



Hubungan Perawatan Diri (*Self Care*) Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati

The Relationship Between Self-Care and Blood Glucose Levels in Patients with Diabetes Mellitus at Assuyuthiyyah Hospital, Pati

Puguh Utomo*, Lia Fadlilah, Sony Factarun

* Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Safin Pati

puguh.utomo01@gmail.com*

Abstrack

Background: Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease characterized by elevated blood glucose levels due to impaired insulin secretion or insulin action. Blood glucose control requires adequate self-care, including dietary regulation, physical activity, medication adherence, blood glucose monitoring, and foot care. Objective: To determine the relationship between self-care and blood glucose levels among patients with diabetes mellitus at Assuyuthiyyah Hospital, Pati. Methods: This quantitative study used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. A total of 76 patients were selected using purposive sampling. Self-care was measured using the 17-item Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA) questionnaire, while blood glucose levels were examined using a glucometer. Data were analyzed using the Spearman Rank test. Results: Forty-three respondents (56.6%) had good self-care, and 46 respondents (60.5%) had controlled blood glucose levels. The Spearman Rank test showed $p < 0.001$ and $r = 0.433$. Conclusion: There was a significant moderate relationship between self-care and blood glucose levels. Better self-care was associated with better blood glucose control.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Self-Care, Blood Glucose Levels, SDSCA.*

Abstrak

Latar Belakang: Diabetes mellitus merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi atau kerja insulin. Pengendalian glukosa darah membutuhkan perawatan diri yang baik, meliputi pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, pemantauan glukosa darah, dan perawatan kaki. Tujuan: Mengetahui hubungan perawatan diri (*self-care*) dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati. Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 76 pasien yang dipilih menggunakan *purposive sampling*. Perawatan diri diukur menggunakan kuesioner Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA) sebanyak 17 butir, sedangkan kadar glukosa darah diperiksa menggunakan glukometer. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank. Hasil: Sebanyak 43 responden (56,6%) memiliki perawatan diri baik dan 46 responden (60,5%) memiliki kadar glukosa darah terkontrol. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan $p < 0,001$ dan $r = 0,433$. Kesimpulan: Terdapat hubungan signifikan dengan kekuatan sedang antara perawatan diri dan kadar glukosa darah. Semakin baik perawatan diri, semakin terkontrol kadar glukosa darah pasien.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus , Perawatan Diri, Kadar Glukosa Darah, SDSCA.

Korespondensi Penulis: Puguh Utomo

Resive : 07 September 2026 Revised : 10 September 2026 Accept : 10 September 2026 Publish : 12 September 2026



Author@ This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>



I. PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan salah satu masalah kesehatan global yang terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Menurut International Diabetes Federation, diabetes mellitus terus menunjukkan peningkatan jumlah kasus di berbagai negara. IDF Diabetes Atlas edisi ke-11 melaporkan bahwa pada tahun 2024 terdapat sekitar 589 juta orang dewasa usia 20–79 tahun di dunia yang hidup dengan diabetes. Angka tersebut menunjukkan bahwa sekitar 1 dari 9 orang dewasa di dunia mengalami diabetes, dan jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat pada tahun-tahun mendatang (International Diabetes Federation, 2025).

Di Indonesia, jumlah penderita diabetes mellitus juga terus meningkat. Data International Diabetes Federation menunjukkan bahwa Indonesia termasuk negara dengan jumlah penyandang diabetes tertinggi di dunia, dengan estimasi sekitar 20,4 juta orang dewasa usia 20–79 tahun hidup dengan diabetes pada tahun 2024. Sejalan dengan itu, hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes mellitus berdasarkan pemeriksaan gula darah pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 11,7% (Kementrian Kesehatan RI, 2024).

Berdasarkan hasil utama survei kesehatan tahun 2023 (Kemenkes RI, 2024), provinsi dengan prevalensi diabetes mellitus tertinggi di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk usia ≥ 15 tahun adalah DKI Jakarta sebesar 3,9%, diikuti DI Yogyakarta sebesar 3,6% dan Kalimantan Timur sebesar 3,1%. Pada indikator semua umur, Jawa Tengah berada pada urutan ke-8 dari 10 provinsi tertinggi dengan prevalensi 1,8%. Sementara itu, berdasarkan data pelayanan kesehatan penderita diabetes mellitus Provinsi Jawa Tengah tahun 2024, Kabupaten Pati menempati urutan ke-29 dari 35 kabupaten/kota dengan estimasi 33.761 penderita diabetes mellitus, dan sebanyak 33.603 penderita telah memperoleh pelayanan kesehatan sesuai standar (99,53%) (Pemerintah Provinsi Jawa Tengah, 2024).

