

BAB V

PEMBAHASAN

Kualitas hidup dipengaruhi oleh kemandirian, kondisi fisik dan mental, aktivitas sosial, interaksi dengan orang lain, Kualitas hidup bisa diartikan sebagai sejauh mana seseorang merasa puas dan mampu menjalani hidupnya dengan baik, baik dari segi fisik, mental, sosial, maupun emosional. Dalam konteks kesehatan, kualitas hidup menunjukkan bagaimana kondisi kesehatan seseorang memengaruhi aktivitas sehari-hari, kebahagiaan, dan kesejahteraan secara keseluruhan. Pada pasien yang memiliki penyakit kronis seperti diabetes, kualitas hidup menjadi hal penting karena penyakit ini bisa memengaruhi banyak aspek kehidupan. Jadi, semakin baik pengelolaan penyakitnya (seperti menjaga pola makan, olahraga, dan minum obat teratur), maka semakin baik pula kualitas hidupnya.

Penelitian ini melibatkan sebanyak 66 responden yang memiliki karakteristik berbeda-beda. Dilihat dari data pada Tabel. 1 kebanyakan responden berada pada rentan usia 71-82 tahun, yaitu sebanyak 42 orang (63,6%) sedangkan yang berusia 60-70 tahun sebanyak 24 orang (36,4%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah lansia, yang artinya mereka berada pada kelompok usia yang rentan terhadap berbagai penyakit kronis termasuk diabetes mellitus (DM).

Penelitian ini sejalan dengan (Apriyan et al., 2020) bahwa berdasarkan hasil analisis multivariate ditemukan bahwa diabetes mellitus menjadi factor yang paling berpengaruh terhadap kualitas hidup lansia dengan nilai OR 3,657. Hal ini menunjukkan bahwa pra lansia dan lansia yang mengalami diabetes mellitus memiliki risiko sekitar tiga kali lebih besar untuk memiliki kualitas hidup yang kurang baik dibandingkan dengan mereka yang tidak menderita penyakit ini. Diabetes mellitus termasuk penyakit tidak menular yang saat ini umum ditemukan pada kelompok pra lansia dan lansia, serta kasusnya terus meningkat setiap tahunnya. Kondisi ini sering kali baru terlihat jelas saat penderita memasuki fase komplikasi, dimana dampaknya dapat dirasakan pada berbagai system tubuh, mulai dari kulit hingga jantung. Oleh karena itu diabetes mellitus memiliki peran yang signifikan dalam menurunkan kualitas hidup pada kelompok usia ini.

Dilihat dari jenis kelamin, responden perempuan lebih dominan yaitu sebanyak 53 orang (80%) dibandingkan laki-laki hanya 13 orang (20%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Nisa & Kurniawati, 2022) Penderita diabetes mellitus (DM) yang berjenis kelamin perempuan cenderung memiliki risiko lebih besar mengalami penurunan kualitas hidup dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dapat disebabkan karena laki-laki umumnya memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dalam menghadapi berbagai situasi, termasuk ketika menderita DM, sehingga mampu bersikap lebih mandiri. Sementara itu, perempuan sering kali merasakan dampak yang lebih berat, seperti meningkatnya kekhawatiran dan kecemasan terkait kondisi penyakitnya. Tingkat kecemasan yang lebih tinggi ini berpotensi memengaruhi kualitas hidup perempuan secara signifikan.

Dari sisi pekerjaan mayoritas responden sebagian besar tidak bekerja yaitu sebanyak 41 orang (62%), 3 orang (5%) bekerja sebagai PNS dan 22 orang (33%) bekerja sebagai lain-lain. Hal ini sejalan dengan penelitian (Pratama K et al., 2023) Individu yang memiliki pekerjaan umumnya menunjukkan kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tidak bekerja. Aktivitas sehari-hari yang lebih beragam serta peluang yang lebih besar untuk berinteraksi sosial membuat kelompok pekerja tidak terlalu fokus memikirkan penyakit yang dideritanya. Sebaliknya, mereka yang tidak memiliki pekerjaan cenderung menghabiskan lebih banyak waktu di rumah dan memiliki tingkat aktivitas fisik yang lebih rendah. Seseorang yang tidak memiliki pekerjaan dapat menimbulkan kekhawatiran bagi penderita diabetes mellitus terkait kebutuhan hidup mereka serta keluarga, termasuk biaya pengobatan dan perawatan diri. Beban pikiran yang meningkat tersebut dapat menyebabkan penderita diabetes mellitus lebih rentan mengalami stres.

