



## HUBUNGAN MANAJEMEN DIRI DENGAN KADAR GULA DARAH PUASA PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS ANDALAS KOTA PADANG

Ria Desnita<sup>1\*</sup>, Mira Andika<sup>2</sup>, Fitria Alisa<sup>3</sup>, Zulham Efendi<sup>4</sup>, Weny Amelia<sup>5</sup>, Lola Despitasari<sup>6</sup>, Defrima Oka Surya<sup>7</sup>, Vivi Syofia Sapardi<sup>8</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,8</sup>Program Studi S1 Keperawatan, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Padang, Indonesia

<sup>7</sup>Program Studi DIII Keperawatan, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Padang, Indonesia

\*Email korespondensi: [ria.desnita18@gmail.com](mailto:ria.desnita18@gmail.com)

### ABSTRACT

*Diabetes Mellitus (DM) type 2 is a metabolic disorder characterized by hyperglycemia or high blood sugar levels and impaired carbohydrate, protein and fat metabolism caused by insulin resistance. One of the factors that influence the control of fasting blood sugar levels is self-management. The purpose of this study was to determine the relationship between self-management and fasting blood sugar in patients with type 2 diabetes mellitus at the Andalas Public Health Center, Padang City. This research is a descriptive correlational study with a cross sectional approach, carried out in January-August 2022 at the Andalas Health Center, Padang City. The number of samples is 44 people with the Accidental Sampling method. Univariate analysis is shown in the frequency distribution table and bivariate with Spearman's test. The results of this study showed that 50% of respondents had poor self-management. The average fasting blood sugar level was 197 mg/dl with a standard deviation of 61.3 mg/dl. There is a relationship between self-management and fasting blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus at Andalas Public Health Center, Padang City with  $p$  value = 0.000.. It is recommended to health workers to make self-management as one of the nursing interventions in controlling fasting blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus.*

**Keywords:** *fasting blood glucose, type 2 diabetes mellitus, self management*

### ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) tipe 2 merupakan gangguan metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia, jika tidak diatasi akan mengakibatkan gangguan pada pembuluh darah baik makrovaskuler maupun mikrovaskuler, serta gangguan pada sistem saraf atau neuropati. Salah satu faktor yang mempengaruhi pengendalian kadar gula darah puasa yaitu tindakan manajemen diri. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan manajemen diri dengan gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang. Penelitian ini merupakan penelitian *deskriptif korelatif* dengan pendekatan *cross sectional*, dilaksanakan pada Januari-Agustus 2022 di Puskesmas Andalas Kota Padang. Jumlah sampel 44 orang dengan metode *Accidental Sampling*. Analisa univariat ditampilkan pada tabel distribusi frekuensi dan bivariat dengan uji *Spearman*. Hasil penelitian ini didapatkan 50% responden memiliki manajemen

diri kurang baik. Rata-rata kadar gula darah puasa yaitu 197 mg/dl dengan standar deviasi 61,3 mg/dl. Ada hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah puasa pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang dengan  $p$  value = 0,000. Disarankan kepada petugas kesehatan agar dapat menjadikan manajemen diri sebagai salah satu intervensi keperawatan dalam mengendalikan kadar gula darah puasa pasien diabetes melitus tipe 2.

**Kata Kunci :** Gula Darah Puasa, diabetes melitus tipe 2, manajemen diri

---

## PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) tipe 2 adalah gangguan metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia atau tingginya kadar gula dalam darah dan gangguan metabolisme karbohidrat, protein dan lemak yang diakibatkan oleh resistensi insulin. DM tipe 2 merupakan hasil dari penolakan atau kegagalan tubuh menggunakan zat insulin dengan benar dan terkadang dikombinasikan dengan kekurangan insulin relatif DM tipe 2 dapat terjadi walaupun pankreas masih bisa memproduksi insulin, tetapi insulin yang diproduksi memiliki kualitas yang buruk sehingga mengakibatkan glukosa darah meningkat, penderita biasanya tidak perlu tambahan suntikan insulin, tetapi memerlukan obat yang bekerja untuk memperbaiki fungsi insulin, menurunkan glukosa, memperbaiki pengolahan gula di hati (Black & Hawk, 2014).

