

HUBUNGAN SELF-CARE BEHAVIOR BERDASARKAN ADCES7 DENGAN KUALITAS HIDUP PENDERITA DIABATES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH PUSKESMAS SUMBERBARU

Fatimah Azzahra¹, Wahyudi Widada², Ginanjar Sasmito Adi³

fatimah211004@gmail.com¹, wahyudiwidada@unmuhjember.ac.id²,

ginanjarsasmitoadi@unmuhjember.ac.id³

Universitas Muhammadiyah Jember

Abstrak

Pendahuluan: Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit metabolik kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang untuk mencegah komplikasi dan mempertahankan kualitas hidup pasien. Self-care behavior berdasarkan Association of Diabetes Care and Education Specialists (ADCES7) berperan penting dalam pengelolaan diabetes, namun penerapannya masih bervariasi sehingga dapat memengaruhi kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan self-care behavior berdasarkan ADCES7 dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember. Metode: Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional ini melibatkan 63 responden yang dipilih menggunakan purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA) berdasarkan ADCES7 dan WHOQOL-BREF, kemudian dianalisis menggunakan uji Spearman Rank ($\alpha = 0,05$). Hasil dan Analisis: Sebagian besar responden memiliki self-care behavior kategori baik (84,1%) dan kualitas hidup kategori sangat baik (76,2%). Hasil uji Spearman Rank menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara self-care behavior dengan kualitas hidup ($p = 0,000$; $r = 0,481$). Hubungan tersebut bersifat positif dengan kekuatan sedang, yang menunjukkan bahwa semakin baik self-care behavior, maka kualitas hidup cenderung semakin baik, meskipun kualitas hidup juga dipengaruhi oleh faktor lain. Kesimpulan: Peningkatan self-care behavior melalui edukasi dan pendampingan berkelanjutan diperlukan untuk mendukung kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

Kata Kunci: ADCES7, Diabetes Melitus Tipe 2, Kualitas Hidup, Self-Care Behavior, Komplikasi.

ABSTRACT

Introduction: Type 2 diabetes mellitus is a chronic metabolic disease requiring long-term management to prevent complications and maintain patients' quality of life. Self-care behaviors based on the Association of Diabetes Care and Education Specialists (ADCES7) framework play a crucial role in diabetes management; however, their implementation varies, which can impact quality of life. This study aimed to determine the relationship between ADCES7-based self-care behaviors and quality of life among patients with type 2 diabetes mellitus in the working area of the Sumberbaru Community Health Center, Jember Regency. Methods: This quantitative study employed a cross-sectional design involving 63 respondents selected via purposive sampling. Data were collected using the Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA) questionnaire (based on ADCES7) and the WHOQOL-BREF, then analyzed using the Spearman Rank test ($\alpha = 0.05$). Results and Analysis: The majority of respondents demonstrated good self-care behaviors (84.1%) and excellent quality of life (76.2%). The Spearman Rank test results indicated a significant relationship between self-care behaviors and quality of life ($p = 0.000$; $r = 0.481$). This relationship was positive and of moderate strength, indicating that better self-care behaviors tend to be associated with better quality of life, although quality of life is also influenced by other factors. Conclusion: Improving self-care behaviors through education and continuous support is essential for enhancing the quality of life of patients with type 2 diabetes mellitus.

Keywords: ADCES7, Quality Of Life, Self-Care Behavior, Type 2 Diabetes Mellitus, Complications.

PENDAHULUAN

Manajemen diabetes menghadapi hambatan utama pada sikap dan keyakinan pasien terhadap penyakit mereka. Pasien dengan pengetahuan memadai tidak selalu menunjukkan perubahan perilaku perawatan mandiri yang konsisten (Gozali et al., 2024). Kegagalan manajemen ini menurunkan kualitas hidup penderita melalui komplikasi serius dan gangguan psikologis (Dafa et al., 2023). Kerangka kerja ADCES7 menjadi standar penting untuk mengukur efektivitas perilaku manajemen mandiri pasien. Negara maju menghadapi kendala utama pada domain Healthy Coping akibat beban mental perawatan jangka panjang. Kondisi ini menciptakan tantangan berat pada aspek kesejahteraan emosional pasien (Narindrarangkura et al., 2023). Indonesia menunjukkan skor rendah pada domain Healthy Eating karena faktor budaya makan. Keterbatasan akses finansial juga menurunkan capaian domain Monitoring pada pasien domestik. Perbedaan ini menunjukkan bahwa fokus perbaikan kualitas hidup berbeda antara konteks global dan lokal (Novia et al., 2023).

