

Hubungan Self Care Management Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025

Dennisa Novita Agustin ¹⁾; Emi Pebriani ²⁾; Erlina Panca Putri ³⁾

^{1,2,3)}Universitas Dehasen Bengkulu

Email: ¹⁾ dennisanovita@gmail.com

ARTICLE HISTORY

Received [16 Juni 2026]

Revised [22 Juli 2026]

Accepted [27 Juli 2026]

KEYWORDS

Self Care Management, Type 2
Diabetes Melitus, Blood
Glucose Levels.

This is an open access
article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)
license



ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat gangguan sekresi maupun kerja insulin. Di Indonesia, diabetes melitus menjadi salah satu penyakit tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat. Data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu menunjukkan bahwa Puskesmas Sawah Lebar termasuk wilayah dengan jumlah penderita diabetes melitus tipe 2 cukup tinggi, yaitu sebanyak 94 penderita pada tahun 2025. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self care management* dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 94 responden penderita diabetes melitus tipe 2 dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *self care management* dan pengukuran kadar gula darah sewaktu. Analisis data menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan *self care management* baik dan cukup memiliki kadar gula darah terkontrol, sedangkan responden dengan *self care management* kurang sebagian besar memiliki kadar gula darah tidak terkontrol. Hasil analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self care management* dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan edukasi dan pendampingan *self care management* secara berkelanjutan untuk membantu penderita diabetes melitus tipe 2 mengontrol kadar gula darah dan mencegah komplikasi.

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a chronic metabolic disease characterized by increased blood glucose levels due to impaired insulin secretion or insulin resistance. One of the factors that influence blood glucose control in patients with Diabetes Mellitus is self care management. Self care management is the ability of patients to perform self-care such as regulating diet, physical activity, medication adherence, monitoring blood glucose levels, and foot care. This study aims to determine the relationship between self care management and blood glucose levels in patients with Type 2 Diabetes Mellitus in the working area of Sawah Lebar Public Health Center, Bengkulu City. This study used a cross sectional research design. The sample in this study were patients with Type 2 Diabetes Mellitus who visited the Sawah Lebar Public Health Center using an accidental sampling technique. Data analysis was performed using univariate and bivariate analysis with statistical tests. The results showed that most respondents had good self care management and some respondents had controlled blood glucose levels. The results of bivariate analysis showed that there was a significant relationship between self care management and blood glucose levels in patients with Type 2 Diabetes Mellitus with a p-value < 0.05 . The conclusion of this study is that there is a relationship between self care management and blood glucose levels in patients with Type 2 Diabetes Mellitus. Health workers are expected to increase education regarding self care management for patients with diabetes mellitus so that blood glucose levels can be well controlled.

PENDAHULUAN

Diabetes adalah penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang di hasilkan secara efektif (WHO, 2024). Diabetes merupakan kumpulan penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia, terjadi karena ketidakseimbangan sekresi insulin, aktifitas insulin atau kedua-duanya (Perkeni, 2022). Diabetes melitus di tandai dengan peningkatan kadar glukosa yang lebih di kenal dengan hiperglikemi yang di gunakan untuk pembentukan energi (Lestari et al., 2021).

Glukosa di gunakan untuk pembentukan energi dalam tubuh. Glukosa dapat dihasilkan dari makanan yang mengandung karbohidrat yang terdiri dari monosakarida, disakarida dan juga polisakarida (Rosaries & Boy, 2022). Kondisi kelebihan glukosa di sebabkan adanya gangguan pada pankreas yang memungkinkan tidak bisa memproduksi insulin yang cukup (Lestari et al., 2021). Glukosa darah merupakan gula yang terbentuk dari makanan dan di simpan sebagai glikosan di hati dan otot rangka dan di gunakan sebagai energi (Jiwintarum et al 2021). Kadar glukosa yang tidak dapat terkontrol akan menyebabkan komplikasi.