Dilihat dari status perkawinan kebanyakan responden masih menikah yaitu sebanyak 42 orang (63,6%), 21 orang (31,8%) cerai mati dan yang berstatus janda/duda sebanyak 3 orang (4,6%). Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar masih mempunyai pasangan hidupnya yang mungkin berperan penting dalam mendukung pengelolaan kesehatannya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Nisa & Kurniawati, 2022) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penderita diabetes mellitus (DM) yang berstatus cerai hidup atau cerai mati memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami penurunan kualitas hidup. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa status pernikahan berhubungan dengan kualitas hidup seseorang. Individu yang masih memiliki pasangan umumnya menunjukkan skor kualitas hidup yang lebih

baik dibandingkan mereka yang belum menikah atau berstatus janda maupun duda. Kehadiran pasangan yang memberikan dukungan emosional dan bantuan, terutama ketika pasien menghadapi kesulitan terkait kondisi kesehatannya, dapat meningkatkan semangat pasien dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil dari penelitian mengenai tingkat pendidikan terakhir, sebagian besar responden merupakan lulusan sekolah dasar (42,4%). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan responden tergolong rendah. Rendahnya tingkat pendidikan dapat berpengaruh terhadap pengetahuan dan pemahaman responden mengenai pengelolaan penyakit diabetes melitus, termasuk dalam hal penerapan pola hidup sehat dan kepatuhan terhadap pengobatan.. Peningkatan tingkat pendidikan seseorang dapat mendorong meningkatnya kesadaran akan pentingnya hidup sehat, termasuk dalam memperhatikan pola makan dan gaya hidup. Pendidikan memiliki peran penting dalam memengaruhi risiko seseorang terhadap penyakit diabetes melitus. Individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki pengetahuan yang lebih luas mengenai kesehatan, sehingga lebih sadar dan berhati-hati dalam menjaga kondisi kesehatannya (Pratama K et al., 2023).

Selain itu, sebagian besar responden telah menderita diabetes melitus selama 2–4 tahun (54,5%), sedangkan 45,5% lainnya telah menderita lebih dari 4 tahun. Tidak adanya responden yang baru terdiagnosis menunjukkan bahwa mayoritas telah memiliki pengalaman cukup lama dalam menghadapi penyakit ini. Lamanya durasi seseorang menderita diabetes melitus (DM) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kualitas hidupnya. Seiring dengan bertambahnya waktu, kerusakan pada sel beta pankreas dapat semakin parah, sehingga kemampuan tubuh dalam mengendalikan kadar glukosa darah menjadi menurun. Sejalan dengan penelitian (Melinda, 2024) Lama seseorang menderita diabetes melitus sangat berpengaruh terhadap kualitas hidupnya. Semakin lama penyakit ini diderita tanpa diimbangi dengan gaya hidup sehat, maka risiko munculnya komplikasi jangka panjang, seperti penyakit jantung, kerusakan saraf, dan gangguan kesehatan lainnya, akan semakin tinggi. Jika pengelolaan diabetes tidak dilakukan dengan baik selama bertahun-tahun, kadar gula darah bisa naik turun tidak terkontrol, yang akhirnya membuat kondisi kesehatan pasien semakin memburuk. Karena itu, sangat penting bagi penderita diabetes untuk menerapkan pola hidup sehat, seperti menjaga pola makan seimbang, rutin berolahraga, dan melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur. Penurunan kualitas hidup biasanya mulai terasa

signifikan pada pasien yang telah menderita diabetes selama lima tahun atau lebih. Banyak pasien mengalami kesulitan dalam menjaga pola makan dan melakukan perawatan diri, sehingga berdampak buruk pada kesehatan mereka. Seiring waktu, penyakit ini juga dapat membuat pasien bergantung pada obat-obatan dan layanan medis, serta menyebabkan kelelahan dan berkurangnya energi. Kondisi ini dapat membatasi kemampuan pasien untuk beraktivitas, memenuhi kebutuhan sehari-hari, dan mengurangi kenyamanan hidup mereka. Semua faktor tersebut secara keseluruhan berkontribusi terhadap penurunan kualitas hidup. Komplikasi yang muncul akibat lamanya menderita diabetes tipe II seperti penyakit jantung, kerusakan saraf, dan masalah kesehatan lainnya turut memperparah keadaan ini.

