

Dikirim : 3 Oktober 2022
Direvisi : 2 November 2022
Disetujui : 4 Desember 2022

IMJ
(Initium Medica Journal)
Online ISSN : 2798-2289
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>



Hubungan Self Regulated Learning dan Peningkatan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2

Agusrianti¹⁾, Mira Agusthia²⁾, Rizki Sari Utami Muchtar³⁾

^{1,2,2)} Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Awal Bros
Email : bundarakha18@gmail.com, agusthiamira@gmail.com, sariutami0784@gmail.com

ABSTRAK

Self regulation (regulasi diri) atau pengaturan diri merupakan cara orang mengontrol dan mengarahkan tindakan sendiri. 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. Fenomena yang ditemukan di UPT Puskesmas Sekupang, 7 orang mengatakan tahun pertama menderita Diabetes Mellitus merupakan saat yang berat, dimana dirinya belum menerima dan tidak percaya hingga tahun kedua, 3 orang mengatakan kecemasannya muncul akan berefek pada fisiknya seperti pusing bila mendengar dampak-dampak DM yang dirasakan penderita lainnya, jantung sering bedebur kencang bila merasa tanda-tanda gula darah meningkat pada dirinya atau ketika ingin melakukan pemeriksaan, sering sulit tidur saat malam hari yang seringnya membuat dirinya semakin berfikir negatif mengenai dirinya serta penyakitnya dan semakin sering buang air kecil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self regulated learning* dan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang. Rancangan penelitian ini adalah jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah apasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja UPT Puskesmas Sekupang yang berjumlah 36 orang dan data dianalisa menggunakan uji *hi square*. Hasil uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *pvalue* $0,000 \leq 0,05$ berarti dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi kualitas hidup responden yang mengalami *self regulated learning* baik dengan yang mengalami *self regulated learning* sedang, maka H_0 diterima. Dapat disimpulkan adanya hubungan *self regulated learning* dan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang. Saran bagi perawat dapat meningkatkan upaya peningkatan kualitas hidup pasien DM tipe 2 melalui kegiatan promosi kesehatan, prolanis dan Posbindu PTM.

Kata kunci : *Self Regulated Learning, Kualitas Hidup, DM tipe 2*
Pustaka : 42 (2015-2021)

Dikirim : 3 Oktober 2022
Direvisi : 2 November 2022
Disetujui : 4 Desember 2022

IMJ
(Initium Medica Journal)
Online ISSN : 2798-2289
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>



The Relationship of Self-Regulated Learning and Improving the Quality of Life of Type 2 Diabetes Mellitus Patients

Agusrianti¹⁾, Mira Agusthia²⁾, Rizki Sari Utami Muchtar³⁾

^{1,2,2)} Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Awal Bros
Email : bundarakha18@gmail.com, agusthiamira@gmail.com, sariutami0784@gmail.com

ABSTRACT

Self-regulation (self-regulation) or self-regulation is the way people control and direct their actions. Quality of life is an individual's perception of his position in life, about local cultural and value systems and related to his ideals, expectations, and views which is a multidimensional measurement not limited to only the physical and psychological effects of treatment. The phenomenon found at the UPT Puskesmas Sekupang, 7 people said the first year of suffering from Diabetes Mellitus was a tough time, where they did not accept and did not believe until the second year, and 3 people said that their anxiety would affect their physical appearance such as dizziness when they heard the effects of DM. felt by other sufferers, the heart often beats fast when he feels signs of increased blood sugar in him or when he wants to do an examination, often has difficulty sleeping at night which often makes him think more negatively about himself and his illness and urinate more often. This study aims to determine the relationship between self-regulated learning and improving the quality of life of people with type 2 diabetes mellitus in the Work Area of the UPT Puskesmas Sekupang. The design of this research is an analytic observational research type with a cross-sectional approach. The sample in this study was a patient with type 2 diabetes mellitus in the working area of the UPT Puskesmas Sekupang totalling 36 people and the data were analyzed using the chi-square test. The results of the chi-square statistical test obtained a p-value of $0.000 \leq 0.05$, which means that it can be concluded that there is a difference in the proportion of the quality of life of respondents who experience good self-regulated learning and those who experience moderate self-regulated learning, then H_a is accepted. It can be concluded that there is a relationship between self-regulated learning and improving the quality of life of people with type 2 diabetes mellitus in the Work Area of the UPT Puskesmas Sekupang. Suggestions for nurses can improve efforts to improve the quality of life of type 2 DM patients through health promotion activities, prolongs and PTM Posbindu.