International Diabetes Federation (2025) 589 juta orang dewasa di seluruh dunia hidup dengan diabetes, dan jumlah tersebut diperkirakan akan terus meningkat hingga mencapai 853 juta orang pada tahun 2050. Penyakit ini menyebabkan sekitar 3,4 juta kematian setiap tahun di dunia, atau setara dengan satu kematian setiap lima detik. Kawasan Asia Tenggara turut memberikan kontribusi yang besar terhadap jumlah penyandang diabetes dengan sekitar 90 juta kasus. Indonesia menempati urutan kelima sebagai negara dengan jumlah penyandang diabetes terbanyak di dunia dengan estimasi 19,47 juta jiwa. Penyakit ini juga menjadi penyebab kematian terbanyak ketiga di tingkat nasional (Dewi, 2025). Tren peningkatan serupa terjadi di Kabupaten Jember dengan catatan 35.951 penderita (Dinkes Jember, 2021). Puskesmas Sumberbaru melaporkan 245 pasien diabetes melitus tipe 2 dengan tingkat kunjungan rutin yang masih rendah. Rendahnya kunjungan ini mengindikasikan lemahnya self-care behavior pasien, yang menegaskan perlunya penerapan manajemen mandiri yang terstruktur untuk meningkatkan kualitas hidup pasien (Ahmad, 2025).

Pasien diabetes melitus tipe 2 memerlukan perilaku perawatan diri yang baik untuk menjaga kestabilan kondisi kesehatan. Perilaku perawatan diri membantu penderita dalam mengontrol kadar glukosa darah, mencegah komplikasi, dan mempertahankan fungsi tubuh agar tetap optimal. Penderita diabetes yang tidak mampu menjalankan perilaku perawatan diri secara konsisten berisiko mengalami penurunan kondisi kesehatan secara bertahap. Kondisi tersebut berpotensi menurunkan kualitas hidup pada aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan. Penelitian yang dilakukan oleh Putri et al., (2025) menunjukkan bahwa penderita diabetes dengan komplikasi cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih rendah, terutama pada domain fungsi fisik dan psikologis. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Luthfiana et al., 2025) menyatakan bahwa pengendalian glikemik yang tidak optimal disertai penerapan self-care yang rendah berhubungan dengan penurunan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2.

Kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan karena penyakit ini dapat memengaruhi kondisi fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan penderita. Ketidakstabilan kadar glukosa darah, kelelahan fisik, serta tekanan psikologis akibat pengobatan jangka panjang dapat menghambat aktivitas sehari-hari dan menurunkan fungsi emosional penderita. Penderita diabetes dengan komplikasi cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih rendah, terutama pada domain fungsi fisik dan psikologis. Self-care behavior menjadi salah satu faktor penting dalam manajemen diabetes melitus tipe 2 karena perilaku tersebut membantu penderita mengontrol penyakit, mencegah terjadinya komplikasi, dan mempertahankan kualitas hidup (Pebriani et al., 2024).

Association of Diabetes Care and Education Specialists (ADCES) mengembangkan tujuh komponen perilaku perawatan diri (ADCES7) yaitu pengaturan pola makan sehat, aktivitas fisik, pemantauan glukosa darah, kepatuhan penggunaan obat, pemecahan masalah, pengurangan risiko komplikasi, dan coping psikososial. Pasien diabetes melitus tipe 2 di Indonesia masih menunjukkan perilaku self-care yang belum cukup optimal, terutama pada domain aktivitas fisik dan monitoring glukosa darah. Sebagian penderita belum rutin melakukan pemeriksaan gula darah, kurang menjaga aktivitas fisik, dan belum konsisten menerapkan pola hidup sehat sehingga pengendalian glikemik menjadi kurang optimal. Kondisi tersebut meningkatkan risiko komplikasi dan dapat menurunkan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2. Faktor pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, dan kemampuan coping psikologis turut memengaruhi konsistensi penderita dalam menjalankan perilaku perawatan diri (Utami et al., 2023).