Berdasarkan data pada tabel 2 di atas, sebagian besar responden memiliki kualitas hidup pada kategori sedang, yaitu sebanyak 57 orang (86%). Sementara itu, 9 orang (14%) memiliki kualitas hidup tinggi, dan tidak ada responden (0%) yang memiliki kualitas hidup rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien masih mampu menjalani kehidupan dengan cukup baik meskipun memiliki keterbatasan akibat penyakitnya, namun belum mencapai tingkat kualitas hidup yang optimal. Masih ada ruang untuk peningkatan, terutama dalam hal pengelolaan kesehatan dan penerapan gaya hidup sehat agar kualitas hidup mereka bisa meningkat ke kategori tinggi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Andala & Akbar, 2023) Kualitas hidup merupakan salah satu faktor penting yang dapat memengaruhi kondisi kesehatan seseorang. Jika kualitas hidup seseorang menurun, hal itu bisa memperburuk penyakit yang diderita, dan sebaliknya penyakit juga bisa menurunkan kualitas hidup, terutama pada penyakit kronis seperti diabetes yang sulit disembuhkan. Dalam bidang pelayanan kesehatan, kualitas hidup digunakan untuk menilai kondisi emosional, sosial, serta kemampuan seseorang dalam menjalani aktivitas sehari-hari secara normal. Penyakit yang berlangsung lama dapat berdampak pada menurunnya kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan. Karena itu, kualitas hidup memiliki peran penting dalam proses pengelolaan penyakit. Salah satu cara untuk meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus adalah dengan menjalani terapi fisik secara teratur, yang dapat membantu menjaga kebugaran tubuh dan mengontrol kadar gula darah.

Kualitas hidup yang buruk dapat memberikan dampak luas terhadap berbagai aspek kehidupan, seperti kesehatan fisik, kondisi psikologis, tingkat kemandirian, hubungan sosial, dan keyakinan pribadi. Pada pasien diabetes, penurunan kualitas hidup biasanya terlihat dari ketidakmampuan dalam melakukan perawatan diri (self-care), yang mencakup pengaturan pola makan, kepatuhan terhadap terapi obat, pemantauan kadar gula darah, perawatan kaki, serta aktivitas fisik. Pada kelompok lansia, kualitas hidup sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik dan mental. Penurunan fungsi tubuh akibat penyakit kronis atau keterbatasan mobilitas dapat menghambat kemampuan mereka dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, sehingga berdampak pada kesejahteraan secara keseluruhan (Ekitera Weya, S.Dwi Sulistyawati, 2023).

Dalam memahami dan meningkatkan kualitas hidup lansia salah satunya untuk memastikan bahwa mereka dapat menikmati masa tua dengan kesejahteraan, dan kebahagiaan yang maksimal. Maka dari itu, perlunya berbagai Upaya untuk meningkatkan kualitas hidup lansia melibatkan berbagai strategi, seperti penyediaan akses yang mudah terhadap pelayanan kesehatan, promosi gaya hidup sehat, program sosial dan rekreasi yang sesuai dengan kebutuhan mereka, serta menciptakan lingkungan yang ramah lansia dimasyarakat. Melindungi dan memperhatikan kualitas hidup lansia merupakan tanggungjawab bersama untuk memastikan bahwa masa tua mereka dijalani dengan kesejahteraan dan bermartabat (Diah Putri Astuti & Rahma Soleman, 2024).