Keywords: Self Regulated Learning, Quality of Life, Type 2 DM Reference : 42 (2015-2021)

PENDAHULUAN

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 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 respon psikologis yang negatif seperti kecemasan 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 indikator 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 (Miller et 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 bedebur kencang bila merasa tanda-tanda gula darah meningkat pada dirinya atau ketika ingin melakukan pemeriksaan, sering keluarkeringat 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 “

METODELOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini untuk menganalisa Hubungan *Self Regulated Learning* Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang. Populasi penelitian semua pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja UPT Puskesmas Sekupang. Data dari UPT Puskesmas Sekupang menunjukkan jumlah pasiendiabetes mellitus tipe 2 Januari 2022 sampai dengan Juni 2022 sebanyak 220 orang. Jumlah pasien diabetes yang berkunjung ke UPT Puskesmas Sekupang rata-rata per bulan 36 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja UPT Puskesmas Sekupang yang berjumlah 36 orang. Teknik pengambilan sampling adalah teknik *purposive samp*. Hasil analisis menggunakan uji *chi square*

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh karakteristik responden yang meliputi umur, pendidikan terakhir, dan pekerjaan dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang

NO	Karakteristik Responden	f	%
1	Usia		
	- ≤45 Tahun	4	11,1
	- 45-60 Tahun	23	63,9
	- ≥60 Tahun	9	25,0
	Total	36	100
2	Jenis Kelamin		
	a. Laki-Laki	16	44,4
	b. Perempuan	20	55,6
	Total	36	100
3	Pendidikan		
	a. Tidak Sekolah	5	13,9
	b. SD	12	33,3
	c. SMP	10	27,8
	d. SMA	8	22,2
	e. Perguruan Tinggi	1	2,8
	Total	36	100
4	Pekerjaan		
	a. Ibu Rumah Tangga	20	55,6
		0	0,0
	b. Petani	2	5,6
	c. Wiraswasta	14	38,9
	d. Pegawai Swasta	0	0,0
		36	100
	e. Pegawai Negeri		
	Total		
	4	Lama Penyakit	
a. ≤ 5 Tahun		14	38,9
b. > 5 tahun		22	61,1
	Total	36	100

Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa responden yang dilakukan wawancara sebanyak 36 orang. Usia

responden adalah yang berusia 45-60 tahun (63,3%). Dengan responden tertinggi adalah perempuan dengan jumlah 20 orang (55,6%).

ANALISA UNIVARIAT

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi *Self Regulated Learning* Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang

No	<i>Self Regulated Learning</i>	f	%
1	Baik	23	63,9
2	Sedang	13	36,1
3	Buruk	0	0,0
	Jumlah	36	100

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa *self regulated learning* responden tertinggi yaitu baik sebanyak 23 orang (63,9%) dan terendah yaitu sedang sebanyak 13 orang (36,1%).

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang

No	Kualitas Hidup	f	%
1	Baik	20	55,6
2	Buruk	16	44,4
	Jumlah	36	100

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa kualitas hidup responden tertinggi yaitu baik sebanyak 20 orang (55,6%) dan terendah yaitu buruk sebanyak 16 orang (44,4%).