Self-care behavior yang belum optimal dapat menyebabkan pengendalian glukosa darah tidak tercapai, meningkatkan risiko komplikasi, dan menurunkan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 (Pebriani et al., 2024). Domain ADCES7 mencakup aspek perilaku yang berperan dalam pengelolaan diabetes secara komprehensif, meliputi healthy eating, being active, taking medication, monitoring, problem solving, reducing risks, dan healthy coping (Utami et al., 2023). Hubungan self-care behavior berdasarkan ADCES7 dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 masih belum banyak diteliti, khususnya pada tingkat pelayanan kesehatan primer. Karakteristik sosial, ekonomi, budaya, dan akses pelayanan kesehatan yang berbeda diketahui mempengaruhi terbentuknya gambaran hubungan yang tidak sama pada setiap wilayah (Lee et al., 2021). Hubungan self-care behavior berdasarkan ADCES7 dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember perlu dianalisis untuk memperoleh informasi yang dapat digunakan sebagai dasar pengembangan edukasi dan pelayanan keperawatan bagi pasien diabetes melitus tipe 2.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian merupakan rencana atau strategi yang digunakan peneliti untuk memperoleh jawaban terhadap pertanyaan penelitian secara sistematis. Menurut buku metodologi penelitian (Bakar, 2021), desain penelitian berfungsi sebagai kerangka kerja yang mengarahkan proses pengumpulan dan analisis data agar sesuai dengan tujuan penelitian.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional, karena bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self-care behavior berdasarkan ADCES-7 dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2. Pendekatan korelasional dipilih karena penelitian ini tidak memberikan intervensi, melainkan mengamati hubungan antarvariabel yang diukur pada waktu yang sama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai hubungan self-care behavior berdasarkan ADCES7 dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember dibahas melalui interpretasi data berdasarkan tujuan khusus penelitian. Hasil penelitian dianalisis dengan mengacu pada teori yang relevan serta dibandingkan dengan hasil penelitian terdahulu. Selain itu, pembahasan juga menguraikan keterbatasan penelitian dan implikasi hasil penelitian terhadap pengembangan praktik keperawatan.

A. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. *Self-Care Behavior Berdasarkan ADCEs7 pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*

Hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar pasien DM tipe 2 memiliki self-care behavior dalam kategori baik, yaitu sebanyak 53 pasien (84,1%). Hasil tersebut dapat dijelaskan berdasarkan teori Dorothea E. Orem, (2023) bahwa individu memiliki kemampuan untuk melakukan perawatan diri (self-care agency) sebagai upaya dalam mempertahankan kesehatan, kehidupan, dan kesejahteraan. Kemampuan tersebut dipengaruhi oleh basic conditioning factors. Pada penelitian ini, basic conditioning factors yang mendukung self-care behavior meliputi usia, tingkat pendidikan, lama menderita diabetes melitus, serta sistem pelayanan kesehatan.

Mayoritas pasien DM tipe 2 berada pada rentang usia 50–54 tahun, penelitian Anugrah et al., (2022) menyatakan bahwa usia dewasa akhir masih memiliki kemampuan fisik dan kognitif yang mendukung pelaksanaan self-care. Sebagian besar pasien DM tipe 2 juga memiliki tingkat pendidikan SLTA, penelitian oleh A. Hidayat & Kurniawan, (2024) menjelaskan bahwa semakin tinggi pendidikan individu semakin mempermudah individu dalam memperoleh, memahami, dan menerapkan informasi kesehatan.