DM tipe 2 merupakan tipe diabetes yang paling umum, sekitar 90% dari semua kasus DM tipe 2. Data *International Diabetes Federation* (IDF, 2017) memperkirakan angka kejadian penyakit DM tipe 2 lebih tinggi dari angka kejadian DM tipe 1. Pada tahun 2015 - 2018 prevalensi angka kejadian DM tipe 2 mencapai 415 juta pasien. Kemudian paada tahun 2040 WHO memprediksi jumlah penduduk dunia yang akan menderita DM Tipe 2 akan meningkat paling sedikit menjadi 366 juta jiwa.

Indonesia pada tahun 2017 menduduki negara ke-6 dari 10 negara dengan jumlah penderita DM tipe 2 terbanyak sekitar 10,3 juta orang, diprediksi menjadi 16,7 juta orang pada tahun 2045 (IDF, 2017). Badan kesehatan dunia WHO memprediksi

kenaikan jumlah pasien DM tipe 2 di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Prevalensi DM tipe 2 paling banyak ditemukan di Daerah Khusus Ibukota Jakarta (DKI) tahun 2018 sebanyak (3,4%). Sumatera Barat menempati urutan ke-11 dengan prevalensi DM tipe 2 (1,6%) (Risikesdas, 2018). Di Kota Padang pada tahun 2018 dengan jumlah 5.252 kasus DM tipe 2 mengalami peningkatan di tahun 2019 yaitu ditemukan sebanyak 17.017 kasus (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2017). Pada tahun 2020 Puskemas Andalas menjadi urutan pertama penderita DM tipe 2 di kota Padang yang mana jumlah penderita mencapai (1.017) orang.

Diabetes melitus tipe 2 dapat mempengaruhi aspek kualitas hidup penderitanya dan memiliki risiko terhadap terjadinya komplikasi (Ridhani et al., 2021). Komplikasi yang terjadi akibat penyakit DM dapat berupa gangguan pada pembuluh darah baik makrovaskular maupun mikrovaskular, serta gangguan pada sistem saraf atau neuropati (Perkeni, 2021).

Komplikasi DM diawali dengan gangguan metabolik dimana kontrol glukosa darah pasien DM terganggu yang ditandai hiperglikemia. Beberapa indikator untuk melihat kontrol gula darah yaitu gula darah sewaktu (GDS), glukosa 2 jam setelah makan dan gula darah puasa (GDP). Untuk mengantisipasi kadar gula darah penderita DM dianjurkan untuk melakukan cek gula darah sewaktu ataupun cek gula darah puasa.

Penelitian dari Irna (2018) didapatkan nilai glukosa darah puasa pasien DM tipe II dengan nilai glukosa darah puasa < 100

mg/dL sebanyak 8 orang (13,3%), sedangkan nilai glukosa darah  $\geq 100$  mg/dL sebanyak 52 orang (86,7%). Kemudian diperkuat oleh penelitian dari Notoadmodjo (2012) yang mengatakan bahwa kadar gula darah puasa penderita DM tipe 2 di Puskesmas Purnama Pontianak sebanyak (64,71%) berada pada kategori tidak normal.

Beberapa faktor yang mempengaruhi pengendalian kadar gula darah puasa menurut Notoadmodjo (2012) adalah usia, jenis kelamin, olahraga, pola makan, obesitas, stress dan manajemen diri. Salah satu hal yang terpenting bagi penderita DM adalah pengendalian kadar gula darah, maka pasien perlu memahami mengenai hal-hal yang mempengaruhi pengendalian kadar gula darah yang mana berhubungan dengan faktor manajemen diri (Ningrum et al., 2019). Menurut Perkeni (2019) diperlukan adanya penatalaksanaan mandiri oleh pasien DM tipe 2 yang dikenal dengan manajemen diri.

Diabetes melitus memerlukan terapi yang berkesinambungan untuk dapat mengontrol kadar glukosa dengan baik, selain terapi farmakologi juga diperlukan terapi nonfarmakologi untuk memaksimalkan kontrol glukosa darah termasuk juga dalam hal ini adalah tindakan manajemen diri. Penatalaksanaan manajemen diri diabetes bertujuan untuk mencapai kadar gula darah dalam rentang normal sehingga dapat mencegah timbulnya komplikasi dan menurunkan angka morbiditas serta mortalitas akibat penyakit diabetes melitus tersebut (Ningrum et al., 2019).