Pengendalian kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri. Perawatan diri pada pasien diabetes mellitus mencakup pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, pemantauan glukosa darah, dan perawatan kaki. Melalui perawatan diri yang baik, pasien diharapkan mampu menjaga kestabilan kondisi kesehatannya, mencegah komplikasi, serta mendukung tercapainya pengendalian glikemik yang optimal. Oleh karena itu, perawatan diri menjadi salah satu komponen utama dalam manajemen diabetes yang berkesinambungan (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia, 2024). (American Association Diabetes, 2025) juga menegaskan bahwa diabetes self-management education and support merupakan fondasi penting untuk membantu pasien membangun perilaku kesehatan positif dan mencapai tujuan pengelolaan diabetes. Dengan demikian, perawatan diri tidak hanya dipahami sebagai aktivitas harian pasien, tetapi juga sebagai bentuk tanggung jawab dan keterlibatan pasien dalam upaya mempertahankan kontrol glikemik secara berkelanjutan.

Hasil penelitian (Derang et al., 2024) menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2 mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 31 responden (58,5%), diikuti kategori baik sebanyak 13 responden (24,5%), kategori buruk sebanyak 7 responden (13,2%), dan kategori sangat baik sebanyak 2 responden (3,8%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien DM tipe 2 memiliki kualitas hidup pada tingkat menengah, sehingga masih diperlukan upaya pengelolaan yang optimal untuk meningkatkan kualitas hidup pasien secara lebih baik.

Rendahnya perawatan diri pada pasien diabetes mellitus di lapangan masih menjadi masalah yang penting karena banyak pasien belum mampu menjalankan pengelolaan penyakit secara konsisten dalam kehidupan sehari-



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

hari. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan pasien tentang diabetes, rendahnya motivasi untuk menjaga kesehatan, kebiasaan hidup yang sulit diubah, ketidakpatuhan terhadap diet dan minum obat, keterbatasan dalam melakukan aktivitas fisik, serta kurangnya dukungan keluarga. Selain itu, pasien juga sering merasa bosan menjalani pengobatan jangka panjang dan tidak melakukan pemantauan gula darah secara rutin karena menganggap kondisinya masih stabil. Keadaan tersebut menyebabkan perawatan diri belum dilakukan secara optimal, sehingga kadar glukosa darah pasien cenderung sulit terkontrol dan risiko terjadinya komplikasi menjadi lebih tinggi. Berdasarkan data rumah sakit yang diperoleh peneliti, jumlah pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati pada tahun 2023 sebanyak 2.458 pasien, tahun 2024 sebanyak 1.769 pasien, dan tahun 2025 sebanyak 1.296 pasien. Data tersebut menunjukkan bahwa pasien diabetes mellitus masih cukup banyak ditemukan di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati, sehingga masalah pengendalian diabetes tetap memerlukan perhatian. Hasil wawancara awal terhadap 10 pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati, yang menunjukkan bahwa 5 pasien mengatakan belum mampu menjaga pola makan secara teratur, 3 pasien menyampaikan jarang melakukan aktivitas fisik dan pemantauan gula darah secara rutin, serta 2 pasien mengatakan sering lupa atau tidak teratur dalam minum obat. Temuan ini menunjukkan bahwa perawatan diri pada pasien diabetes mellitus masih rendah dan perlu mendapat perhatian dalam pelayanan kesehatan.

Berbagai upaya dapat dilakukan untuk mengendalikan diabetes mellitus, antara lain melalui edukasi kesehatan, pendampingan self-care, pemantauan kadar glukosa darah secara berkala, peningkatan kepatuhan pengobatan, dan keterlibatan keluarga dalam mendukung perawatan pasien. Namun, keberhasilan upaya tersebut perlu didukung dengan data ilmiah mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan perawatan diri dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati penting dilakukan agar hasilnya dapat menjadi dasar dalam meningkatkan edukasi, pendampingan, dan pelayanan keperawatan pada pasien diabetes mellitus.

II. METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang menekankan pada pengukuran variabel dan analisis data numerik untuk mengetahui hubungan antarvariabel (Wibowo, 2022). Dalam penelitian ini, pendekatan kuantitatif digunakan untuk mengetahui hubungan antara perawatan diri (*Self Care*) sebagai variabel independen dengan kadar glukosa darah sebagai variabel dependen pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Desain deskriptif korelasional digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel yang diteliti. Pendekatan *cross sectional* adalah suatu rancangan penelitian yang pengukuran variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada satu waktu atau dalam satu periode pengamatan (Sahir, 2021). Pada penelitian ini, peneliti mengukur perawatan diri pasien diabetes mellitus dan kadar glukosa darah pasien pada saat yang bersamaan, kemudian menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut. Desain ini dipilih karena sesuai untuk mengetahui hubungan antara perawatan diri dengan kadar glukosa darah tanpa memberikan intervensi kepada responden.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Juni 2026. Adapun tempat penelitian adalah di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang memenuhi karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti (Swarjana, 2023). Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang memenuhi karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti (Swarjana, 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes mellitus yang memperoleh pelayanan di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati selama 3 bulan

terakhir dan memenuhi kriteria inklusi serta eksklusi penelitian diperkirakan sebanyak 324 pasien. Sampel adalah sebagian dari populasi tersebut. Jika populasi terlalu besar sehingga peneliti tidak mungkin untuk meneliti populasi secara keseluruhan misalnya karena kekurangan tenaga, waktu, atau keuangan, sehingga peneliti menggunakan sampel dari populasi tersebut (Sugiyono, 2020). Etika Penelitian.

