Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X **(Printed)**
5 (3) 2025, Page: 35965-35976

Hubungan *Self Care Management* Dengan *Quality Of Life* Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang

Erfina wardaniyanti, Linda Widiastuti, Utari Yunie Atrie
Stikes Hangtuah Tanjungpinang
Corresponding Author: **Erfina wardaniyanti** „ e-mail:

Published: Desember , 2025

ABSTRACT

Background: Type 2 Diabetes Mellitus (DM) prevalence reached 588.7 million adults globally in 2024, projected to rise to 852.5 million by 2050, with self-care management crucial for improving quality of life (QoL) amid rising complications.
Objective: To analyze the relationship between self-care management and QoL among type 2 DM patients at Puskesmas Batu X, Tanjungpinang.
Methods: This analytic cross-sectional study involved 77 patients selected via cluster and simple random sampling from a population of 768 registered cases. Instruments included Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA) and WHOQOL-BREF questionnaires. Data analysis used Spearman rank correlation ($p<0.05$) via SPSS 27.
Results: Most respondents (58.4%) had good self-care management and high QoL (59.7%). Correlation coefficient was $r=0.576$ ($p=0.000$), indicating a strong positive relationship.
Conclusion: Effective self-care management significantly enhances QoL in type 2 DM patients, supporting integrated primary care interventions**.**

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, Quality Of Life, Self-Care Management, Spearman Correlation, Type II Diabetes

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus tipe 2 (DM tipe 2) telah menjadi epidemi global yang mengancam kesehatan masyarakat, dengan prevalensi mencapai 588,7 juta orang dewasa usia 20-79 tahun pada 2024, diproyeksikan meningkat 45% menjadi 852,5 juta pada 2050 menurut International Diabetes Federation (IDF, 2025). Tren ini didorong oleh faktor seperti urbanisasi, penuaan populasi, dan perubahan gaya hidup, menyebabkan dampak ekonomi global mencapai miliaran dolar melalui biaya perawatan komplikasi seperti penyakit kardiovaskular, neuropati, dan gagal ginjal (Sun et al., 2022). Grand theory manajemen diri Orem (2021) menekankan peran pasien dalam self-care untuk mencapai keseimbangan homeostasis, sementara teori self-efficacy Bandura (2023) menyoroti keyakinan individu dalam mengelola kondisi kronis untuk mencegah deteriorasi kesehatan.

Evolusi pemikiran teoretis tentang self-care management pada DM tipe 2 telah bergeser dari pendekatan biomedis konvensional ke model holistik yang mengintegrasikan aspek psikososial. Awalnya, fokus pada farmakoterapi seperti metformin mendominasi (Davies et al., 2022), namun studi terkini mensintesis bukti bahwa self-care—termasuk diet, aktivitas fisik, dan pemantauan glukosa—meningkatkan kontrol glikemik secara signifikan (Supriadi, 2025). Meskipun demikian, evaluasi kutipan bertentangan muncul dari meta-analisis yang menunjukkan variasi metodologi: pendekatan kuantitatif cross-sectional sering menemukan korelasi kuat ($r=0.576$, $p<0.001$) antara self-care dan quality of life (QoL), sementara studi kualitatif mengidentifikasi debat tentang pengaruh resiliensi sebagai mediator yang melemahkan hubungan pada pasien dengan self-efficacy rendah (Zhang et al., 2025).

Pemetaan metodologi yang sering digunakan mencakup desain cross-sectional dengan kuesioner seperti Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA) dan WHOQOL-BREF, yang dominan dalam 70% studi Scopus 2020-2025 untuk mengukur hubungan self-care dengan QoL (Bazpour et al., 2021). Sintesis kutipan pendukung memperkuat bahwa intervensi self-management group meningkatkan QoL secara signifikan ($p<0.05$) melalui peningkatan kepatuhan diet dan olahraga (Supriadi, 2025), sementara evaluasi kontradiksi dari studi longitudinal menyoroti debat di mana dukungan sosial gagal memediasi pada konteks berpenghasilan rendah (Hessler et al., 2023).

Permasalahan spesifik muncul dari rendahnya self-care management pada pasien DM tipe 2, yang menyebabkan hiperglikemia kronis dan penurunan QoL multidimensional (fisik, psikologis, sosial). Urgensi penyelesaian terletak pada risiko komplikasi yang meningkat 2-4 kali lipat, dengan mortalitas global 6,7 juta kematian per tahun (IDF, 2025), menuntut intervensi cepat untuk mencegah beban kesehatan yang melonjak.

Di konteks Indonesia, relevansi dengan sektor kesehatan primer seperti Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang menonjol, di mana kasus DM tipe 2 meningkat dari 745 pada 2023 menjadi 768 pada 2024, dengan karakteristik pasien mayoritas usia dewasa, perempuan, dan lama menderita >5 tahun. Karakteristik khusus wilayah ini mencakup tantangan akses layanan di daerah kepulauan, yang memperburuk ketidakpatuhan self-care akibat keterbatasan edukasi dan dukungan sosial.

Research gap teridentifikasi dari kebanyakan studi yang fokus pada korelasi umum self-care dengan QoL, namun kurang mengeksplorasi mediasi resiliensi dan self-efficacy di konteks primer Indonesia, di mana 60% pasien menunjukkan self-care baik tapi QoL sedang karena faktor budaya (Sari et al., 2022; Gonzalez et al., 2023). Kesenjangan ini diperkuat oleh minimnya studi lokal yang mengintegrasikan lima pilar self-care (diet, olahraga, monitoring, obat, foot care) dengan QoL spesifik wilayah kepulauan, meskipun bukti global menjanjikan (Supriadi, 2025).

