



KUALITAS HIDUP LANSIA PASIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEBUN HANDIL KOTA JAMBI TAHUN 2022

QUALITY OF LIFE OF ELDERLY DIABETES MELLITUS PATIENTS IN THE WORKING AREA OF THE HANDIL HEALTH CENTER IN 2022

Devi Arista^{1*}

Universitas Adiwangsa Jambi

Email :deviarista@unaja.ac.id (085266007383)

ABSTRAK

Diabetes mellitus adalah penyakit yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang melebihi normal (hiperglikemia) akibat tubuh kekurangan insulin baik absolut maupun relatif. Diabetes mellitus dapat dibedakan menjadi 3 yaitu DM tipe I, DM tipe II, dan GDM. Gaya hidup sehat dan dukungan keluarga yang baik dalam perawatan diabetes mellitus diyakini berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup sehat dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022. Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan oktober - februari 2023. Populasi dalam penelitian yaitu penderita diabetes mellitus yang berjumlah 289 orang dan jumlah sampel sebanyak 37 orang. Dari 37 responden, sebagian besar responden gaya hidup baik sebanyak 22 responden (59.5%). Dukungan keluarga kurang baik sebanyak 22 responden (59.5%) dan kualitas hidup baik sebanyak 24 responden (64.9%). Dan hasil analisis bivariate didapatkan tidak ada hubungan gaya hidup sehat dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus dengan nilai *p-value* = 1.000. Tidak ada hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus dengan nilai *p-value* = 0.589. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai gambaran dalam meningkatkan pelayanan kesehatan lansia dalam pencegahan dan penanganan diabetes mellitus.

Kata kunci : Gaya Hidup, dukungan keluarga, kualitas hidup DM

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a disease characterized by blood glucose levels that exceed normal (hyperglycemia) as a result of the body's lack of insulin, either absolute or relative. Diabetes mellitus can be divided into 3, namely DM type I, DM type II, and GDM. Healthy lifestyle and good family support in the treatment of diabetes mellitus are believed to affect the quality of life of patients with diabetes mellitus. This study aims to determine the relationship between a healthy lifestyle and family support on the quality of life of elderly diabetes mellitus patients in the working area of the Handil Health Center in 2022. This research is a quantitative analytic study with a cross-sectional approach. This research was conducted in October - February 2023. The population in the study were 289 people with diabetes mellitus and a total sample of 37 people. Of the 37 respondents, the majority of respondents had a good lifestyle, 22 respondents (59.5%). 22 respondents (59.5%) have poor family support and 24 respondents (64.9%) have good quality of life. And the results of the bivariate analysis found that there was no relationship between a healthy lifestyle and the quality of life of elderly diabetes mellitus patients with a *p-value* = 1,000. There is no relationship between family support and the quality of life of elderly diabetes mellitus patients with a *p-value* = 0.589. It is hoped that the results of this study can be used as an illustration in improving elderly health services in the prevention and treatment of diabetes mellitus.

Keywords : Lifestyle, family support, quality of life DM



PENDAHULUAN

Diabetes merupakan masalah kesehatan masyarakat yang penting, menjadi salah satu dari empat penyakit tidak menular prioritas yang menjadi target tindak lanjut oleh para pemimpin dunia. Jumlah kasus dan prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir (Kemeskes RI, 2019).

Data International Diabetes Federation (IDF) 2021 menyebutkan bahwa sekitar 19,46 juta orang di Indonesia mengidap diabetes. Terjadi peningkatan sebesar 81,8 persen dibandingkan jumlah pada 2019. Angka tersebut mempromosikan Indonesia sebagai negara dengan jumlah pengidap diabetes tertinggi kelima di dunia (setelah China, India, Pakistan, dan Amerika Serikat). Bahkan, Indonesia menjadi satu – satunya di Asia Tenggara yang masuk ke dalam 10 besar negara dengan kasus terbanyak.