Dalam pelaksanaan penelitian, peneliti tetap memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian agar hak responden terlindungi dan penelitian berjalan sesuai kaidah yang berlaku. Prinsip etika penelitian yang digunakan meliputi (Notoatmodjo, 2020). Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti menjelaskan tujuan, manfaat, prosedur, serta proses penelitian kepada responden. Setelah mendapatkan penjelasan, responden yang bersedia mengikuti penelitian diminta menandatangani lembar persetujuan menjadi responden. Peneliti menjaga kerahasiaan identitas responden dengan tidak mencantumkan nama lengkap pada lembar pengumpulan data. Identitas responden hanya diberi kode atau inisial. Masalah ini merupakan masalah etika dengan memberikan jaminan kerahasiaan hasil penelitian, baik informasi maupun masalah-masalah lainnya. Semua informasi yang dikumpulkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti, hanya sekelompok data tertentu yang akan dilaporkan pada hasil riset.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati Tahun 2026 (n=76)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Umur		
<45 tahun	9	11,8
45–59 tahun	39	51,3
≥60 tahun	28	36,8
Total	76	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	34	44,7
Perempuan	42	55,3
Total	76	100,0
Pendidikan		
SD	13	17,1
SMP	11	14,5
SMA	33	43,4
Perguruan tinggi	19	25,0
Total	76	100,0
Lama Menderita DM		
<5 tahun	41	53,9
≥5 tahun	35	46,1
Total	76	100,0

Pekerjaan		
Tidak bekerja/IRT	23	30,3
Petani/Buruh	21	27,6
Wiraswasta	19	25,0
PNS/Swasta	13	17,1
Total	76	100,0

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur paling banyak berada pada kelompok umur 45–59 tahun sebanyak 39 responden (51,3%), sedangkan paling sedikit berada pada kelompok umur <45 tahun sebanyak 9 responden (11,8%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 42 responden (55,3%), sedangkan laki-laki sebanyak 34 responden (44,7%).

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 33 responden (43,4%), sedangkan paling sedikit berpendidikan SMP sebanyak 11 responden (14,5%). Berdasarkan lama menderita diabetes mellitus, sebagian besar responden menderita DM <5 tahun sebanyak 41 responden (53,9%), sedangkan responden yang menderita DM ≥5 tahun sebanyak 35 responden (46,1%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja/IRT sebanyak 23 responden (30,3%), sedangkan paling sedikit bekerja sebagai PNS/Swasta sebanyak 13 responden (17,1%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Perawatan Diri (*Self Care*) pada Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati Tahun 2026 (n = 76)

Perawatan Diri (<i>Self Care</i>)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	43	56,6
Tidak Baik	33	43,4
Total	76	100,0

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perawatan diri (*self care*) dalam kategori baik, yaitu sebanyak 43 responden (56,6%). Sementara itu, responden dengan perawatan diri (*self care*) kategori tidak baik sebanyak 33 responden (43,4%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati Tahun 2026 (n = 76)

Kadar Glukosa Darah	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Terkontrol	46	60,5
Tidak terkontrol	30	39,5
Total	76	100,0

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar glukosa darah dalam kategori terkontrol, yaitu sebanyak 46 responden (60,5%). Sementara itu, responden dengan kadar glukosa darah tidak terkontrol sebanyak 30 responden (39,5%).

Tabel 4 Hubungan Perawatan Diri (*Self Care*) dengan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati Tahun 2026 (n = 76)

Perawatan diri (<i>self-care</i>)	Kadar glukosa darah terkontrol		Kadar glukosa darah tidak terkontrol		Total	r	p-value
	n	%	n	%	n		
Baik	34	79,1	9	20,9	43	0,433	0,000
Tidak baik	12	36,4	21	63,6	33		
Total	46	60,5	30	39,5	76		

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 43 responden yang memiliki perawatan diri (*self care*) baik, sebagian besar memiliki kadar glukosa darah terkontrol sebanyak 34 responden (79,1%), sedangkan 9 responden (20,9%) memiliki kadar glukosa darah tidak terkontrol. Sementara itu, dari 33 responden dengan perawatan diri tidak baik, sebagian besar memiliki kadar glukosa darah tidak terkontrol sebanyak 21 responden (63,6%), sedangkan 12 responden (36,4%) memiliki kadar glukosa darah terkontrol.