Manajemen diri diabetes melitus adalah tindakan yang dilakukan seorang pasien dalam mengontrol dan mengatur penyakit mereka secara mandiri yang meliputi tindakan pengobatan dan pencegahan komplikasi. yang mana aspek yang termasuk dalam manajemen diri penderita diabetes yaitu diet atau perencanaan makan, karena gizi mempunyai kaitan dengan penyakit DM (Medical Dictionary, 2017). Tujuan

manajemen diri diabetes melitus tipe 2 adalah menormalkan aktivitas insulin dan kadar glukosa darah tanpa terjadinya hipoglikemia dan gangguan serius pada pola aktivitas pasien dalam upaya untuk mengurangi terjadinya komplikasi vaskuler dan neuropati (Ningrum et al., 2019).

Adapun yang dapat dilakukan dalam penerapan manajemen diri pada penderita DM tipe 2 meliputi terapi nutrisi (diet), latihan fisik, terapi farmakologis (obat-obatan), perawatan kaki dan pemantauan kadar glukosa darah mandiri (PGDM) (Perkeni, 2021). Beberapa faktor yang mempengaruhi manajemen diri yaitu faktor usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan, lama menderita DM, dukungan keluarga (Ningrum et al., 2019). Individu yang menderita penyakit Diabetes Melitus, diharapkan memiliki sikap positif dari dalam dirinya agar mampu untuk bertahan dan tetap memiliki harapan yang baik agar *self-management* yang dibutuhkan dalam perawatan diabetes dapat terlaksana. (Li et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Alisa et al., (2020) didapatkan bahwa lebih dari setengah yaitu 44 orang (60,3%) dari 73 orang responden pasien diabetes melitus tipe 2 memiliki manajemen diri yang buruk. Penelitian Rembang et al., (2017) di RSUD Mokopido Toli-Toli kepada pasien diabetes melitus tipe 2, hasil penelitian mengatakan bahwa sebanyak 25 orang (78,1%) dari 32 orang responden masih memiliki perawatan atau manajemen diri yang kurang baik. Kualitas hidup pasien dapat berpengaruh dan juga menimbulkan komplikasi jika manajemen diri kurang baik (Jargalsaikhan et al., 2019).

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan manajemen diri dengan gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif korelasi, dimana penelitian yang dilakukan ditujukan untuk melihat hubungan dan kekuatan hubungan antara variabel satu dengan variabel lainnya melalui pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Oktober 2021 sampai Juli 2022 dan pengumpulan data telah dilakukan pada tanggal 9 - 16 Juni 2022. Penelitian dilakukan di Puskesmas Andalas Kota Padang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling* dengan jumlah sampel 44 orang responden.

Kriteria Inklusi dalam penelitian ini adalah pasien ada di lokasi penelitian pada saat pengumpulan data, penderita diabetes mellitus tipe 2 dengan pemeriksaan gula darah puasa, bersedia menjadi responden sampai selesai penelitian berusia 40-65 tahun, mampu berkomunikasi dengan baik.

Kriteria Eksklusi dalam penelitian ini Penderita DM tipe 2 dengan keluhan kesehatan yang membuat penderita tidak bisa mengikuti penelitian seperti mengalami

nyeri, pusing, sesak nafas, Penderita DM tipe 2 yang mengalami gangguan mental dan kesehatan fisik seperti buta dan tuli.

Instrument penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan menggunakan lembar observasi untuk glukosa darah puasa, kuesioner manajemen diri dari *Summary of Diabetes Self Management Self Care Activities Revised (SDSCA)*. Analisa univariat ditampilkan pada tabel distribusi frekuensi dan bivariat dengan uji *Rank Spearman*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Temuan penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel yaitu karakteristik responden, analisis univariat distribusi frekuensi manajemen diri dan glukosa darah puasa serta analisis bivariat hubungan manajemen diri dengan kadar glukosa darah puasa pasien DM tipe 2. Hasil penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut :

### Karakteristik Responden

Gambaran karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1. Gambaran Karakteristik Responden Pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Andalas Padang**