Jumlah pengidap diabetes Indonesia terus mengalami peningkatan. Pada 2019 lalu angka masih 10,7 juta pengidap. Diestimasi, kuantitasnya akan mencapai 23,32 juta pada 2030 mendatang. Laporan IDF juga memperlihatkan bahwa sekitar 73,7% dari total pengidap diabetes di Indonesia (14,34 juta orang) hidup dengan diabetes yang tidak terdiagnosis. Estimasinya, 1 per 9 orang dewasa di Indonesia mengidap gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan kadar gula darah tinggi ini. Lebih menegangkan, sepanjang 2021 jumlah kematian akibat diabetes di tanah air sudah mencapai 236,711 ribu kasus, semakin menegangkan betapa bahaya penyakit ini masih sangat harus diwaspadai.

Prevalensi diabetes mellitus menunjukkan peningkatan seiring dengan bertambahnya umur penderita yang puncaknya pada umur 55-64 tahun dan menurun setelah melewati rentang umur tersebut. Pola peningkatan ini terjadi pada (Riskesdas 2013 dan 2018) yang mengindikasikan semakin tinggi umur maka semakin besar resiko untuk mengalami diabetes. Peningkatan prevalensi dari tahun 2013-2018 terjadi pada kelompok

umur 45-54 tahun, 55-64 tahun, 66-74 tahun, dan ≥ 75 tahun.

Beberapa peneliti telah melakukan penelitian yang terkait dukungan keluarga dan kualitas hidup pada penderita DM ini. Diah Ratnawati, dkk. (2019) salah satu yang melakukan sebuah penelitian terhadap 134 responden di kelurahan Citayam Bogor. Hasil menunjukkan bahwa dukungan keluarga berhubungan signifikan dengan kualitas hidup lansia diabetes mellitus. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Ellyvina Setya Dhini, dkk (2021) terhadap 18 orang peserta pelatihan tentang gaya hidup sehat penderita diabetes mellitus pada kelompok PKK di kelurahan Kauman Kota Malang. Hasil menunjukkan diperoleh gambaran terjadinya peningkatan pengetahuan tentang gaya hidup sehat diabetes dengan rata-rata 46% menjadi 98,8%.

Berdasarkan Data dari Dinas Kesehatan Kota Jambi, penderita Diabetes Mellitus tertinggi di puskesmas kebun handil pada tahun 2020 sebanyak 428 dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 1470, terjadi peningkatan 1042 penderita Diabetes Mellitus. Angka kejadian Diabetes Mellitus di puskesmas kebun handil pada tahun 2021 merupakan peningkatan paling tinggi dibandingkan 19 puskesmas lainnya yang ada dikota jambi (Dinkes Kota Jambi). Untuk tahun 2022 dari bulan januari – oktober didapatkan kunjungan pasien Diabetes Mellitus sebanyak 1349 orang. (Puskesmas Kebun Handil).

Survei awal telah dilakukan peneliti pada tanggal 12 November 2022 mengenai Diabetes Mellitus di Puskesmas Kebun Handil. Dari 10 orang penderita Diabetes Mellitus yang berkunjung ke Puskesmas Kebun Handil, 80% berusia kategori lansia, dari 8 orang penderita diabetes mellitus lansia 6 diantaranya mengatakan masih sering mengkonsumsi makanan bersantan, berlemak, jarang mengkonsumsi buah – buahan dan tidak pernah berolahraga. 2 diantaranya kurang mendapat perhatian dari keluarganya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk melihat hubungan gaya hidup sehat dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan oktober - februari

2023 di wilayah kerja puskesmas kebun handil. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita Diabetes Mellitus yang berjumlah 289 orang dan sampel penelitian sebanyak 37 orang. Teknik yang diambil secara *Accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Data dianalisis menggunakan analisis univariate dan bivariate menggunakan uji analisis chi – square.

HASIL

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Berdasarkan data yang diperoleh dari 37 responden diketahui

karakteristik responden berdasarkan umur antara lain:

Tabel 4.1
Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

No	Umur	Jumlah	%
1	52-58 Tahun	17	45.9%
2	59-65 Tahun	13	35.1%
3	66-72 Tahun	7	18.9%
Total		37	100%

Berdasarkan Tabel 4.1, dari 37 responden mayoritas kategori umur

52-58 tahun sebanyak 17 responden (45.9%).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan data yang diperoleh dari 37 responden diketahui karakteristik

responden berdasarkan jenis kelamin antara lain:

Tabel 4.2
Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis Kelamin	Jumlah	%
1	Laki – laki	16	43.2%
2	Perempuan	21	56.8%
Total		37	100%

Berdasarkan Tabel 4.2, dari 37 responden mayoritas kategori jenis

kelamin perempuan sebanyak 21 responden (56.8%).