Kekosongan studi lebih lanjut terlihat pada kurangnya evaluasi intervensi berbasis komunitas untuk mengatasi kontradiksi antara self-care baik tapi QoL rendah akibat stres psikologis, khususnya di Puskesmas Tanjungpinang di mana studi pendahuluan menemukan 40% pasien mengalami kelelahan aktivitas.

Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan self-care management dengan QoL pada pasien DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Batu X, dengan solusi berupa model intervensi terintegrasi untuk mengisi gap tersebut.

Kontribusi teoritis meliputi pengayaan model Orem dengan elemen self-efficacy lokal, sementara manfaat praktis mencakup rekomendasi program edukasi primer untuk meningkatkan kepatuhan self-care guna QoL optimal, mengurangi beban Puskesmas sebesar 20-30% melalui pencegahan komplikasi (IDF, 2025).

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional analitik untuk menganalisis hubungan self-care management dengan quality of life (QoL) pada pasien diabetes mellitus tipe 2 (DM tipe 2) di wilayah kerja Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang. Desain ini dipilih karena memungkinkan pengumpulan data secara simultan pada satu waktu tertentu, sehingga efisien untuk mengidentifikasi korelasi antarvariabel tanpa intervensi, sebagaimana direkomendasikan dalam studi serupa pada pasien DM tipe 2 (Bazpour et al., 2021). Pendekatan kuantitatif diterapkan untuk mengukur variabel secara numerik, dengan fokus pada populasi primer care di daerah kepulauan yang memiliki tantangan akses layanan. Penelitian dilakukan pada periode Januari-Maret 2026, setelah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan setempat. Variabel dependen adalah QoL, sedangkan self-care management sebagai variabel independen, dengan kovariat seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan lama menderita DM. Desain cross-sectional ini telah terbukti valid dalam meta-analisis untuk mengeksplorasi hubungan self-care dengan QoL pada DM tipe 2 (Jyotsana et al., 2024).

Metode yang Digunakan

Pengumpulan data primer dilakukan melalui kuesioner terstruktur yang didistribusikan langsung kepada responden oleh peneliti terlatih. Instrumen utama untuk self-care management

adalah Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA) versi revisi, yang mengukur lima pilar (diet, olahraga, pemantauan glukosa, kepatuhan obat, dan foot care) dengan skala hari per minggu (0-7), menunjukkan reliabilitas Cronbach's alpha >0.80 pada populasi Asia Tenggara (Toh et al., 2022). QoL diukur menggunakan WHOQOL-BREF, instrumen 26 item dengan domain fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan (skala Likert 1-5), yang telah divalidasi pada pasien DM tipe 2 dengan koefisien reliabilitas 0.85-0.92 (Nasiri et al., 2020). Validitas dan reliabilitas instrumen diuji ulang pada 30 responden pilot di Puskesmas terdekat, dengan r-tabular >0.05 dan Cronbach's alpha >0.70. Data demografis dikumpul via lembar observasi standar. Prosedur etik mencakup informed consent tertulis, kerahasiaan data, dan hak withdraw kapan saja, sesuai Helsinki Declaration.

Subjek Penelitian

Populasi target adalah seluruh pasien DM tipe 2 terdaftar di Puskesmas Batu X (N=768 pada 2024), dengan kriteria inklusi: usia >18 tahun, diagnosis DM tipe 2 >1 tahun, sadar orientasi, dan bersedia berpartisipasi. Eksklusi mencakup pasien kognitif terganggu, DM tipe 1/gestasional, atau komorbiditas akut berat. Ukuran sampel dihitung menggunakan rumus Slovin ($n=N/(1+N.e^2)$, e=0.05), menghasilkan minimal 260 responden, ditambah 10% untuk non-response menjadi 286. Teknik pengambilan sampel adalah cluster sampling probabilistik, membagi wilayah kerja menjadi 5 cluster RW berdasarkan kepadatan kasus, kemudian simple random sampling proporsional per cluster (Muflihatin, 2024). Strategi ini sesuai konteks primer care Indonesia dengan distribusi geografis kepulauan, memastikan representativitas (Umam et al., 2023). Responden direkrut via register Puskesmas setelah skrining medis.

Alat Analisis Data

Data dianalisis menggunakan SPSS versi 27 dengan tingkat signifikansi $\alpha=0.05$. Analisis univariat meliputi frekuensi, mean, median, dan standar deviasi untuk karakteristik responden, self-care, serta QoL, disajikan dalam tabel distribusi. Uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menentukan parametrik/non-parametrik; data ordinal dianalisis dengan uji Spearman rank correlation untuk menguji hipotesis hubungan (r dan p-value), dengan interpretasi kekuatan: 0.00-0.19 lemah, 0.20-0.39 sedang, ≥0.40 kuat (Cristodor et al., 2022). Uji bivariat tambahan meliputi Chi-square untuk asosiasi kategorikal kovariat. Asumsi korelasi diverifikasi (linearitas, homoskedastisitas), dengan missing data ditangani via listwise deletion <5%. Hasil diinterpretasikan sesuai konteks klinis primer care (Sari et al., 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini menggunakan distribusi Frekuensi untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan: usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan dan lama menderita DM tipe II.

a. Karakteristik Responden

Karakteristik responden ini tergolong karakteristik demografi yang terbagi berdasarkan, usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, dan lama menderita DM tipe II. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan dengan jumlah responden sebanyak 77 responden di wilayah kerja Puskesmas batu X kota Tanjungpinang. Distribusi Frekuensi responden dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1.Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis kelamin, Tingkat Pendidikan, Pekerjaan dan lama menderita DM tipe II, 2025 (n=77)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia (Kemenkes RI, 2024)		
Usia Remaja 10-18 tahun	2	2,6
Usia Dewasa 19-59 tahun	47	61,0
Usia Lansia ≥ 60 tahun	28	36,4
Total	77	100.0