Komplikasi yang sering terjadi seperti jantung, tekanan darah, mata, ginjal serta saraf gigi (Ulfa & Muflihatin, 2022). Komplikasi ini dapat menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan angka kematian jika tidak dikontrol dengan baik (*American Diabetes Association*, 2023). Dengan ini Diabetes melitus sering di sebut sebagai Silent Killer (Perkeni, 2021). Penyakit ini dapat mengancam jiwa hingga kematian.

Berdasarkan data *Internaltional Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2021, tercatat sekitar 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) hidup dengan Diabetes melitus di seluruh dunia dan menyebabkan 6,7 juta kematian (*Internaltional Diabetes Federation*, 2021). Laporan terbaru dari *World Health Organization* (WHO, 2025) menyatakan bahwa jumlah penderita diabetes di seluruh dunia telah mencapai 580 juta orang, dengan mayoritas kasus diabetes tipe 2. Diabetes melitus salah satu penyakit kronis penyebab kematian tertinggi ke-8 di Indonesia (WHO, 2024). Penderita diabetes mengalami peningkatan dari tahun ke tahun.

Data Kementerian Kesehatan menunjukkan angka pengidap diabetes di Indonesia saat ini telah mencapai 19,5 juta jiwa. Jumlah tersebut diprediksi akan melonjak mencapai 28,5 juta penduduk pada 2045 (Kementrian Kesehatan, 2025). Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu jumlah penderita diabetes melitus terbanyak di kota Bengkulu dengan jumlah 36,707 jiwa (DINKES, 2023). Data dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu angka pengidap diabetes melitus pada tahun 2024 mencapai 2,691 jiwa (DINKES, 2024).

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Bengkulu pada tahun 2024, jumlah puskesmas yang berada di Kota Bengkulu ada 20 puskesmas dan 3 puskesmas yang memiliki jumlah penderita diabetes melitus tertinggi adalah puskesmas sawah lebar sebanyak 273 orang, lalu puskesmas suka merindu menduduki peringkat nomor 2 sebanyak 253 orang dan puskesmas nusa indah sebanyak 164 orang. Data yang di peroleh dari puskesmas sawah lebar pada tahun 2025 dari bulan januari-september penderita diabetes melitus tipe 2 sebanyak 94 orang .

Diabetes melitus terbagi menjadi beberapa jenis yaitu Diabetes melitus tipe 1, Diabetes melitus tipe 2, Diabetes melitus Tipe Gestasional, dan Diabetes melitus tipe lainnya. Diabetes melitus tipe 2 merupakan jumlah kasus terbanyak di bandingkan dengan semua jenis tipe penyakit diabetes yang ada (Navaneethan et al., 2023). Diabetes melitus tipe 2 ini tidak tergantung kepada insulin, hal ini berkaitan dengan proses fisiologis tubuh di mana insulin selalu di produksi oleh sel beta yang terdapat pada kelenjar pancreas (Navaneethan et al., 2023). Penyakit ini tidak hanya menyerang orang dewasa pertengahan, tetapi juga mulai ditemukan pada kelompok usia yang lebih muda akibat peningkatan obesitas dan gaya hidup. Pengelolaan dini dan peningkatan kesadaran tentang pentingnya modifikasi gaya hidup sangat diperlukan untuk menekan angka kejadian diabetes melitus tipe 2 (*American Diabetes Association*, 2023).

Sebanyak 60% pasien diabetes melitus tipe 2 masih mengalami kadar gula darah dan perawatan diri yang tidak terkontrol. Kondisi ini menunjukkan pentingnya manajemen perawatan diri dalam pengobatan diabetes. Perawatan diri merupakan salah satu cara untuk mencegah komplikasi dan menurunkan angka kematian yang tinggi akibat diabetes mellitus (Kementrian Kesehatan 2020). Melalui perawatan diri yang konsisten, kehidupan seseorang dapat dibentuk dengan mencegah, mengenali, dan mengendalikan penyakit (Perkeni, 2021).