Hasil uji Spearman Rank diperoleh nilai p-value = 0,000 dengan koefisien korelasi $r = 0,433$. Karena nilai p-value < 0,05, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara perawatan diri (*self care*) dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati.

2. Pembahasan

a. Karakteristik responden

Berdasarkan hasil penelitian, karakteristik responden menurut umur menunjukkan bahwa sebagian besar berada pada kelompok umur 45–59 tahun sebanyak 39 responden (51,3%). Kelompok usia ini termasuk rentan mengalami diabetes mellitus karena mulai terjadi penurunan fungsi metabolisme, sensitivitas insulin, dan aktivitas fisik. Diabetes mellitus tipe 2 erat kaitannya dengan resistensi insulin dan gangguan fungsi sel beta pankreas, sehingga bertambahnya usia dapat memperbesar risiko gangguan pengaturan kadar glukosa darah (PERKENI, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian (Rohmatulloh et al., 2024) yang menunjukkan bahwa sebagian besar penderita diabetes mellitus tipe 2 adalah perempuan dan berusia lebih dari 45 tahun. Penelitian lain juga menjelaskan bahwa seseorang yang berusia di atas 45 tahun memiliki risiko lebih tinggi terkena diabetes mellitus karena faktor degeneratif dapat mengganggu kemampuan tubuh dalam mengelola glukosa darah. Menurut asumsi peneliti, dominasi responden usia 45–59 tahun menunjukkan bahwa diabetes mellitus banyak terjadi menjelang usia lanjut. Pada usia tersebut mulai terjadi penurunan kerja insulin, peningkatan resistensi insulin, berkurangnya massa otot, dan menurunnya aktivitas fisik. Kebiasaan pola makan tidak sehat dan kurang berolahraga juga dapat memperburuk pengendalian kadar glukosa darah. Oleh karena itu, pemantauan glukosa darah dan perawatan diri perlu ditingkatkan untuk mencegah komplikasi.

Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 42 responden (55,3%). Perempuan lebih banyak ditemukan karena cenderung lebih aktif memeriksakan kesehatan dan memiliki risiko metabolik yang berkaitan dengan perubahan hormonal, peningkatan lemak tubuh, serta penurunan

aktivitas fisik seiring bertambahnya usia. Faktor hormonal dan komposisi lemak tubuh dapat memengaruhi metabolisme glukosa serta sensitivitas insulin (Sulastri, 2022). Hasil ini didukung oleh penelitian (Chaidir et al., 2024) yang menunjukkan bahwa penyandang diabetes mellitus tipe 2 lebih banyak ditemukan pada perempuan. Menurut asumsi peneliti, dominasi responden perempuan juga dapat dipengaruhi oleh kecenderungan perempuan yang lebih aktif memeriksakan kondisi kesehatannya.

Pendidikan SMA menunjukkan bahwa responden umumnya telah memiliki kemampuan dasar dalam menerima informasi kesehatan, memahami instruksi pengobatan, dan mengikuti edukasi dari tenaga kesehatan. Tingkat pendidikan berperan dalam memengaruhi kemampuan seseorang memahami penyakit, mengambil keputusan, serta menerapkan perilaku kesehatan dalam kehidupan sehari-hari. Tingkat pendidikan berperan dalam memengaruhi kemampuan seseorang untuk menerima informasi, memahami penyakit, mengambil keputusan, serta menerapkan perilaku kesehatan dalam kehidupan sehari-hari (Notoatmodjo, 2021). Penelitian (Harcahya, 2022) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan berhubungan dengan kualitas hidup penderita diabetes mellitus tipe 2, sehingga pendidikan menjadi salah satu faktor penting dalam pengelolaan penyakit kronis. Menurut asumsi peneliti, pendidikan SMA dapat membantu pasien memahami perawatan diabetes, tetapi tetap diperlukan edukasi yang berkelanjutan agar perawatan diri dilakukan secara konsisten.

