

FAKTOR- FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN *SELF CARE MANAGEMENT* PADA DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MANDIANGIN KOTA BUKITTINGGI

Vivi Rezky Handayani^{*1}, Dona Amelia¹, Aulia Putri¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi

*korespondensi penulis, e-mail: vivirizkyhandayani@gmail.com

ABSTRAK

Semakin meningkatnya kasus Diabetes Mellitus (DM) setiap tahun memerlukan pengelolaan efektif untuk mencegah komplikasi akibat kadar gula darah tinggi. Salah satu pendekatan penting adalah *self-care management*, yaitu kemampuan pasien mengelola penyakit secara mandiri melalui pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pengobatan, dan perawatan kaki. Namun, sebagian pasien masih kesulitan menjalankannya secara konsisten, yang tercermin dari tingginya angka komplikasi. Keberhasilan *self-care management* dipengaruhi oleh pengetahuan, efikasi diri (*self-efficacy*), literasi kesehatan (*health literacy*), dan dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang berperan dalam *self-care management* pada pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Mandiangin. Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 137 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan adalah pengetahuan menggunakan *Diabetes Knowledge Questionnaire* (DKQ24), *self efficacy* menggunakan *Diabetes Self Efficacy Scale* (DSES), *health literacy* menggunakan *Health Literacy Scale 19* (HLS19 Q12), dukungan sosial menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *self care management* menggunakan *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA). Analisis data menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan, *self-efficacy*, *health literacy*, dan dukungan sosial dengan *self-care management* ($p=0,000$; $p<0,05$) dengan koefisien korelasi masing-masing 0,536; 0,704; 0,884; dan 0,966, yang menunjukkan arah hubungan positif. Kesimpulannya, keempat faktor tersebut berhubungan signifikan dengan *self-care management* pada pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Mandiangin. Pasien diharapkan dapat memanfaatkan pengetahuan, kepercayaan diri, literasi kesehatan, dan dukungan sosial sebagai dasar pengambilan keputusan terkait pengelolaan kesehatannya.

Kata Kunci: diabetes mellitus, dukungan sosial, *health literacy*, pengetahuan, *self efficacy*, *self care management*

ABSTRACT

The increasing incidence of Diabetes Mellitus (DM) each year required effective management to prevent complications caused by high blood glucose levels. One important approach was self-care management, which referred to the patient's ability to manage the disease independently through diet regulation, physical activity, medication adherence, and foot care. However, some patients still had difficulty carrying it out consistently, as reflected in the high complication rates. The success of self-care management was influenced by knowledge, self-efficacy, health literacy, and social support. This study aimed to analyze the factors influencing self-care management among DM patients in the working area of Puskesmas Mandiangin. This quantitative research used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 137 respondents selected using purposive sampling according to inclusion and exclusion criteria. The instruments used were DKQ24, DSES, HLS19-Q12, MSPSS, and SDSCA. Data analysis was performed using the Spearman Rank test. The results showed a significant relationship between knowledge, self-efficacy, health literacy, and social support with self-care management ($p=0.000$; $p<0.05$) with correlation coefficients of 0.536, 0.704, 0.884, and 0.966, respectively, indicating a positive relationship. It was concluded that these four factors had a significant relationship with self-care management among DM patients in the working area of Puskesmas Mandiangin. Patients were expected to utilize their knowledge, confidence, health literacy, and social support as a foundation for making daily health-related decisions.

Keywords: diabetes mellitus, health literacy, knowledge, self-efficacy, self-care management, social support

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang memengaruhi metabolisme tubuh dan ditandai oleh kadar gula darah yang tinggi. Penyakit ini berpotensi menyebabkan kerusakan pada organ vital seperti jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf jika tidak dikelola dengan baik (World Health Organization [WHO], 2024). Terdapat dua tipe utama DM, yaitu tipe 1 yang terjadi akibat pankreas hampir tidak memproduksi insulin, dan tipe 2 yang paling umum terjadi pada orang dewasa disebabkan oleh resistensi insulin atau produksi insulin yang menurun. Dalam 30 tahun terakhir, prevalensi DM tipe 2 meningkat pesat di berbagai negara, menjadikannya masalah kesehatan global yang serius (International Diabetes Federation [IDF], 2021).

Data global menunjukkan sekitar 830 juta orang hidup dengan diabetes, mayoritas berada di negara berpenghasilan rendah dan menengah, dengan lebih dari separuhnya belum mendapatkan pengobatan yang memadai (WHO, 2024). Di Indonesia, prevalensi DM pada usia 20 hingga 79 tahun mencapai 10,6%, dengan jumlah penderita sekitar 19,5 juta orang. Hal ini meningkat signifikan dibandingkan data sebelumnya, dengan Riskesdas 2018 mencatat peningkatan prevalensi dari 6,9% menjadi 8,5% sejak 2013 (Berlico, 2024). Jumlah kasus yang terus bertambah menempatkan diabetes sebagai salah satu penyebab kematian tertinggi di Indonesia, khususnya di Sumatera Barat dan Kota Bukittinggi, di mana prevalensi DM juga terus meningkat tiap tahun (Alisa et al., 2022).