Kualitas hidup mencerminkan penilaian menyeluruh terhadap kemampuan fungsional, keterbatasan, serta kekhawatiran yang muncul akibat penyakit yang diderita. Penilaian ini mencakup beberapa dimensi, yaitu kesehatan fisik, kondisi psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Kualitas hidup yang rendah pada penderita diabetes dapat memperburuk kondisi penyakit, meningkatkan risiko komplikasi, bahkan berujung pada kecacatan atau kematian. Pada pasien diabetes melitus tipe 2, terdapat delapan domain utama yang digunakan untuk menilai kualitas hidup, yaitu keterbatasan peran akibat kondisi fisik, kemampuan fisik, persepsi terhadap kesehatan umum, kepuasan terhadap pengobatan, frekuensi gejala yang dialami, masalah keuangan, kesehatan psikologis, serta kepuasan terhadap pola diet. Penurunan kualitas hidup memiliki hubungan yang signifikan dengan peningkatan angka kesakitan dan kematian, serta dapat memengaruhi harapan hidup penderita diabetes melitus. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap kualitas hidup pasien antara lain faktor demografis (seperti usia dan status pernikahan),

faktor medis (lama menderita diabetes dan adanya komplikasi), serta faktor psikologis (terutama depresi dan kecemasan) (Apriyan et al., 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Wibowo, 2019) Berdasarkan hasil penelitian, dari total 91 responden diketahui bahwa sebanyak 48 responden memiliki kualitas hidup yang rendah, sedangkan 43 responden memiliki kualitas hidup yang tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara jumlah penderita diabetes melitus (DM) dengan kualitas hidup rendah dan tinggi di Puskesmas Kota Sukoharjo. Perbedaan yang tidak terlalu besar antara kedua kelompok tersebut diduga dipengaruhi oleh faktor usia. Seiring bertambahnya usia, kemampuan berpikir dan daya tangkap seseorang cenderung meningkat, sehingga pengetahuan yang dimiliki pun menjadi lebih baik dan dapat mendorong perubahan perilaku ke arah positif. Pada usia dewasa muda, individu umumnya telah mencapai tingkat kematangan dalam berpikir dan mampu menghadapi serta memecahkan masalah dengan lebih bijaksana. Kualitas hidup dapat diartikan sebagai tingkat kepuasan seseorang terhadap kehidupannya, baik sebagai pria maupun wanita, yang dipengaruhi oleh sistem nilai dan budaya di lingkungan tempat ia tinggal. Kualitas hidup juga berkaitan dengan rasa kebahagiaan, standar hidup, harapan, serta perhatian terhadap berbagai aspek kehidupan. Secara umum, kualitas hidup mencakup beberapa dimensi utama, yaitu kesehatan fisik, kondisi psikologis, kebebasan dalam beraktivitas, hubungan sosial, serta keterkaitan dengan tujuan dan harapan individu di masa depan.

KESIMPULAN

Kualitas hidup merupakan gambaran sejauh mana seseorang merasa puas dan mampu menjalani kehidupannya dengan baik dari berbagai aspek, baik fisik, mental, sosial, maupun emosional. Dalam konteks kesehatan, kualitas hidup berperan penting sebagai indikator kesejahteraan individu secara menyeluruh, karena mencerminkan sejauh mana kondisi kesehatan seseorang memengaruhi aktivitas sehari-hari, kemampuan beradaptasi, serta kebahagiaan dan kesejahteraan hidupnya. Pada penderita penyakit kronis seperti diabetes melitus (DM), kualitas hidup menjadi hal yang sangat penting untuk diperhatikan karena penyakit ini tidak hanya berdampak pada aspek fisik, tetapi juga pada kondisi psikologis, sosial, dan ekonomi pasien.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 66 responden di mana sebagian besar berada pada rentang usia 71–82 tahun (63,6%), dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas hidup pada kategori sedang (86%), sedangkan memiliki kualitas hidup tinggi, dan tidak ada responden yang memiliki kualitas hidup rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus masih mampu beradaptasi dan menjalani kehidupan dengan cukup baik meskipun menghadapi keterbatasan akibat penyakitnya. Namun demikian, hasil tersebut juga mengindikasikan bahwa kualitas hidup mereka belum mencapai kondisi yang optimal sehingga masih diperlukan berbagai upaya peningkatan, baik dari segi pengelolaan penyakit, dukungan sosial, maupun edukasi kesehatan.