No	Data	f	%
1	Umur		
	36-45 th	6	13,6
	46-55 th	20	45,5
	56-65 th	18	40,9
Total		44	100
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	19	43,2
	Perempuan	25	56,8
	Total	44	100
3	Pendidikan		
	SD	5	11,4
	SMP	5	11,4
	SMA	25	56,8
	PT	9	20,5
	Total	44	100
4	Pekerjaan		

	IRT	16	36,4
	Pensiunan	3	6,8
	PNS	4	9,1
	Tidak bekerja	3	6,8
	Wirawasta	18	40,9
	<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100</b>
	Lama menderita		
5	< 5 tahun	15	34,1
	>5 tahun	29	65,9
	<b>Total</b>	<b>44</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan 45,5% responden dengan rentang umur 46-55 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, 56,8% responden dengan jenis kelamin perempuan. Sementara untuk tingkat pendidikan 56,8% responden berpendidikan SMA dan berdasarkan pekerjaan 40,9% responden adalah wiraswasta. Sementara 65,9% responden menderita diabetes melitus > 5 tahun.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi manajemen diri diabetes seseorang seperti faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, lama menderita diabetes melitus. Umumnya manusia mengalami perubahan fisiologis pada pasien diabetes melitus biasanya terjadi pada usia diatas 30 tahun dan banyak dialami oleh usia dewasa diatas 40 tahun karena resistensi insulin pada penderita diabetes melitus meningkat pada usia 40-60 tahun. Proses menua yang berlangsung setelah usia 30 tahun mengakibatkan perubahan anatomis, fisiologi dan biokimia (Smeltzer & Bare, 2010). Sousa (2011) menjelaskan bahwa semakin bertambah usia seseorang maka akan semakin bertambah tingkat kedewasaan seseorang, sehingga seorang pasien mampu berfikir secara rasional mengenai manfaat yang akan diterima apabila melakukan manajemen diri diabetes (Kusniawati 2011 dalam Yuanita 2018).

Menurut (Sousa 2011) dalam Fatimah, 2016) menyatakan bahwa jenis kelamin memberikan kontribusi yang nyata terhadap manajemen diri diabetes melitusnya. Dinyatakan bahwa klien dengan jenis

kelamin perempuan menunjukkan manajemen diri yang lebih baik dibandingkan dengan klien berjenis kelamin laki-laki. Manajemen diri diabetes dapat dilakukan oleh siapa saja yang menderita diabetes baik laki-laki maupun perempuan, namun pada kenyataannya perempuan tampak lebih peduli terhadap kesehatannya sehingga ia berupaya secara optimal untuk melakukan manajemen diri terhadap penyakit yang dialaminya.

Keterbukaan pasien diabetes melitus tipe 2 terhadap informasi kesehatan akan menuntun pasien untuk aktif menjalankan aktifitas manajemen diri, sehingga kadar glukosa darah dapat terkendali (Rantung, 2015). Seseorang dengan pendidikan tinggi umumnya memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya perilaku perawatan diri dan memiliki keterampilan manajemen diri yang baik untuk menggunakan informasi tentang diabetes yang diperoleh melalui media dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang rendah (Bai, Chiou & Chang, 2009).

Lamanya Menderita diabetes melitus seseorang dengan durasi penyakit lebih lama memiliki pengalaman dalam mengatasi penyakit mereka dan melakukan perilaku perawatan diri yang lebih baik (Yoo, Kim, Jang & You, 2011). Seseorang yang telah didiagnosis dengan diabetes bertahun-tahun dapat menerima diagnosis penyakitnya dan rejimen pengobatannya, serta memiliki adaptasi yang lebih baik terhadap penyakitnya dengan mengintegrasikan gaya hidup baru dalam kehidupan mereka sehari-sehari (Xu, Pan & Liu, 2010).

Berdasarkan analisa peneliti, dari 44 orang responden masih terdapat manajemen diri yang kurang baik hal ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, dan lama menderita diabetes melitus. Menurut analisa peneliti usia responden mempengaruhi responden dalam menerapkan manajemen diri terhadap penyakit diabetes melitusnya dikarenakan semakin bertambahnya usia semakin bertambah pula tingkat kedewasaan seseorang tentang pentingnya manajemen diri terhadap penyakit diabetes melitusnya.