Faktor risiko utama yang mempengaruhi peningkatan prevalensi DM adalah gaya hidup tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, serta pola makan yang tidak seimbang. Oleh karena itu, pengelolaan DM tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga pada penerapan *self care management* yang melibatkan peran aktif pasien dalam mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik secara rutin, memantau kadar gula darah, mengonsumsi obat sesuai anjuran, serta melakukan perawatan kaki (Handriana & Hijriani, 2020;

Hartono, 2024). Namun, pelaksanaan *self care management* menghadapi berbagai tantangan. Banyak pasien kesulitan mempertahankan pola makan sehat karena kebiasaan lama, biaya makanan sehat yang tinggi, dan kurangnya dukungan sosial. Selain itu, hanya sekitar 30% pasien yang rutin melakukan pengecekan gula darah mandiri, yang disebabkan oleh faktor seperti ketidaknyamanan dan biaya alat tes (Falah et al., 2023). Kepatuhan terhadap pengobatan juga masih rendah, karena pasien sering melewati dosis akibat merasa sudah sehat atau takut efek samping. Aktivitas fisik juga kurang dilakukan secara rutin akibat kekhawatiran terhadap hipoglikemia dan kurangnya motivasi (Falah et al., 2023).

Keberhasilan *self care management* dipengaruhi oleh beberapa faktor penting, yaitu pengetahuan pasien mengenai penyakitnya, literasi kesehatan (*health literacy*), tingkat kepercayaan diri (*self-efficacy*), dan dukungan sosial dari keluarga maupun lingkungan sekitar (Oo et al., 2023; Sartika et al., 2022). Pengetahuan yang baik membantu pasien memahami pentingnya perubahan gaya hidup dan pengobatan yang tepat (Nina Rustiana, 2024). *Health literacy* memungkinkan pasien mengakses dan memahami informasi kesehatan dengan lebih baik, sedangkan *self-efficacy* meningkatkan keyakinan pasien untuk menjalankan perawatan mandiri secara konsisten. Dukungan sosial terbukti berperan dalam memberikan motivasi dan mengurangi stres, sehingga pasien lebih mampu mempertahankan perilaku sehat (Sartika et al., 2022).

Di Puskesmas Mandiangin Bukittinggi, jumlah pasien DM meningkat dari 118 orang pada 2023 menjadi 209 orang pada 2024, menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap pengelolaan penyakit ini. Data awal wawancara juga mengindikasikan bahwa sebagian pasien sudah melakukan pengelolaan mandiri seperti olahraga, pengaturan porsi makan, dan minum obat, namun masih ada yang belum melakukan pengecekan gula darah secara rutin dan perawatan kaki secara optimal. Tingkat pengetahuan, *health literacy*, *self-efficacy*,

dan dukungan sosial juga bervariasi di antara pasien (Handriana & Hijriani, 2020).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi *self care management* pada pasien DM di wilayah kerja Puskesmas

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian penelitian kuantitatif dengan jenis deskriptif korelatif menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi pada bulan Mei- Juni 2025. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling* dan didapatkan 137 responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yaitu pasien DM yang sudah terdata dan terdiagnosa DM ≥ 1 tahun, pasien yang berumur ≥ 18 tahun. Kriteria eksklusi yaitu pasien DM yang sulit dalam berkomunikasi dan berbicara.

Data dikumpulkan dalam bentuk kuesioner pengetahuan menggunakan *Diabetes Knowledge Questionnaire* (DKQ24), Nilai validitas pada instrumen ini adalah ($r = 0,396$) sehingga kuesioner dapat dikatakan valid. Uji reabilitas adalah pengukuran untuk membuktikan kuesioner yang digunakan bisa dipercaya. Pengujian reabilitas kuesioner *Diabetes Knowledge Questionnaire* 24 (DKQ24) dikembangkan oleh Star Country di Meksiko-Amerika didapatkan nilai Cronbach Alpha yaitu 0,78. Terdapat 24 pernyataan dibagi atas 3 kategori yaitu skor $<55\%$ kategori rendah, skor 56-75% kategori sedang dan skor 76-100% kategori tinggi.

Self efficacy menggunakan *Diabetes Self Efficacy Scale* (DSES). Pada kuesioner DSES telah diuji validitas dan reliabilitas. Didapat nilai r diatas 0,85, untuk reliabilitas menggunakan uji Alpha dengan nilai

Mandiingin Bukittinggi. Dengan hasil penelitian ini, diharapkan dapat dikembangkan strategi intervensi yang efektif untuk meningkatkan pengelolaan mandiri pasien DM dan mengurangi risiko komplikasi.

Cronbach Alpha 0,74 sehingga bisa disimpulkan bahwa kuisisioner DSES sudah valid dan reliabel. Terdapat 8 pernyataan, skor 8-31 kategori rendah, skor 32-56 kategori sedang dan skor 57-80 kategori tinggi.

Health literacy menggunakan *Health Literacy Scale 19 (HLS19 Q12)* telah diuji validitas dan reliabilitas dengan r diatas 0,24-0,42 dan untuk reabilitasnya dengan nilai croncabch alpha 0,87, sehingga disimpulkan sudah valid dan reliabel. Terdapat 12 pernyataan, skor ≤ 50 kategori tidak memadai, skor > 50 hingga ≤ 66.7 kategori bermasalah, skor > 66.7 hingga ≤ 83.3 kategori cukup dan skor >83.3 kategori tinggi.