Diabetes melitus dapat di kendalikan dan di cegah melalui penanganan yang tepat. Peningkatan jumlah penderita diabetes di sebabkan oleh kurangnya manajemen diri yang baik. *Self care management* mencakup upaya individu dalam memenuhi kebutuhan kesehatan, mencegah penyakit dan memelihara kesehatan secara keseluruhan. (Srywahyuni et al., 2021). Penerapan *Self care Management* ada hubungannya dengan bagaimana penderita tersebut mempersepsikan penyakitnya dan sejauh mana tingkat pengetahuan yang dimiliki oleh penderita mengenai penyakitnya (Alharbi et al, 2023). Perilaku *self care* terdiri dari lima aspek: penggunaan obat, diet, olahraga, pemantauan kadar gula darah, dan perawatan kaki (Silalahi et al., 2021). Meningkatnya kadar gula darah di sebabkan oleh kurangnya menerapkan *Self care Management* (Priyanto & Juwariah, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan pada 138 pasien diabetes melitus tipe 2 di salah satu puskesmas, perilaku *self care management* berdasarkan diet berada di kategori baik (14,5%), sedang (48,6%), dan buruk (37,0%). Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan *self care* di Indonesia masih belum optimal (Windani dan Rosidin, 2023). Menurut penelitian Idris & Sari (2022) di temukan adanya hubungan antara *Self care Management* dan perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Hal serupa dibuktikan oleh Luthfa & Fadhillah (2021), yang menemukan hubungan antara *self-care* dan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus dengan nilai p-value 0,000 dan koefisien korelasi (r) 0,394 . Berdasarkan data di atas maka banyak penderita diabetes melitus tipe 2 kurang meperhatikan *self care*.

LANDASAN TEORI

Diabetes melitus

Diabetes melitus merupakan masalah kesehatan besar yang sangat menyita perhatian di negara maju maupun negara berkembang. Perubahan gaya hidup yang serba praktis, instan dan serba canggih menjadi salah satu faktor terjadinya penyakit diabetes melitus (Friska & Fazriani, 2025). Diabetes melitus merupakan penyakit yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah di dalam urine yang diakibatkan terganggunya metabolisme karena produksi dan fungsi hormon insulin tidak berjalan dengan seharusnya (Basir, 2020). Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan jenis diabetes yang paling banyak ditemukan pada masyarakat. Penyakit ini biasanya terjadi pada orang dewasa dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, obesitas, kurang aktivitas fisik, pola makan yang tidak sehat, serta faktor genetik.

Self care management

Self care diabetes melitus merupakan program yang harus dijalankan sepanjang kehidupan penderita diabetes melitus dan menjadi tanggung jawab penuh bagi penderita diabetes. Self care management pada penderita diabetes melitus meliputi beberapa aspek seperti pengaturan pola makan, aktivitas fisik secara teratur, kepatuhan dalam mengonsumsi obat, pemantauan kadar gula darah secara rutin, serta perawatan kaki. Menurut Fadhila dan Kartinah (2025), *self-care manajemen* adalah serangkaian aktivitas yang dilakukan pasien diabetes tipe 2 untuk mengendalikan kadar gula darah dan mencegah komplikasi melalui pendekatan terintegrasi, termasuk pemantauan glukosa, pengelolaan pola makan, dan aktivitas fisik.

Kadar Gula Darah

Glukosa darah atau kadar gula darah merujuk pada tingkat glukosa yang ada dalam darah. Di dalam tubuh, terdapat pengaturan ketat atas jumlah glukosa dalam serum atau konsentrasi gula darah. Kadar gula darah merupakan jenis gula monosakarida yang merupakan karbohidrat utama yang digunakan sebagai sumber energi utama dalam tubuh (Fahmi dkk., 2020). Glukosa darah adalah gula yang dihasilkan oleh metabolisme karbohidrat dan terdapat dalam darah. Hormon insulin dan glukagon, yang dihasilkan oleh pankreas, memiliki peran dalam mengatur kadar glukosa dalam tubuh (Siregar dkk., 2020). Kadar gula darah mengacu pada konsentrasi glukosa dalam darah, yang merupakan indikator utama dalam pengelolaan diabetes tipe 2. Diabetes tipe 2 ditandai dengan hiperglikemia kronis akibat resistensi insulin atau penurunan produksi insulin oleh pankreas..