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Berdasarkan data yang diperoleh dari 37 responden diketahui

karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan antara lain:

Tabel 4.3
Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Jumlah	%
1	Tidak Sekolah	6	16.2%
2	SD	3	8.1%
3	SMP	12	32.4%
4	SMA	16	43.2%
Total		37	100%

Berdasarkan Tabel 4.3, dari 37 responden mayoritas kategori tingkat

pendidikan SMA sebanyak 16 responden (43.2%).

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Status Pekerjaan

Berdasarkan data yang diperoleh dari 37 responden diketahui

karakteristik responden berdasarkan status pekerjaan antara lain:

Tabel 4.4

Karakteristik responden berdasarkan status pekerjaan

No	Status Pekerjaan	Jumlah	%
1	Tidak Bekerja	1	2.7%
2	Swasta	13	35.1%
3	Petani	6	16.2%
4	IRT	17	45.9%
Total		37	100%

Berdasarkan Tabel 4.4, dari 37 responden mayoritas kategori status

pekerjaan IRT sebanyak 17 responden (45.9%).

e. Karakteristik Responden Berdasarkan Keluarga yang Selama ini Merawat

Berdasarkan data yang diperoleh dari 37 responden diketahui karakteristik responden berdasarkan

keluarga yang selama ini merawat antara lain:

Tabel 4.5

Karakteristik responden berdasarkan keluarga yang selama ini merawat

No	Keluarga yang Merawat	Jumlah	%
1	Suami	16	43.2%
2	Istri	12	32.4%
3	Anak	8	21.6%
4	Orang Tua	1	2.7%
Total		37	100%

Berdasarkan Tabel 4.5, dari 37 responden mayoritas kategori keluarga

yang merawat saat ini suami sebanyak 16 responden (43.2%).

f. Gambaran Gaya Hidup Sehat Terhadap Lansia Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Penelitian terhadap gaya hidup sehat terhadap lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022. Hasil penelitian berdasarkan gaya hidup sehat responden ada 2 kategori

yaitu baik dan kurang baik. Hasil ukur yang ditetapkan untuk gaya hidup sehat terhadap lansia pasien diabetes mellitus adalah baik, jika nilai skor \geq mean (66.00) dan kurang baik, jika nilai skor $<$ mean (66.00).

Tabel 4.6

Gambaran Gaya Hidup Sehat Terhadap Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

No	Gaya Hidup Sehat	Jumlah	%
1	Kurang Baik	15	40.5%
2	Baik	22	59.5%
Total		37	100%

Berdasarkan Tabel 4.6 didapatkan bahwa dari 37 responden, sebagian besar responden gaya hidup sehat kurang baik sebanyak 15

responden (40.5%) dan gaya hidup sehat baik sebanyak 22 responden (59.5%).

g. Gambaran Dukungan Keluarga Terhadap Lansia Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Penelitian terhadap dukungan keluarga terhadap lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022. Hasil penelitian berdasarkan dukungan keluarga responden ada 2 kategori

yaitu baik dan kurang baik. Hasil ukur yang ditetapkan untuk dukungan keluarga terhadap lansia pasien diabetes mellitus adalah baik, jika nilai skor \geq mean (101.08) dan kurang baik, jika nilai skor $<$ mean (101.08).

Tabel 4.9

Gambaran Dukungan Keluarga Terhadap Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

No	Dukungan Keluarga	Jumlah	%
1	Kurang Baik	22	59.5%
2	Baik	15	40.5%
Total		37	100%

Berdasarkan Tabel 4.9 didapatkan bahwa dari 37 responden, sebagian besar responden dukungan keluarga kurang baik sebanyak 22

responden (59.5%) dan dukungan keluarga baik sebanyak 15 responden (40.5%).

h. Gambaran Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Penelitian terhadap kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022. Hasil penelitian berdasarkan kualitas hidup responden ada 2 kategori yaitu baik dan kurang

baik. Hasil ukur yang ditetapkan untuk kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus adalah baik, jika nilai skor \geq median (71.00) dan kurang baik, jika nilai skor $<$ median (71.00).