Sebagian besar pasien DM tipe 2 telah menderita diabetes melitus selama lebih dari satu tahun, penelitian (Andayani, 2023) menjelaskan bahwa lama menderita diabetes melitus berhubungan dengan peningkatan pengalaman pasien dalam menjalankan pengobatan, mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, serta melakukan pemantauan kesehatan secara mandiri. Kondisi tersebut didukung oleh pelayanan kesehatan di wilayah kerja Puskesmas Sumberbaru yang menyelenggarakan Program Penyakit Tidak Menular (PTM) dan Prolanis sebagai bagian dari pelayanan pengelolaan diabetes melitus. Program tersebut menyediakan edukasi dan pendampingan yang dapat mendukung pasien dalam menerapkan perilaku perawatan diri. Hal ini sejalan dengan American Diabetes Association, (2025) yang menyatakan bahwa diabetes self-management didukung oleh edukasi berkelanjutan serta dukungan tenaga kesehatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Damawiyah, (2020) juga menyatakan bahwa pelaksanaan self-care secara konsisten berhubungan dengan pengendalian diabetes yang lebih baik dan mampu membantu pasien mempertahankan kondisi kesehatannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki self-care behavior yang baik. Temuan ini sejalan dengan rekomendasi (Perkeni, 2021) yang menekankan bahwa keberhasilan pengelolaan diabetes tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga pengelolaan gaya hidup secara berkelanjutan, meliputi pengaturan makan, aktivitas fisik, edukasi, pemantauan glukosa darah, serta kepatuhan terhadap pengobatan. Berdasarkan uraian tersebut, dominannya self-care behavior kategori baik pada penelitian ini sejalan dengan karakteristik pasien DM tipe 2 dan dukungan pelayanan kesehatan yang menunjang kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri.

2. *Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*

Kualitas hidup pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien berada pada kategori sangat baik, yaitu sebanyak 48 pasien (76,2%). Konsep kualitas hidup menurut World Health Organization (2021) menjelaskan bahwa kualitas hidup dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Pada pasien diabetes melitus tipe 2, persepsi terhadap kualitas hidup tidak hanya ditentukan oleh kondisi penyakit, tetapi juga oleh kemampuan individu dalam beradaptasi dengan penyakit yang diderita serta mempertahankan aktivitas sehari-hari (Gaffari et al., 2021).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas hidup dalam kategori sangat baik meskipun mayoritas telah menderita diabetes melitus lebih dari satu tahun. Kondisi tersebut tidak berarti bahwa diabetes melitus tidak berdampak terhadap kualitas hidup, melainkan menunjukkan bahwa penyakit ini dapat

dikendalikan apabila pasien mampu mengelolanya dengan baik. Mayoritas responden memiliki self-care behavior yang baik sehingga mampu menerapkan pengelolaan diabetes secara mandiri, seperti menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik, mematuhi pengobatan, serta melakukan kontrol kesehatan secara rutin. Lamanya menderita diabetes juga memberikan pengalaman bagi pasien untuk mengenali kondisi kesehatannya dan menyesuaikan pola hidup sesuai anjuran tenaga kesehatan. Pengelolaan penyakit yang dilakukan secara berkelanjutan memungkinkan pasien tetap menjalankan aktivitas sehari-hari, sehingga kualitas hidup dapat dipertahankan meskipun telah hidup dengan diabetes dalam waktu yang cukup lama

Pada penelitian ini, mayoritas pasien DM tipe 2 telah menderita diabetes melitus selama lebih dari satu tahun. Penelitian Andayani, (2023) menjelaskan bahwa lama menderita DM tipe 2 berhubungan dengan kualitas hidup pasien. Pasien yang telah hidup dengan diabetes melitus dalam jangka waktu lebih panjang umumnya memiliki pengalaman yang lebih baik dalam menjalankan terapi, mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, serta beradaptasi dengan berbagai perubahan yang ditimbulkan oleh penyakit (Yusuf, 2024). Penelitian yang dilakukan oleh Katuuk et al., (2021) juga menyatakan bahwa pengalaman dalam mengelola penyakit membantu pasien mengatasi berbagai permasalahan yang muncul selama menjalani terapi sehingga berkontribusi terhadap kualitas hidup yang lebih baik.

Berdasarkan hasil tersebut terdapat kesesuaian antara fakta atau hasil penelitian dan teori, sehingga peneliti berasumsi bahwa mayoritas lama menderita diabetes pada penelitian ini sejalan dengan karakteristik pasien DM tipe 2 yang sebagian besar telah menderita diabetes melitus selama lebih dari satu tahun. Pengalaman yang diperoleh selama menjalani penyakit mendukung pasien dalam mengelola diabetes secara berkelanjutan sehingga kualitas hidup dapat tetap dipertahankan.