METODE PENELITIAN

Analisis Univariat

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan analisis univariat yang dilakukan untuk memperoleh gambaran distribusi dari setiap frekuensi variabel penelitian, baik itu dari variabel independen maupun variabel dependen. Rumus yang digunakan adalah :

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

keterangan :

p : jumlah presentasi yang ingin dicari

f : jumlah frekuensi untuk setiap alternatif jawaban

n : jumlah populasi

Dari rumus diatas nilai proporsi yang didapatkan dalam presentasi dapat diinterpretasikan dengan menggunakan data :

0%	: Tidak satupun dari responden
1%-25%	: Sebagian kecil dari responden
26%-49%	: Hampir Sebagian dari responden
50%	: setengah dari responden
51%-75%	: Sebagian besar dari responden
76%-99%	: hampir seluruh dari responden
100%	: seluruh responden

Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang digunakan untuk melihat hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen dengan menggunakan Uji *Chi Square* α dengan menggunakan $\alpha = 0,1$ dan *Confidence Interval* (CI) sebesar 90% (Notoadmodjo, 2010). Dengan aturan pengambilan keputusan sebagai berikut:

- 1) Jika $P \text{ value} \leq \alpha$ (0,05) maka H_a diterima, jadi ada Hubungan *Self care Management* Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu 2025
- 2) Jika $P \text{ value} > \alpha$ (0,05) maka H_a ditolak, jadi tidak ada Hubungan *Self care Management* Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Analisa Univariat Hasil Analisa Univariat dalam penelitian ini menyajikan tabel distribusi frekuensi *Self Care Management* dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025 sebagai berikut :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi *Self Care Management* pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

No.	<i>Self care management</i>	F	%
1	Kurang	13	13,8
2	Cukup	38	40,4
3	Baik	43	45,7
Total		94	100

Berdasarkan tabel 1 data *self care management* menunjukkan bahwa hampir sebagian dari responden yaitu sebanyak 43 responden (45,7%) memiliki kategori *self care management* baik.

Tabel 2 Distribusi Kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe 2

No.	Kadar gula darah	F	%
1	Terkontrol	71	75,5
2	Tidak terkontrol	23	24,5
Total		94	100

Berdasarkan tabel 2 data kadar gula darah menunjukkan sebagian besar dari responden yaitu sebanyak 81 responden (86,2%). memiliki kategori kadar gula darah terkontrol.

Analisis Bivariat

Tabel 3 Hubungan *Self Care Management* terhadap kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.

Mentor Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lela Kota Bengkulu							
Self care management	Kadar gula						P-Value
	Terkontrol		Tidak terkontrol		Total		
	f	%	F	%	F	%	
Kurang	1	7,7	12	92,3	13	100	P = 0,000
Cukup	33	86,8	5	13,2	38	100	
Baik	37	86,0	6	14,0	43	100	
Total	71	75,5	23	24,5	94	100	

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh dari responden *self care management* dengan kategori kurang memiliki kadar gula tidak terkontrol sebanyak 12 responden (92,3%). Selanjutnya hampir seluruh dari responden dengan kategori *self care* cukup dengan kadar gula terkontrol sebanyak 33 responden (86,8%), *self care management* dengan kategori baik sebanyak 37 responden (86,0%). Hasil uji chi square menunjukkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ maka H_a di terima dan

H_o di tolak sehingga ada Hubungan *self care management* dengan kadar gula penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2025.

