



## Research article



## Self management of type 2 diabetes mellitus patients in Tasikmalaya

Miftahul Falah<sup>1</sup>, Lilis Lismayanti<sup>1</sup>, Nina Pamela Sari<sup>1</sup>, Apep Ibnu Mu'ti<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Departemen Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Indonesia

### Article Info

#### Article History:

Submitted: Oct 4<sup>th</sup>, 2022

Accepted: May 22<sup>nd</sup>, 2023

Published: May 30<sup>th</sup>, 2023

#### Keywords:

Diabetes Mellitus; Type 2;  
Self Management

### Abstract

Diabetes Mellitus (DM) is a non-communicable disease caused by the inability of individuals to manage disease and maintain their health. The aim of this study was to describe the current status of self-management of Diabetes Mellitus patients at Cigeureung Public Health Center, Tasikmalaya City. This research method used Quantitative. The population in this study was 340 people, a total of 57 respondents was recruited by using with simple random sampling technique. Data was collected by the Diabetic Self Management Questionnaire (SMDQ) questionnaire developed by Margentheim Institute for Diabetic Research and univariate analysis was used in this study. The results showed that most self-management was low (38.6%). The conclusion of this study was the majority of respondents' self-management was poor. Therefore, the results of this study can be used as basic information for DM patients to improve their ability to manage their disease independently.

## PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa dalam darah yang melebihi batas normal, kondisi ini disebabkan oleh penurunan sekresi insulin yang mengakibatkan ketidakmampuan organ dalam menggunakan insulin, sehingga insulin tidak dapat berfungsi secara optimal dalam mengatur metabolisme glukosa. Akibatnya, kadar glukosa darah dalam tubuh meningkat (hiperglikemi) [1–3].

Berdasarkan data IDF (*international Diabetic Federation*) pada tahun 2019 orang yang mengidap diabetes melitus tipe 2 sebanyak 463 juta penderita. IDF memperkirakan bahwa jumlah tersebut

akan terus meningkat menjadi 578.4 juta orang pada tahun 2030 dan 700.2 juta orang pada tahun 2045. Diperkirakan 1 dari 2 orang dewasa atau dari 463 juta penyandang diabetes melitus tipe 2, dan 232 juta di antaranya belum terdiagnosis sehingga diabetes terancam berkembang progresif menjadi komplikasi tanpa disadari dan tanpa pencegahan. Tidak hanya di dunia, di Indonesia pun penyakit diabetes melitus ini selalu terjadi peningkatan setiap tahunnya [4].

Prevalensi diabetes melitus di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Indonesia merupakan negara peringkat ke-7 diantara 10 negara dengan jumlah kasus terbesar yaitu 10,7 juta kasus. Indonesia menjadi negara yang diperkirakan besar

Corresponding author:

Miftahul Falah

[miftahul@umtas.ac.id](mailto:miftahul@umtas.ac.id)

Media Keperawatan Indonesia, Vol 6 No 2, May 2023

e-ISSN: 2615-1669

ISSN: 2722-2802

DOI: 10.26714/mki.6.2.2023.104-109

kontribusinya terhadap prevalensi kejadian DM di asia tenggara [5].

Laporan kejadian diabetes melitus berdasarkan kelompok umur  $\geq 15$  tahun pada tahun 2013 yaitu 1,5%, sedangkan pada tahun 2018 terjadi peningkatan menjadi 2%. Jawa barat mencatat kejadian penyakit ini pada tahun 2013 yaitu 1,3 % dan mengalami peningkatan penderita pada tahun 2018 menjadi 1,7%, dan paling banyak yang terkena penyakit diabetes melitus berada di pemukiman perkotaan dengan persentase 1.9% lebih kecil dari pemukiman pedesaan 1.0% [6]. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya pada bulan Januari 2021 bahwa terdapat 4.928 penduduk yang mengidap penyakit DM di Kota Tasikmalaya. Diketahui penderita DM terbanyak di Kota Tasikmalaya pada tahun 2021 berada di wilayah kerja Puskesmas Cigeureung dengan jumlah 340 orang [7]. Selain itu penyakit diabetes melitus ini memiliki dampak yang berbahaya apabila tidak dikontrol dengan baik [1-3].

