

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN MANAJEMEN DIRI PADA PENDERITA DIABETES MELITUS DI UPTD PUSKESMAS TALISE

Nurfadilah^{1*}, Sisilia Rammang², Abdul. Rahman³

Ilmu Keperawatan, Universitas Widya Nusantara^{1,2,3}

*Corresponding Author : nurfadilahhasirudin123@gmail.com

ABSTRAK

Melitus merupakan penyakit kronis yang ditandai oleh kadar gula darah tinggi melebihi batas normal akibat produksi insulin yang tidak cukup atau penggunaan insulin yang tidak efektif. Nilai normal gula darah yaitu <126 mg/dL saat puasa dan <200 mg/dL dua jam setelah makan. Penyakit ini sering tidak disadari karena gejalanya muncul perlahan, seperti sering buang air kecil, mudah haus, cepat lelah, dan penurunan berat badan tanpa sebab jelas. Pengetahuan yang baik sangat penting agar penderita mampu mengelola kondisinya. Manajemen diri meliputi pengaturan pola makan, olahraga rutin, minum obat sesuai anjuran, serta memantau kadar gula darah untuk menjaga kesehatan dan mencegah komplikasi. Tujuan penelitian ini adalah membuktikan hubungan pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita diabetes melitus Di UPTD Puskesmas Talise yang berjumlah 77 orang, dengan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling* dengan jumlah 60 orang. Hasil penelitian dari 60 orang menunjukkan ada hubungan pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita diabetes melitus di UPTD Puskesmas Talise dengan nilai Uji *Chi Square* di peroleh nilai $p\text{-value} = 0,011$ ($p \leq 0,05$). Ada hubungan pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita diabetes melitus Di UPTD Puskesmas Talise.

Kata kunci : diabetes melitus, manajemen diri , pengetahuan

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a chronic disease characterized by high blood sugar levels exceeding normal limits due to insufficient insulin production or ineffective use of insulin. Normal blood sugar values are <126 mg/dL during fasting and <200 mg/dL two hours after eating. This disease is often unnoticed because the symptoms appear slowly, such as frequent urination, easy thirst, quick tiredness, and weight loss for no apparent reason. Good knowledge is very important so that sufferers are able to manage their condition. Self-management includes regulating diet, exercising regularly, taking medication as recommended, and monitoring blood sugar levels to maintain health and prevent complications. The purpose of this study is to prove the relationship between knowledge and self-management in patients with Diabetes Mellitus at UPTD Talise Health Center. This study is quantitative with a cross-sectional approach. The population in this study is 77 people with diabetes mellitus at the UPTD Talise Health Center, with a Purposive Sampling technique of 60 people. Research Results: The results of the study from 60 people showed that there was a relationship between knowledge and self-management in patients with diabetes mellitus at the Talise Health Center, with the Chi-Square Test score obtained with a $p\text{-value} = 0.011$ ($p \leq 0.05$). There is a relationship between knowledge and self-management in patients with diabetes mellitus at UPTD Talise Health Center.

Keywords : diabetes mellitus, knowledge, self-management

PENDAHULUAN

Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang dapat menyerang siapa saja dan umumnya berkaitan dengan pola hidup yang kurang sehat. Kondisi ini ditandai dengan peningkatan kadar gula darah di atas batas normal serta tidak adanya gangguan metabolisme terhadap zat gizi utama seperti karbohidrat, lemak, dan protein. Gangguan ini terjadi akibat produksi hormon insulin yang tidak mencukupi atau fungsi insulin dalam tubuh yang tidak optimal. Secara garis besar, diabetes melitus dibagi menjadi beberapa jenis, yaitu tipe 1, tipe 2, diabetes gestasional,

dan tipe diabetes lain yang disebabkan oleh kondisi khusus. Faktor penyebabnya mencakup gangguan genetik serta pengaruh lingkungan. Gejala umum diabetes meliputi polidipsia (haus berlebihan), polifagia (lapar meningkat), poliuria (buang air kecil sering), glikosuria (gula dalam urin), kelelahan, dehidrasi, penurunan berat badan tanpa sebab, penglihatan kabur, kram otot, dan sembelit (Hardianto, 2021).