ANALISIS BIVARIAT

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Hubungan *Self Regulated Learning* dan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang

No	<i>Self Regulated Learning</i>	Kualitas Hidup		Jumlah	Nilai p value
		Baik	Buruk		

	n	%	n	%	n	%
1. Baik	19	52,8	4	11,1	23	63,90.000
2. Sedang	1	2,8	12	33,3	13	36,1
3. Buruk	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Jumlah	20	55,6	16	44,4	85	100

Dalam penelitian ini, pendidikan responden tertinggi adalah SD dengan kumulatif sebanyak 12 responden (33,3%). Berdasarkan pekerjaan adalah ibu rumah tangga sebanyak 20 orang (55,6%). Sedangkan berdasarkan lama penyakit adalah lebih dari 5 tahun sebanyak 22 responden (61,1%)

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 36 responden sebagian besar

responden *self regulated learning* baik kualitas hidup baik normal ada 52,8%, hanya 11,1 yang kualitas hidupnya buruk dan sebagian besar responden *self regulated learning* sedang kualitas hidup buruk ada 33,3%, hanya 2,8% yang kualitas hidupnya baik. Hasil uji statistik *chi-square* didapatkan nilai $pvalue 0,000 \leq 0,05$ berarti dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi kualitas hidup responden yang mengalami *self regulated learning* baik dengan yang mengalami *self regulated learning* sedang, artinya H_0 ditolak dan H_a diterima (ada hubungan *self regulated learning* dan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang)

PEMBAHASAN

a. Hubungan *Self Regulated Learning* dan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden *self regulated learning* baik kualitas hidup baik normal ada 52,8%, hanya 11,1 yang kualitas hidupnya buruk dan sebagian besar responden *self regulated learning* sedang kualitas hidup buruk ada 33,3%, hanya 2,8% yang kualitas hidupnya baik. Hasil uji statistik *chi-square* didapatkan nilai $pvalue 0,000 \leq 0,05$ berarti dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi kualitas hidup responden yang mengalami *self regulated learning* baik dengan yang mengalami *self regulated learning* sedang,

artinya H_0 ditolak dan H_a diterima (ada hubungan *self regulated learning* dan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang). Analisis keeratan hubungan dua variabel didapat $OR=57,000$.

Menurut (Wicaksono, 2017) bahwa regulasi diri adalah kemampuan yang dimiliki manusia untuk berpikir, mengontrol, mengarahkan perasaan dan perilaku sehingga dapat memanipulasi lingkungan serta mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Hal ini juga sejalan dengan riset dari dilakukan oleh Esfandiari (2018) Orang dengan penerimaan diri yang buruk biasanya karena mereka tidak percaya diri dengan

kemampuan mereka untuk menghadapi masalah, merasa bahwa mereka tidak layak, dan karena itu mengalami kesulitan beradaptasi dengan penyakit mereka. Hal ini tercermin dari kegigihan dalam minum obat, mengontrol pemeriksaan fisik dan laboratorium, serta melakukan berbagai penyesuaian diri dan lingkungan.

Penelitian ini sejalan dengan teori Silva et al. (2018) Penerimaan diri digunakan sebagai dasar aktualisasi diri dan ketenangan. Individu yang dapat menerima dirinya sendiri, maka tidak ada rasa takut terhadap kondisinya sendiri. Setiap orang membutuhkan penerimaan diri untuk menyatukan tubuh, pikiran dan jiwa. Adanya penerimaan diri mendorong adaptasi individu untuk menemukan kedamaian batin, sehingga memperoleh kualitas hidup yang lebih bagus dan mengurangi risiko komplikasi terkait penyakit. Oleh karena itu, penerimaan diri yang baik akan mempengaruhi kualitas hidup pasien. Hal ini sesuai dengan penelitian Esfandiari (2018), penelitian menunjukkan bahwa semakin baik dia menerima, semakin baik kualitas hidupnya

