam menjaga kestabilan gula darah dan mencegah komplikasi sebagai salah satu penerapan manajemen penyakit.

c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat membuat peneliti mendapatkan pengalaman dan pengetahuan dalam melaksanakan studi tentang *Self Care Activities* Diabetes Melitus dalam menjaga kestabilan gula darah dan mencegah penurunan kualitas hidup karena komplikasi. Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat untuk peneliti selanjutnya sebagai salah satu sumber informasi dalam proses pembuatan penelitian yang serupa dengan *Self Care Activities* Diabetes Mellitus dalam menjaga kestabilan gula darah dan mencegah penurunan kualitas hidup karena komplikasi.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penulisan karya tulis ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan memperluas wawasan tentang *Self Care Activities* Diabetes Mellitus dalam menjaga kestabilan gula darah dan mencegah penurunan kualitas hidup karena komplikasi.