Menurut data *World Health Organization* (WHO, 2024) pada tahun 2020, penyakit tidak menular menjadi penyebab kematian utama secara global, menyumbang sekitar 71% dari total kematian. WHO juga mencatat bahwa prevalensi Diabetes Melitus di kalangan orang dewasa mengalami peningkatan sebesar 8,5%, dengan estimasi sekitar 422 juta orang secara global. Lonjakan jumlah kasus ini paling banyak terjadi di negara-negara dengan tingkat pendapatan menengah ke bawah. Selain itu, diperkirakan sebanyak 2,2 juta kematian akibat diabetes melitus terjadi pada individu yang berusia di bawah 70 tahun. Menurut data *international diabetes federation* (IDF) tahun 2021, terdapat 537 juta orang di seluruh dunia yang menderita diabetes, dengan estimasi meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan mencapai 783 juta pada tahun 2045. Indonesia berada di peringkat kelima dunia dalam jumlah kasus diabetes, yaitu sebanyak 19,5 juta kasus pada tahun 2021. Jumlah tersebut diproyeksikan meningkat menjadi 28,6 juta kasus pada tahun 2045 (Kementrian kesehatan RI, 2024).

Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah 2023, jumlah penderita Diabetes Melitus sebanyak 78,88 jiwa Kabupaten Donggala tercatat sebagai daerah dengan prevalensi penderita Diabetes Melitus tertinggi, mencapai 18.837 jiwa. Sebaliknya, Kabupaten Morowali Utara mencatatkan jumlah penderita terendah, yaitu sebanyak 730 jiwa. Di Kota Palu juga menunjukkan angka yang cukup signifikan, sedangkan jumlah penderita diabetes melitus mencapai total 6.213 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah, 2023). Penyakit diabetes disebabkan oleh kombinasi faktor genetik dan lingkungan. Selain faktor utama, beberapa penyebab lain juga berperan dalam perkembangan diabetes, seperti gangguan pada sekresi atau fungsi insulin, gangguan metabolisme yang memengaruhi produksi insulin dan kerusakan mitokondria, serta kondisi lain yang mengganggu kemampuan tubuh mengolah glukosa juga bisa menjadi faktor penyebab. Diabetes melitus dapat terjadi akibat penyakit pada pankreas eksokrin, khususnya ketika sebagian besar sel islet yang mengandung sel beta sehat yang bertanggung jawab memproduksi hormon insulin mengalami kerusakan. Adanya hormon yang berfungsi sebagai antagonis insulin juga dapat menjadi faktor pemicu diabetes, selain itu faktor gaya hidup turut berperan (Lestari et al., 2021).

Penetapan lima pilar pengelolaan diabetes melitus oleh PERKENI 2021, merupakan pendekatan komprehensif yang telah diadopsi secara luas dalam praktik klinis dan edukasi pasien di Indonesia. Kelima pilar ini bertujuan untuk mencapai kontrol glikemik yang optimal dan mencegah komplikasi diabetes. Kelima pilar tersebut meliputi pemberian edukasi, pengaturan pola makan melalui terapi nutrisi, peningkatan aktivitas fisik, penggunaan obat-obatan sesuai kebutuhan, serta pemantauan kadar glukosa darah secara mandiri oleh pasien (PERKENI, 2021). Salah satu wujud dari 5 pilar krusial adalah manajemen diri, yang melibatkan kemampuan individu untuk mengontrol dan mengatur berbagai aspek kehidupan mereka dengan baik. Aspek-aspek yang termasuk di dalamnya meliputi peningkatan keterampilan diri, pengaturan prioritas, pengelolaan emosi, serta manajemen waktu. Kemampuan manajemen diri memungkinkan individu untuk secara efektif mengatur dirinya sendiri dalam rangka mencapai tujuan, memecahkan masalah, memelihara motivasi, menghadapi tantangan, serta menyesuaikan diri terhadap perubahan (Hutagaol, 2023). Secara umum, manajemen diri bertujuan meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus, baik dalam jangka pendek maupun panjang. Dalam jangka pendek, manajemen diri berfokus pada penanganan gejala dan keluhan yang timbul sebagai konsekuensi dari kondisi diabetes melitus. Manajemen diri juga mencakup tujuan jangka panjang, yaitu mengurangi risiko komplikasi yang berhubungan dengan penyakit diabetes (Iolla Devi Aura Fajri et al., 2024).