3. Hubungan Self-Care Behavior berdasarkan ADCES7 dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Hubungan antara self-care behavior dengan kualitas hidup menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik dengan nilai $p = 0,000$ dan koefisien korelasi sebesar $r = 0,481$ yang termasuk dalam kategori hubungan sedang serta memiliki arah hubungan positif. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin baik self-care behavior yang dimiliki pasien, maka kualitas hidup yang dirasakan cenderung semakin baik.

Teori Self-Care Dorothea E. Orem (2023) menjelaskan bahwa individu yang memiliki self-care agency yang baik akan mampu memenuhi therapeutic self-care demand melalui perilaku perawatan diri yang dilakukan secara konsisten (Ayu et al., 2023). Pada pasien diabetes melitus tipe 2, perilaku tersebut diwujudkan melalui pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan terhadap pengobatan, pemantauan kadar glukosa darah, serta upaya pencegahan komplikasi. Penerapan self-care behavior yang baik membantu mempertahankan kondisi kesehatan pasien sehingga fungsi fisik tetap terjaga. Kondisi kesehatan yang baik memungkinkan pasien menjalankan aktivitas sehari-hari secara optimal, mengurangi keluhan akibat penyakit, serta mendukung kondisi psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan (Megawati et al., 2021)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Zaura et al., (2021) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara self-care dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian Putri et al., (2025) juga melaporkan bahwa pasien yang menerapkan self-care secara konsisten cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan pasien dengan self-care yang rendah. Hasil tersebut memperkuat bahwa self-care behavior berdasarkan ADCES7 berhubungan dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Koefisien korelasi sebesar $r = 0,481$ menunjukkan bahwa hubungan antara self-care behavior dengan kualitas hidup belum termasuk hubungan yang sempurna. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa self-care behavior merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2, namun bukan satu-satunya faktor yang memengaruhinya. Kualitas hidup juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti kondisi kesehatan fisik, faktor demografi, dukungan keluarga, komplikasi diabetes, motivasi, serta akses terhadap pelayanan kesehatan (Utami et al., 2023), oleh karena itu, hubungan yang diperoleh pada penelitian ini berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat kesesuaian antara teori dan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa self-care behavior berhubungan dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penerapan self-care behavior secara konsisten, seperti mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, mematuhi pengobatan, memantau kadar glukosa darah, serta melakukan upaya pencegahan komplikasi, membantu pasien mempertahankan kondisi kesehatannya. Kondisi kesehatan yang terjaga mendukung pasien dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, mempertahankan fungsi fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan sehingga kualitas hidup cenderung menjadi lebih baik

B. Keterbatasan Dalam Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah yang telah ditetapkan. Akan tetapi terdapat beberapa keterbatasan yang berpotensi mempengaruhi hasil penelitian, yaitu:

1. Penelitian ini menggunakan Pendekatan cross sectional yang hanya menggambarkan hubungan pada satu waktu pengukuran sehingga perubahan perilaku perawatan diri dan kualitas hidup dari waktu ke waktu tidak dapat diamati.
2. Data diperoleh melalui kuesioner self-report, sehingga jawaban responden bergantung pada ingatan dan kejujuran responden saat pengisian.
3. Penelitian ini dilakukan tanpa pendampingan langsung dari petugas Puskesmas selama proses pengisian kuesioner, sehingga peneliti memberikan penjelasan secara mandiri kepada responden. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan perbedaan pemahaman terhadap beberapa pertanyaan meskipun peneliti telah berupaya memberikan penjelasan yang sama kepada seluruh responden.

C. Implikasi Dalam Keperawatan

Hasil penelitian ini memiliki implikasi dalam praktik keperawatan, khususnya pada pelayanan keperawatan komunitas dan keperawatan medikal bedah. Perawat memiliki peran sebagai edukator, konselor, dan fasilitator dalam meningkatkan kemampuan pasien diabetes melitus tipe 2 untuk menerapkan self-care behavior berdasarkan ADCES7 secara mandiri melalui edukasi kesehatan, konseling, serta pendampingan yang berkelanjutan.