Dukungan sosial menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS)*, Pada kuesioner MSPSS telah diuji validitas dan reliabilitas. Didapat nilai $r = 1$ untuk reliabilitas menggunakan uji Alpha dengan nilai Cronbach Alpha 0,7 sehingga bisa disimpulkan bahwa kuisisioner MSPSS sudah valid dan reliabel. Terdapat 12 pernyataan, skor rata- rata 1-2.9 kategori rendah, skor rata- rata 3-5 kategori sedang dan skor rata- rata $>5-7$ kategori tinggi.

Self care management menggunakan *Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA)*. Nilai validitas dan reliabilitas instrumen adalah $\alpha = 0,743$ dan $r = 0,812$. Terdapat 14 pernyataan, skor $< mean$ kategori buruk, skor $\geq mean$ kategori baik. Uji hubungan yang digunakan adalah uji *Spearman Rank*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gambaran Umum Karakteristik Responden DM di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin tahun 2025

Karakteristik Responden	<i>f</i>	%
Umur		
18-25 tahun	3	2,2%
26- 35 tahun	2	1,5%
36- 45 tahun	13	9,5%
46- 55 tahun	44	32,1%
56- 65 tahun	31	22,6%
>65 tahun	44	32,1%
Jenis Kelamin		
Laki- laki	53	38,7%
Perempuan	84	61,3%
Pendidikan		
SD	19	13,9%
SMP	11	8,0%
SMA	81	59,1%
Diploma	2	1,5%
Sarjana	24	17,5%
Lama Menderita		
1- <5 tahun	80	58,4%
≥ 5 tahun	57	41,6%
Total	137	100%

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden berdasarkan umur terbanyak adalah pada rentang 46-55 tahun dan >65 tahun yaitu sebanyak 44 (32,1%) responden. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan yaitu sebanyak 84 (61,3%) responden. Karakteristik

responden berdasarkan pendidikan terbanyak adalah SMA yaitu sebanyak 81 (59,1%) responden dan Karakteristik responden berdasarkan lama menderita terbanyak adalah pada rentang 1- >5 tahun yaitu sebanyak 80 (58,4%) responden.

Tabel 2. Pengetahuan, *Self Efficacy*, *Health Literacy*, Dukungan Sosial, dan *Self Care Management* Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi tahun 2025

Pengetahuan	<i>f</i>	%
Rendah	37	27%
Sedang	84	61,3%
Tinggi	16	11,7%
<i>Self Efficacy</i>	<i>f</i>	%
Rendah	29	21,2%
Sedang	49	35,8%
Tinggi	59	43,1%
<i>Health Literacy</i>	<i>f</i>	%
Tidak memadai	42	30,7%
Bermasalah	21	15,3%
Cukup	21	15,3%
Tinggi	53	38,7%
Dukungan Sosial	<i>f</i>	%
Rendah	2	1,5%
Cukup	60	43,8%
Tinggi	75	54,7%
<i>Self care management</i>	<i>f</i>	%
Buruk	60	43,8%
Baik	77	56,2%

Tabel 2 menunjukkan pengetahuan pasien diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangan Kota Bukittinggi dari 137 orang responden, sebagian besar memiliki pengetahuan sedang yaitu sebanyak 84 (61,3%) responden, *self efficacy* tinggi

yaitu sebanyak 59 (43,1%) responden, *health literacy* tinggi yaitu sebanyak 53 (38,7%) responden, dukungan sosial tinggi yaitu sebanyak 75 (54,7%) responden dan *self care management* baik yaitu sebanyak 77 (56,2%) responden.

Tabel 3. Hasil Analisis Faktor-Faktor yang berhubungan dengan *Self Care Management* Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangan Kota Bukittinggi

Variabel	Self Care Management				Total		p-value	Koefisien Korelasi (r)
	Buruk		Baik					
	f	%	f	%	f	%		
Pengetahuan								
• Rendah	31	83,8	6	16,2	37	100	0,000	0,536
• Sedang	29	34,5	55	65,5	84	100		
• Tinggi	0	0,0	16	100,0	16	100		
Self Efficacy								
• Rendah	29	100	0	0,0	29	100	0,000	0,704
• Sedang	26	53,1	23	46,9	49	100		
• Tinggi	5	8,5	54	91,5	59	100		
Health Literacy								
• Tidak memadai	42	100,0	0	0,0	42	100	0,000	0,884
• Bermasalah	17	81,0	4	19,0	21	100		
• Cukup	1	4,8	20	95,2	21	100		
• Tinggi	0	0,0	53	100,0	53	100		
Dukungan Sosial								
• Rendah	2	100,0	0	0,0	2	100	0,000	0,966
• Cukup	58	96,7	2	3,3	60	100		
• Tinggi	0	0,0	75	100,0	75	100		

Tabel 3 menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan positif antara pengetahuan, *self efficacy*, *health literacy*, dan dukungan sosial dengan *self care management* pada pasien

DM di wilayah kerja Puskesmas Mandiangan Kota Bukittinggi.