Manajemen diri pada diabetes tipe 2 melibatkan kemampuan untuk mengatur porsi makanan, memperbanyak asupan buah dan sayuran, menurunkan kadar kolesterol serta lemak jenuh dalam tubuh, memantau kadar gula darah, merawat kesehatan kaki, menghindari atau membatasi konsumsi alkohol dan rokok, serta melakukan gerakan fisik secara rutin, seperti olahraga, selama 30 hingga 60 menit setiap hari (Hastutiningtyas, Rosdiana and Ina, 2024). Manajemen diri yang tidak optimal dapat menyebabkan kontrol gula darah menjadi tidak stabil, meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi jangka panjang seperti gangguan ginjal (nefropati), kerusakan retina (retinopati), kerusakan saraf (neuropati), dan penyakit jantung, serta menurunkan kualitas hidup pasien secara keseluruhan. Kurangnya pengetahuan, rendahnya motivasi, stres psikologis, serta minimnya dukungan sosial menjadi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kegagalan manajemen diri (ElSayed et al., 2023). Pengetahuan mengenai diabetes melitus merupakan aspek krusial yang harus diperhatikan. Pemahaman terhadap suatu konsep dapat diartikan sebagai penerapan, yakni kemampuan individu dalam mengimplementasikan materi yang telah dipelajari ke dalam situasi nyata. Penerapan ini akan memunculkan reaksi atau tindakan yang tercermin melalui sikap dan perilaku, termasuk dalam menghadapi kondisi seperti diabetes melitus. Dalam konteks tersebut, wawasan pasien mengenai diabetes melitus menjadi faktor krusial dalam pengelolaan perawatan diri. Semakin luas informasi yang dimiliki, semakin baik pula kemampuan mereka dalam mengatur serta mengelola kondisi kesehatannya secara mandiri (Ummah, 2020).

Pengetahuan pasien tentang diabetes melitus merupakan alat penting yang membantu penderita dalam mengelola penyakitnya. Semakin banyak dan mendalam pengetahuan yang dimiliki pasien, semakin besar kemungkinan mereka untuk mengubah perilaku dengan cara yang positif, sehingga mereka dapat mengontrol kondisi penyakit dan menikmati hidup yang lebih panjang dengan kualitas yang lebih baik. Pengetahuan pasien tentang penyakit diabetes melitus sangatlah penting agar pasien dapat memutuskan cara berperilaku yang dapat mengurangi terjadinya komplikasi. Pemahaman yang baik tentang pengobatan akan mendorong perilaku pengobatan yang positif, sedangkan kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan perilaku pengobatan yang kurang tepat (Masruroh and Islamy, 2022). Pengetahuan pasien tentang penyakit diabetes melitus sangatlah penting agar pasien dapat memutuskan cara berperilaku yang dapat mengurangi terjadinya komplikasi. Pemahaman yang baik tentang pengobatan akan mendorong perilaku pengobatan yang positif, sedangkan kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan perilaku pengobatan yang kurang tepat (Agnes et al 2024).