Menurut asumsi peneliti, ketika seseorang sudah mengetahui karakteristik pribadinya, kekuatan dan kelemahannya, dan dapat menerima karakteristik tersebut dalam hidupnya untuk membuat kualitas hidupnya menjadi lebih baik, maka ada hubungan antara penerimaan diri dan kualitas hidup

KESIMPULAN DAN SARAN

1. *Self regulated learning* responden tertinggi yaitu baik sebanyak 23 orang (563,9%) dan terendah yaitu sedang sebanyak 13 orang (36,1%).
2. Kualitas hidup responden tertinggi yaitu baik sebanyak 20 orang (55,6%) dan terendah yaitu buruk sebanyak 16 orang (44,4%).
3. Ada hubungan yang signifikan ($p\text{-value}=0,000 \leq 0,05$) antara *self regulated learning* dan peningkatan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Sekupang. Ada hubungan yang signifikan ($p\text{-value}=0,000 \leq 0,05$) antara pola asuh orang tua dengan kejadian *stunting* di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lubuk Baja

SARAN

1. Bagi Perawat

Dapat meningkatkan upaya peningkatan kualitas hidup pasien DM tipe 2 melalui kegiatan promosi kesehatan, prolanis dan Posbindu PTM. Untuk Pasien DM Tipe 2; diharapkan berpartisipasi aktif dalam kegiatan promosi kesehatan, prolanis dan Posbindu PTM di puskesmas sehingga meningkatkan kualitas hidupnya dan hidup sehat dengan DM

2. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan ilmu dan informasi yang diperoleh dari hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan bahan bacaan untuk meningkatkan serta mengembangkan pengetahuan tentang penelitian ilmiah terutama tentang penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat memperluas penelitian dengan menambah variabel lain yang memiliki pengaruh dengan kualitas hidup pasien DMg. Selain itu, diharapkan juga untuk penelitian selanjutnya dapat dilanjutkan dengan metode penelitian dan analisis yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Adikusuma, W., Perwitasari, D. A., & Supadmi, W. (2016). Pengukuran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Yang Mendapat Antidiabetik Oral Di Rumah Sakit Pku Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina*, 1(1), 1–8.
- American Diabetes Association. (2016). 2016 American Diabetes Association (ADA) Diabetes Guidelines Summary Recommendation from NDEI. *National Diabetes Education Initiative*.
- Anggraeni, A. F. N., Rondhianto, R., & Juliningrum, P. P. (2018). Pengaruh Diabetes Self-Management Education and Support (DSME/S) Terhadap Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Pustaka Kesehatan*, 6(3).
<https://doi.org/10.19184/pk.v6i3.11688>
- Anggrayani, Annisa. (2017). Hubungan Regulasi Diri (Self Regulation) dalam Belajar Dengan Perencanaan Karir pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Seputih Agung Tahun Ajaran 2016/2017 [Skripsi]. Lampung: Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung
- Anita Woolfolk. (2017). *Educational Psychology Active Learning Edition* Diterjemahkan oleh: Helly Prajitno Soetjipto. Boston: Pearson Education, Inc., Publishing
- Auliana, A., Yunir, E., Putranto, R., & Nugroho, P. (2017). Pengaruh Depresi Terhadap Perbaikan Infeksi Ulkus Kaki Diabetik. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*.
<https://doi.org/10.7454/jpdi.v2i4.88>
- Bagian, K., Pt, P., & Pasuruan, X. D. I. (2016). *Hubungan Antara dukungan Sosial dan Kualitas Hidup Pada Lesbian di Surabaya*. 5, 1–12.
- Banu, R. Z. Z. S. (2019). Pengaruh Diabetes Self Management Education (Dsme) Terhadap Kadar HbA1c Pada Klien Dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas

Dikirim : 3 Oktober 2022
Direvisi : 2 November 2022
Disetujui : 4 Desember 2022

IMJ
(Initium Medica Journal)
Online ISSN : 2798-2289
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>