PEMBAHASAN

Penelitian di Puskesmas Mandiangan Kota Bukittinggi tahun 2025 menemukan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus memiliki pengetahuan sedang (61,3%), sementara yang berpengetahuan tinggi hanya 11,7% dan rendah 27,0%. Hasil ini sejalan dengan penelitian Saqila & Muflihatin (2021) di Puskesmas Palaran Kota Samarinda yang juga menunjukkan mayoritas pasien berada pada kategori sedang (52,0%), namun berbeda dengan penelitian (Setya, 2023) di RS Mardi Rahayu Kudus yang menemukan pengetahuan pasien terbanyak pada kategori baik (49,2%). Tingkat pengetahuan pasien dipengaruhi oleh usia dan pendidikan, di mana usia lanjut cenderung mengalami penurunan daya ingat, sementara pendidikan menengah hanya

memungkinkan pemahaman dasar tentang perawatan diabetes.

Menurut Notoatmodjo, pengetahuan merupakan hasil dari penginderaan yang menjadi dasar perilaku kesehatan seseorang. Hasil kuesioner juga menunjukkan bahwa pasien lebih memahami aspek praktis, seperti kadar gula darah puasa, peredaran darah, serta perawatan luka dan kuku, dibanding aspek konseptual seperti penyebab diabetes, gejala hiperglikemia dan hipoglikemia, serta pentingnya olahraga. Kondisi ini menunjukkan perlunya edukasi kesehatan yang lebih menekankan pemahaman menyeluruh, baik dari sisi praktis maupun fisiologis, agar pasien dapat mengelola diabetes mellitus dengan lebih optimal (Huzaimah & Filani, 2023).

Pengetahuan pada kategori sedang memberikan manfaat nyata dalam kehidupan sehari-hari pasien diabetes mellitus, terutama dalam kemampuan menjalankan perawatan dasar secara mandiri. Pasien dengan tingkat pengetahuan sedang umumnya telah memahami praktik penting seperti memantau kadar gula darah, menjaga kebersihan kaki, merawat luka kecil, serta mengatur pola makan sederhana, sehingga dapat membantu mencegah komplikasi akut seperti infeksi luka dan hiperglikemia berat (Huzaimah & Filani, 2023). Pengetahuan yang cukup juga memungkinkan pasien mengenali tanda awal perubahan kondisi tubuh dan mendorong mereka segera mencari pertolongan medis ketika diperlukan (American Diabetes Association, 2024). Selain itu, pemahaman praktis yang dimiliki dapat meningkatkan kepatuhan terhadap terapi dan kontrol rutin, sehingga kualitas hidup pasien tetap terjaga dan aktivitas sehari-hari dapat dilakukan secara lebih mandiri (Powers et al., 2020).

Penelitian di Puskesmas Mandiangan Kota Bukittinggi tahun 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus memiliki *self-efficacy* tinggi (43,1%), diikuti kategori sedang (35,8%), dan rendah (27,0%), yang berarti mayoritas pasien cukup percaya diri dalam mengelola penyakitnya. Hasil ini sejalan dengan penelitian Fathimatuzzuhra et al (2024) yang melaporkan 85% pasien memiliki *self-efficacy* tinggi, tetapi berbeda dengan temuan Akiko & Annisa, (2020) yang justru menemukan sebagian besar responden berada pada kategori sedang (59,2%). Menurut Bandura (1994), *self-efficacy* merupakan keyakinan individu atas kemampuannya dalam menghadapi situasi, mengendalikan diri, dan mencapai tujuan. Tingginya *self-efficacy* terbukti mampu menurunkan stres dan kecemasan serta meningkatkan motivasi dalam menjalankan manajemen diri (Pasca et al., 2020). Hasil analisis kuesioner menunjukkan bahwa responden lebih yakin pada aspek praktis seperti menjaga pola makan, memilih makanan, dan membagi makanan dengan orang lain, meskipun masih ada keraguan pada indikator olahraga dan pencegahan

hipoglikemia. Faktor jenis kelamin juga berpengaruh, karena mayoritas responden perempuan yang umumnya lebih memiliki motivasi, perhatian, serta keterampilan perawatan diri, sesuai dengan temuan Munir & Solissa (2021) yang menyatakan perempuan cenderung memiliki *self-efficacy* lebih tinggi dibandingkan laki-laki.