Pelaksanaan edukasi mengenai pengaturan pola makan sehat, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, kepatuhan terhadap terapi, kemampuan memecahkan masalah, strategi koping yang sehat, serta pencegahan komplikasi perlu dilakukan secara berkesinambungan sebagai bagian dari pengelolaan diabetes melitus. Upaya tersebut diharapkan dapat membantu pasien mempertahankan kualitas hidup yang lebih baik.

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan program edukasi dan promosi kesehatan berbasis self-care behavior berdasarkan ADCES7 di fasilitas pelayanan kesehatan, khususnya puskesmas. Program tersebut diharapkan mampu meningkatkan kemampuan pasien dalam mengelola diabetes melitus secara mandiri sehingga kualitas hidup pasien dapat dipertahankan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan self-care behavior berdasarkan ADCES7 dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember, dapat disimpulkan:

1. Self-care behavior berdasarkan ADCES7 pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember sebagian besar berada dalam kategori baik, yaitu sebanyak 53 pasien (84,1%).
2. Kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember sebagian besar berada dalam kategori sangat baik, yaitu sebanyak 48 pasien (76,2%).
3. Ada hubungan antara self-care behavior berdasarkan ADCES7 dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Sumberbaru Kabupaten Jember, dengan arah hubungan searah (positif) dan kekuatan hubungan sedang ($r = 0,481$, $p \text{ value} < 0,000$)

Saran

1. Bagi Instansi Terkait

Puskesmas diharapkan melakukan pemetaan (mapping) pasien diabetes melitus secara lebih merata di setiap wilayah kerja sebagai dasar dalam penyusunan dan pemerataan pelaksanaan Program Prolanis maupun program PTM lainnya. Edukasi dan pendampingan self-care behavior berbasis ADCES7 juga perlu dilakukan secara berkelanjutan agar pengelolaan diabetes dapat dipertahankan dan kualitas hidup pasien tetap optimal

2. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien diabetes melitus tipe 2 melalui pendekatan edukasi, konseling, dan pendampingan mengenai penerapan self-care behavior berdasarkan ADCES7 sebagai upaya mendukung peningkatan kualitas hidup pasien.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan referensi bagi mahasiswa maupun peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai self-care behavior berdasarkan ADCES7 dan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau kohort, menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi kualitas hidup, melibatkan responden dengan karakteristik yang lebih beragam, serta mempertimbangkan penggunaan instrumen yang mengacu pada rekomendasi Perkeni agar diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai self-care behavior dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A. S. (2025). Hubungan Self-Management dan Self-Efficacy terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. 4(2), 68–80.
- Alor, S. K., Kretchy, I. A., Glozah, F. N., & Adongo, P. B. (2025). Diabetes self-care activities and health-related quality of life of patients with type 2 diabetes in Ho , Ghana : a cross-sectional study.
- American Diabetes Association. (2025). American Diabetes Association. <https://diabetes.org/newsroom/press-releases/american-diabetes-association-releases-standards-care-diabetes-2025>
- Andayani, F. (2023). Lama Menderita dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit X Kota Bekasi, Jawa Barat. 14(7), 57–61.