Menurut analisa peneliti jenis kelamin seseorang juga mempengaruhi manajemen diri seseorang dikarenakan perempuan lebih peduli terhadap kesehatannya sehingga lebih optimal dalam melakukan manajemen diri terhadap penyakitnya. Pada penelitian ini ditemukan jenis kelamin perempuan lebih banyak menderita diabetes melitus dibandingkan jenis kelamin laki-laki, dengan persentase jenis kelamin perempuan sebanyak (56.8%) sedangkan jenis kelamin laki-laki sebanyak (43.2 %).

Menurut analisa peneliti Pendidikan yang baik akan menghasilkan perilaku positif sehingga lebih terbuka dan objektif dalam menerima informasi, khususnya informasi tentang penatalaksanaan diabetes melitus. Pada penelitian ini didapatkan lebih dari separuh responden dengan pendidikan tingkat SMA yaitu (56,8%). Menurut analisa peneliti lamanya seseorang menderita diabetes melitus tipe 2, berpengaruh dengan manajemen diri yang diterapkannya karena seseorang yg lebih lama memiliki pemahaman yang lebih, ia akan berpikir bahwa pentingnya perilaku manajemen diri diabetes. Pada penelitian ini didapatkan lebih dari separuh responden sudah menderita diabetes mellitus  $\geq 5$  tahun (65,9 %).

#### Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian, distribusi frekuensi responden berdasarkan manajemen diri pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Manajemen Diri Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas Kota Padang (n=44)**

No	Manajemen Diri	f	%
1	Baik	22	50
2	Kurang Baik	22	50
Total		44	100

Berdasarkan tabel 2 di atas didapatkan 50% responden memiliki manajemen diri kurang baik pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2019) dengan Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian responden memiliki tingkat manajemen diri baik (59.5%). Beberapa aspek seperti pengaturan pola makan, dan kepatuhan

konsumsi obat, sebagian besar responden termasuk dalam kategori baik, namun pada aspek aktivitas fisik/olahraga, perawatan diri/kaki, dan monitoring gula darah masih dalam kategori kurang.

Manajemen diri diabetes melitus adalah tindakan yang dilakukan seorang pasien dalam mengontrol dan mengatur penyakit mereka secara mandiri yang meliputi tindakan pengobatan dan mencegah

komplikasi (Medical Dictionary, 2017). Manajemen diri merupakan bagian integral dari pengendalian diabetes. Sebagai contoh, dalam banyak kasus pasien dianjurkan untuk dapat menjaga diet/ pola makan yang sehat serta olahraga yang tepat agar kadar glukosa tetap terkontrol. dapat menggambarkan perilaku individu yang dilakukan secara sadar, bersifat universal, dan terbatas pada diri sendiri.

Terdapat beberapa perilaku manajemen diri diabetes melitus tipe 2 yaitu terapi nutrisi, latihan fisik, terapi farmakologis, perawatan kaki, dan pemantauan glukosa darah mandiri (Perkeni, 2021). Penerapan manajemen diri yang optimal pada pasien diabetes dapat membantu dalam meningkatkan pencapaian tujuan dalam penatalaksanaan diabetes mellitus tipe 2. Oleh sebab itu, dibutuhkan kepatuhan atau kedisiplinan dari pasien dalam menerapkan

manajemen diri diabetes guna meningkatkan kualitas hidup pasien (Safitri, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan didapatkan manajemen diri diabetes pada penelitian ini terdiri dari lima aspek yaitu terapi nutrisi, latihan fisik, terapi farmakologis, perawatan kaki, dan pemantauan glukosa darah mandiri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki status *manajemen diri* diabetes yang baik yaitu pada aspek pengaturan pola makan (50%), dan kepatuhan konsumsi obat (81%). Sedangkan pada aspek aktivitas fisik, perawatan kaki, serta monitoring kadar gula darah, sebagian besar responden memiliki status manajemen diri diabetes yang kurang.

Berdasarkan hasil penelitian, gambaran nilai kadar gula darah puasa pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini :

**Tabel 3. Gambaran Nilai Kadar Gula Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas Kota Padang (n=44)**

No	Variabel	Mean	Median	Standar Deviasi	Min	Max
1	Kadar Gula Darah Puasa	197,27	187	61,31	118	343

Berdasarkan tabel 3 diatas didapatkan rata-rata kadar gula darah puasa yaitu 197,27 mg/dL dengan standar deviasi 61,3 pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang. Kadar gula darah terendah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang yaitu 118 mg/dL dan yang tertinggi yaitu 343 mg/dL.