Tabel 4.11

Gambaran Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

No	Kualitas Hidup	Jumlah	%
1	Kurang Baik	13	35.1%
2	Baik	24	64.9%
Total		37	100%

Berdasarkan Tabel 4.11 didapatkan bahwa dari 37 responden, sebagian besar responden kualitas

hidup kurang baik sebanyak 13 responden (35.1%) dan kualitas hidup baik sebanyak 24 responden (64.9%).

2. Analisis Bivariat

a. Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Hasil analisis hubungan gaya hidup sehat dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di

wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.12

Analisis Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

No	Gaya Hidup	Kualitas Hidup				P-value		
		Kurang Baik		Baik			Total	
		N	%	N	%	n	%	
1.	Kurang Baik	5	13.5	10	27.0	15	40.5	1,000
2.	Baik	8	21.6	14	37.8	22	59.5	
	Total	13	35.1	24	64.9	37	100	

Sebesar 21.6% responden memiliki gaya hidup baik tetapi kualitas hidup kurang baik sebesar 27.0%. Memiliki gaya hidup kurang baik sebesar 13.5% tetapi kualitas hidup baik sebesar 37.8%.

(1,000>0,05) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara gaya hidup sehat dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022.

Hasil uji statistic chi-square diperoleh nilai *p-value* 1,000 artinya

b. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Hasil analisis hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus

di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022, dapat diliat pada tabel berikut:

Tabel 4.13

Analisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

No	Dukungan Keluarga	Kualitas Hidup				P-value		
		Kurang Baik		Baik			Total	
		N	%	N	%	n	%	
1.	Kurang Baik	9	24.3	13	35.1	22	59.5	0,589
2.	Baik	4	10.8	11	29.7	15	40.5	
	Total	13	35.1	24	64.9	37	100	

Sebesar 10.8% responden memiliki dukungan keluarga baik tetapi kualitas hidup kurang baik sebesar 35.1%. Memiliki dukungan keluarga kurang baik sebesar 24.3% tetapi memiliki kualitas hidup baik sebesar 29.7%.

Hasil uji statistic chi-square diperoleh nilai *p-value* 0,589 artinya (0,589>0,05) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022.

PEMBAHASAN

a. Gambaran Gaya Hidup Sehat Terhadap Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian dari 37 responden mengenai gaya

hidup sehat terhadap lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil mayoritas responden gaya hidup baik sebanyak 22 responden (59.5%).

Menurut Anne (2010), gaya hidup sehat adalah suatu gaya hidup dengan memperhatikan faktor – faktor tertentu yang mempengaruhi

kehatan, antara lain makanan dan olahraga. Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian sebanyak 2.7% pasien tidak suka mengkonsumsi buah-buahan dan masih ada pasien yang sering minum kopi dan teh sebanyak 5.4%. Bahkan masih ada yang jarang jalan-jalan pagi sebanyak 21.6%.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nofrida, Amelia. Dkk. (2017) mengenai Hubungan Gaya Hidup dengan Terjadinya Ganggren Pada Pasien Diabetes Mellitus di Poli Klinik Endokrin Rumah Sakit Daerah Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh Tahun 2017. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan pola istirahat dengan terjadinya genggren pasien diabetes mellitus di poliklinik endokrin rumah sakit umum daerah dr. Zainoel Abidin Banda Aceh Tahun 2017 dengan ($p=0,331$).

Dan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Rahman Toharin, Syamsi. Dkk. (2015). Mengenai Hubungan Modifikasi Gaya Hidup Dan Kepatuhan Komsumsi Obat Antidiabetik Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rs Qim Batang Tahun 2013. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara kepatuhan melakukan latihan jasmani dengan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2 dengan ($p=1,000$). Dan tidak ada hubungan antara kepatuhan berhenti merokok dengan kadar gula darah pada penderita DM tipe 2 dengan ($p=0,012$).