Berdasarkan lama menderita diabetes mellitus, sebagian besar responden menderita DM <5 tahun sebanyak 41 responden (53,9%). Responden dengan lama menderita kurang dari 5 tahun kemungkinan masih berada pada fase adaptasi terhadap penyakit, pengobatan, pengaturan makan, aktivitas fisik, pemantauan gula darah, dan pencegahan komplikasi. Lama menderita diabetes dapat memengaruhi pengalaman pasien dalam mengelola penyakit, karena pasien yang lebih lama menderita DM biasanya memiliki pengalaman lebih banyak dalam mengenali gejala, menjalankan terapi, serta melakukan pengendalian kadar glukosa darah, tetapi juga dapat mengalami kejenuhan dalam menjalani pengobatan jangka panjang (Nursalam, 2021). Penelitian (Wahyuni, 2025) menjelaskan bahwa faktor yang berkaitan dengan komplikasi DM tipe 2 meliputi usia pasien, jenis kelamin, lama menderita, kepatuhan pengobatan, dan penyakit kronik lainnya. Menurut asumsi peneliti, dominasi responden dengan lama menderita DM kurang dari 5 tahun menunjukkan bahwa sebagian besar pasien masih dalam proses beradaptasi dengan pengobatan dan perawatan diri. Pada masa ini, pasien memerlukan edukasi dan pendampingan agar mampu mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, mematuhi pengobatan, serta memantau kadar glukosa darah secara konsisten untuk mencegah komplikasi.

Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja/IRT sebanyak 23 responden (30,3%). Kelompok tidak bekerja atau ibu rumah tangga lebih banyak ditemukan karena lebih mudah dijangkau saat pengambilan data. Meskipun demikian, aktivitas rumah tangga belum tentu termasuk latihan fisik terstruktur yang dianjurkan bagi pasien diabetes mellitus.

Pekerjaan dapat memengaruhi pola aktivitas fisik, tingkat stres, pola makan, kepatuhan kontrol, serta kemampuan seseorang dalam mengakses pelayanan Kesehatan (Notoatmodjo, 2021). Hasil ini didukung oleh penelitian (Chaidir et al., 2024) yang menunjukkan sebagian besar tidak bekerja/IRT. Menurut asumsi peneliti, dominasi responden yang tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga menunjukkan bahwa aktivitas sehari-hari mereka lebih banyak dilakukan di rumah. Namun, aktivitas rumah tangga belum tentu memenuhi kebutuhan latihan fisik teratur bagi pasien diabetes mellitus. Oleh karena itu, responden tetap perlu melakukan aktivitas fisik terstruktur, menjaga pola makan, dan melakukan kontrol kesehatan secara

rutin agar kadar glukosa darah tetap terkontrol.

b. Perawatan Diri (Self Care)

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki perawatan diri (self care) dalam kategori baik sebanyak 43 responden (56,6%), sedangkan responden dengan perawatan diri kategori tidak baik sebanyak 33 responden (43,4%). Menurut asumsi peneliti, hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati sudah cukup mampu menjalankan aktivitas perawatan diri, seperti mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, meminum obat sesuai anjuran, memantau kadar glukosa darah, dan melakukan perawatan kaki. Kondisi ini kemungkinan dipengaruhi oleh pengalaman pasien dalam menjalani penyakit, edukasi dari tenaga kesehatan, dukungan keluarga, serta adanya kesadaran pasien bahwa diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan mandiri secara berkelanjutan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sitorus & Pangkey, 2023) yang menunjukkan bahwa *self care* pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sebagian besar berada pada kategori tinggi sebesar 62,9%. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa perawatan diri yang baik pada pasien diabetes dapat mendukung peningkatan kualitas hidup dan pengendalian kondisi penyakit. Hasil ini juga didukung oleh penelitian (Gozali & Putra, 2024) yang menyatakan bahwa perilaku perawatan diri pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dipengaruhi oleh faktor personal, pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, dan kemampuan pasien dalam menjalankan manajemen diabetes sehari-hari.

Penelitian (Factarun et al., 2024) di lokasi yang sama juga melaporkan peningkatan rata-rata skor *self-care* pada kelompok intervensi dari 64,42 menjadi 77,19. Temuan tersebut menunjukkan bahwa edukasi dan pendampingan terintegrasi dapat mendukung kemampuan pasien melakukan perawatan diri.

Berdasarkan hasil penelitian masih terdapat 33 responden (43,4%) dengan perawatan diri kategori tidak baik. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian pasien belum mampu menjalankan perawatan diabetes secara konsisten, terutama pada aspek diet, olahraga teratur, pemantauan gula darah, kepatuhan minum obat, atau perawatan kaki. Hambatan yang mungkin terjadi antara lain kurangnya motivasi, kejenuhan menjalani pengobatan jangka panjang, keterbatasan pengetahuan, kebiasaan makan yang sulit diubah, serta kurangnya dukungan keluarga.