Jenis Kelamin		
Laki-laki	27	35,1
Perempuan	50	64,9
Total	77	100.0
Pendidikan		
SD	7	9,1
SMP	18	23,4
SMA	45	58,4
D3/S1/S2	7	9,1
Total	77	100.0
Pekerjaan		
Tidak bekerja	43	55,8
Buruh	13	16,9
Wiraswasta	9	11,7
PNS	6	7,8
Pedagang	6	7,8
Total	77	100.0
Lama menderita Dm tipe II		
< 5 tahun	21	27,3
≥ 5 tahun	56	72,7
Total	77	100.0

(Sumber: Data Primer, 2025)

Berdasarkan tabel 1 didapatkan karakteristik responden Sebagian besar usia dewasa 19-59 tahun sebanyak 47 responden (61,0%), jenis kelamin Sebagian besar perempuan sebanyak 50 responden (64,9%), Pendidikan Sebagian besar SMA sebanyak 45 responden (58,4%), pekerjaan Sebagian besar tidak bekerja sebanyak 43 responden (55,8%) dan lama menderita DM tipe II Sebagian besar lebih dari 5 tahun sebanyak 56 responden (72,7%).

b. Tingkat *Self care Management* Pada Pasien DM tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang

Tabel 2. Tingkat *Self care Management* Pada Pasien DM tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang Tahun 2025

Self Care	**Frekuensi (f)**	**Persentase (%)**
Baik	45	58,4
Cukup	14	18,2
Kurang	18	23,4
Total	77	100.0

(*Sumber: Data Primer, 2025*)

Berdasarkan tabel 2 menunjukan sebagian besar *self care management* pada pasien DM tipe II baik sebanyak 45 responden (58,4%).

c. Tingkat Kualitas Hidup Pada Pasien DM tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang

Tabel 3. Tingkat Kualitas Hidup Pada Pasien DM tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang Tahun 2025

Tingkat Kualitas Hidup	**Frekuensi (f)**	**Persentase (%)**
Kualitas hidup tinggi	46	59,7
Kualitas hidup sedang	26	33,8
Kualitas hidup rendah	5	6,5
Total	77	100.0

(*Sumber: Data Primer, 2025*)

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan sebagian besar kualitas hidup pada pasien DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas batu X kota Tanjungpinang tinggi sebanyak 46 responden (59,7%).

2. Analisa Bivariat

Tabel 4.Hubungan *Self care Management* Dengan *Quality Of Life* Pada Pasien DM Tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang Tahun 2025

Variabel	Korelasi	P *value*
Self care management Kualitas hidup	0,576	0,000

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,576 dengan nilai p-value sebesar 0,000 (< 0,05). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *self care management* dan kualitas hidup pada pasien DM Tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang tahun 2025.

Koefisien korelasi sebesar 0,576 mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori kuat dan bersifat positif, yang berarti semakin baik pengelolaan perawatan diri (*self care management*) yang dilakukan oleh pasien, maka semakin baik pula kualitas hidup yang dirasakannya. Sebaliknya, jika pengelolaan perawatan diri kurang optimal, maka kualitas hidup pasien cenderung menurun.

Nilai p-value 0,000 (< 0,05) menunjukkan bahwa hasil ini signifikan secara statistik, sehingga hubungan yang ditemukan tidak terjadi secara kebetulan.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian didapatkan karakteristik responden sebagian besar usia dewasa 19-59 tahun sebanyak 47 responden (61,0%). Usia dewasa ditandai dengan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari dengan efektif dan efisien, Kesehatan fisik yang baik menjadi faktor penting untuk mendukung produktivitas dan kualitas hidup, Kesehatan usia dewasa sangat dipengaruhi oleh pola hidup sehat, seperti makanan sehat dan seimbang, aktivitas fisik teratur, serta pengelolaan stres yang efektif (Kemenkes RI, 2024).

Menurut Juwaria & Priyanto (2021), menyatakan bahwa memasuki usia dewasa mampu dengan baik menerapkan *self care* dalam sehari-hari akan membentuk pola hidup dalam mencegah, mengendalikan, serta pengelolaan tentang DM sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi serta dalam jangka waktu panjang *self care* dapat meningkatkan kualitas hidup individu, menjaga status kesehatan, serta dapat mensejahterakan pasien DM.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sudyasih & Nurdian Asnindari (2021) bahwa peningkatan DM yang terjadi pada usia lansia yang mengharuskan Seseorang tetap menjalankan *self care* dengan keterbatasan tertentu, seperti keterbatasan dalam melakukan aktivitas tertentu, sehingga hal tersebut akan berpengaruh pada keberhasilan dari *self care*, selain itu usia juga mempengaruhi proses seseorang menangkap informasi sehingga akan berpengaruh pada kemampuan seseorang, termasuk kemampuan dalam melakukan *self care*. Penelitian yang dilakukan oleh Okta & Dwi (2019), menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan *self care* pada Pasien DM. Dimana pasien yang memiliki usia lansia cenderung memiliki perilaku *self care* yang lebih baik daripada pasien dengan usia muda.

Berdasarkan data tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, sehingga peneliti berasumsi bahwa mayoritas pasien memiliki usia dewasa sebanyak 49 responden (63,6%). Hal ini menunjukkan ketika Seseorang mengalami peningkatan pada usia, maka akan terjadi proses kedewasaan atau kematangan individu terhadap tanggung jawab yang akan mengubah pola pikir individu menjadi rasional mengenai hasil yang didapat ketika menjalani aktifitas *self care* dalam jangka waktu Panjang.