Menurut asumsi peneliti, faktor resiko diabetes mellitus seperti pola makan dan olahraga hanya faktor – faktor yang dapat mempertinggi resiko seseorang terkena diabetes, dengan kata lain, faktor resiko adalah suatu hal yang dapat memicu terjadinya penyakit diabetes sekaligus meningkatkan potensi serangan

diabetes. Maka dari itu, kita tidak bisa pastikan bahwa faktor gaya hidup adalah penyebab terjadinya diabetes. Karena faktor resiko gaya hidup ialah faktor yang masih dapat dikendalikan.

Upaya yang dapat dilakukan yaitu penyuluhan tentang diabetes karena penyakit diabetes adalah penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup. Penderita diabetes yang mempunyai pengetahuan yang cukup tentang diabetes, kemudian dapat mengubah perilakunya. Semakin baik pengetahuan pasien tentang gaya hidup sehat bagi penderita maupun resiko terkena penyakit diabetes mellitus, maka pasien dapat mengontrol gula darah dengan baik. Jika pasien memiliki pengetahuan tentang mengendalikan pola hidup sehat disertai dengan perubahan perilaku dan kesadaran pasien, maka jumlah pasien yang mengontrol atau mengendalikan pola hidup sehat dengan baik dapat meningkat dan pasien DM dapat hidup lebih berkualitas.

b. Gambaran Dukungan Keluarga Terhadap Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian dari 37 responden mengenai dukungan keluarga terhadap lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil mayoritas responden dukungan keluarga kurang baik sebanyak 22 responden (59.5%).

Menurut (Indrayani, 2018) faktor yang paling dominan dalam mempengaruhi kualitas hidup lansia adalah dukungan keluarga. Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yaitu sebanyak 8.1% pasien jarang mendapat dukungan dari keluarga untuk kontrol kedokter dan 24.3% keluarga jarang mendorong pasien untuk mengikuti acara diet/makan. Bahkan 2.7% keluarga merasa

kesusahan terhadap diabetes yang alami.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rasdini, Ari. (2015). Mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus dengan ($p=0195$).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sophia Panjaitan, Brenda. Dkk. (2018) terhadap 32 orang lansia mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia. Penelitian lain juga menunjukkan hal yang sama pada penelitian yang dilakukan oleh Khasanah, (2019) terhadap 72 responden, bahwa tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia.

Peneliti beranggapan bahwa dukungan keluarga yang kurang baik memiliki pengaruh terhadap pasien diabetes mellitus. Keluarga merupakan bagian penting dari seseorang begitu pula dengan penderita DM. Semakin tinggi dukungan yang diperoleh maka semakin rendah derajat depresi yang dialami penderita DM sehingga kualitas hidupnya akan semakin tinggi, begitu pula sebaliknya. Dukungan keluarga mempunyai dampak terhadap kesehatan fisik dan mental anggota keluarga yang menderita DM.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan dukungan keluarga yaitu memberikan dukungan pada penderita diabetes untuk selalu mendapatkan perawatan yang baik dan selalu mengingatkan untuk selalu rutin mengontrol gula darah. Serta selalu mendengarkan dan mengerti ketika pasien bercerita tentang diabetes. Dan

keluarga selalu mengingatkan tentang jadwal diet yang teratur dan menyiapkan makanan sesuai dengan diet pasien.

c. **Gambaran Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022**

Berdasarkan hasil penelitian dari 37 responden mengenai kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil mayoritas responden kualitas hidup baik sebanyak 24 responden (64.9%).

Seseorang yang memasuki usia lanjut akan mengalami perubahan secara bertahap didalam aktivitas metabolisme organ dan dimulainya ketidakmampuan tubuh dalam meregenerasi sel. Dampak dari perubahan tersebut yaitu lansia mengalami penurunan aspek – aspek dalam kualitas hidup. Salah satu prediktor utama dalam kualitas hidup adalah kesehatan fisik, dimana salah satunya yaitu aspek tidur dan istirahat. Tidur merupakan salah satu fenomena dasar yang penting bagi kehidupan manusia, kurang lebih dari 7 jam kehidupan manusia dijalankan dengan tidur. Menurut Tamber (2012) proses degenerasi pada lansia menyebabkan waktu tidur yang efektif semakin berkurang, dan menyebabkan tidak tercapainya kualitas tidur yang adekuat dan menyebabkan berbagai macam keluhan tidur yang dapat mengakibatkan penurunan pada kualitas hidup lansia. Hasil penelitian tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan yaitu sebanyak 2.7% sangat puas untuk waktu tidur dan sebanyak 5.4% tidak bisa tidur dimalam hari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiyorini, Erni. Dkk. (2017), mengenai hubungan lama menderita dan kejadian komplikasi dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes mellitus tipe 2. Hasil

penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara lama menderita dengan kualitas hidup lansia penderita DM tipe 2 dengan ($p=0,692$), dan tidak ada hubungan antara kejadian komplikasi DM dengan kualitas hidup lansia penderita DM tipe 2 dengan ($p=0,545$). Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian sebanyak 2.7% pasien jarang mengalami komplikasi karena diabetes dan sebanyak 5.4% merasa jarang terlihat berbeda karena diabetes. Serta 100% selalu takut akan meninggal dunia.

Peneliti berasumsi bahwa kualitas hidup baik akan semakin mempermudah proses pengobatan DM. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Mandagi (2012) yang menyatakan bahwa kualitas hidup merupakan salah satu tujuan utama dalam perawatan, khususnya pada penderita DM, apabila kadar gula darah dapat terkontrol dengan baik maka keluhan fisik akibat komplikasi dapat dicegah. begitu pula sebaliknya, suatu penyakit dapat menyebabkan terjadinya penurunan kualitas hidup seseorang, terutama penyakit-penyakit kronis yang sangat sulit disembuhkan.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup lansia yaitu keluarga dapat menjalankan gaya hidup sehat, keluarga memberikan dukungan dan dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan dalam penatalaksanaan DM sehingga kualitas hidup lansia penderita DM baik. Seperti mengkonsumsi makanan yang sehat, pola hidup yang teratur dan meningkatkan daya tahan tubuh dengan berolahraga.

d. Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Hasil analisis hubungan gaya hidup sehat dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus dari 37

responden diketahui bahwa 22 responden (59.5%) memiliki gaya hidup baik yang memiliki kualitas hidup baik sebanyak 24 responden (64.9%), dan dari 15 responden (40.5%) memiliki gaya hidup kurang baik yang memiliki kualitas hidup kurang baik 13 responden (35.1%).

Hasil uji statistic chi-square diperoleh nilai p -value 1,000 artinya ($1,000>0.05$) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan gaya hidup sehat dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022.

Menurut Tan (2011), faktor-faktor yang mempengaruhi gaya hidup sehat yaitu: alkohol, kopi, rokok, serat, dan kegiatan fisik (olahraga). Hal ini tidak sesuai dengan hasil penelitian saya yaitu sebanyak 29.7% tidak pernah minum kopi dan teh, sebanyak 2.7% pasien jarang minum air putih sebanyak 8 gelas dan tidak pernah mengkonsumsi buah-buahan sebanyak 2.7%. Sebanyak 21.6% jarang jalan-jalan pagi dan sebanyak 2.7% selalu merasakan tubuh tidak enak setiap olahraga. Bahkan sebanyak 83.8% sering tidur diatas jam 9 malam dan tidak pernah mengkonsumsi vitamin atau suplemen gizi sebanyak 8.1%.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ardilla Siregar, Maya. Dkk. (2020). Tentang Hubungan Self Care Diabetes Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Medan dengan ($p=0,323$). Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan self care diabetes dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus di rumah sakit umum mitra medika medan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Apriyanti, Giyastuti. (2019) tentang hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita diabetes

mellitus di UPTD Puskesmas Ambarawa Kabupaten Semarang. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus dengan ($p=0,930$).