Pembahasan

Analisis Univariat

Self care management pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa setengah dari responden memiliki tingkat *self care management* dalam kategori baik, yaitu sebanyak 43 responden (45,7%), diikuti kategori cukup sebanyak 38 responden (40,4%), dan hanya 13 responden (13,8%) yang berada pada kategori kurang. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar telah memiliki kesadaran dan kemampuan dasar dalam mengelola penyakitnya, meskipun pelaksanaannya belum sepenuhnya optimal. *Self care management* pada pasien diabetes melitus merupakan proses yang kompleks dan berkelanjutan yang mencakup beberapa aspek utama, yaitu pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar gula darah, kepatuhan minum obat, serta perawatan kaki. Keberhasilan pengelolaan penyakit diabetes sangat bergantung pada kemampuan pasien dalam menerapkan perilaku perawatan diri secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut peneliti sebagian besar responden pada penelitian ini memiliki *self care management* dalam kategori cukup. Hal ini ditunjukkan dari jawaban responden bahwasannya mereka berupaya untuk mengikuti anjuran dokter dalam melakukan kontrol rutin dan minum obat sesuai aturan dokter, meskipun mereka kadang-kadang masih belum dapat menjaga pola diet yang harus dijalani dan juga melakukan perawatan kaki. *Self care management* yang dilaksanakan oleh pasien diabetes mellitus ini terjadi karena dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan lama menderita diabetes melitus.

Kadar gula darah pasien diabetes melitus di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 94 responden terkait kadar gula darah pasien diabetes melitus menunjukkan bahwa berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki kadar gula darah dalam kategori terkontrol, yaitu sebanyak 71 responden (75,5%), sedangkan responden dengan kadar gula darah tidak terkontrol berjumlah 23 orang (24,5%). Kadar gula darah merupakan hasil metabolisme karbohidrat yang berfungsi sebagai sumber energi utama bagi tubuh dan pengaturannya dipengaruhi oleh hormon insulin. Glukosa darah adalah gula yang terdapat di dalam darah yang berasal dari proses metabolisme karbohidrat (Galuh & Prabawati, 2021). Konsentrasi glukosa darah di dalam tubuh diatur secara ketat melalui mekanisme homeostasis, dan pemeriksaan kadar glukosa darah merupakan salah satu pemeriksaan penting dalam laboratorium klinik untuk menilai kondisi metabolik seseorang (Fahmi et al., 2022).

Analisi Bivariat

Hubungan self care management dengan kadar gula darah penderita diabetes tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Berdasarkan tabel hasil penelitian menunjukkan responden dengan *self care management* yang baik hampir seluruh dari responden memiliki kadar gula darah dalam kategori terkontrol sebanyak 37 responden (86,0%). Hasil analisis bivariat menggunakan uji *chi square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self care management* dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. Berdasarkan tabulasi silang, diketahui bahwa hampir seluruh responden dengan *self care management* kategori kurang memiliki kadar gula darah tidak terkontrol (92,3%). Sebaliknya, pada responden dengan *self care management* kategori cukup hampir seluruhnya memiliki kadar gula darah terkontrol sebesar 33 responden (86,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Milda (2022) yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara Perilaku *Self Management* dengan Kadar Gula Darah pada Pasien DM di Puskesmas Pucang sewu. Hidayah menyebutkan bahwa pasien yang memiliki *self managemen* yang baik memiliki kadar gula darah yang terkontrol. Hasil ini konsisten dengan temuan Saminan et al., (2020) ditemukan adanya hubungan antara *self-care management* dengan kadar gula darah dan diperoleh nilai statistik χ^2 0,000. Hal yang sama juga ditemukan pada temuan Hidayah (2019) bahwa terdapat $\chi^2 < 0,05$. hubungan antara *self-care management* dengan kadar glukosa darah dengan hasil uji statistik $\chi^2 < 0,05$.

Menurut Wijayanti (2020) menjelaskan bahwa *Self care management* merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh pasien diabetes dalam mempertahankan status kesehatan, pencegahan terhadap timbulnya komplikasi, serta meminimalisasi terjadinya gangguan kesehatan yang akan berujung pada kematian. Penelitian Azissah (2017) tentang pengaruh Diabetic Self Management Education (DSME) menunjukkan bahwa edukasi manajemen diri berperan penting dalam meningkatkan kemampuan pasien diabetes mellitus dalam mengelola penyakitnya. Hal ini sangat berkaitan dengan konsep *self-care*, yaitu kemampuan individu untuk melakukan perawatan diri secara mandiri guna mempertahankan kesehatan dan mencegah perburukan kondisi penyakit.