- Wonorejo.
- Brashers, L., V. 2017. *Aplikasi Klinis Patofisiologi & Pemeriksaan Manajemen*. Edisi 2. EGC: Jakarta
- Derek, Meivy, J.V. Rottie, dan V. Kallo, 2017, Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado, *e- Journal Keperawatan 5* (1) , (online), available : <https://media.neliti.com/media/publications/27-november-2018>
- Edwina, D. A., Manaf, A., & Efrida. (2015). Pola Komplikasi Kronis Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Inap di Bagian Penyakit Dalam RS. Dr. M. Djamil Padang Januari 2011 - Desember 2012. *Jurnal Kesehatan Andalas*.
- Eliana, F. (2017). Penatalaksanaan DM Sesuai Konsensus Perkeni 2015. *Satelit Simposium 6.1 Dm Update Dan Hb1c*.
- Fandinata, S.F., Ernawati, L. 2020. *Management Terapi Pada Penyakit Degeneratif*. Graniti. Gresik.
- Faswita, W. (2019). Gambaran Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD. Dr. Rm Djoelham Kota Binjai Tahun 2019. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 2(1).
- Hariyono, Romli, Leo Yosdimiyati, & Indrawati, U. (2020). Buku Pedoman Penyusunan Skripsi. 35, 1-35.
- International Diabetes Federation. 2017. *IDF Diabetes Atlas, 7th ed*. UK: International Diabetes Federation.
- Izzati, W., & N. (2017). Hubungan Tingkat Stres Dengan Peningkatan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Perkotaan Rasimah Ahmad Bukittinggi Tahun 2015. *'AFIYAH*.
- Jilao, Mareeya. 2017. Tingkat Kepatuhan Penggunaan Obat Antidiabetes Oral pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Koh-Libong Thailand. Malang: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
- Kamal, R. H., Novendrianto, D., Chadijah, F., Prasetya, G. B., Pratama, G. S., Ariadnya, M. O., Larasati, N. G., Darain, N. L. F., Nanda, O., Mavita, S., Usamah, U., & Prajitno, J. H. (2017). Diabetes Risk Factor Screening In Adults Using Perkeni Questionnaire And Oral Glucose Tolerance Test In Socah County, Bangkalan. *Folia Medica Indonesiana*. <https://doi.org/10.20473/fmi.v53i3.6448>
- Kaur, N., Kishore, L., & Singh, R. (2016). Antidiabetic effect of new chromane isolated from *Dillenia indica* L. leaves in streptozotocin induced diabetic rats. *Journal of Functional Foods*. <https://doi.org/10.1016/j.jff.2016.02.016>
- Kemkes RI. (2017). Hari Diabetes Sedunia Tahun 2018. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 1-8.
- Lara, A. G., & Hidajah, A. C. (2017). Hubungan Pendidikan, Kebiasaan Olahraga, Dan Pola Makan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Puskesmas Wonokromo Surabaya. *Jurnal PROMKES*, 4(1), 59.
- M. iD. iKusumadewi, i'Peran iStresor iHarian, iOptimisme iDan iRegulasi iDiri iTerhadap iKualitas iHidup iIndividu iDengan iDiabetes iMelitus iTipe i2', iPsikologis iIslam, iVol. i8, iNo. i1, iJuli, i2011, iDOI: i10.18860/psi.v0i1.1545.
- Marbun, A. S., Siregar, R., Harefa, K., & Sinabutar, T. Y. F. (2021). Pengaruh Diabetes Self Management Education (Dsme) Berbasis Aplikasi Whatsapp Terhadap Self Efficacy Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Puskesmas Hamparan Perak. *Jurnal Mutiara NERS*, 4(2). <https://doi.org/10.51544/jmn.v4i2.2071>
- Miller, A. L., Lo, S. L., Albright, D., Lee, J. M., Hunter, C. M., Bauer, K. W., King, R., Clark, K. M., Chaudhry, K.,