Yapkesbi (2023) dalam penelitiannya yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Desa Sukaluyu Kabupaten Cianjur” menemukan bahwa 47 responden (56,6%) menunjukkan tingkat pengetahuan yang baik. Selain itu, jumlah yang sama juga mencatatkan 47 responden (56,6%) dengan kemampuan manajemen diri yang baik. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita diabetes melitus di Desa Sukaluyu, Kabupaten Cianjur, dengan hasil $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) atau ($0,000 < 0,05$) (Yapkesbi, 2023). Saqila & Muflihatin (2021) dalam penelitian sebelumnya yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda” dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik, yaitu sebanyak 79 orang atau sekitar 52,0%. Sebanyak 42 responden (27,6%) diketahui memiliki tingkat pengetahuan yang tergolong cukup, sedangkan 31 responden (20,4%) termasuk dalam kategori pengetahuan kurang. Tingkat manajemen diri yang baik juga menunjukkan angka yang signifikan, yakni 83 responden (54,6%) berada dalam kategori baik, 68 responden (44,7%) termasuk kategori cukup, dan hanya 1 responden (0,7%) masuk dalam kategori buruk. Penelitian ini menyimpulkan bahwa hasil analisis statistik menunjukkan hubungan signifikan antara tingkat

pengetahuan dan manajemen diri ($p\text{-value} = 0,013 < \alpha = 0,05$), dengan korelasi positif lemah (koefisien korelasi = 0,326) (Saqila & Muflihatin, 2021)

Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Siska et al., (2024) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dengan Manajemen Diri pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2 pada Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian tersebut melibatkan 88 responden yang merupakan penderita diabetes melitus tipe 2. Hasilnya menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita diabetes melitus (Siska et al., 2024). Tujuan penelitian ini adalah membuktikan hubungan pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik menggunakan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas Talise pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Diabetes Melitus yang terdaftar di UPTD Puskesmas Talise sebanyak 77 orang. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai kriteria yang telah ditetapkan. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan dan kuesioner untuk mengukur manajemen diri pasien Diabetes Melitus. Data yang telah dikumpulkan secara statistik menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05 untuk mengetahui hubungan antara variabel yang diteliti. Penelitian ini telah melalui uji etik dan memperoleh persetujuan dari komite etik penelitian kesehatan sebelum pelaksanaan penelitian dilakukan. Setiap responden juga diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan diminta memberikan persetujuan sebelum berpartisipasi.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan di UPTD Puskesmas Talise Tahun 2025

No	Pengetahuan	Frekuensi (<i>f</i>)	Peresentase (%)
1.	Baik	40	66,7
2.	Kurang	20	33,3
	Total	60	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 60 responden pada penelitian ini sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik yaitu 40 responden (66,7%), dan sebagian kecil responden yang memiliki pengetahuan kurang yaitu 20 responden (33,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Manajemen Diri di UPTD Puskesmas Talise Tahun 2025

No	Manajemen diri	Frekuensi (<i>f</i>)	Peresentase (%)
1.	Baik	45	75,0
2.	Buruk	15	25,0
	Total	60	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 60 responden pada penelitian ini sebagian besar responden memiliki manajemen diri yang baik yaitu 45 responden (75,0%), dan sebagian kecil responden yang memiliki manajemen diri yang buruk yaitu 15 responden (25,0%).

Pada tabel 3 dilakukan uji Chi-Square terhadap hubungan pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise tahun 2025. Hasil analisis menunjukkan nilai *p* value sebesar 0,011 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang

signifikan antara pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Melitus. Dengan demikian, semakin baik tingkat pengetahuan responden maka semakin baik pula manajemen diri yang dilakukan.

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dengan Manajemen Diri pada Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise Tahun 2025

Manajemen Diri							
Pengetahuan	Baik		Buruk		Total		<i>P Value</i>
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Baik	34	56,7	6	10,0	40	66,7	0.011 ^b
Kurang	11	18,3	9	15,0	20	33,3	
Total	45	75,0	15	25,0	60	100	