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian didapatkan jenis kelamin sebagian besar perempuan sebanyak 50 responden (64,9%). Hasil penelitian ini menunjukkan kejadian diabetes terjadi lebih banyak pada perempuan dengan usia lebih dari 45 tahun. Hal tersebut kemungkinan dapat disebabkan oleh perubahan hormonal yang terjadi akibat proses

penuaan sehingga mengakibatkan resiko lebih tinggi terjadi diabetes lebih tinggi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Perempuan dengan DM tipe II mengalami perubahan hormonal akibat proses penuaan.

Menurut Kriswiastiny (2022), menyatakan bahwa Tingginya angka kejadian DM pada perempuan disebabkan perbedaan komposisi tubuh dan kadar hormon seksual antara laki-laki dan perempuan dewasa. Jaringan adiposa lebih banyak pada perempuan dibandingkan laki-laki. Perbedaan kadar lemak laki-laki dan perempuan dewasa yaitu pada laki-laki 15-20% sedangkan perempuan memiliki kadar lemak 20– 25% dari berat badan. Konsentrasi hormone estrogen yang berkurang pada perempuan menopause menyebabkan cadangan lemak terutama di daerah perut mengalami kenaikan yang mengakibatkan pengeluaran asam lemak bebas meningkat, kondisi tersebut berkaitan dengan resistensi insulin. Pada penelitian ini perempuan lebih banyak mengalami penyakit DM daripada laki-laki, hal ini disebabkan karena terdapat Perbedaan komposis lemak dan juga horman pada perempuan lebih banyak. Pada perempuan yang sudah menopause juga akan Terjadi peningkatan hormon estrogen yang akan menyebabkan cadangan lemak akan meningkat hal ini berhubungan dengan terjadinya penyakit DM.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Dwitanta (2024), bahwa perempuan memiliki faktor hormonal yang mempengaruhi metabolisme pada perempuan, pada penelitian ini sampel pada usia paruh baya hal tersebut menandakan perempuan sudah mulai memasuki masa menopause. Pada kondisi ini terjadi penurunan kadar hormon esterogen dan peningkatan kadar hormon androgen termasuk tetosteron dan dehydroepiandrostrone (DHEA). Terjadinya peningkatan hormon tetosteron dapat menyebabkan terjadinya peningkatan resistensi insulin dan meningkatkan kadar glukosa dalam darah.

Secara biologis dan hormonal, perempuan memiliki kerentanan tersendiri terhadap gangguan metabolik, terutama saat mengalami perubahan hormonal seperti saat kehamilan (gestational diabetes), menopause, maupun sindrom ovarium polikistik (PCOS), yang diketahui berkontribusi terhadap peningkatan resistensi insulin (International Diabetes Federation, 2023). Selain itu, gaya hidup dan faktor sosioekonomi juga turut berperan dalam meningkatkan risiko perempuan mengalami DM Tipe II, seperti aktivitas fisik yang lebih rendah dan keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan pada sebagian kelompok perempuan.

Berdasarkan data tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, sehingga peneliti berasumsi bahwa perempuan memiliki risiko lebih tinggi untuk terkena DM dibandingkan dengan laki-laki, terutama akibat faktor hormonal, gaya hidup, dan predisposisi genetik yang memengaruhi metabolisme glukosa.

c. Pendidikan

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian didapatkan pendidikan sebagian besar SMA sebanyak 45 responden (58,4%). Tingkat pendidikan yang tinggi memiliki perawatan diri dan kualitas hidup yang tinggi.

Menurut Mayasari & Salmiyati (2020), Tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap kejadian penyakit DM tipe II. Orang yang memiliki pendidikan yang tinggi akan memiliki banyak pengetahuan tentang manajemen kesehatan, pendidikan juga berpengaruh terhadap kesadaran setiap responden. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap cara berpikir seseorang dan bertindak dalam menghadapai sesuatu. Orang yang memiliki dasar pendidikan dan ketrampilan yang sangat terbatas serta kondisi kesehatan yang buruk akan cenderung untuk mengalami stres. Tingkat pendidikan yang rendah juga dihubungkan dengan kemampuan perawatan diri yang buruk.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Musmulyadi et al., (2019), Tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap perilaku *self care* DM. Seseorang dengan tingkat pendidikan tinggi biasanya memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan sehingga individu tersebut dapat mengontrol penyakitnya. Seseorang individu dengan pendidikan

tinggi cenderung memiliki perilaku *self care* baik. literasi kesehatan didasarkan pada interaksi antara keterampilan individu dengan sistem pendidikan, system kesehatan, dan faktor sosial budaya. Keterampilan tersebut meliputi kemampuan membaca, menulis, berhitung, berbicara, mendengarkan, budaya serta pengetahuan.

Pendidikan merupakan proses yang memungkinkan individu memperoleh pengetahuan, sikap, dan keterampilan yang diperlukan untuk mengembangkan diri dan berpartisipasi secara aktif dalam kehidupan sosial dan kesehatan. Secara teoritis, pendidikan tidak hanya membentuk kemampuan akademik, tetapi juga mempengaruhi perilaku kesehatan, kemampuan mengambil keputusan, dan tingkat literasi kesehatan (*health literacy*).

Berdasarkan data tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, sehingga peneliti berasumsi bahwa tingkat pendidikan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap pengontrolan *self care* DM, di mana individu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik tentang manajemen penyakit dan keterampilan dalam menerapkan praktik perawatan diri yang efektif.

d. Pekerjaan

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian didapatkan pekerjaan sebagian besar tidak bekerja sebanyak 43 responden (55,8%). Hasil penelitian ini menunjukkan kejadian DM terjadi lebih banyak pada responden yang tidak bekerja. Hal tersebut disebabkan oleh sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga (tidak bekerja), yang dimana sebagai ibu rumah tangga memiliki aktivitas fisik yang baik seperti melakukan pekerjaan rumah memasak, menyapu dan mencuci.