Hasil penelitian ini hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Khintan (2020) tentang gambaran gula darah puasa pada pasien diabetes mellitus tipe 2, menunjukan nilai rata-rata kadar gula darah puasa diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Tayu 2 pada pasien laki-laki berkisar  $\pm 145$

mg/dL sedangkan perempuan sedang perempuan  $\pm 182$  mg/dL.

Hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Heriyanto (2018) juga menyebutkan bahwa dari 20 orang responden hanya 2 orang yang terkontrol kadar gula darahnya sedangkan 18 orang lainnya tidak terkontrol. Hal ini pula didukung oleh penelitian yang dilakukan Adryana (2017) yang menyebutkan bahwa dari seluruh responden, dengan kadar gula darah puasa yang tidak terkontrol yaitu sebanyak 64,9% sedangkan yang kadar gula darahnya terkontrol hanya 35,1%.

Hal ini sesuai dengan teori PERKENI tahun 2015 yang menyatakan bahwa dari 2/3 pasien yang terdiagnosa DM yang menjalani

pengobatan hanya 1/3 yang terkendali kadar gula darahnya. Penyakit diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit gangguan metabolik yang dapat disebabkan kurangnya produksi insulin oleh sel  $\beta$ -pankreas atau tubuh tidak dapat mengoptimalkan penggunaan insulin. Insulin merupakan hormon yang berfungsi untuk mengendalikan keseimbangan kadar gula darah. Diabetes melitus tipe 2 dapat mempengaruhi aspek kualitas hidup penderitanya dan memiliki risiko terhadap terjadinya komplikasi (Ridhani et al., 2021). Penderita diabetes melitus berisiko tinggi

mengalami komplikasi berupa hipoglikemia, hiperglikemia, ketoasidosis, gangguan pada pembuluh darah baik makrovaskular maupun mikrovaskular, serta gangguan pada sistem saraf atau neuropati (Perkeni, 2021).

#### Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah puasa pada penderita Diabetes Melitus Tipe 1 di Puskesmas Andalas Kota Padang dapat dilihat pada tabel 4 berikut :

**Tabel 4. Hubungan Manajemen Diri Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas Kota Padang**

Variabel	Kadar Gula Darah Puasa					Koefisien corelasi	P Value
	Mean	SD	SE	95% CI			
				Lower	Upper		
Manajemen Diri	197,27	61,321	9.243	178.63	215.91	0,724	0,000

Berdasarkan hasil uji korelasi *rank spearman* didapatkan hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah puasa dengan  $p$  value = 0,000 ( $p \leq 0,05$ ), dengan koefisien korelasinya 0,724. Berdasarkan koefisien korelasi disimpulkan bahwa manajemen diri dengan kadar gula darah puasa memiliki hubungan yang kuat. Semakin baik manajemen diri pasien diabetes melitus tipe 2 maka kadar gula darah puasa juga akan baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nunung (2018) di RSUD dr. Zainoel Abidin Banda Aceh, menyatakan bahwa mayoritas pasien dengan manajemen diri diabetes baik memiliki kadar gula darah yang normal (68,7%), sedangkan pasien dengan manajemen diri diabetes kurang, sebagian besar memiliki kadar gula darah yang tidak normal (68.7%).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati (2019) dengan judul hubungan antara *self care* dengan kadar gula darah puasa pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin dengan nilai signifikansi 0,03 yang berarti  $p$  value  $< \alpha = 0,05$ . *Self care* dan kadar gula darah puasa mempunyai koefisien korelasi dengan tingkat keamatan yang lemah yaitu dengan nilai -0,302, nilai korelasi ini bersifat negatif hal ini berarti semakin rendah *self care* maka semakin tinggi kadar gula darah puasa atau semakin rendah perilaku *self care* maka semakin tidak normal kadar gula darah puasa pasien diabetes melitus tipe 2.