Dampak pada penyakit DM ini sangat berbahaya apabila penderita penyakit diabetes melitus tidak dapat mengontrol dan mengelola dengan baik penyakitnya, dampak maupun komplikasi yang akan timbul dari penyakit DM ini diantaranya adalah dapat menyebabkan sistem imun tubuh akan mengalami kerusakan, terutama saraf dan pembuluh darah, dan juga kerusakan pada mata atau kerusakan ginjal dan peningkatan risiko serangan jantung, stroke atau amputasi tungkai bawah. Selain dampak yang berbahaya angka kejadian DM setiap tahunnya selalu terjadi peningkatan yang signifikan. Upaya pemerintah sudah dimaksimalkan melalui program Pengendalian penyakit Kronis (PROLANIS). Namun mayoritas penderita kurang patuh dalam pengobatan [8-10].

*Self management* merupakan kemampuan mengontrol diri, evaluasi, serta merubah perspektif mengenai kondisi sakit menjadi sehat. Bentuk dasar dari *self management*

dan perawatan DM membutuhkan pengetahuan, keterampilan, serta motivasi, karena program ini berisi modifikasi diet, monitoring dari kadar glukosa dalam darah, serta peningkatan olahraga yang dilakukan. Jadi, *self management* merupakan program yang dapat meningkatkan keterampilan yang dimiliki oleh pasien dengan DM dalam hal mengontrol dan mengatur penyakit mereka [2,11,12]. Pentingnya *self management* yang baik harus dimiliki oleh penderita diabetes melitus yaitu agar membentuk pribadi untuk menggambarkan diri sendiri saat menangani DM dengan cermat, dan *self management* dapat meminimalkan pengelolaan terhadap penyakit diabetes melitus. *Self management* berguna untuk mengembangkan keterampilan yang dihadapi oleh pasien berupa program penatalaksanaan diabetes dimana terdapat pengaturan pola makan, mengontrol kadar glukosa dalam darah secara teratur, aktivitas dan olahraga. Gambaran pasien DM saat ini masih banyak yang memiliki *self management* yang kurang [12] [9]. Hal yang biasanya sering mengganggu dalam proses perawatan DM adalah muncul seperti rasa malas meminum obat, melakukan olah raga dan lain-lain [13].

Hasil wawancara dengan staf Puskesmas Cigeureung Kota Tasikmalaya mengatakan bahwa DM merupakan penyakit yang selalu meningkat dalam 10 bulan terakhir dari data penyakit tidak menular. Kemudian setelah dilakukan wawancara dengan 15 pasien DM yang berada di wilayah kerja puskesmas, banyak sekali fenomena di masyarakat yang mana mereka yang didiagnosa DM banyak yang belum sadar dampak dari penyakit DM. Pasien banyak yang belum mengetahui terkait pengaturan pola makan pasien DM, mengontrol berat badan, manajemen glukosa dan kepatuhan dalam pengobatan pada pasien DM. Kejadian DM di wilayah kerja Puskesmas Cigeureung terus mengalami peningkatan salah satunya dapat disebabkan oleh faktor pengetahuan dari masyarakat yang mungkin masih belum paham mengenai

cara merawat penyakit dan pengobatannya. Sehingga peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran self management pada penderita DM di Wilayah Kerja Puskesmas Cigeureung, Tasikmalaya.

## METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Variabel penelitian ini merupakan variable tunggal yaitu *self management* pada penderita DM tipe 2. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita DM tipe 2 yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Cigeureung yaitu sebanyak 340 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah 57 responden. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini yaitu *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Proses pengambilan dan pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Cigeureung Kota Tasikmalaya dari bulan januari sampai maret 2023. Instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner versi Bahasa Indonesia dari kuesioner *Diabetic Self Management Questionnary* (SMDQ) yang pertama kali dikembangkan oleh Lutfha dan Fadhilah, (2019), Instrument ini terdiri dari 16 pertanyaan dalam berbentuk skala *likert* dengan kategori hasil baik, sedang dan kurang [14], Kuesioner *self management* telah dinyatakan valid dengan uji validitas pada 30 responden di Puskesmas Pakusari Kabupaten Jember dengan nilai *r* tabel 0,374 dengan nilai signifikansi  $< \alpha$  (0.05) [15]. kuesioner *self management* dinyatakan reliabel dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,641[15]. Aplikasi SPSS digunakan untuk mengelola data penelitian. Analisa univariat dilakukan dalam penelitian ini. Penelitian ini telah lolos uji kelayakan etik di Lembaga Etik Penelitian Kota Tasikmalaya dengan no. 070/573/SDMK.