Penerapan *self care management* yang dilakukan pasien diabetes mellitus memberikan dampak pada kualitas hidup yang positif. *Self care management* yang dilakukan pasien diabetes melitus meliputi pengaturan pola makan/diet, aktivitas fisik/olahraga, perawatan kaki, minum obat diabetes, dan monitoring gula darah. Berdasarkan hasil tabulasi dilang, responden dengan *self care management* kategori kurang masih ditemukan memiliki 1 responden dengan kadar gula darah terkontrol. Kondisi ini dapat dijelaskan melalui penerapan lima pilar pengelolaan Diabetes Melitus, khususnya pada aspek farmakologis dan pemantauan kadar gula darah. *Self care management* kategori kurang pada penelitian ini lebih dominan disebabkan oleh ketidakpatuhan terhadap pola makan, seperti ketidakteraturan jadwal makan, porsi yang tidak sesuai anjuran, serta konsumsi makanan tinggi gula dan karbohidrat. Namun demikian, responden tersebut tetap memiliki kadar gula darah terkontrol karena kepatuhan terhadap terapi farmakologis, baik penggunaan obat antidiabetes oral maupun insulin sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan. Selain itu, responden juga melakukan pemantauan kadar gula darah secara berkala, sehingga memungkinkan deteksi dini terhadap peningkatan kadar gula darah dan penyesuaian terapi yang lebih cepat. Pemantauan gula darah yang rutin berperan penting dalam menjaga kestabilan kadar glukosa meskipun pengelolaan pola makan belum optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Hampir sebagian dari responden (49,2%) memiliki perilaku *self care management* dalam kategori baik.
2. Hampir sebagian besar dari reponden (75,5%) memiliki kadar gula yang terkontrol.
3. Terdapat hubungan antara *self care management* dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2025 dengan nilai $p\text{-value } 0,000 < 0,05$.

Saran

1. Teoritis
Penelitian ini dapat mengembangkan pengetahuan mengenai hubungan *self care management* dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2
2. Praktis
 - a) Bagi Responden
Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman responden hipertensi mengenai selama kehamilan, faktor-faktor, langkah pencegahan serta tanda-tanda bahaya agar diharapkan dapat menurunkan risiko terjadinya komplikasi.
 - b) Bagi Tempat Penelitian
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk meningkatkan kualitas layanan serta upaya promotif dan preventif terkait pencegahan hipertensi pada kehamilan.
 - c) Bagi Peneliti Selanjutnya
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan hubungan pengetahuan dengan kejadian hipertensi pada kehamilan

DAFTAR PUSTAKA

- Alharbi, S., Alhofaian, A., & Alaamri, M. (2023). *Illnes Preseption and Medication Adherence amog Adult Patients with Type 2 Diabetes Mellitus: A Scoping Revies. Clinici and Practice*, 13, 71-83
- Anjani, N. (2023). *Hubungan self care management diabetes dengan kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 Skripsi*, Universitas Hasanuddin. Repositori Institusi Universitas.
- Atmojo, A. (2024). *Pengaruh penuaan terhadap regulasi kadar glukosa darah dan fungsi pankreas*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 14(1), 23–30.
- Azissah, D. (2017). *Pengaruh diabetik self management education (DSME) terhadap risiko terjadinya ulcus diabetik*. Jurnal Media Kesehatan, 10(1), 84–88.
- Bintari, T. L. (2021). *Gambaran Penggunaan Antidiabetes Oral Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Dharmarini Temanggung Periode Desember 2020* (Doctoral Dissertation, Skripsi, Universitas Muhammadiyah Magelang).dan Cara Pencegahan. UIN Alauddin Makassar, November, 237–241. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>