Kualitas hidup penderita diabetes melitus dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain:

1. **Usia**, di mana semakin lanjut usia seseorang maka risiko terjadinya penurunan kondisi fisik dan komplikasi semakin besar. Lansia cenderung mengalami keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, sehingga berdampak pada penurunan kualitas hidup.
2. **Jenis kelamin**, menunjukkan bahwa perempuan memiliki risiko penurunan kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki karena cenderung memiliki tingkat kecemasan dan kekhawatiran yang lebih tinggi terhadap penyakitnya.
3. **Status pekerjaan**, menunjukkan bahwa individu yang memiliki pekerjaan umumnya memiliki kualitas hidup yang lebih baik karena masih aktif secara sosial dan fisik, sedangkan mereka yang tidak bekerja lebih berisiko mengalami stres, kekhawatiran finansial, dan penurunan kesejahteraan psikologis.
4. **Status perkawinan**, menunjukkan bahwa responden yang masih memiliki pasangan hidup cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik karena adanya dukungan emosional dan sosial dalam pengelolaan penyakit.
5. **Tingkat pendidikan**, berpengaruh signifikan terhadap kemampuan pasien dalam memahami pentingnya pengelolaan penyakit diabetes melitus. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin baik pula pemahaman dan kesadaran dalam menerapkan gaya hidup sehat dan mematuhi terapi pengobatan.
6. **Lama menderita diabetes**, menunjukkan bahwa semakin lama seseorang hidup dengan diabetes, semakin besar kemungkinan munculnya komplikasi yang dapat memperburuk kondisi fisik maupun mental, sehingga berdampak negatif terhadap kualitas hidup.

Penelitian ini juga memperkuat temuan dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa diabetes melitus merupakan salah satu faktor utama yang menurunkan kualitas hidup pada kelompok usia lanjut. Peningkatan kadar gula darah yang tidak terkontrol dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan komplikasi serius pada berbagai sistem tubuh, seperti jantung, saraf, ginjal, dan pembuluh darah. Komplikasi ini tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga dapat menimbulkan stres emosional, penurunan rasa percaya diri, serta gangguan dalam aktivitas sosial.

Selain faktor medis, aspek psikologis dan sosial juga memiliki peranan penting dalam menentukan kualitas hidup pasien diabetes. Dukungan keluarga, lingkungan yang positif, serta motivasi diri untuk tetap menjalani pengobatan secara teratur merupakan faktor kunci dalam menjaga stabilitas kondisi fisik dan emosional pasien. Pasien yang memiliki dukungan sosial yang baik cenderung lebih patuh terhadap pengobatan dan memiliki harapan hidup yang lebih tinggi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden masih mampu menjalani kehidupan dengan baik, kualitas hidup mereka belum mencapai tingkat optimal. Oleh karena itu, diperlukan berbagai upaya peningkatan kualitas hidup melalui pendekatan yang holistik, meliputi edukasi tentang pengelolaan diabetes, penyediaan akses layanan kesehatan yang mudah dijangkau, program dukungan sosial dan emosional, serta penerapan gaya hidup sehat yang mencakup pola makan seimbang, olahraga teratur, dan kepatuhan terhadap terapi pengobatan.

Dengan pengelolaan yang baik, penderita diabetes melitus dapat mempertahankan kualitas hidup yang lebih baik, mengurangi risiko komplikasi jangka panjang, serta meningkatkan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial. Upaya bersama antara pasien, keluarga, tenaga kesehatan, dan lingkungan masyarakat sangat diperlukan agar penderita diabetes, khususnya lansia, dapat menikmati masa tua dengan kehidupan yang lebih sehat, mandiri, dan bermartabat.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kualitas hidup pasien diabetes melitus (DM) di Puskesmas, terdapat beberapa hal penting yang perlu menjadi perhatian dan dasar pemberian saran, baik untuk ilmu keperawatan, praktik keperawatan, penelitian selanjutnya, Puskesmas,

maupun pasien itu sendiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori lansia, mayoritas perempuan, banyak yang tidak bekerja, sebagian besar masih menikah, dengan tingkat pendidikan rendah, serta lama menderita DM 2–4 tahun. Mayoritas memiliki kualitas hidup sedang, menunjukkan bahwa meskipun pasien mampu menjalani aktivitas sehari-hari, masih ada ruang untuk peningkatan, khususnya melalui pengelolaan penyakit yang lebih optimal, dukungan sosial, serta edukasi kesehatan yang tepat.