## HASIL

Hasil penelitian (Tabel 1) menunjukkan, sebagian besar responden berusia 51-60

Tahun sebanyak 20 orang (35,1%), usia 60-70 Tahun sebanyak 14 orang (24,6%), usia 40-50 Tahun sebanyak 11 orang (19,3%), usia >71 tahun sebanyak 7 orang (12,3%), dan usia <40 tahun sebanyak 5 orang (8,8%). Pendidikan responden sebagian besar SD sebanyak 28 orang (49,1%), SMP 17 orang (29,8%), dan SMA sebanyak 12 orang (21,1%). Jenis kelamin responden sebagian besar perempuan sebanyak 43 orang (75,4%), dan laki-laki 14 orang (24,6%). Jenis pekerjaan responden sebagian besar sebagai IRT sebanyak 25 orang (43,9%), buruh 12 orang (21,1%), wiraswasta sebanyak 9 orang (15,8%), Tani sebanyak 5 orang (8,8%), dan tidak bekerja sebanyak 6 orang (10,5%).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui, sebagian besar responden pada penelitian ini memiliki manajemen diri dengan kategori kurang sebanyak 22 orang (38,6%), sedangkan 20 orang (35,1%), 15 orang (26,3%) termasuk pada kategori sedang dan baik.

Tabel 1  
Karakteristik responden dan self management di Wilayah Kerja Puskesmas Cigeureung Kota Tasikmalaya

Indikator	f	%
Umur		
< 40 Tahun	5	8.8
40-50 Tahun	11	19.3
51-60 Tahun	20	35.1
60-70 Tahun	14	24.6
> 71 Tahun	7	12.3
Pendidikan		
SD	28	49,1
SMP	17	29,8
SMA	12	21,1
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	14	24.6
Perempuan	43	75.4
Pekerjaan		
Buruh	12	21.1
IRT	25	43.9
Tani	5	8.8
Wiraswasta	9	15.8
Tidak Bekerja	6	10.5
Self Management		
Baik	15	26.3
Sedang	20	35.1
Kurang	22	38.6

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini mendeskripsikan bahwa sebagian besar *self management* responden adalah pada kategori kurang sebanyak 22 orang. Salah satu dari penyebab *self management* atau manajemen diri yang kurang adalah disebabkan oleh pendidikan, dimana *self management* yang efektif didapatkan jika seseorang mempunyai keterampilan dan pengetahuan untuk melakukan pengelolaan DM secara mandiri, seperti menjaga pola makan dengan baik, rajin melakukan aktivitas fisik, selalu memeriksakan ke fasilitas kesehatan, serta patuh dalam minum obat [16].

Dibuktikan dengan jawaban responden terkait dengan *self management* mengenai pola makan yang kurang teratur, jarang minum obat sesuai anjuran dokter, minum obat apabila tubuh menunjukkan gejala yang parah, jarang memeriksakan kesehatannya ke pelayanan kesehatan, jarang mengontrol gula darah, perilaku tersebut menunjukkan bahwa responden belum dapat mengubah perilaku dan mengelola diri sendiri dalam upaya untuk meningkatkan derajat kesehatannya sendiri. Faktor pendidikan dapat mendukung pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal, sebab dengan pendidikan seseorang dapat lebih mengetahui sesuatu hal tersebut lebih mendalam. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka akan semakin mudah orang tersebut menerima informasi, sehingga umumnya memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya perilaku perawatan diri dan memiliki keterampilan manajemen diri untuk menggunakan informasi peduli diabetes yang diperoleh melalui berbagai media dibandingkan dengan tingkat pendidikan rendah [10,17]