Manajemen diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor yaitu diabetes knowledge, *self efficacy*, *self care agency*, *social support* dan sosial ekonomi (finansial). *Diabetes knowledge*, *self care agency*, dan *self efficacy* merupakan faktor



internal pada manajemen diri DM yang berhubungan langsung terhadap kontrol glikemik, sedangkan social support, dukungan keluarga serta sosial ekonomi (financial) merupakan faktor eksternal manajemen diri DM (Damayanti, 2017). Menurut analisa peneliti didapatkan interpretasi korelasi yang kuat antara manajemen diri dengan kadar gula darah puasa yaitu 0.724 dikarenakan bahwa manajemen diri merupakan salah satu pengendalian kadar gula darah pada penderita DM yang berasal dari dalam dirinya sendiri. Akan tetapi belum tentu nantinya interpretasinya kuat jika hal ini dilihat dari dukungan sosial, ataupun dukungan keluarga karena merupakan faktor dari luar.

Selain itu manajemen diri menjadi hal yang penting untuk dilakukan karena domain atau indikator yang terdapat didalamnya sesuai dengan pilar-pilar diabetes melitus yang harus dipatuhi oleh pasien itu sendiri seperti aktivitas fisik berupa latihan jasmani, pengaturan pola makan, manajemen pengobatan dan pengetahuan seperti perawatan kaki dan pengontrolan kadar gula darah agar kadar gula darah pasien berada dalam batas normal sehingga tidak terjadi komplikasi.

Manajemen diri diabetes ini menjadi sangat penting dilakukan untuk pengendalian kadar gula darah puasa untuk itu perawat harus lebih meningkatkan kepedulian terhadap pasien diabetes melitus dalam melakukan penatalaksanaan diabetes melitus seperti melakukan pendidikan kesehatan kepada pasien yang dilakukan secara rutin setiap minggu untuk lebih mengingatkan pasien akan pentingnya manajemen diri ini demi mencegah terjadinya komplikasi akibat penyakit diabetes melitus.

## SIMPULAN

Dari hasil penelitian didapatkan sebanyak 50% responden memiliki manajemen diri baik pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang. Rata-rata kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang adalah 197 (mg/dL). Terdapat hubungan manajemen diri dengan kadar gula darah puasa pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang dengan nilai  $p$  value = 0,000 ( $p \leq 0,05$ ). Manajemen diri dengan gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang memiliki hubungan yang kuat dengan arah korelasi positif ( $r= 0,724$ ).

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Andalas Kota Padang, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, LPPM STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang dan semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Black & Hawk. (2014). *Medical-surgical nursing: Clinical management for positive outcome*. Saunders Elseviers.
- Damayanti, S. (2017). Efektivitas (Self-Efficacy Enhancement Intervention Program (Seeip) Terhadap Efikasi Diri Manajemen Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*, 4(2), 148–153.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2017). *Data Kesehatan Kota Padang*
- IDF. (2017). *International Diabetes Federation*.
- Ii, T., Wilayah, D., Puskesmas, K., & Kota, P. (2021). *Hubungan Kecemasan Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus*. 2(2), 738–746.

- Irna Anggraeni, R. A. (2018). *Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. H. Abdul Moeloek*. 7(Dm), 140–146.
- Jargalsaikhan, B. E., Ganbaatar, N., Urtnasan, M., Uranbileg, N., Begzsuren, D., Patil, K. R., Mahajan, U. B., Unger, B. S., Goyal, S. N., Belemkar, S., Surana, S. J., Ojha, S., Patil, C. R., Mansouri, M. T., Hemmati, A. A., Naghizadeh, B., Mard, S. A., Rezaie, A., Ghorbanzadeh, B., ... Yuanita, E. (2019). 濟無No Title No Title No Title. *Molecules*, 9(1), 148–162.
- Ningrum, T. P., Alfatih, H., & Siliapantur, H. O. (2019). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Manajemen Diri Pasien DM Tipe 2. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(2), 114–126.
- Notoadmodjo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*.
- Perkeni. (2019). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Tahun 2019*.
- Perkeni. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa tahun 2021. Global Initiative for Asthma*, 46.
- Ridhani, A., Riyadi, M., & Harun, L. (2021). Factors That Influence The Diabetes Self Care At Type 2 Diabetes Mellitus Patient In Puskesmas Cempaka. *JNHS (Journal of ...)*, 1(1), 29–33.
- Riskesdas. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemenkes RI*, 53(9), 1689–1699.