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan komunitas dan keperawatan gerontik. Pengetahuan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kualitas hidup pasien diabetes melitus dapat menjadi dasar dalam pengembangan teori, konsep, dan praktik asuhan keperawatan holistik. Selain itu, hasil ini dapat digunakan sebagai acuan dalam penyusunan intervensi keperawatan yang berfokus pada peningkatan kualitas hidup pasien, terutama pada kelompok usia lanjut yang rentan terhadap penyakit kronis.

2. Bagi Perawat Komunitas dan Keperawatan Gerontik

Perawat komunitas dan perawat gerontik diharapkan mampu berperan aktif dalam memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat, khususnya pada penderita diabetes melitus. Edukasi tersebut meliputi pentingnya pengaturan pola makan, pengendalian kadar gula darah, aktivitas fisik yang teratur, dan kepatuhan terhadap terapi obat. Perawat juga perlu memberikan dukungan emosional, motivasi, serta melakukan pemantauan berkelanjutan terhadap pasien di komunitas agar mereka dapat mempertahankan kualitas hidup yang optimal. Selain itu, perawat diharapkan dapat melakukan pendekatan yang humanis dan individual, dengan mempertimbangkan kondisi fisik, psikologis, sosial, serta budaya pasien.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya untuk mengkaji faktor-faktor lain yang memengaruhi kualitas hidup pasien diabetes melitus, seperti aspek ekonomi, dukungan keluarga, spiritualitas, dan akses terhadap layanan kesehatan. Peneliti berikutnya juga disarankan menggunakan desain penelitian yang lebih luas dengan jumlah responden yang lebih besar agar hasilnya dapat digeneralisasi dengan lebih baik. Selain itu, penelitian longitudinal dapat dilakukan untuk menilai perubahan kualitas hidup pasien diabetes dalam jangka panjang setelah dilakukan intervensi keperawatan tertentu.

4. Bagi Puskesmas

Puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan primer diharapkan dapat meningkatkan perannya dalam upaya pencegahan dan pengendalian diabetes melitus di masyarakat. Hal ini dapat dilakukan dengan mengadakan program edukasi kesehatan secara rutin, pemeriksaan kadar gula

darah berkala, dan penyuluhan tentang gaya hidup sehat. Puskesmas juga perlu memperkuat peran petugas kesehatan dalam melakukan pemantauan kondisi pasien secara berkelanjutan, serta membentuk kelompok dukungan bagi penderita diabetes agar mereka dapat saling berbagi pengalaman dan motivasi. Selain itu, penting bagi Puskesmas untuk menyediakan layanan konsultasi gizi dan psikologis bagi pasien agar pengelolaan penyakit dapat dilakukan secara menyeluruh.

5. Bagi Pasien Diabetes Melitus

Pasien diabetes melitus diharapkan dapat meningkatkan kesadaran dan tanggung jawab terhadap kondisi kesehatannya. Pasien perlu mematuhi anjuran medis dan perawat, menjaga pola makan seimbang, rutin melakukan aktivitas fisik, serta mengontrol kadar gula darah secara teratur. Selain itu, pasien diharapkan tidak hanya fokus pada pengobatan medis, tetapi juga memperhatikan keseimbangan psikologis dan sosial dengan tetap berinteraksi aktif dalam lingkungan sekitarnya. Dukungan keluarga dan lingkungan sangat penting untuk membantu pasien mempertahankan motivasi dalam menjalani pengobatan dan meningkatkan kualitas hidupnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nya, penelitian ini dapat diselesaikan. Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan bantuan selama proses penelitian, antara lain:

1. Kepada Dosen Pembimbing, yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
2. Kepada Pihak Puskesmas Kujangsari, yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk pelaksanaan penelitian serta membantu pengumpulan data.
3. Kepada Responden dan Anggota PROLANIS, yang bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
4. Kepada Keluarga dan Teman-teman, yang selalu memberikan dukungan moral, doa, dan semangat selama penelitian berlangsung.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam meningkatkan kualitas hidup lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe II.