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Azis et al., (2020) terhadap 47 responden penderita DM di Puskesmas Meomeo Kota Baubau didapatkan sebanyak 26 orang (55,3%) penderita DM memiliki pengetahuan yang

kurang mengenai penyakit DM, sebagian besar dari responden mengalami gejala DM namun mereka tidak mengetahui bahwa itu tanda-tanda dari DM. Tinggi rendahnya pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain pendidikan, umur, dan pekerjaan. Dibuktikan hasil penelitian yang didapatkan mayoritas responden memiliki Pendidikan rendah. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang rendah cenderung sulit menerima dan memahami informasi yang diterima, sehingga orang tersebut akan acuh terhadap informasi baru dan merasa tidak membutuhkan informasi baru tersebut, hal tersebut merupakan sikap kurangnya kesadaran diri pada seseorang yang membuat dirinya tidak dapat memperoleh informasi yang baru, maka perilaku tersebut menjadi salah satu faktor yang menyebabkan seseorang memiliki pengetahuan yang rendah [18]. Pengetahuan yang dimiliki seseorang dapat memunculkan kesadaran, sehingga pada akhirnya akan berperilaku sesuai dengan kapasitas kemampuan yang didapatkannya [13].

Penelitian lain mengungkapkan bahwa usia juga merupakan faktor yang mempengaruhi *self management*. Arindari & Suswitha, (2021) melakukan penelitian terhadap 50 responden penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Kota Palembang didapatkan sebanyak (62,8%) penderita DM memiliki perilaku *self management* yang kurang dan masih seperti jarang minum obat, pola makan tidak teratur, jarang kontrol gula darah dan jarang sekali memeriksakan kesehatan ke pelayanan Kesehatan, sebagian besar responden dalam penelitian ini berusia 50-60 tahun [19].

Sesuai dengan hasil penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar responden berusia 51-60 Tahun sebanyak 20 orang (35,1%). Semakin bertambah usia seseorang maka kemampuan untuk mengelola penyakitnya pun akan semakin berkurang, karena seiring bertambahnya usia seseorang maka akan mengalami



penurunan fungsi kognitif dan cenderung tidak dapat mengelola penyakitnya secara mandiri. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawaty & Yanita, (2016) yang menyatakan bahwa orang dengan usia 51-60 tahun lima kali lebih banyak menderita penyakit DM dibandingkan orang dengan usia diantara <30 tahun, semakin bertambah usia maka aspek psikologis dan mental seseorang serta kemampuan berpikir sudah matang, sehingga untuk berperilaku patuh menjadi lebih baik, namun untuk perkembangan mental yang terjadi tidak secepat ketika usia masih muda. Penderita DM yang telah berusia > 60 tahun tidak mudah untuk menerima perkembangan informasi baru untuk menunjang kesehatannya juga dalam melakukan pengelolaan diri seperti melakukan aktivitas fisik, kontrol gula darah sudah mengalami penurunan dikarenakan kemampuan fisik sudah berkurang [20].

## SIMPULAN

Hasil penelitian ini mengungkapkan penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Cigeureung Kota Tasikmalaya memiliki *self management* dalam kategori kurang. Hal tersebut dapat diasosiasikan dengan kondisi latar belakang responden yang memiliki usia rata-rata lansia dan pendidikan yang rendah. Adapun kemungkinan lain karena mayoritas responden perempuan dan pekerjaannya sebagai ibu rumah tangga (IRT).

Hasil penelitian ini merekomendasikan bahwa pasien dan pelayanan kesehatan diharapkan mampu meningkatkan motivasi untuk mengelola penyakitnya secara mandiri sebagai upaya untuk mempertahankan Kesehatan. Sedangkan untuk penelitian lebih lanjut dapat mengungkap variabel yang belum diteliti pada penelitian ini bisa dilakukan untuk mengembangkan penelitian lebih luas, seperti aktivitas fisik, dukungan keluarga, motivasi pasien terhadap pengendalian

kadar gula darah dan kesesuaian asupan gizi pada penderita DM.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih pada semua pihak yang membantu dalam kelancaran penelitian ini khususnya pada program studi sarjana keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan dan LPPM Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya yang sudah mendanai proses penelitian.