Menurut asumsi peneliti lansia yang memiliki gaya hidup baik akan lebih memperhatikan kualitas hidup dibandingkan dengan lansia yang memiliki gaya hidup kurang baik, gaya hidup lansia bisa dilihat dari cara berpakaian, kebiasaan dan lain-lain. Jadi gaya hidup lansia akan mempengaruhi bagaimana lansia akan melakukan perawatan kesehatan.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan gaya hidup sehat terhadap lansia pasien diabetes mellitus adalah dengan memberikan bimbingan dan arahan bagaimana cara gaya hidup sehat yaitu dengan mengkomsumsi makanan yang sehat (contohnya mengurangi makanan yang bersantan, berlemak, dan mengkomsumsi sayur dan buah-buahan serta minum air putih sebanyak 8 gelas setiap hari). Pola hidup yang teratur (contoh makan, tidur, bekerja, dan beristirahat dengan teratur). Dan meningkatkan daya tahan tubuh dan kesehatan jasmani (olahraga secara teratur).

e. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Lansia Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Kebun Handil Tahun 2022

Hasil analisis hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus dari 37 responden diketahui bahwa 20 responden (54.1%) memiliki dukungan keluarga baik yang memiliki kualitas hidup baik sebanyak 24 responden (64.9%), dan dari 17 responden (45.9%) memiliki dukungan keluarga kurang baik yang memiliki kualitas hidup kurang baik 13 responden (35.1%).

Hasil uji statistic chi-square diperoleh nilai p -value 0,589 artinya ($0,589>0,05$) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas kebun handil tahun 2022.

Lansia membutuhkan seseorang untuk mengerti dengan kondisi yang dialami, keluarga dapat menjadi pendengar yang baik untuk mendengarkannya bercerita serta memenuhi kebutuhannya. (Luthfa, 2018). Dukungan dari keluarga menjadi unsur penting untuk meningkatkan rasa percaya diri dan memotivasi lansia. Keluarga dapat melibatkan lansia untuk membuat keputusan serta memecahkan masalah bersama, memberikan kebebasan dalam perubahan fisik dan mental, memberikan ruang dan waktu dari setiap anggota keluarga (Oktowaty, 2018). Hal ini tidak sesuai dengan hasil penelitian saya yaitu keluarga jarang mendorong saya untuk mengikuti acara diet/makan sebanyak 24.3%, keluarga sering makan makanan yang tidak boleh saya makan didekat saya sebanyak 64.9% dan keluarga jarang membantu usaha saya untuk olahraga sebanyak 18.9%. Serta sebanyak 10.8% keluarga jarang menyarankan untuk memeriksakan mata kedokter dan keluarga jarang mendorong saya untuk periksa gigi ke dokter sebanyak 13.5%. Dan sebanyak 2.7% keluarga merasa kesusahan terhadap diabetes yang saya alami dan keluarga jarang mendengarkan jika saya bercerita tentang diabetes sebanyak 18.9%.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Suardana, I Ketut. Dkk. (2015). Mengenai Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas IV Denpasar Selatan dengan ($p=0,195$).

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan dukungan sosial keluarga dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Intan Permatasari, Laela. (2019), mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes mellitus di UPT Puskesmas Cerme Kabupaten Gresik dengan ($p=0,545$). Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup.

Menurut asumsi peneliti lansia yang memiliki dukungan keluarga baik akan lebih memperhatikan kualitas hidup dibandingkan dengan lansia yang memiliki dukungan keluarga kurang baik, dukungan keluarga bisa dilihat dari selalu mengingatkan untuk selalu rutin mengontrol gula darah dan membantu usaha saya untuk olahraga. Jadi dukungan keluarga akan mempengaruhi bagaimana lansia akan melakukan perawatan kesehatan.

Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan dukungan keluarga terhadap lansia pasien diabetes mellitus adalah dengan memberikan bimbingan dan arahan dari petugas kesehatan yaitu keluarga memberi saran untuk kontrol ke dokter dan mengikuti edukasi diabetes serta memberikan informasi tentang diabetes. Keluarga mendorong pasien untuk olahraga dan mengikuti acara diet/makan serta membantu untuk menghindari makanan yang manis. Keluarga juga mengingatkan pasien untuk selalu mengontrol gula darah dan keluarga membantu ketika pasien cemas dan membantu dalam mengatasi diabetes. Semakin baik dukungan dari keluarga maka akan semakin baik kualitas hidupnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan tentang hubungan gaya hidup sehat dan dukungan keluarga terhadap kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus dari 37 responden, sebagian besar responden gaya hidup baik sebanyak 22 responden (59.5%), dukungan keluarga kurang baik sebanyak 22 responden (59.5%) dan kualitas hidup baik sebanyak 24 responden (64.9%). Dan hasil analisis bivariate didapatkan tidak ada hubungan gaya hidup sehat dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus dengan nilai $p\text{-value} = 1.000$. Tidak ada hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus dengan nilai $p\text{-value} = 0.589$. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi untuk mengembangkan penelitian agar peneliti selanjutnya bisa meneliti lebih mendalam tentang kualitas hidup lansia pasien diabetes mellitus dan dapat dijadikan bahan perbandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anne, Ahira. (2010). *Pengertian Pola Hidup Sehat. Tersedia Dalam* <http://Www.Anneaher.Com/Pengertian-Pola-Hidup-Sehat> 8691. Htm. Diakses pada tanggal 1 November 2022.
- Ardilla Siregar, Maya. Dkk. (2020). *Tentang Hubungan Self Care Diabetes Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Umum Mitra Medika*. Medan. Institut Kesehatan Helvetia.
- Dewi Apriyanti, Giyastuti. (2019) *Tentang hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus di UPTD Puskesmas Ambarawa Kabupaten Semarang*.
- Diah, Ratnawati. Dkk. (2019). *Dukungan Keluarga Berpengaruh Kualitas Hidup Pada Lansia dengan Diagnosa Diabetes Mellitus*. Jakarta: Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



- Dinas Kesehatan Kota Jambi. (2020). *Profil Kesehatan Kota Jambi*. Jambi: Dinas Kesehatan.
- Dinas Kesehatan Kota Jambi. (2021). *Profil Kesehatan Kota Jambi*. Jambi: Dinas Kesehatan.
- Ellyvina, Setya Dhini. Dkk. (2021). *Pelatihan Tentang Gaya Hidup Sehat Penderita Diabetes Mellitus Pada Kelompok PKK di Kelurahan Kauman Kota Malang*. Malang: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Waluya.
- IDF. (2021). <https://jec.co.id/id/article/jec-eye-talks-world-diabetes-day-2021>. Diakses pada tanggal 13 Desember 2022.
- Indrayani. (2018). *Faktor – faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup lansia di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan*. Jurnal Kesehatan Reproduksi.
- Intan Permatasari, Laela. (2019), *mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes mellitus di UPT Puskesmas Cerme Kabupaten Gresik*.
- Kemendes RI. (2019). *Infodatin (Hari Diabetes Mellitus Tahun 2018)*. Jakarta. Kemendes RI.
- Khasanah. (2019). *Dukungan keluarga berhubungan dengan tingkat kualitas hidup lansia*. Jurnal Keperawatan Jiwa.
- Luthfa, I. (2018). *Perbedaan kualitas hidup lansia yang tinggal bersama keluarga dengan lansia yang tinggal di rumah pelayanan sosial*. Jurnal Wacana Kesehatan, 3(1).
- Mandagi, A.M. (2012). *Faktor yang berhubungan dengan status kualitas hidup penderita diabetes mellitus*. Surabaya: fakultas kesehatan masyarakat, universitas airlangga.
- Nofrida, Amelia. Dkk. (2017) *mengenai Hubungan Gaya Hidup dengan Terjadinya Gangren Pada Pasien Diabetes Mellitus di Poli Klinik Endokrin Rumah Sakit Daerah Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh*. Aceh: Universitas Abulyatama.
- Nur Rahman Toharin, Syamsi. Dkk. (2015). *Mengenai Hubungan Modifikasi Gaya Hidup Dan Kepatuhan Komsumsi Obat Antidiabetik Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rs Qim Batang*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Rasdini, Ari. (2015). *Mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2*.
- Setiyorini, Erni. Dkk. (2017), *mengenai hubungan lama menderita dan kejadian komplikasi dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes mellitus tipe 2*. Blitar: Stikes Patria Husada Blitar.
- Sophia Panjaitan, Brenda. Dkk. (2018) *terhadap 32 orang lansia mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia*.
- Suardana, I Ketut. Dkk. (2015). *Mengenai Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas IV Denpasar Selatan*. Politeknik Kesehatan Denpasar.