Penelitian (Azis et al., 2025) tentang hubungan *diabetes distress* dengan *self care* pada pasien diabetes mellitus tipe 2 menjelaskan bahwa rendahnya *self care* dapat terjadi karena pasien sering mengabaikan penyakitnya, kurang memiliki motivasi baik dari dalam maupun luar diri, serta tidak rutin melakukan perawatan diri. Oleh karena itu, edukasi berkelanjutan dan pendampingan dari tenaga kesehatan tetap diperlukan agar pasien mampu meningkatkan perilaku perawatan diri secara lebih optimal.

c. Kadar Glucosa Darah

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki kadar glukosa darah dalam kategori terkontrol sebanyak 46 responden (60,5%), sedangkan responden dengan kadar glukosa darah tidak terkontrol sebanyak 30 responden (39,5%). Menurut asumsi peneliti, kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus sudah mampu mempertahankan kadar glukosa darah dalam kondisi lebih baik. Hal tersebut dipengaruhi oleh kepatuhan pasien dalam mengonsumsi obat, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kontrol kesehatan, serta pemantauan kadar glukosa darah. Pasien yang lebih rutin menjalankan anjuran kesehatan cenderung memiliki peluang lebih besar untuk menjaga kadar glukosa darah tetap terkontrol.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Fauzia & Urfiyya, 2025) yang menjelaskan bahwa menjaga kadar gula darah tetap normal diperlukan pada penderita diabetes mellitus untuk mencegah komplikasi. Penelitian tersebut membahas hubungan karakteristik responden terhadap kadar gula darah puasa pada pasien diabetes mellitus tipe 2, sehingga mendukung bahwa kontrol glukosa darah dipengaruhi oleh faktor individu dan perilaku kesehatan pasien. Selain itu, penelitian (Ohara et al., 2025) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kepatuhan kegiatan prolans, aktivitas fisik, status gizi, dan kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah. Faktor yang paling dominan memengaruhi kadar gula darah adalah kepatuhan minum obat. Hasil tersebut diperkuat oleh yang melaporkan bahwa rata-rata kontrol glikemik kelompok intervensi menurun dari 175,25 menjadi 118,58 setelah penerapan model kolaborasi multidisiplin pada pasien DM tipe 2 di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati.

Hasil penelitian masih terdapat 30 responden (39,5%) dengan kadar glukosa darah tidak terkontrol. Kondisi ini dapat terjadi karena sebagian pasien belum konsisten menjalankan diet diabetes, kurang aktivitas fisik, tidak rutin mengonsumsi obat, jarang melakukan kontrol, atau mengalami stres dan penyakit penyerta. Penelitian (Wahyuni et al., 2025) menjelaskan bahwa ketika pasien tidak mengikuti regimen pengobatan, kadar glukosa darah cenderung tidak terkontrol dan dapat menyebabkan hiperglikemia kronik. Oleh karena itu, pasien diabetes mellitus tetap memerlukan edukasi berkelanjutan, pemantauan rutin, dan pendampingan tenaga kesehatan agar kadar glukosa darah dapat dipertahankan dalam kondisi terkontrol.

d. Hubungan Perawatan Diri (*Self Care*) dengan Kadar Glukosa Darah

Berdasarkan hasil penelitian, dari 43 responden yang memiliki perawatan diri (*self care*) baik, sebagian besar memiliki kadar glukosa darah terkontrol sebanyak 34 responden (79,1%). Sebaliknya, dari 33 responden dengan perawatan diri tidak baik, sebagian besar memiliki kadar glukosa darah tidak terkontrol sebanyak 21 responden (63,6%). Menurut asumsi peneliti, hasil ini menunjukkan bahwa pasien yang mampu menjalankan perawatan diri dengan baik cenderung memiliki pengendalian kadar glukosa darah yang lebih baik. Perawatan diri yang baik mencakup pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, pemantauan kadar gula darah, dan perawatan kaki, sehingga perilaku tersebut dapat membantu menjaga kestabilan kadar glukosa darah pasien diabetes mellitus.

Hasil uji Spearman Rank diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ dengan koefisien korelasi $r = 0,433$. Karena nilai $p\text{-value} < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara perawatan diri (*self care*) dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati. Hubungan ini menunjukkan bahwa perawatan diri merupakan salah satu faktor penting yang berhubungan dengan kadar glukosa darah, tetapi bukan satu-satunya faktor. Kadar glukosa darah juga dapat dipengaruhi oleh usia, lama menderita diabetes, stres, pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, penyakit penyerta, dan faktor hormonal. Pengelolaan diabetes mellitus tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga pada kemampuan pasien dalam melakukan perawatan diri secara mandiri. Pengelolaan diabetes mellitus tipe 2 meliputi edukasi, terapi nutrisi medis, latihan jasmani, terapi farmakologis, dan pemantauan glukosa darah secara mandiri (PERKENI, 2021). *Self-care* merupakan kemampuan individu untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit, mempertahankan kesehatan, dan menghadapi penyakit dengan atau tanpa dukungan tenaga kesehatan (World Health Organization, 2022). Dengan demikian, semakin baik perawatan diri yang dilakukan pasien, maka semakin besar peluang pasien untuk mempertahankan kadar glukosa darah dalam kondisi terkontrol.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hendra et al., 2024) yang menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara self care dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus dengan nilai $p = 0,001$. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa self care yang meliputi pengaturan pola makan, pemantauan gula darah, manajemen obat, aktivitas fisik, dan perawatan kaki dapat digunakan untuk membantu mengontrol kadar gula darah pada pasien DM. Hasil ini juga didukung oleh penelitian (Prabowo et al., 2023) di RSUD Kabupaten Indramayu yang menunjukkan adanya hubungan bermakna antara self care management dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus dengan nilai $p\text{-value} = 0,028$.