Penelitian di Puskesmas Mandiangan Kota Bukittinggi tahun 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus memiliki tingkat *health literacy* tinggi (38,7%), sedangkan kategori cukup dan bermasalah 15,3% serta tidak memadai 30,7%, sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas pasien berada pada kategori tinggi. Hasil ini sejalan dengan penelitian Satri et al (2025) di Manado yang menemukan mayoritas responden memiliki literasi kesehatan tinggi (92,9%), namun berbeda dengan temuan Maymunah et al (2023) yang melaporkan sebagian besar pasien memiliki literasi kesehatan memadai (93,1%). *Health literacy* merupakan kemampuan individu dalam memahami, mengakses, dan menggunakan informasi kesehatan, mulai dari membaca label obat hingga mengambil keputusan medis yang tepat (Kanda & Tango, 2022). Analisis kuesioner menunjukkan pasien lebih mudah memahami informasi praktis seperti mencari informasi hidup sehat, mengetahui sumber bantuan profesional, dan memahami nasihat keluarga, tetapi masih lemah dalam aspek kompleks seperti mengevaluasi manfaat pengobatan, kesehatan mental, serta kepatuhan pada anjuran dokter. Tingginya literasi kesehatan pada penelitian ini diduga dipengaruhi keterlibatan pasien dalam kegiatan posyandu lansia yang rutin memberikan edukasi kesehatan, sehingga pasien mampu mengakses, menyaring, dan menerapkan informasi kesehatan sesuai kebutuhan sehari-hari.

Penelitian di Puskesmas Mandiangan Kota Bukittinggi tahun 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus memiliki dukungan sosial tinggi (54,7%), diikuti kategori cukup (43,8%) dan rendah (1,5%), sehingga dapat disimpulkan

mayoritas pasien memperoleh dukungan sosial yang baik. Hasil ini sejalan dengan penelitian Wira Kusuma et al (2022) yang menemukan lebih dari separuh responden memiliki dukungan sosial tinggi (50,6%), namun berbeda dengan penelitian Dewi et al (2024) yang melaporkan mayoritas pasien justru berada pada kategori sedang (38,6%). Dukungan sosial sendiri mencakup kasih sayang, kepercayaan, bantuan praktis, hingga pemberian informasi yang berperan penting dalam meningkatkan *self-care management* serta memperkuat keyakinan diri pasien (Pasca et al., 2020).

Secara teori, dukungan sosial merupakan sumber daya interpersonal yang membantu individu menghadapi penyakit dan meningkatkan perilaku perawatan diri. Menurut House, dukungan sosial terdiri dari empat bentuk utama. Dukungan emosional berupa kasih sayang, empati, dan perhatian yang membuat pasien merasa diperhatikan dan tidak sendirian. Dukungan penghargaan (appraisal) berupa motivasi dan penguatan positif yang meningkatkan rasa percaya diri dan *self-efficacy* pasien. Dukungan instrumental merupakan bantuan nyata seperti membantu menyiapkan makanan sesuai diet, mengantar kontrol, atau membantu aktivitas sehari-hari. Dukungan informasional berupa pemberian nasihat dan edukasi kesehatan yang membantu pasien memahami penyakit dan cara perawatannya. Keempat bentuk dukungan ini berperan penting dalam meningkatkan *self-care management*, kepatuhan terapi, serta kualitas hidup pasien (House, 1981).

Analisis kuesioner menunjukkan dukungan tertinggi berasal dari keluarga, seperti adanya orang istimewa yang siap membantu saat dibutuhkan (81,0%) dan kesediaan keluarga dalam berbagi keputusan (58,4%), sedangkan dukungan terendah berasal dari teman sebaya. Hal ini mengindikasikan bahwa pasien lebih banyak mengandalkan dukungan keluarga dibanding lingkungan sosial lainnya. Dukungan sosial yang memadai diyakini memberi motivasi, rasa aman, dan kemudahan dalam pengelolaan kesehatan sehari-hari, terutama

bagi pasien yang sudah lama menderita diabetes, sehingga dapat berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan manajemen diri dan kualitas hidup secara keseluruhan (Pasca et al., 2020).

Penelitian di Puskesmas Mandiingin Kota Bukittinggi tahun 2025 menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus memiliki *self-care management* baik (54,7%), meskipun masih ada yang tergolong buruk (43,8%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Kurniawati (2023) yang menemukan mayoritas responden (85,0%) memiliki *self-care management* baik, namun berbeda dengan Dewi (2024) yang melaporkan sebagian besar pasien justru berada pada kategori kurang. Berdasarkan teori perawatan diri Orem, kemampuan *self-care* merupakan kunci dalam mengelola penyakit kronis, termasuk diabetes, yang mencakup pemantauan gula darah, pola makan, pengobatan, aktivitas fisik, dan perawatan kaki (Marzel, 2020). Analisis kuesioner memperlihatkan indikator tertinggi terdapat pada perawatan kaki dan kepatuhan minum obat, sedangkan indikator terendah pada pengaturan diet, aktivitas fisik, dan pemeriksaan gula darah rutin. Tingginya kepatuhan dalam aspek pengobatan dan perawatan kaki diduga karena edukasi tenaga kesehatan serta rasa khawatir pasien terhadap komplikasi, terutama pada penderita yang baru terdiagnosis kurang dari lima tahun sehingga masih memiliki motivasi tinggi (Putri et al., 2013). Sebaliknya, lemahnya pengelolaan diet, aktivitas fisik, dan monitoring gula darah lebih banyak dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran, pengetahuan, serta keterbatasan akses, pasien cenderung patuh dalam pengobatan namun masih rendah dalam perubahan gaya hidup sehat (Kurniawati & NA, 2023).

Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini terdapat ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan *self care management* pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Mandiingin Kota Bukittinggi dengan nilai $p = 0,000$ dan $r = 0,536$ yang artinya kekuatan korelasi sedang. Sejalan dengan penelitian yang telah

dilakukan oleh Ummah (2020) tentang hubungan pengetahuan dengan manajemen diri pasien DM, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan manajemen diri pada pasien DM.

Tingkat pengetahuan seseorang yang semakin tinggi maka akan semakin mudah orang tersebut menerima informasi, sehingga memiliki pemahaman yang baik akan pentingnya perawatan diri dan memiliki keterampilan mengelola diri. Pengetahuan tentang diabetes mellitus sebagai sarana untuk membantu pasien dalam menjalankan perannya dalam perawatan diabetes, sehingga semakin baik pengetahuan akan semakin meningkatkan perannya dalam perawatan dan pencegahan diabetes mellitus (Setya, 2023).

Hasil ini sejalan dengan penelitian Saqila dan Muflihatin (2021) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dengan manajemen diri pada pasien diabetes mellitus tipe II, di mana pasien dengan pengetahuan lebih baik cenderung memiliki kemampuan *self-care management* yang lebih optimal. Selain itu, penelitian Huzaimah dan Filani (2023) juga menyatakan bahwa pengetahuan yang baik berhubungan dengan *self care management* yang lebih efektif pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Secara teoritis, pengetahuan merupakan domain kognitif yang menjadi dasar terbentuknya perilaku kesehatan, sehingga peningkatan pengetahuan akan mendorong perubahan sikap dan praktik perawatan diri secara berkelanjutan.

Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan *self care management* pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi dengan nilai $p=0,000$ dan $r=0,704$ yang artinya kekuatan korelasi kuat. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Akiko & Annisa (2020) yang mendapatkan hasil bahwa ada hubungan *self efficacy* dengan manajemen diri pada pasien DM tipe 2.

Self-efficacy berperan dalam memprediksi peningkatan kemampuan

manajemen diri. Individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi cenderung berusaha mencapai tujuan tertentu meskipun menghadapi berbagai tantangan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa program edukasi manajemen mandiri diabetes yang didasarkan pada teori *self-efficacy* dapat membantu meningkatkan kemampuan pasien dalam mengelola diabetes serta menunda munculnya komplikasi. *Self-efficacy* memiliki peran penting dalam mendorong perubahan perilaku kesehatan, termasuk dalam kepatuhan terhadap pengobatan dan pola makan pada penderita diabetes. Semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seseorang, semakin bagus pula perilaku kesehatannya (Munir & Solissa, 2021).

Self-efficacy merupakan faktor penting dalam keberhasilan manajemen diri pada pasien diabetes karena memengaruhi keyakinan individu dalam menjalankan pengobatan, mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, serta memantau kadar glukosa darah secara mandiri. Seperti penelitian Qin et al (2020) menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan prediktor signifikan terhadap keberhasilan diabetes *self-care management* karena meningkatkan kepercayaan diri pasien dalam melakukan perawatan secara konsisten. Selain itu, Puspita dan Wijayanti (2024) juga menyatakan bahwa *self-efficacy* yang tinggi berhubungan dengan *self-care management* yang lebih baik serta kualitas hidup yang lebih optimal. Dengan demikian, semakin tinggi *self-efficacy* seseorang, semakin baik pula perilaku kesehatan dan kemampuan pengelolaan penyakitnya.

Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *health literacy* dengan *self care management* pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi dengan nilai $p=0,000$ dan $r=0,884$ yang artinya kekuatan korelasi sangat kuat.

Health literacy dan perawatan diri yang baik dapat dikaitkan dengan lamanya menderita diabetes mellitus. Namun, responden dengan literasi kesehatan yang

kurang baik dan manajemen diri yang kurang baik disebabkan oleh rendahnya tingkat pendidikan dan pengetahuan, sehingga dampaknya terhadap perawatan diri penderita menjadi kurang optimal dan berpotensi menyebabkan penyakit diabetes melitus tipe 2 semakin parah seiring berjalannya waktu (Ulfa et al., 2024).

Health literacy yang tinggi meningkatkan *self care management* karena memungkinkan pasien memperoleh, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan secara tepat dalam kehidupan sehari-hari. Pasien dengan *health literacy* baik lebih mampu memahami instruksi tenaga kesehatan, pengobatan, diet, aktivitas fisik, dan pemantauan kondisi penyakit sehingga dapat mengambil keputusan yang tepat. Pemahaman ini meningkatkan persepsi risiko dan *self-efficacy*, yang mendorong perubahan perilaku kesehatan seperti kepatuhan terapi, pengaturan pola makan, aktivitas fisik teratur, serta pemantauan mandiri, sehingga *self-management* menjadi lebih optimal, kualitas hidup meningkat, dan risiko komplikasi dapat dicegah (Dinh & Bonner, 2023).

Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini terdapat ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *self care management* pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi dengan nilai $p=0,000$ dan $r=0,966$ yang artinya kekuatan korelasi sangat kuat. Sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Dewi et al (2024) tentang Hubungan Dukungan Sosial dengan Diabetes *Self Care Management* Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.