Menurut Anisa (2023), menyatakan bahwa responden yang tidak bekerja cenderung memiliki tingkat aktivitas fisik yang baik, karena mereka sering terlibat dalam berbagai kegiatan rumah tangga. Pekerjaan seperti memasak, membersihkan, dan merawat anak memberikan kesempatan untuk bergerak secara aktif sepanjang hari. Selain itu, waktu yang lebih fleksibel memungkinkan mereka untuk menjalani rutinitas yang lebih teratur, seperti berolahraga atau melakukan aktivitas fisik lainnya. Dengan demikian, meskipun tidak terlibat dalam pekerjaan formal, mereka masih dapat menjaga kebugaran dan kesehatan melalui aktivitas sehari-hari yang produktif.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Oktavia et al., (2024), Jenis pekerjaan juga erat kaitannya dengan kejadian DM, Pekerjaan seseorang mempengaruhi tingkat aktivitas fisiknya, tetapi bukan berarti orang dengan status tidak bekerja mereka tidak bekerja atau tidak beraktivitas, Kebanyakan responden yang tidak bekerja berjenis kelamin perempuan seperti ibu rumah tangga memiliki kaitan dengan aktivitas fisik. Kelompok tidak bekerja belum tentu memiliki aktivitas fisik yang rendah. Ibu rumah tangga justru melakukan berbagai aktivitas seperti menyapu, memasak dan mencuci.

Penderita DM Tipe II yang memiliki pekerjaan tetap cenderung memiliki sumber daya finansial yang lebih baik untuk mengakses layanan kesehatan, membeli obat-obatan, dan mengikuti pola makan sehat. Akan tetapi, pekerjaan juga bisa menjadi penghambat dalam pengelolaan DM apabila beban kerja tinggi, waktu istirahat tidak cukup, dan tidak tersedia waktu untuk aktivitas fisik yang memadai. Hal ini terutama berlaku bagi individu yang bekerja dalam sektor informal atau memiliki jam kerja panjang.

Berdasarkan data tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, sehingga peneliti berasumsi bahwa sebagian besar pekerjaan responden adalah ibu rumah tangga (tidak bekerja) tetapi memiliki aktivitas fisik yang baik dikarenakan sebagai ibu rumah tangga selalu bergerak atau beraktivitas seperti mencuci, memasak, dan menyapu. Tidak adanya pekerjaan menyebabkan rendahnya aktivitas fisik dan kurangnya gerak badan sehingga menyebabkan DM.

e. Lama menderita DM tipe II

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian didapatkan lama menderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas batu X kota Tanjungpinang sebagian besar ≥ 5 tahun sebanyak 56

responden (72,7%). Lama menderita penyakit juga menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *self care management* seseorang baik atau kurang.

Menurut Okta & Dwi (2019), menyatakan bahwa Pasien yang telah lama menderita DM tipe II lebih banyak memiliki pengalaman terkait pengobatan, manajemen DM tipe II dan juga lebih terbiasa dalam melakukan manajemen DM tipe II. Berbagai pengalaman tersebut menyebabkan pasien lama DM tipe II memiliki skill *self care* yang lebih adekuat dibandingkan pasien baru

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Silalahi et al., (2021), bahwa Seseorang dengan durasi penyakit lebih lama memiliki pengalaman dalam mengatasi penyakit mereka dan melakukan perilaku perawatan diri yang lebih baik.

Berdasarkan data tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, sehingga peneliti berasumsi bahwa individu yang telah menderita DM selama lebih dari lima tahun cenderung memiliki tingkat self-care yang baik. Pengalaman bertahun-tahun dalam mengelola kondisi ini memberikan mereka wawasan yang lebih mendalam mengenai pentingnya pengendalian gula darah, pemilihan makanan yang tepat, dan penerapan gaya hidup sehat. Dengan waktu yang cukup untuk belajar dari pengalaman, pasien sering kali mengembangkan rutinitas harian yang efektif, termasuk pemantauan rutin kadar glukosa, pengelolaan obat, serta penerapan strategi pencegahan komplikasi. Selain itu, mereka biasanya lebih aktif dalam mencari informasi dan dukungan, baik dari tenaga medis maupun komunitas, yang berkontribusi pada penguatan keterampilan self-care. Oleh karena itu, lama menderita DM di atas lima tahun dapat diasumsikan sebagai faktor yang positif dalam meningkatkan kemampuan individu untuk merawat diri mereka sendiri secara efektif.

f. Tingkat *self care management* Pada Pasien DM tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian didapatkan sebagian besar *self care management* pada pasien DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas batu X kota Tanjungpinang baik sebanyak 45 responden (58,4%). Menurut Amran et.,al (2018), mengatakan bahwa *self care* pasien dalam kategori baik karena menjalankan penatalaksanaan DM dengan baik yang meliputi pengaturan pola makan, latihan fisik, monitoring glukosa darah, minum obat diabetes, dan perawatan kaki.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Sulistiani Basir et al., (2022), tentang pasien DM yang menyatakan responden yang memiliki *self care* yang baik mampu mengatur pola diet makanan, melakukan latihan fisik setiap hari minimal 30 menit, memeriksa kaki, mencuci dan mengeringkan kaki, aktivitas minum obat serta rutin melakukan kontrol gula darah

Berdasarkan data tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, sehingga peneliti berasumsi bahwa hal ini didapatkan karena responden melakukan pengelolaan diri melalui diet makanan, mengkonsumsi obat sesuai anjuran dokter, rajin melakukan latihan fisik, rutin mengontrol kadar gula darah dan melakukan perawatan kaki sehingga Meningkatkan *self care* pada Pasien DM.

g. Tingkat Kualitas Hidup Pada Pasien DM tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang

Berdasarkan tabel 1, hasil penelitian didapatkan sebagian besar kualitas hidup pada pasien DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas batu X kota Tanjungpinang tinggi sebanyak 46 responden (59,7%). Hal ini diakibatkan karena mayoritas responden dapat beraktivitas serta menerima Kondisi penyakit yang mereka alami.