Hasil penelitian masih terdapat 9 responden (20,9%) dengan perawatan diri baik tetapi kadar glukosa darah tidak terkontrol, serta 12 responden (36,4%) dengan perawatan diri tidak baik tetapi kadar glukosa darah terkontrol. Kondisi tersebut dapat terjadi karena kadar glukosa darah dipengaruhi oleh banyak faktor selain perawatan diri, seperti stres, ketepatan dosis dan kepatuhan pengobatan, penyakit penyerta, pola makan sebelum pemeriksaan, aktivitas fisik, serta lama menderita diabetes. Hal ini sesuai dengan temuan (Prabowo et al., 2023) yang menjelaskan bahwa kadar gula darah dapat tetap tidak stabil meskipun pasien sudah melakukan self care management karena adanya faktor lain seperti penyakit, stres, pendidikan, pengetahuan, dan keterpaparan sumber informasi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perawatan diri (self care) memiliki hubungan yang bermakna dengan kadar glukosa darah. Pasien dengan perawatan diri yang baik cenderung memiliki kadar glukosa darah yang lebih terkontrol dibandingkan pasien dengan perawatan diri tidak baik. Oleh karena itu, tenaga kesehatan, khususnya perawat, perlu terus memberikan edukasi dan pendampingan mengenai pengaturan makan, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, pemantauan gula darah, serta perawatan kaki agar pasien mampu mempertahankan perilaku perawatan diri secara konsisten.

IV. KESIMPULAN

Karakteristik responden sebagian besar berumur 45–59 tahun sebanyak 39 responden (51,3%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 42 responden (55,3%), berpendidikan SMA sebanyak 33 responden (43,4%), menderita DM <5 tahun sebanyak 41 responden (53,9%), dan tidak bekerja/IRT sebanyak 23 responden (30,3%). Perawatan diri (*self care*) responden sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 43 responden (56,6%). Kadar glukosa darah responden sebagian besar dalam kategori terkontrol sebanyak 46 responden (60,5%). Ada hubungan antara perawatan diri (self care) dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus di Rumah Sakit Assuyuthiyyah Pati dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$ dan koefisien korelasi $r = 0,433$. Artinya, semakin baik perawatan diri pasien, maka semakin besar kecenderungan kadar glukosa darah terkontrol. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kadar glukosa darah, seperti kepatuhan minum obat, dukungan keluarga, pengetahuan, motivasi, pola makan, aktivitas fisik, dan stres. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan jumlah sampel yang lebih besar atau desain penelitian yang berbeda agar hasil penelitian lebih luas dan mendalam.