Dukungan sosial dapat membantu seseorang dalam mengelola kesehatannya secara mandiri (*self care management*) serta berkontribusi pada penguatan keyakinan diri. Dalam konteks diabetes melitus, dukungan sosial berperan dalam meningkatkan kemampuan manajemen diri, membantu pengendalian kadar glukosa darah, serta

berkontribusi dalam menjaga kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan (Pasca et al., 2020).

Dukungan sosial berperan penting dalam meningkatkan *self care management* karena memberikan dukungan emosional, informasi, dan bantuan nyata yang membantu pasien menjalankan perawatan diri secara konsisten. Pada pasien diabetes mellitus, dukungan dari keluarga, teman, dan tenaga kesehatan dapat mengurangi stres serta meningkatkan motivasi untuk mematuhi pengobatan dan perubahan gaya hidup. Dukungan emosional menumbuhkan rasa aman, dukungan informasional meningkatkan pemahaman tentang penyakit dan pengelolaannya, dukungan instrumental mempermudah pelaksanaan perawatan, dan dukungan penghargaan meningkatkan *self-efficacy*, sehingga mendorong perilaku kesehatan yang konsisten dan meningkatkan kualitas hidup pasien (Pascoe et al., 2020)

Penelitian ini didasarkan bahwa pengetahuan, *self-efficacy*, *health literacy*, dan dukungan sosial memiliki peran penting dalam memengaruhi *self care management* pasien diabetes mellitus. Semakin tinggi pengetahuan pasien, semakin baik pemahaman mereka terhadap pentingnya perawatan diri, yang diperkuat dengan keyakinan diri (*self-efficacy*) untuk mampu mengelola penyakitnya secara mandiri. Tingkat literasi kesehatan yang baik akan memudahkan pasien dalam mengakses, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan untuk membuat keputusan yang tepat, sedangkan dukungan sosial dari keluarga maupun lingkungan sekitar akan meningkatkan motivasi serta kepatuhan pasien dalam menjalankan perawatan. Dengan demikian, keempat faktor tersebut diasumsikan saling berkaitan dan berkontribusi positif terhadap kemampuan pasien diabetes mellitus dalam melakukan *self care management*.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden penderita diabetes

mellitus di wilayah kerja Puskesmas Mandiangin berusia 45–55 tahun dan >65

tahun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan, berpendidikan SMA, serta memiliki lama menderita 1–<5 tahun. Sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan sedang, memiliki *self efficacy* tinggi, *health literacy* tinggi, dukungan sosial tinggi, dan *self-care management* baik.

Mayoritas pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Mandiangin memiliki pengetahuan yang berada pada kategori pengetahuan sedang yaitu sebanyak 84 (61,3%) responden, *self efficacy* berada pada kategori *self efficacy* tinggi yaitu sebanyak 59 (43,1%) responden, *health literacy* berada pada kategori *health literacy* tinggi yaitu sebanyak 53 (38,7%) responden, dukungan sosial berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 75 (54,7%) responden, dan *self care management* pasien diabetes mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi berada pada kategori *self care management* baik yaitu sebanyak 77 (56,2%) responden.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan, *self efficacy*, *health literacy*, dan dukungan sosial dengan *self-care management* pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan, keyakinan diri, literasi

kesehatan, dan dukungan sosial, maka semakin baik pula kemampuan pasien dalam melakukan perawatan mandiri.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar Puskesmas Mandiangin meningkatkan upaya edukasi untuk meningkatkan pengetahuan pasien diabetes mellitus, karena pengetahuan yang lebih tinggi berkaitan dengan *self-care management* yang lebih baik. Selain itu, intervensi yang bertujuan memperkuat *self-efficacy*, *health literacy*, dan dukungan sosial pasien perlu terus ditingkatkan, mengingat keempat faktor tersebut berhubungan positif dengan kemampuan pasien dalam melakukan perawatan mandiri. Keterlibatan keluarga dan orang sekitar juga sebaiknya dipertahankan untuk mendukung praktik *self-care management* yang optimal. Selanjutnya, pelayanan kesehatan disarankan untuk mengembangkan program edukasi yang terstruktur, berkelanjutan, dan berbasis kebutuhan pasien, seperti kelas diabetes atau konseling rutin yang melibatkan keluarga. Tenaga kesehatan juga diharapkan melakukan pemantauan berkala, memberikan edukasi dengan metode yang komunikatif dan sesuai tingkat literasi pasien, serta mendorong pendekatan kolaboratif dalam perencanaan perawatan guna meningkatkan kepatuhan, kemandirian dan pencegahan komplikasi jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