- Anugrah, C., Purwandari, A., Wirjatmadi, R. B., & Mahmudiono, T. (2022). Faktor Risiko Terjadinya Komplikasi Kronis Diabetes Melitus Tipe 2 pada Pra Lansia. 6(3). <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i3.2022.262-271>
- Ayu, S., Kirana, C., Eka, N., Martyastuti, Agus Sri Lestari, Ayu, H. K., Nuryanti, A. Y., I Ketut Gama, S.KM., M. K., Ivonne Junita Fabanjo, R. M. K., Pertiwi, G. H., Ratanto, Sudiantara, K., Mawaddah, N., Ariyantip, S., & Mustika, I. W. (2023). Falsafah & Teori Keperawatan.
- Bakar, R. A. (2021). Pengantar metodologi penelitian.
- Basri, A., Russeng, S., Jafar, N., Amiruddin, R., Thamrin, Y., Masni, M., Safar, M., Muslimatun, S., Mallongi, A., Thamrin, Y., Muslimatun, S., & Mallongi, A. (2024). Effects of ADCES7 Self Care Behavior Application and Acupressure on Changes in Blood Glucose Levels in Obesive , Prediabetic Women. 16(4), 744–750.
- Dafa, Fidia, & Rahmadani. (2023). Penerapan Diabetes Self Management Education (DSME) Terhadap Peningkatan Manajemen Kesehatan Mandiri Pada Pasien DM Tipe 2. Ners Muda.
- Damawiyah, S. (2020). Efektifitas Penerapan Diabetes Self Management Education (DSME) Terhadap Motivasi Penderita Dalam Mencegah Kekambuhan dan Komplikasi Penyakit Diabetes Melitus. Vol. 13, N(November 2019), Hal. 81-87. Diabetes Mellitus, Self Management, Pendidikan, Motivasi
- Dewi, N. (2025). Diabetes Self-Management Education (DSME) for Enhancing Knowledge and Self-Care Behaviors in Type 2 Diabetes Mellitus Patients : A Systematic Review. 18. <https://doi.org/10.26714/mki.8.2.2025.134-144>
- Dinkes Jember. (2021). Profil Kesehatan Kabupaten Jember.
- Dwipayanti, P. I. (2021). Peningkatan self care behavior pasien dm tipe 2 melalui diabetes self management education. 2(2), 57–60.
- Fatmona, F. A. (2023). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Perawatan Siko. Mahesa : Malahayati Health Student Journal, 3.
- Ga, S., Mlaćak, B., Bulum, T., & Filej, B. (2024). Application of the Summary of Diabetes Self-Care Activities Questionnaire in Evaluating the Self-Care of People with Diabetes. 501–513.
- Gaffari, S., Lotfi, Y., Daemi, A., Babazadeh, T., & Sarbazi, E. (2021). Impact of health literacy and self - care behaviors on health - related quality of life in Iranians with type 2 diabetes : a cross - sectional study. 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01613-8>
- Gayatri, R. W., Kistianita, A. N., Virrizqi, V. S., & Sima, A. P. (2021). Diabetes Melitus dalam Era 4.0.
- Gozali, Wigutomo, & Putra, M. M. (2024). Self-care behavior pada pasien diabetes melitus: Crossectional Study. Jurnal Ilmiah Keperawatan.
- Hidayat, & Kurniawan. (2024). Hubungan tingkat pendidikan dengan aktivitas fisik pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Cikondang. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia, 8.
- Hidayat, A. R., Nurjanah, A., Farizki, R., Melitus, D., Melitus, D., & Kesehatan, K. (2021). Upaya Untuk Mencegah Penyakit Diabetes Pada Usia Dini.
- Hidayatul Rahmi, Malini, H., & Huriani, E. (2021). Peran Dukungan Keluarga Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Self Care Activity Pada Pasien Diabetes Mellitus. Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan, 8487(2), 340–349.
- Katuuk, M. E., Sitorus, R., Sukmarini, L., Studi, P., Keperawatan, I., Kedokteran, F., Ratulangi, U. S., Kampus, J., & Kleak, U. (2021). Penerapan Teori Self Care Orem Dalam Asuhan Keperawatan Pasien Diabetes Melitus. 1–22.
- Lee, E., Lee, Y. W., Chae, D., Lee, K., Hong, S., & Kim, S. H. (2021). Pathways Linking Health Literacy to Self-Management in People with Type 2 Diabetes. 1–11.
- Luthfiana, P., Anggraeni, Sukarmin, & Yulisetyaningrum. (2025). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus. 7(April), 111–118.
- Machali, I. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan Dan Analisis Dalam Penelitian Kuantitatif.
- Marzel, R. (2021). Terapi Pada DM tipe 1. Jurnal Penelitian Perawat Profesiona, 3, 51–62.
- Megawati, F., I Putu Tangkas, & Suwantara. (2021). Penilaian 4 Dimensi Pada Kualitas Hidup Pasien rawat jalan Diabetes melitus Tipe 2 di Rumah sakit Umum Ari Canti. 5(2), 88–96.