PEMBAHASAN

Pengetahuan pada Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise

Terkait hasil penelitian pada tabel distribusi pengetahuan, didapatkan bahwa dari 60 responden, sebanyak 40 responden (66,7%) memiliki tingkat pengetahuan baik, sedangkan 20 responden (33,3%) memiliki pengetahuan kurang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki pemahaman yang cukup mengenai penyakit Diabetes Melitus, termasuk pengertian, tanda dan gejala, pengobatan, serta upaya pengendalian kadar gula darah. Pengetahuan yang baik berperan penting dalam mendukung kemampuan penderita dalam melakukan manajemen diri secara mandiri. Namun demikian, masih terdapat 20 responden (33,3%) dengan pengetahuan kurang, yang berdasarkan hasil wawancara diketahui kurang aktif mengikuti kegiatan edukasi kesehatan dan jarang memperoleh informasi terkait pengelolaan Diabetes Melitus. Kondisi tersebut dapat memengaruhi pemahaman responden terhadap pentingnya pengaturan pola makan, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan pemeriksaan gula darah secara rutin.

Manajemen Diri pada Penderita Diabetes Melitus Di UPTD Puskesmas Talise

Terkait hasil penelitian pada tabel distribusi manajemen diri, didapatkan bahwa dari 60 responden, sebanyak 45 responden (75,0%) memiliki manajemen diri yang baik, sedangkan 15 responden (25,0%) memiliki manajemen diri yang kurang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise telah mampu melakukan pengelolaan penyakit secara mandiri, seperti menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik, meminum obat secara teratur, serta melakukan pemeriksaan kadar gula darah secara rutin. Manajemen diri yang baik sangat berperan dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah dan mencegah terjadinya komplikasi. Namun demikian, masih terdapat 15 responden (25,0%) dengan manajemen diri kurang, yang dapat dipengaruhi oleh rendahnya motivasi, kurangnya dukungan keluarga, serta keterbatasan dalam memahami pentingnya pengelolaan penyakit secara berkelanjutan.

Hubungan Pengetahuan dengan Manajemen Diri pada Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise

Berdasarkan hasil analisis uji Chi-Square diperoleh nilai $p = 0,011$ ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise tahun 2025. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa tingkat pengetahuan berperan dalam membentuk perilaku pengelolaan penyakit pada responden. Responden dengan pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki

praktik manajemen diri yang lebih optimal dibandingkan dengan responden yang memiliki pengetahuan kurang. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang memengaruhi terbentuknya perilaku kesehatan seseorang (Notoatmodjo, 2018). Individu yang memiliki pemahaman yang baik mengenai penyakitnya akan lebih mampu mengambil keputusan yang tepat terkait pengendalian kondisi kesehatannya. Pada penderita Diabetes Melitus, pengetahuan mencakup pemahaman mengenai penyebab penyakit, tanda dan gejala, risiko komplikasi, serta pentingnya pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan terapi, dan pemantauan kadar glukosa darah (PERKENI, 2021).

Manajemen diri pada Diabetes Melitus melibatkan keterlibatan aktif pasien dalam mengontrol penyakitnya melalui perubahan gaya hidup dan kepatuhan terhadap pengobatan (Trisnadewi et al., 2022). Pengelolaan yang tidak optimal dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kronis seperti neuropati, nefropati, retinopati, serta gangguan kardiovaskular (International Diabetes Federation, 2021). Oleh karena itu, tingkat pengetahuan yang memadai menjadi dasar penting dalam mendukung keberhasilan self-management pada penderita Diabetes Melitus. Hasil penelitian ini sejalan dengan laporan *World Health Organization* yang menyatakan bahwa pengendalian penyakit kronis sangat bergantung pada literasi kesehatan dan kemampuan individu dalam melakukan pengelolaan diri secara mandiri (WHO, 2023). Peningkatan literasi kesehatan memungkinkan pasien memahami informasi medis yang diberikan tenaga kesehatan dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun sebagian besar responden dengan pengetahuan baik menunjukkan manajemen diri yang baik, masih ditemukan responden yang belum mampu menerapkan perilaku pengelolaan penyakit secara konsisten. Hal ini menunjukkan bahwa selain pengetahuan, faktor lain seperti motivasi, dukungan keluarga, lama menderita penyakit, serta kondisi sosial ekonomi turut memengaruhi praktik manajemen diri (PERKENI, 2021). Dukungan keluarga yang optimal dapat meningkatkan kepatuhan pasien dalam menjalankan diet, terapi, dan kontrol rutin, sehingga memperkuat keberhasilan pengelolaan penyakit.