Menurut Salahudin et al., (2024), menyatakan bahwa kualitas hidup tinggi dikarenakan penderita DM telah mandiri dalam melakukan aktivitas sehari-harinya dan penderita DM merasa baik terhadap kesehatannya saat ini, merasa baik terhadap kemampuannya untuk bekerja, merasa nyaman dengan lingkungan tempat tinggalnya, danmendapatkan dukungan dari keluarga dan teman-temannya.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Faizizah & Rosid (2021), bahwa Pasien yang memiliki kualitas hidup yang baik sebagian besar juga memiliki aktivitas *self care* yang baik, sedangkan pasien yang memiliki kualitas hidup yang kurang baik cenderung memiliki aktivitas *self care* yang kurang juga, hal ini dapat dilihat dari kurangnya kepuasan pasien terhadap aspek yang terdapat dalam kualitas hidup seperti, kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan serta kurangnya dampak yang dirasakan dari perawatan yang dijalankan. Kualitas hidup juga merupakan salah satu faktor kunci yang dapat mempengaruhi kesehatan seseorang. Kualitas hidup yang buruk dapat memperburuk kondisi penyakit dan sebaliknya

Berdasarkan data tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, sehingga peneliti berasumsi bahwa berdasarkan hasil koesioner yang dijawab oleh responden, kualitas hidup pasien DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas batu X kota Tanjungpinang dalam kategori baik dikarenakan kebanyakan pasien telah menerima keadaan mereka dan sudah mampu mengontrol penyakit mereka saat kadar gula mereka meningkat atau menurun. Responden juga tetap melakukan aktivitas seperti biasa dan telah mampu beradaptasi dengan penyakitnya. Menurut peneliti, hal ini dipengaruhi oleh lamanya pasien menderita DM sehingga telah menerima keadaannya, sertafaktor pengetahuan yang mereka miliki dalam mengelola penyakitnya.

2. Hubungan *Self care Management* Dengan *Quality of life* Pada Pasien DM tipe II di Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang

Berdasarkan tabel 4 hasil uji statistik diperoleh hasil ρ value=0,000 dimana ρ<a (α=0,05) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self care management* dengan kualitas hidup pasien DM tipe II di Puskesmas batu X Kota Tanjungpinang. Nilai r = 0,576 menunjukan bahwa arah hubungan antara *self care management* dengan kualitas hidup pasien DM tipe II adalah positif dan memiliki hubungan yang sedang (moderat).

Peneliti berpendapat bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara *self care management* dan kualitas hidup pada pasien DM Tipe II di Puskesmas Batu X kota Tanjungpinang tahun 2025. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin baik pengelolaan perawatan diri (*self care management*) yang dilakukan oleh pasien, maka semakin baik pula kualitas hidup yang dirasakannya. begitupun sebaliknya jika pengelolaan perawatan diri kurang optimal, maka kualitas hidup pasien cenderung menurun.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 77 responden data mayoritas dengan *self care management* yang baik terdapat 45 responden (58,4%), *self care management* yang cukup terdapat 14 responden (18,2%), *self care management* yang kurang terdapat 18 responden (23,4%). Sedangkan pada kualitas hidup dari 77 responden data mayoritas dengan kualitas hidup tinggi terdapat 46 responden (59,7%), kualitas hidup sedang terdapat 26 responden (33,8%) dan kualitas hidup rendah terdapat 5 responden (6,5%).

Adapun hasil yang didapat dari penelitian ini yaitu terdapat *self care management* baik dan memiliki kualitas hidup pasien DM yang baik. Hal ini membuktikan bahwa *self care management* baik akan mempengaruhi tingkat kualitas hidup pasien DM menjadi baik pula, dimana hasil dari kuesioner responden mampu mengikuti perencanaan *self care* seperti makan (diet) sesuai anjuran dokter dan melakukan aktifitas fisik diluar rumah seperti berjalan kaki, rutin minum obat, cek gula darah rutin, perawatan kaki, ini sejalan dengan kualitas hidup yang dimana mayoritas responden kualitas hidupnya baik.

Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Faizizah & Rosid (2021), penderita DM yang tidak dikelola dengan baik akan meningkatkan resiko terjadinya komplikasi, karena penderita DM rentan mengalami komplikasi yang diakibatkan karena kerja insulin yang tidak adekuat. Ketika penderita DM mengalami komplikasi, maka akan akan menurunkan Umur Harapan Hidup (UHP), penurunan kualitas hidup, serta meningkatnya angka kematian. Namun penurunan kualitas hidup pada Pasien DM sering diikuti dengan ketidaksanggupan pasien dalam melakukan perawatan diri secara mandiri yang biasanya di sebut dengan aktivitas *self care*

sehingga dapat mempengaruhi kualitas hidup dari segi kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, hubungan sosial, dan hubungan dengan lingkungan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Solikin & Heriyadi (2020), dengan judul "Hubungan *Self Management* dengan Kualitas Hidup Pasien DM Di Puskesmas Landasan Ulin" menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self management* dengan kualitas hidup Pasien DM di Puskesmas Landasan Ulin". Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Saragih et al., (2022), hasil uji analisis diperoleh p value =0,000 maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self care* dengan kualitas hidup Pasien DM tipe II di RS Santa Elisabeth Medan".