- Mensing, C., Tomky, D., Moss-Barnwell, L., Colberg, S. R., & Davidson, P. (2021). Specialists An Effective Model of Diabetes Care and Education : The Behaviors TM Position Statement. *The Science of Diabetes Self-Management and Care* From, 47(1), 30–53. <https://doi.org/10.1177/0145721720978154>
- Narindrarangkura, P., Ye, Q., Boren, S. A., Khan, U., Simoes, E. J., & Kim, M. S. (2023). Analysis of Healthy Coping Feedback Messages from Diabetes Mobile Apps : Validation Against an Evidence-Based Framework. *Journal of Diabetes Science and Technology*. <https://doi.org/10.1177/19322968211043534>
- Novi Lasmadasari, & Sulastri, W. (2021). Evaluasi Perilaku Self Care Melalui Asuhan Keperawatan Berbasis Home Care Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dimasa Pandemi. 09(April), 56–62.
- Novia, R., Arisman, Y., Dame, A., & Zega, Y. (2023). Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Karbohidrat Diabetes Melitus Tipe Ii Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. 5(2).
- Pebriani, S. H., Marleni, L., Anggraini, H., & Yunola, S. (2024). Implementasi Self Care Management Diabetes Terhadap Kualitas Hidup Pasien Dm Tipe 2. XIV(2), 118–131.
- Perkeni. (2021). Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia.
- Pitora, T., Azahra, S. Al, Khoirunissa, K., Suryani, S., & Najwa Sabrina NurSabila, W. R. U. (2025). Sociodemographic Relationships with Self-Care Management Adherence in Diabetes Mellitus Patients. V(1), 79–89.
- Prawoto, E., Komalawati, R., & Novitasari, E. (2023). Pengetahuan Dan Sikap Lansia Berhubungan Dengan Self Care. *Malahayati Nursing Journal*, 5, 3003–3009.
- Putri, Y., Azzahra, A., Nurman, M., & Ningsih, N. F. (2025). Hubungan Self-Care dengan Kualitas Hidup Pasien DM tipe II di Desa Tarai Bangun. *Indonesian Journal of Science*, 47(2), 247–254.
- Setyawan, D. A. (2022). Statistika Kesehatan Analisis Bivariat pada Hipotesis Penelitian.
- Siregar, S., Dewi, R., Munthe, B. Y., & Care, S. (2025). Self-Care Dan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes. 8(2), 142–146.
- Sulistria, Y. M. (2019). Tingkat Self care Pasien Rawat Jalan Diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kalirungkut Surabaya. 2(2), 1–11.
- Suryanti, Asmanidar, Manalu, Adrianus, T., Azhar, B., Sumara, R., & Fadli. (2025). Diabetes Mellitus Dan Pencegahan Komplikasi.
- Toobert, D. J., Hampson, S. E., & Russel e Glasgoow. (2019). The summary of diabetes self-care activities measure: results from 7 studies and a revised scaleThe summary of diabetes self-care activities measure: results from 7 studies and a revised scale. *Epidemiology/Health Servise/Psychocosial*.
- Utami, N., Marbun, & Silvina, A. (2025). Hubungan status gizi berdasarkan lingkaran lengan atas (LiLA) dengan tekanan darah pada pasien hipertensi. 14(1), 140–148.
- Utami, Tri, I., Damhudi, D., & Sulistyawati, D. (2023). Efektivitas Aade7tm Self-Care Behaviors Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pada Penderita Diabetes Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Singkawang Utara 1. *Scientific Journal Of Nursing Research*.
- WHO. (1996). WHOQOL-BREF Programme On Mental Health.
- Yusuf, N. (2024). Analisis Korelasi Antara Lama Penyakit Diabetes Dengan Penurunan Kualitas Hidup Penderita. *Assyifa : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 21–26.
- Zaura, T. A., Bahri, T. S., & Darliana, D. (2021). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *JIM FKep Volume V No. 1 2021*, V(1), JIM FKep Vol. V No. 1 2021.
- Zulkibli, Damhudi, D., & Susito. (2023). Pengaruh Edukasi Model AADE7 TM terhadap Aktifitas Perawatan Diri pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. 6(2), 221–236.