Sebaliknya, responden dengan pengetahuan kurang menunjukkan kecenderungan memiliki manajemen diri yang kurang baik. Kondisi ini memperkuat teori bahwa keterbatasan informasi dan pemahaman mengenai penyakit kronis dapat menjadi hambatan dalam penerapan perilaku kesehatan yang tepat (Notoatmodjo, 2018). Oleh karena itu, penguatan program edukasi Kesehatan yang berkelanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan memiliki peranan penting dalam meningkatkan kemampuan manajemen diri pada penderita Diabetes Melitus serta mencegah terjadinya komplikasi jangka panjang. Diabetes merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan seumur hidup, sehingga pelayanan kesehatan tidak hanya berfokus pada pengobatan saat pasien datang berobat, tetapi juga pada pemantauan, edukasi, dan pendampingan secara berkelanjutan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rista dan Meirina, (2025) yang menyebutkan bahwa responden dengan manajemen diet rendah menunjukkan kadar gula darah yang tidak terkontrol akibat ketidakpatuhan dalam menerapkan pola makan sehat. Mulyani et al., (2023) menyatakan bahwa manajemen diri yang rendah pada penderita Diabetes Melitus menyebabkan kadar glukosa darah sulit terkendali akibat ketidakpatuhan dalam pemantauan gula darah, pengaturan pola makan, dan kepatuhan terapi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Apir dan Titin, (2024) yang menemukan hubungan signifikan antara tingkat pengetahuan dan kemampuan manajemen diri pasien Diabetes Melitus tipe 2 (p -value = 0,006). Penelitian Sarumi et al., (2024) juga menemukan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dan manajemen diri pada penderita diabetes melitus tipe 2, dengan nilai p -value = 0,000 ($p < 0,05$). Penelitian yang dilakukan oleh Ratag et al., (2024) memperkuat bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan praktik manajemen diri pada pasien diabetes melitus tipe 2, dengan nilai p -value = 0,029 ($p < 0,05$). Temuan ini yang menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik berperan penting dalam peningkatan kemampuan pasien untuk mengatur pola makan, aktivitas

fisik, dan kepatuhan terhadap pengobatan. Hasil tersebut menekankan bahwa pengetahuan memadai menjadi faktor penting dalam keberhasilan manajemen diri, sekaligus menunjukkan perlunya edukasi berkelanjutan, dukungan psikososial, dan kemudahan akses layanan kesehatan untuk meningkatkan kemandirian pasien dalam mengelola diabetes melitus.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise memiliki tingkat pengetahuan yang baik yaitu sebesar 66,7% dan manajemen diri yang baik sebesar 75,0%. Pada kelompok responden dengan pengetahuan baik, sebagian besar memiliki manajemen diri yang baik yaitu 56,7%, sedangkan pada kelompok dengan pengetahuan kurang, proporsi manajemen diri kurang lebih tinggi yaitu 15,0%. Hasil analisis uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Melitus ($p=0,011$; $p<0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik tingkat pengetahuan penderita, maka semakin baik pula praktik manajemen diri yang dilakukan dalam pengendalian penyakit Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Talise tahun 2025