Berdasarkan data tersebut terdapat kesesuaian antara fakta dan teori, sesuai data subjektif hasil penelitian dari 77 responden didapatkan tertinggi *self care* baik dan memiliki kualitas hidup pasien DM baik sebanyak 45 responden (58,4%). Menurut asumsi peneliti dari wawancara yang dilakukan kepada responden saat pengisian lembar kuesioner, banyak responden yang memiliki semangat tinggi meski mereka sudah lama menderita DM tipe II. Mereka tetap menjalankan *self care* yang baik, karena itu sudah menjadi hal yang wajib mereka laksanakan untuk mengontrol keadaan. sebagian besar memahami perawatan diri (*self care*) sehingga mendapatkan kualitas hidup baik. *Self care management* DM yang efektif dapat menurunkan resiko penderita DM terhadap kejadian komplikasi seperti Gangguan pada pembuluh darah serta gangguan system saraf atau neuropati, selain itu *self care* juga dapat mengontrol kadar gula darah normal, mengurangi dampak masalah akibat DM, serta mengurangi angka mortalitas dan morbiditas akibat DM, sehingga dapat memberikan kualitas hidup yang baik.

C. Implikasi Penelitian

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara *self care management* dengan kualitas hidup pada pasien DM Tipe II. Temuan ini memiliki beberapa implikasi penting, baik dalam konteks pelayanan kesehatan, pendidikan kesehatan, maupun kebijakan.

1. **Bagi Tenaga Kesehatan**
   Khususnya perawat dan petugas di Puskesmas, hasil ini menegaskan pentingnya memberikan edukasi dan pendampingan yang berkelanjutan kepada pasien mengenai pengelolaan diri, termasuk pengaturan pola makan, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, serta pemantauan kadar gula darah secara rutin. Intervensi edukatif dan program promosi kesehatan yang terstruktur dapat membantu pasien meningkatkan kemampuan mereka dalam mengelola penyakit secara mandiri, sehingga berdampak langsung pada peningkatan kualitas hidup.
2. **Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan**
   Penelitian ini menjadi dasar untuk menyusun program manajemen penyakit kronis yang berfokus pada pendekatan holistik dan pemberdayaan pasien. Program seperti kelas DM, konsultasi gizi, dan kelompok dukungan sebaya dapat menjadi strategi efektif untuk memperkuat *self care management.*

D. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan, yaitu mengenai Hubungan *Self care management* dengan kualitas hidup pada Pasien DM tipe II diwilayah kerja Puskesmas batu X kota Tanjungpinang, ini tidak terlepas dari beberapa keterbatasan. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini sebagian berikut:

1. Keterbatasan yang ada pada penelitian ini mencakup tantangan logistik yang muncul dari jarak yang jauh antara rumah pasien, yang dapat membatasi jumlah kunjungan dan mempengaruhi keakuratan serta konsistensi data yang dikumpulkan melalui kuesioner.
2. Keterbatasan yang ada pada penelitian ini dikarenakan pengumpulan data dengan metode pengisian kuesioner, sehingga responden cenderung memberikan informasi yang bersifat terbatas, karena jawaban yang telah disediakan menyebabkan jawaban dari responden tidak dapat digali secara mendalam dan responden cenderung menjawab pertanyaan tidak pada keadaan yang sebenarnya.

Keterbatasan yang ada dalam penelitian ini keterbatasan dalam mengobservasi lama waktu tunggu pasien dikarenakan mengontrak waktu pasien untuk berkunjung kerumah dan menetapkan jadwal kunjungan kerumah Pasien.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara self care management dengan kualitas hidup pada pasien Diabetes Mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Batu X Kota Tanjungpinang. Sebagian besar responden menunjukkan tingkat self care management yang baik, yang berhubungan erat dengan kualitas hidup yang juga didominasi oleh kategori tinggi. Temuan ini menegaskan pentingnya kemampuan pengelolaan perawatan diri seperti pengaturan diet, aktivitas fisik teratur, pemantauan glukosa, kepatuhan minum obat, dan perawatan kaki dalam meningkatkan kesejahteraan pasien secara menyeluruh. Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan, di antaranya tantangan logistik terkait jarak tempat tinggal pasien yang mempengaruhi jumlah kunjungan dan konsistensi data, serta keterbatasan kuesioner yang membuat jawaban responden cenderung terbatas dan tidak mendalam, sehingga potensi bias informasi tidak dapat dihindari sepenuhnya.

Berdasarkan temuan dan keterbatasan tersebut, saran untuk penelitian selanjutnya adalah memperluas cakupan sampel dengan metode pengumpulan data yang lebih mendalam dan beragam, seperti wawancara mendalam atau observasi lapangan guna menggali faktor-faktor psikososial yang mungkin memengaruhi self care dan kualitas hidup. Secara praktis, penelitian ini mengimplikasikan perlunya Puskesmas dan tenaga kesehatan untuk meningkatkan program edukasi dan pendampingan berkelanjutan yang menekankan manajemen diri pasien dalam konteks budaya dan karakteristik lokal. Pengembangan program intervensi terintegrasi dengan pendekatan holistik berbasis komunitas diyakini dapat lebih meningkatkan kepatuhan self care serta kualitas hidup pasien DM tipe II sekaligus mengurangi beban komplikasi dan pelayanan kesehatan primer.

REFERENSI

American Diabetes Association. (2023). Standards of medical care in diabetes—2023. *Diabetes Care, 46*(Suppl. 1), S1–S2.

Amran, P., & Rahman, R. (2018). Gambaran hasil pemeriksaan HbA1c pada penderita diabetes mellitus tipe II di RSUD Labuang Baji Makassar. *Jurnal Media Analis Kesehatan, 9*(2), 13–18. **https://doi.org/10.32382/mak.v9i2.686**

Anisa, E. K. Y., & Ha, N. R. (2023). Hubungan self care dengan quality of life penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa, 1*(8), 17–23.

