



Hubungan Diabetes Distress dengan Self Care pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila

The Relationship Between Diabetes Distress and Self-Care in Type 2 Diabetes Mellitus Patients in the Kabila Community Health Center Work Area

Risma Asmarani Azis^{1*}, Ita Sulistiani Basir², Sitti Fatimah M. Arsad³

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

^{2,3}Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan UNG

*Corresponding Author: E-mail: rismaazis501@gmail.com

Artikel Penelitian

Article History:

Received: 29 May, 2025

Revised: 13 Jul, 2025

Accepted: 30 Jul, 2025

Kata Kunci:

Diabetes Melitus Tipe 2, Diabetes Distress, Self Care Daftar

Keywords:

Diabetes Mellitus Type 2, Diabetes Distress, Self Care List

DOI: [10.56338/jks.v8i7.8304](https://doi.org/10.56338/jks.v8i7.8304)

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat resistensi insulin dan dapat memicu berbagai komplikasi jika tidak dikelola dengan baik. Pengelolaan DM Tipe 2 memerlukan pengobatan jangka panjang dan berkelanjutan. Hal ini dapat menyebabkan pasien rentan terhadap stres, terutama jika mereka merasa kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kondisi penyakit. Stres yang berkaitan dengan diabetes ini dikenal dengan istilah diabetes distress, yaitu kondisi emosional yang muncul karena merasa terbebani oleh pengelolaan diabetes, risiko adanya komplikasi, dan perubahan gaya hidup. Kondisi ini dapat mempengaruhi ketidakmampuan pasien dalam menjalankan self care secara optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan diabetes distress dengan self care pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kabila. Desain penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel pada penelitian ini yaitu 74 responden dengan menggunakan teknik Proportional Simple Random Sampling. Hasil penelitian ini dianalisis menggunakan uji korelasi Rank Spearman, yang menunjukkan nilai p value = 0,000, di mana nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara diabetes distress dengan self care pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kabila. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan pasien DM Tipe 2 dapat memaksimalkan manajemen diabetes distress yang mereka alami, sehingga perilaku self care dapat lebih terkontrol dan terjaga dengan baik.

ABSTRACT

Type 2 Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease characterized by elevated blood sugar levels due to insulin resistance and can trigger various complications if not properly managed. Management of Type 2 DM requires long-term and continuous treatment. This can make patients vulnerable to stress, especially if they find it difficult to adjust to the disease. This diabetes-related stress is known as diabetes distress, an emotional condition that arises from feeling burdened by diabetes management, the risk of complications, and lifestyle changes. This condition can affect the patient's inability to carry out self-care optimally. This study aims to determine the relationship between diabetes distress and self-care in patients with type 2 diabetes mellitus in the Kabila Community Health Center work area. This study used a quantitative correlational study with a cross-sectional approach. The sample in this study was 74 respondents using the Proportional Simple Random Sampling technique. The results of this study were analyzed using the Spearman Rank correlation test, which showed a p-value = 0.000, where this value is less than 0.05 ($0.000 < 0.05$). Based on these results, it can be concluded that there is a significant relationship between diabetes distress and self-care in patients with type 2 diabetes mellitus in the Kabila Community Health Center area. This study is expected to help patients with type 2 diabetes maximize their management of diabetes distress, thereby better controlling and maintaining self-care behaviors.

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) yang merupakan penyakit menahun dan seumur hidup yang ditandai dengan peningkatan kadar gula dalam darah atau hiperglikemik karena gangguan pada sistem metabolisme tubuh. Akibatnya pankreas tidak dapat lagi menghasilkan hormon insulin sesuai kebutuhan tubuh (Lestari, Zulkarnain, & Sijid, 2021).

Berdasarkan data dari International Diabetes Federation (IDF) tahun (2021), prevalensi DM terus meningkat setiap tahunnya. Tercatat sebanyak 537 juta orang dewasa yang berusia 20-79 tahun hidup dengan diabetes melitus (DM). Jumlah ini diperkirakan akan meningkat sebanyak 643 juta pada tahun 2030 dan meningkat sebanyak 783,2 juta orang pada tahun 2045. IDF juga menyebutkan angka kematian akibat DM sebanyak 6,7 juta pada tahun 2021. Indonesia menempati urutan ke 5 sebagai negara dengan jumlah terbanyak penderita DM dari 10 negara yang teridentifikasi.