Dikirim : 3 Oktober 2022
Direvisi : 2 November 2022
Disetujui : 4 Desember 2022

IMJ
(Initium Medica Journal)
Online ISSN : 2798-2289
Jurnal homepage: <https://journal.medinerz.org>



- Kaciroti, N., Katz, B., & Fredericks, E. M. (2020). Adolescent Interventionsto Manage Self-Regulation in Type 1Diabetes (AIMS-T1D): randomized control trial study protocol. *BMC Pediatrics*, 20(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12887-020-2012-7>
- Nursalam. (2017). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*.
- P2PTM Kemenkes RI. (2019). P2PTM Kemenkes RI.2019. In *.(P2PTM Kemenkes RI.2019.*
- Penelitian Kesehatan Suara Forikes -----
-----Volume, J., Penelitian Kesehatan Suara Forikes , J., & Ode Sri Asnaniar, W. (2019). Hubungan Self Care Management Diabetes denganKualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe. *Jurnal Penelitian Kesehatan “SUARA FORIKES” (Journal of Health Research “Forikes Voice”), 10(4).*
- Price, S.A., dan Wilson, L. M., Pathofisiologi Konsep Klinik Proses-Proses Penyakit. Jakarta: EGC. 2017. Hal : 43-51
- Rismayanti, I. D. A., Sundayana, I. M., Ariana, P. A., & Heri, M. (2021).Edukasi Diabetes terhadap Penurunan Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(1). <https://doi.org/10.31539/joting.v3i1.2111>
- Rustama, D.S., dkk., 2017. Diabetes Mellitus. Dalam: Jose RL. Batubara, dkk, Endokrinologi Anak, Edisi I. Ikatan Dokter Anak Indonesia, Jakarta
- Saminan, S., Rabbany, N., Aini, Z., Zulkarnain, Z., & Murzalina, C. (2020). The Relationship Between Diabetes Self-Management and Blood Glucose Controlin Patients With Type 2 Diabetes Mellitus in Ulee Kareng Subdistrict,Banda Aceh. *The International Journal of Tropical Veterinary and BiomedicalResearch*, 5(2). <https://doi.org/10.21157/ijtvbr.v5i2.20487>
- Smeltzer, S. C & Barre, B. G. (2017). Buku ajar keperawatan medikal-bedah Brunner & Suddarth. *Journal of ChemicalInformation and Modeling*. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Sugiyono. (2018). Metode PenelitianKombinasi (mixed Methods). In *Alfabet*.
- Sugiyono, P. D. (2019). Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, R&D (Cetakan Ke 26). In *Bandung: CV Alfabeta*.
- Sutawardana, J. H, dkk. (2017). Studi fenomenologi pengalaman penyandang Diabtes Mellitus yag pernah mengalami episode Hipoglikemia. *Nurse Line Journal*, 1 (1),159-175
- Suyono, S. (2015). Patofisiologi Diabetes Melitus. In *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu Edisi Kedua*. <https://doi.org/10.1080/10934520009377048>
- Syamsiyah, N 2017, *Berdamai dengan Diabetes*, Bumi Medika, Jakarta.
- Tjokroprawiro, askandar. (2015). *Buku ajar ilmu penyakit dalam. Ed.2: Fakultas Kedokteran Universitas ... - Google Buku*. Perpustakaan Nasional RI.
- Wicaksono, S., & Fajriyah, N. N. (2018). Hubungan Keaktifan dalam Klub Prolanis Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Diabetisi Tipe 2. *Jurnal IlmiahKesehatan (JIK)*.
- Windari, L. A. (2018). Skripsi pengaruh self regulation terhadap kekambuhan penyakit rheumatoid arthritis pada lansia (. World Health Organization 2017, *Diabetes*, diakses pada tanggal 14 Januari 2018dari <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/en/>