- Chang, Y. T., Tu, Y. Z., Chiou, H. Y., Lai, K., & Yu, N. C. (2022). Real-World Benefits Of Diabetes Management App Use And Self-Monitoring Of Blood Glucose On Glycemic Control: Retrospective Analyses. *Jmir Mhealth And Uhealth*, 10(6), 1 17. <https://doi.org/10.2196/31764>
- Cut, N. A. Z., & Teuku, S. B. (2019). Self Management Dengan Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Self Management And Blood Glucose Random Type Ii Diabetic Patients. *Jimfkep*, 4(1)
- Dewi, P., Azizah, M., Rendowaty, A., Sri Wahyuni, Y., & Pranata, L. (2023). *Edukasi tentang Diabetes Mellitus dan Pemeriksaan Biomedis Kadar Gula Darah Pada Ibu Rumah Tangga*. *Health Community Service*, 1(1), 46–50. <https://doi.org/10.47709/hcs.v1i1.3358>
- Dharma, Kusuma Kelana, 2017, *Metodologi Penelitian Keperawatan: Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*, Jakarta, Trans Info Media.
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2025). <https://dinkes.bengkulu.go.id/>
- Dinkes Kota Bengkulu. (2024). *Profil Dinas Kesehatan Kota Bengkulu 2024 Bengkulu : Dinas Kesehatan Kota Bengkulu*.
- Fadhila, V. N., & Kartinah. (2025). Hubungan Perilaku Self Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Sekupang Kota Batam. *Jurnal Medika Husada*, 18(11), 1362– 1368 <https://doi.org/10.59744/jumeha.v3i2.48>
- Fahmi, A., Rahman, B., & Sari, C. (2022). *Homeostasis glukosa darah dan pemeriksaan kadar glukosa dalam laboratorium klinik*. *Jurnal Analis Kesehatan*, 11(2), 85–92.
- Farida, U., D.W, K. S. P., & Paringsih, D. P. M. (2023). *Hubungan Self-Management Pengobatan Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas*. 5, 327-337.
- Febtian Cendradevi Nugroho, Emiliandry, jane A, P. (2022). Buku Saku Manajemen Diri Diabtes Melitus. Media Sains Indonesia .
- Hamasaki, H. (2016),, Daily physical activity and type 2 diabetes: A review”, *World Journal of Diabetes*, 7(12), p.243. doi: 10.4239/wjd.v7.i12.243
- Fitrina, Y., Amelia, D., & Fadhilla, J. (2022). Hubungan Selfcare Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitis Di Wilayah Kerja Puskesmas Rasimah Ahmad Kota Bukittinggi Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 5(2), 65. <https://doi/10.30633/jsm.v5i2.15813>
- Friska, F., & Fazriani, E. (2025). The Relationship between Blood Glucose Levels and Sleep Quality in Patients with Diabetes Mellitus. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 7(2), 681-688.
- Galuh, & Prabawati. (2021). *Glukosa darah sebagai hasil metabolisme karbohidrat*. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 15–21.
- Garnadi, A. (2021). Epidemiologi diabetes melitus di Indonesia dan dunia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 150-158.
- Hidayah, M. (2019). Hubungan Perilaku Self-Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(3), 176. <https://doi.org/10.20473/Amnt.v3i3.2019.176-182>
- Hidayatin, T. (2023). *Hubungan Self Care Management Dengan Kadar Glukosa*. 1(1), 8-16.
- Hidayatin, T. (2023). *Hubungan self care management dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus*. Universitas Hasanuddin <https://doi.org/10.32883/rnj.v4i3.1487>
- Ibrahim, Ali (2024). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Batam. Cendekia Mulia Mandiri.
- IDF. (2021). IDF: Diabetes Atlas (10 ed). *Internasional Diabetes Federation*. From www.diabetesatlas.org
- Prasaja, T., Marbun, R., Anggraeni, O., Studi, P., Dietisien, P., Brawijaya, U., Veteran, J., & Timur, J. (2021). *Penyandang Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Indonesia Theory and Application of Blood Glucose Level Management of Diabetes Mellitus Type II in Indonesia* Pendahuluan Diabetes mellitus atau yang disingkat DM merupakan penyakit kronis yang serius ketidakcukupan . 1(April), 20–37.
- Priyanto, A., & Juwariah, T. (2021). Hubungan Self Care Dengan Kestabilan Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Type II. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 74-81.
- Priyanto, A., & Juwariah, T. (2021). Hubungan Self Care Dengan Kestabilan Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Type Ii. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 10(1), 74–81. <https://ejournaladhkdr.com/index.php/jik/article/view/376>
- Putra, J. R., Rahayu, E., & Shalahuddin, I. (2021). *Self Care For Patient With Diabetes Mellitus Comple(Putra et al., 2021) mentary Diseases of Hypertension* in Public Health Center. *Jgk*, 13(1), 54-69.
- Putri, F. I., Ramadhan, S., & Rusida, E. R. (2022). Hubungan Kemampuan Mencari Informasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Self-Care Pasien Diabetes Melitus Tipe-2 Di Puskesmas Martapura 1. 8(2), 83–88. www.lppm-mfh.com
- Rahamayani, S. (2022). Selfcare mental fitness. In *nas media pustaka*.