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Program Studi S1 Keperawatan Universitas Widya Nusantara Palu, dosen pembimbing, serta seluruh pihak di UPTD Puskesmas Talise yang telah memberikan izin, bimbingan, dukungan, dan kerja sama selama proses pelaksanaan hingga penyusunan penelitian ini. Peneliti juga menyampaikan apresiasi kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Apir and Titin, R. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Manajemen Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Poli Rawat Jalan Satu RS Swasta Palangka Raya, 8(2), pp. 1–23. Available at: <https://doi.org/10.29238/caring.v14i1.2577>.
- ElSayed, N.A. *et al.* (2023). *Classification and Diagnosis of Diabetes: Standards of Care in Diabetes-2023*, *Diabetes care*. United States. Available at: <https://doi.org/10.2337/dc23-S002>.
- Hardianto, D. (2021). Telaah Komprehensif Diabetes Melitus: Klasifikasi, Gejala, Diagnosis, Pencegahan, Dan Pengobatan, *Jurnal Bioteknologi & Biosains Indonesia (JBBI)*, 7(2), pp. 304–317. Available at: <https://doi.org/10.29122/jbbi.v7i2.4209>.
- Hastutiningtyas, W.R., Rosdiana, Y. and Ina, I.N. (2024). Manajemen Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Dinoyo Malang, *Care : Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 12(1), pp. 166–172. Available at: <https://doi.org/10.33366/jc.v12i1.5684>.
- Hutagaol, J.M. (2023). *Self-Management: Aspek Penting Dalam Meningkatkan Prestasi Akademik Mahasiswa*, *Jurnal Alternatif: Wacana Ilmiah Interkultural*, 12(1), pp. 75–87.
- Iolla Devi Aura Fajri *et al.* (2024). Efektifitas Diabetes *Self Management Education* (DSME) Dengan Media Audiovisual Terhadap Perawatan Diri dan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2, *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 3(1), pp. 35–57. Available at: <https://doi.org/10.55887/nrpm.v3i1.78>.
- Kementrian Kesehatan RI. (2024). *Saatnya Mengatur Si Manis, Rekom.* Available at: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240110/5344736/saatnya-mengatur-si-manis/> (Accessed: 22 March 2025).

- Lestari *et al.* (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan, *UIN Alauddin Makassar*, 1(2), pp. 237–241. Available at: <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>.
- Masruroh, E. and Islamy, A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus Dengan Perilaku Mengontrol Gula Darah Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Kauman Kabupaten Tulungagung, *Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban*, 4(1). Available at: <https://doi.org/10.47710/jp.v4i1.153>.
- Masruroh, E. and Islamy, A. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus Dengan Perilaku Mengontrol Gula Darah Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Kauman Kabupaten Tulungagung, *Jurnal Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban*, 4(1). Available at: <https://doi.org/10.47710/jp.v4i1.153>.
- Mulyani, S., Pratiwi, S. and Purnama, D. (2023). Manajemen Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Selama Pandemi Covid-19, *Jurnal Riset Ilmiah*, 2(8), pp. 3061–3068.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI). (2021) Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021, *Global Initiative for Asthma*, p. 46. Available at: www.ginasthma.org.
- Ratag, B.T., Lampah, C. and Kalesaran, A.F.C. (2024). *Knowledge and Diabetes Self-Management Practices Among Type-2 Diabetes Mellitus Patients in Tomohon*, *Scholars Journal of Applied Medical Sciences*, 12(04), pp. 421–426. Available at: <https://doi.org/10.36347/sjams.2024.v12i04.017>.
- Rista, A.N.S. and Meirina, D.L. (2025). Gambaran *self-management* diet dan kadar glukosa darah, *Natriture Journal*, 4(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.31290/nj.v4i1.4887>.
- Saqila, R.L. and Muflihatin, S.K. (2021). Hubungan Pengetahuan Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda, *Borneo Student Research*, 2(2), pp. 872–878.
- Trisnadewi *et al.* (2022). *Buku Pedoman Manajemen Diabetes untuk Pasien dan Keluarga*, *Buku Pedoman Manajemen Diabetes untuk Pasien dan Keluarga*. Available at: <https://doi.org/10.53638/bp.9786239968960>.
- Ummah, M.S. (2020). Hubungan Pengetahuan Dengan Manajemen Diri Diabetes Mellitus Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Kecamatan Jalaksana Kuningan, *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), pp. 1–14. Available at: <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484>.
- WHO. (2024). Diabetes, 2030 (November 2017), pp. 1–7. Available at: <http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>.
- Yapkesbi, P.K. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Desa Sukaluyu Kabupaten Cianjur, 22(1), pp. 2015–2023.