- Akiko, T., & Annisa, N. (2020). *Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 : Literature Review Naskah Publikasi*.
- American Diabetes Association. (2024). Standards Of Care In Diabetes-2024. *Diabetes Care*, 47(Supplement 1), S1–S350. <https://doi.org/10.2337/dc24-sint>
- Dewi Rury Arindaril, Dessy Suswitha2, Sri Mulia Sari3, S. M. (2024). *HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN DIABETES SELF MANAGEMENT PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2. XIV(2)*, 79–88. <https://doi.org/10.52395/jkjims.v14i2.449>
- Dinh, T. T. H., & Bonner, A. (2023). Exploring The Relationships Between Health Literacy, Social Support, Self-Efficacy And Self-Management In Adults With Multiple Chronic Diseases. *BMC Health Services Research*, 23, 923. <https://doi.org/10.1186/s12913-023-09907-5>
- Fathimatuzzuhra, R., Ridwan, A., & Mulyati, D. (2024). Self Efficacy Manajemen Diabetes Mellitus Pada Peserta Prolanis Di Kota Banda Aceh. *Idea Nursing Journal*, XV(1), 1–10.
- House, J. S. (1981). *Work Stress And Social Support*. Addison-Wesley.
- Huzaimah, N., & Filani, A. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Self Care Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Selama Pandemi Di Desa Kalianget Barat The Relationship Between Knowledge And Attitude With Self Care Behavior In Type 2 Diabetes Mellitus Patients During The. *JURNAL Pikes Penelitian Ilmu Kesehatan Vol*, 4(1), 35–46.

- Huzaimah, N., & Filani, A. (2023). Edukasi Perawatan Mandiri Pada Pasien Diabetes Mellitus Dalam Mencegah Komplikasi. *Jurnal Keperawatan Klinis Indonesia*, 6(2), 85–92. <https://doi.org/10.37430/Jkki.V6i2.214>
- Huzaimah, N., & Filani, A. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Self Care Management Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Selama Pandemi Di Desa Kalianget Barat. *Jurnal Pikes: Penelitian Ilmu Kesehatan*, 4(1), 35–46.
- Kanda, R. L., & Tanggo, W. D. (2022). Program Studi Sarjana Keperawatan Dan Ners Sekolah Tinggi Kesehatan Stella Maris Makassar 2022. In *Jurnal Stella Maris Makassar 2022*.
- Kurniawati, N., & NA, I. (2023). Hubungan Perilaku Self Management Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022. *Afiat*, 9(1), 73–84. <https://doi.org/10.34005/afiat.v9i01.2238>
- Marzel, 2021. (2020). Perilaku Mangemen Selfcare Pada Diabetes Melitus II. *Jurnal Keperawatan Poltekkes Denpasar*, 8–22.
- Maymunah, F. A., Studi, P., Keperawatan, I., & Kesehatan, F. I. (2023). *Hubungan Health Literacy Dengan Penerapan Self Care Management Pada Pasien Diabetes*. 7(2), 655–661.
- Munir, N. W., & Solissa, M. D. (2021). Hubungan Self-Efficacy Dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(1), 9. <https://doi.org/10.52020/Jkwgi.V5i1.1972>
- Pasca, P., Fakultas, S., Keperawatan, I., & Jakarta, U. I. (2020). *ANALISIS FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN ANALISIS FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN*.
- Pascoe, M. C., Bailey, A. P., & Craike, M. (2020). Social Support And Health Behavior Change: A Systematic Review And Meta-Analysis. *American Journal Of Health Promotion*, 34(5), 545–553. <https://doi.org/10.1177/0890117119899184>
- Powers, M. A., Bardsley, J. K., Cypress, M., Et Al. (2020). Diabetes Self-Management Education And Support In Adults With Type 2 Diabetes: A Consensus Report. *Diabetes Care*, 43(7), 1636–1649. <https://doi.org/10.2337/dci20-0023>
- Puspita, W. G., & Wijayanti, A. C. (2024). The Relationship Between Self-Efficacy And Self-Care Management With The Quality Of Life Of Patients With Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 258–271. <https://doi.org/10.26553/jikm.2024.15.2.258-271>
- Putri, D. S. R., Yudianto, K., & Kurniawan, T. (2013). Perilaku Self-Management Pasien Diabetes Melitus (DM) Self-Management Behaviour Of Patient With Diabetes Mellitus (DM). *Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran*, 1(April 2013), 30. <https://doi.org/10.24198/jkp.v1i1.49>
- Qin, W., Blanchette, J. E., & Yoon, M. (2020). Self-Efficacy And Diabetes Self-Management In Middle-Aged And Older Adults In The United States: A Systematic Review. *Diabetes Spectrum*, 33(4), 315–323. <https://doi.org/10.2337/ds19-0051>
- Saqila, R. L., & 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), 872–878. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/1546>
- Satri Maya Manariangkuba*1, Muhamad Nurmansyah2, A. A. W. (2025). *THE RELATIONSHIP BETWEEN HEALTH LITERACY AND SELF-CARE MANAGEMENT OF*. 03(01), 1–8.
- Setya, D. (2023). *Hubungan Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus Dengan Peran Diri Pasien Diabetes Melitus Di Rs Mardi Rahayu Kudus*. 4(2), 461–470.
- Ulfa, H. Z., Wardoyo, E., & Yudha, M. B. (2024). *Jurnal Kesehatan Republik Indonesia Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Bunut*. 1(2), 23–31.
- Ummah, M. S. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan self-Management pada Pasien Diabetes Mellitus Di Poliklinik RSI Sultan Agung Semarang. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. <http://doi.org/10.1016/J>
- Wira Kusuma Putra Komang Putri Suari, P., Studi, P. S., & Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali, K. (2022). Hubungan Self Efficacy Dan Dukungan Sosial Terhadap Self Care Management Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii. *Komang Putri Suari / Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1), 51–59.