DAFTAR PUSTAKA

- American Association Diabetes. (2025). Standards of Care in Diabetes---2025. *Diabetes Care*, 48(Supplement_1), S1--S??
- Anggeria, E. (2021). *Perawatan Diri pada Pasien Diabetes mellitus*. UNPRI Press. Armansyah, F., Nababan, T., Maulia, M., Rakhmiyati, R., & Ndruru, T. A. D. (2025).
- Association American Diabetes. (2024). Classification and Diagnosis of Diabetes: Standards of Medical Care in Diabetes—2024. *Diabetes Care*, 47(Suppl 1), S1--SXX.
- Chaidir, A. F., Muchsin, A. H., Makmun, A., Rachman, M. E., & Iskandar, D. (2024). Karakteristik Penyandang Diabetes mellitus Tipe 2. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 4(9), 613–619. <https://doi.org/10.33096/fmj.v4i9.434>
- Dahlan, S. (2020). *Statistik Untuk Kedokteran Dan Kesehatan* (6 ed.). Epidimiologi Indonesia.
- Dalilah. (2025). Hubungan Self-Care dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/download/48870/32706/191026>
- Derang, I., Yolanda, V., Sigalingging, S., & Samosir, K. L. (2024). Hubungan self care dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(2), 305–314.
- Factarun, S., Ernawati, & Armiyati, Y. (2024). The Effect of Multidisciplinary Collaborative Model on Knowledge, Self-Care, and Glycemic Control in Type 2 Diabetes Mellitus Patients at Assuyuthiyyah Hospital, Pati. *Eduvest: Journal of Universal Studies*, 4(9), 8165–8174.
- Fadhila, V. N., & Kartinah. (2025). Hubungan Perilaku Self Management dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes mellitus Tipe II. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 18(11), 1362–1368. <https://doi.org/10.33024/hjk.v18i11.584>
- Fauzia, N. N., & Urfiyya, Q. 'Aina. (2025). HUBUNGAN KARAKTERISTIK RESPONDEN TERHADAP KADAR GULA DARAH PUASA PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS KABUPATEN BANTUL RELATIONSHIP BETWEEN RESPONDENT CHARACTERISTIC AND FASTING BLOOD SUGAR LEVELS IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS. 21, 91–99.
- Gozali, W., & Putra, M. M. (2024). Self-Care Behaviour pada Pasien Diabetes Mellitus: Cross Sectional Study. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 10(1), 133–141. <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikep/article/download/1946/1072>
- Harcahya, L. R. (2022). *Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Patrang Jember*. <https://repo.uds.ac.id/id/eprint/424/>
- Hartono. (2024). Komplikasi akut dan kronis pada penderita diabetes mellitus. *Journal of TSCSIKep*, 9(1). <https://ejournal.annurpurwodadi.ac.id/index.php/TSCSIKep/article/download/502/511>
- Hendra, A. L., Bachtiar, S., & Fauziyah, N. (2024). HUBUNGAN SELF CARE DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MILITUS (DM) DI DESA DUKUHMAJA. *Midwifery and Nursing Journal*, 2, 27–39
- Hijriana, I., & others. (2024). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Self-Care Management pada Pasien Diabetes mellitus. *Journal of Health Technology and Medicine*. <https://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/download/4358/2100>
- Idris, M., Sari, D. A., Kesehatan, F. I., As-syafiiyah, U. I., Gede, P., Bekasi, K., Kesehatan, F. I., As-syafiiyah, U. I., Gede, P., & Bekasi, K. (2022). *Self management berhubungan dengan tingkat kadar gula darah pada*



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

- penderita diabetes mellitus tipe 2 usia dewasa madya (40-60 tahun) 1. 10(2), 447–458.
- International Diabetes Federation. (2025). *IDF Diabetes Atlas* (11 ed.). International Diabetes Federation.
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Ringkasan Hasil Penyakit Tidak Menular*.
- Kementrian Kesehatan RI. (2024). *Fact Sheet Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.
- Manitu, I., Rahayu, S., Darah, K. G., & Melitus, D. (2024). Hubungan penerapan self care terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di rsud poso. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 170–180
- Muflihatin, S. K., Astuti, Z., Halimah, N., & Nugroho, P. S. (2024). *Hubungan Perawatan Diri (Self Care) dengan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes mellitus Tipe 2 Relationship between Self-Care and Blood Sugar Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients*. 16(15), 1–6.
- Muttaqin, A. (2018). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Endokrin dan Metabolik*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2020). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. (5th ed.). Salemba Medika.
- Prabowo, R. K., Hidayatin, T., & Sapitriani, S. A. (2023). Hubungan Self Care Management dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Kabupaten Indramayu. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 11(1), 1–7. <https://ojs.stikesindramayu.ac.id/index.php/JKIH/article/view/418>
- Rahman, H. F., Astitin, & Hafifah, V. N. (2025). Hubungan Self Care dan Dukungan Keluarga terhadap Kadar Gula Darah Klien (Prolanis) Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 13(1), 221
<https://doi.org/10.33650/jkp.v13i1.11494>
- Sitorus, F. B. M., & Pangkey, B. C. A. (2023). Analisa Perawatan Diri Pasien Diabetes mellitus untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Pencegahan Komplikasi. *Jurnal Pustaka Medika*, 2(1) 25–31. <https://jurnal.pustakagalerimandiri.co.id/index.php/pustakamedika/article/download/394/267>
- Sudoyo, A. W., & dkk. (Editor). (2020). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam, Edisi 7*. Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam FKUI.
- Toobert, D. J., Hampson, S. E., & Glasgow, R. E. (2000). The Summary of Diabetes Self-Care Activities Measure: Results from 7 Studies and a Revised Scale. *Diabetes Care*, 23(7), 943–950.
<https://doi.org/10.2337/diacare.23.7.943>
- Wahyuni, A. N. A. (2025). Faktor Risiko Komplikasi Kronik pada Pasien Diabetes mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 11(2), 324–330.
<https://jurnal.hip.ac.id/index.php/keskom/article/download/2212/758/14900>
- Wibowo, A. (2022). *Metodologi penelitian praktis bidang kesehatan* (1 cet 3). Rajawali Pers.
- World Health Organization. (2022). *Self-care health interventions*. Zaura. (2024). Self-Management Education pada Pasien Diabetes mellitus . *Fadic Health Journal*. <https://journal.lppm-stikesfa.ac.id/index.php/FHJ/article/download/679/210/4964>