- Rahman, Z., Pujiati, W., & Saribu, H. J. D. (2023). Self-care Berhubungan dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Kperawatan Silampari*, 6(2), 1336-1344. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i2.2883>
- Ramadhani, S., Fidiawan A., Andayani, T.M., Endarti, D. (2019). *Jurnal Pengaruh Self Care Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2*
- Rosaries, A., & Boy, B. (2022). *Metabolisme karbohidrat: Proses pembentukan energi dari glukosa*. Penerbit Ilmu Kesehatan.
- Saminan, Rabbany, N., Aini, Z., Zulkarnain, & Murzalina, C. (2020). Between The Relationship Diabetes Management And Self Blood Glucose Control In Patients With Type 2 Diabetes Mellitus In Ulee Kareng Subdistrict, Banda Aceh. *The International Journal Tropical Veterinary And Biomedical Research*, 5(November), 4049. <https://doi.org/10.211>
- Sarwuna. (2018). Hubungan Self Efficacy Dengan Self Care Activity Pada Pasien Diabetes Melitus Di Ruang Poli Interna RSUD Labuang Baji Makassar.
- Silalahi, L. E., Prabawati, D., & Hastono, S. P. (2021). *Efektivitas Edukasi Self-Care Terhadap Perilaku Manajemen Diri pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Sukapura Jakarta*, MPPKI: Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia, 4, 15-22. doi:
- Soep, S. (2021). Latihan Fisik Penderita Dm Terhadap Penurunan Konsentrasi Glukosa Darah, LDL Dan Peningkatan HDL. *Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist)*, 16(1). <https://doi.org/10.36911/pannmed.v16i1.997>
- Sofais, D. A. R., Rustandi, H., Junika, A., & Susanti, D. (2025). Status glikemik ibu, obesitas, dan faktor gaya hidup sebagai penentu risiko diabetes gestasional: Perspektif kesehatan masyarakat. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan*, 10(1), 17–26. <https://doi.org/10.33655/mak.v10i1.239>
- Sudriman, & Modjo. (2021). *Karakteristik usia responden pada penyakit tertentu*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 45–52.
- Sugiharto, R. N. Hsu, Y.-Y., Toobert, D. J., & Wang, S.,-T. (2019). *The Validity and reliability of the Summary of Diabetes Self-Care Activities Questionnaire : An Indonesia version*. *Jurnal INJEC (Indonesia Nursing Journal of Education and Clinic)*, 4(1), 25-36
- Sundayana, I. M., Rismayanti, I. D. A., & Devi, I. A. (2021). *Penurunan Kadar Gula Darah Pasien Dm Tipe 2 Dengan Aktivitas Fisik*. 4(1), 6.
- Ulfa, N., & Muflihatin, S. (2022). *Komplikasi diabetes melitus dan pengelolaan kadar glukosa darah*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 98-105.
- Umah Cl., *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Self Management Pada Pasien Diabetes Melitus di Poliklinik RSI Sultan Agung Semarang*. Universitas Islam Sultan Agung., 2019
- WHO (2024) World Health Organizations Fact Sheets: The Top 10 Causes of Death.
- Windani, C., & Rosidin, U. (2023). Kemandirian Pasien Diabetes Melitus Tipe II dalam Pengelolaan Penyakit di Puskesmas Tarogong. *Jurnal Kesehatan dan Kebidanan Nusantara*, 1, 75-81.
- World Health Organization. Diabetes. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>