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi Diabetes Melitus (DM) pada penduduk usia ≥ 15 tahun mengalami peningkatan dibandingkan hasil Riskesdas 2018. Prevalensi berdasarkan diagnosis dokter naik dari 2,0% pada 2018 menjadi 2,2% pada 2023, dan berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah meningkat dari 10,9% menjadi 11,7%. Berdasarkan jenisnya, SKI 2023 mencatat penderita DM Tipe 1 sebesar 16,9%, DM Tipe 2 sebesar 50,2%, dan DM Gestasional sebesar 2,6%. Data ini menunjukkan bahwa DM Tipe 2 merupakan jenis yang paling banyak dialami masyarakat Indonesia (Kemenkes RI, 2023).

Data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo mencatat 10.735 kasus baru DM pada 2024, dengan Kabupaten Bone Bolango sebagai penyumbang tertinggi yaitu 3.574 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo, 2024). Sebagai wilayah dengan jumlah penderita DM tertinggi di Provinsi Gorontalo, Kabupaten Bone Bolango memiliki distribusi kasus yang bervariasi di setiap puskesmas. Salah satu puskesmas dengan jumlah kasus tertinggi adalah Puskesmas Kabila. Pada tahun 2023, jumlah penderita DM di Puskesmas Kabila tercatat sebanyak 351 jiwa dan mengalami peningkatan pada tahun 2024 menjadi 422 jiwa. Dari jumlah tersebut, sebanyak 289 jiwa merupakan penderita Diabetes Melitus Tipe 2 yang saat ini tercatat aktif menjalani perawatan di Puskesmas Kabila.

Dilihat dari tingginya jumlah pasien DM Tipe 2 dapat disimpulkan bahwa penyakit tersebut masih menjadi ancaman dan bahwa penatalaksanaan yang efektif diperlukan untuk mencegah penyakit tersebut menjadi lebih kompleks. DM Tipe 2 merupakan gangguan metabolik akibat penurunan produksi insulin oleh sel β - pankreas sehingga tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif sehingga ditandai dengan kadar gula darah dalam tubuh meningkat atau hiperglikemia (Rahmadiya & Kurnia, 2024). Diabetes Meitus (DM) Tipe 2 ini dapat mempengaruhi kehidupan penderitanya dan jika penyakit ini tidak dikelola dengan baik, maka risiko terjadi komplikasi dapat meningkat. Untuk meminimalisir komplikasi diabetes, pasien harus memiliki kemampuan untuk melakukan pengontrolan secara tepat terhadap penyakitnya dengan melakukan self care atau perawatan diri (Zaura, Bahri & Darliana, 2021).

Self care merupakan kemampuan individu, keluarga, dan masyarakat dalam upaya menjaga kesehatan, meningkatkan status kesehatan, mencegah timbulnya penyakit, mengatasi kecacatan dengan atau tanpa dukungan penyedia layanan kesehatan. Self care DM adalah suatu bentuk perilaku perawatan diri yang dilakukan oleh penderita diabetes diantaranya yaitu pengaturan pola makan, aktivitas fisik/olahraga, perawatan kaki, terapi obat dan monitoring gula darah. Self care DM bertujuan untuk mengoptimalkan kontrol glikemik, mengoptimalkan kualitas hidup, serta mencegah komplikasi akut dan kronis (Lasmadasari & Sulastri, 2021).

Banyaknya kebutuhan self care yang harus dilakukan membuat pasien rentan terhadap stres. Tuntutan akan self care (perawatan diri) mengharuskan pasien untuk beradaptasi dengan diabetes, yang kemudian menimbulkan ketidaksanggupan sehingga berdampak buruk pada kesehatan dan risiko komplikasi. Kondisi ini yang disebut dengan diabetes distress (Muntammah, 2022).