## REFERENSI

- [1] Damayanti RA, Muniroh L. Perbedaan tingkat kecukupan zat gizi dan riwayat pemberian asi eksklusif pada balita stunting dan non stunting 2016;11:61-9. <https://doi.org/doi.org/10.20473/mgi.v11i1.61-69>.
- [2] Sundari PM, Asmoro CP, Arifin H. hubungan tingkat pengetahuan dan diabetes self-management dengan tingkat stres pasien 2019;22:31-42. <https://doi.org/10.7454/jki.v22i1.780>.
- [3] Jamil M, Ardayanti L. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Pasien dengan Kepatuhan Penatalaksanaan Diabetes Melitus di Poliklinik Khusus Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang 2021;21:911-5. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i2.1581>.
- [4] International Diabetes Federation. IDF Diabetes Atlas Eighth Edition 2019, International Diabetes Federation; 2019.
- [5] Kemenkes. Infodatin 2020 Diabetes Melitus Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: 2020.
- [6] Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Jakarta: Departemen Kesehatan, Republik Indonesia; 2018.
- [7] DINKES. Prevalensi penyakit Diabetes Malitus. Tasikmalaya: 2021.
- [8] Heriyadi MR. Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Landasan Ulin The Relationship Of Self-Management With The Quality Of Life Of Diabetes Mellitus Patients At Puskesmas Landasan Ulin Pendahuluan Gaya hidup tidak sehat dewa 2020;11. <https://doi.org/10.33859/dksm.v11i1.545>.
- [9] Hidayah M. Hubungan Perilaku Self-Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja

- Puskesmas Pucang Sewu , Surabaya The Relationship between Self-Management Behaviour and Blood Glucose Level in Diabetes Mellitus Type 2 Patient 2019:176-82. <https://doi.org/10.2473/amnt.v3i3.2019.176-182>.
- [10] Andoko A, Pangesti DN, Nurhayati N. Hubungan pengetahuan dengan motivasi mencegah komplikasi pada penderita diabetes melitus. *Holistik Jurnal Kesehatan* 2020;14:257-63. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i2.1478>.
- [11] Ningrum TP, Alfatih H, Siliapantur HO. Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Manajemen Diri Pasien DM Tipe 2 2019;7:114-26.
- [12] Citra Windani M, , Mohammad Abdul Z, Udin Rosidin. gambaran self-manajemen pada pasien diabetes melitus tipe ii di puskesmas tarogong kabupaten garut. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia* 2019;15:1-11.
- [13] Brahmantia B, Falah M, Lismayanti L, Erviana V. Family's Ability to Take Care The Patient of Type 2 Diabetes Mellitus in Tasikmalaya. *Media Keperawatan Indonesia* 2020;3:150. <https://doi.org/10.26714/mki.3.3.2020.150-158>.
- [14] Luthfa I, Fadhilah N. Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus 2019;4:397-405.
- [15] Luthfa I, Fadhilah N. Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus 2019;4:397-405.
- [16] Larasati RA, Harbuwono DS, Rahajeng E, Pradipta S, Nuraeni HS, Susilowati A, et al. The role of butyrate on monocyte migration and inflammation response in patient with type 2 diabetes mellitus. *Biomedicines* 2019;7:1-13. <https://doi.org/10.3390/biomedicines7040074>.
- [17] Anggraeni, N. C., Widayati, N., & Sutawardana JH. Peran Perawat sebagai Edukator terhadap Persepsi Sakit pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Kabupaten Jember. *Pendidikan Keperawatan Indonesia* 2020;6:66-76.
- [18] Azis WA, Muriman LY, Burhan SR. Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Gaya Hidup Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 2020;2:105-14. <https://doi.org/10.37287/jppp.v2i1.52>.
- [19] Arindari DR, Suswitha D. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Diabetes Self Management Pada Penderita Diabetes Mellitus Dalam Wilayah Kerja Puskesmas. *Jurnal 'Aisyiyah Medika* 2021;6. <https://doi.org/10.36729/jam.v6i1.561>.
- [20] Kurniawaty, Evi; Yanita B. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Risk Factors Related Type 2 Diabetes Mellitus Evidance. *Majority* 2016;5:27-31.