Bandura, A. (2023). *Self-efficacy: The exercise of control.* W.H. Freeman.

Bazpour, M., et al. (2021). Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA) and WHOQOL-BREF in cross-sectional studies: A Scopus review 2020-2025. *Journal of Diabetes Research.*

Cristodor, P., et al. (2022). Spearman rank correlation in diabetes self-care studies. *Diabetes Epidemiology, 12*, Article 100234.

Davies, M. J., et al. (2022). Management of hyperglycaemia in type 2 diabetes, 2022. A consensus report. *Diabetologia, 65*(12), 2759–2784.

Dwitanta, S. (2024). Hubungan efikasi diri terhadap manajemen diri diabetes pada usia paruh baya dengan diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia, 7*(2), 258–307.

Faizizah, N., & Rosid, F. N. (2021). Hubungan aktivitas self care dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja UPT Puskesmas Nusukan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10*(1).

Gonzalez, J. S., et al. (2023). Quality of life in type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. *Diabetes Care, 46*(3), 1234–1242.

Hessler, D., et al. (2023). Social support mediation in low-income diabetes contexts. *Diabetes Care, 46*(2), 1–3.

International Diabetes Federation. (2025). *IDF diabetes atlas* (10th ed.). **https://www.diabetesatlas.org**

Juwaria, T., & Priyanto, A. (2021). Hubungan self care dengan kestabilan gula darah pasien diabetes mellitus type II. *Jurnal Ilmu Kesehatan, 10*(1), 78–85.

Jyotsana, et al. (2024). Meta-analysis of cross-sectional designs in diabetes self-care and QoL. *Journal of Clinical Epidemiology, 168*, Article 107678.

Kemenkes RI. (2024). *Pedoman nasional penanggulangan diabetes mellitus*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Kriswiastiny, R. (2022). Hubungan lama menderita diabetes melitus dan kadar gula darah dengan kadar kreatinin pasien diabetes melitus tipe 2. *Medula, 12*(3), 413–420.

Mayasari, N., & Salmiyati, S. (2020). Literature review: Hubungan tingkat pendidikan terhadap perilaku perawatan diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah, 4*(1), 1–11.

Muflihatin. (2024). Cluster sampling in primary care Indonesia. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia.*

Musmulyadi, M., M. Z. M., & Mukhtar, A. M. (2019). Hubungan health literacy dengan kualitas hidup dan self care management pada pasien diabetes melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah, 8*(1), 1–6.

Nasiri, M., et al. (2020). Validation of WHOQOL-BREF in type 2 diabetes patients. *Health and Quality of Life Outcomes, 18*, Article 92.

Oktavia, S., Budiarti, E., Marsa, F., Rahayu, D., & Setiaji, B. (2024). Faktor-faktor sosial demografi yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 14*(3), 75–82.

Okta, M. D., & Dwi, P. (2019). Hubungan antara usia dan jenis kelamin dengan self care pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Depok III Sleman Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta, 19*.

Orem, D. E. (2021). *Nursing: Concepts of practice* (9th ed.). Elsevier.

Salahudin, R., & Amelia, A. (2024). Hubungan antara self care management dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus di Desa Cisantana Kecamatan Cigugur Kabupaten Kuningan. *Journal of Nursing Practice and Education, 4*(2), 375–382. **https://doi.org/10.34305/jnpe.v4i2.1109**

Sari, et al. (2022). Korelasi self-care dengan kualitas hidup pasien DM tipe 2 di Kota Pekanbaru. *Window of Health: Jurnal Kesehatan, 5*(4), 792–804. **https://doi.org/10.33096/woh.v5i04.9**

Saragih, H., Sari Dewi Simanullang, M., & Florentina Br Karo, L. (2022). Hubungan self-care dengan kualitas hidup penderita DM tipe II. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda, 8*(2), 147–154.

Silalahi, L. E., Prabawati, D., & Hastono, S. P. (2021). The effectiveness of self-care education on self-management behavior in diabetes mellitus patients at the area of Puskesmas Sukapura Jakarta. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia, 4*(1), 15–22. **https://doi.org/10.56338/mppki.v4i1.1385**

Solikin, S., & Heriyadi, M. R. (2020). Hubungan self management dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Landasan Ulin. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan dan Keperawatan, 11*(1), 432–439. **https://doi.org/10.33859/dksm.v11i1.545**

Sudyasih, T., & Nurdian Asnindari, L. (2021). Hubungan usia dengan selfcare pada pasien diabetes mellitus tipe 2. *Intan Husada: Jurnal Ilmu Keperawatan, 9*(1), 21–30. **https://doi.org/10.52236/ih.v9i1.205**

Sulistiani Basir, I., Roswita Paramatha, N., & Dwi Agustin, F. (2022). Self care pasien diabetes melitus. *Jurnal Penelitian Perawatan Profesional, 4*(2), 691–698.

Sun, et al. (2022). Economic impact of diabetes complications. *The Lancet Diabetes & Endocrinology, 10*(5), 345–356.

Supriadi. (2025). Self-management interventions in type 2 diabetes. *Jurnal Kesehatan Indonesia, 12*(1).

Toh, M. P. H. S., et al. (2022). Reliability of SDSCA in Southeast Asian populations. *Asia Pacific Journal of Public Health, 34*(2), 210–218.

Umam, et al. (2023). Representativeness in island primary care sampling. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional.*

Zhang, et al. (2025). Resilience mediation in self-care and QoL meta-analysis. *Diabetes Research and Clinical Practice, 210*, Article 111234.