Menurut Fisher, Polonsky, et al., (2019), Diabetes distress merupakan bentuk kecemasan, kekhawatiran, ketakutan dan ancaman terkait dengan perjuangan dalam mengidap DM termasuk manajemen penyakit, risiko adanya komplikasi, risiko kehilangan fungsi tubuh dan kekhawatiran tentang akses perawatan kesehatan. Diabetes distress juga diartikan sebagai kondisi dimana pasien

merasa kesulitan dan tidak mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan perawatan diri akibat diabetes sehingga menimbulkan ketegangan dalam diri dan stress yang tidak sehat, negatif dan destruktif (Muntamah & Wulansari 2022).

Diabetes distress dianggap memiliki dampak yang kurang baik terhadap kondisi kesehatan dan juga kesejahteraan hidup. Dimana hal ini mempengaruhi rasa semangat, perasaan dan keinginan atau motivasi penderita untuk melakukan serangkaian perawatan, pengobatan dan pemantauan sehingga dapat mempengaruhi dampak negatif yang tidak diinginkan seperti gula darah yang tidak terkontrol, adanya perasaan yang tidak menyenangkan, mudah lelah, dan adanya perasaan terbebani yang dapat mengganggu atau menghambat proses pengobatan pasien (Chew et al, 2016 dalam Ismiyanti, 2022).

Menurut Nurmaghupita & Sugiyanto (2019), Pasien dengan diabetes cenderung akan mengalami distress yang berkaitan dengan masalah kesehatannya. Selain itu juga mempengaruhi penerimaan diri terhadap penyakitnya dan berbagai tindakan medis yang harus dilakukan oleh pasien selama proses perawatan.

Penelitian yang dilakukan oleh Nuraini, Febrianti & Kalla (2022), menjelaskan bahwa masih banyak penderita DM yang tidak melakukan self care dengan baik dan sebagian besar mereka mengalami distress, meskipun kategori distress penderita masih tergolong ringan. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 44 orang responden sebanyak 8 orang mengalami distress sedang dengan 7 orang memiliki self care kurang baik dan 1 orang self care baik. Kemudian sebanyak 36 orang mengalami distress ringan dengan 15 orang memiliki self care yang kurang baik dan sisanya memiliki self care yang baik.

Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh Nugroho et al (2024) tentang hubungan diabetes distress dengan self care pasien DM Tipe 2 menunjukkan bahwa sebanyak 56% responden penelitian memiliki diabetes distress yang terkategori sedang dan kebanyakan self care pasien berada pada level buruk dan sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien yang memiliki self care yang buruk memiliki tingkat distress yang sedang. Umumnya responden mengalami distress karena diuntut untuk mengubah gaya hidup dan menghadapi berbagai perubahan fisik dan psikologi setelah didiagnosa. Perubahan fisik yang dialami seperti mengalami perubahan berat badan, perubahan nafsu makan, masalah tidur, nyeri dan kelelahan. Sementara perubahan psikologis yaitu mengalami rasa cemas, stres, sedih, takut, khawatir, serta perasaan tidak berdaya dan putus asa juga terjadi.

Hasil observasi awal di puskesmas Kabila dilakukan melalui wawancara pada 3 orang pasien DM Tipe 2 didapatkan hasil wawancara yaitu terdapat 2 pasien yang mengalami kondisi merasa mudah marah dan cemas hidup dengan diabetes, merasa khawatir dengan komplikasi yang akan terjadi. Mereka juga mengaku merasa kewalahan untuk menyesuaikan diri dengan serangkaian tuntutan hidup dengan diabetes. 2 pasien tersebut mengatakan masih kurang patuh dalam menjaga pola makan karena enggan memilih jenis makanan yang tidak boleh untuk dikonsumsi dan kadang masih mengkonsumsi makanan yang manis-manis seperti kue.

Selain itu mereka juga jarang sekali melakukan olahraga bahkan dalam satu minggu mereka tidak ada waktu olahraga. Akan tetapi mereka masih melakukan aktivitas fisik sehari hari melalui pekerjaan rumah seperti menyapu, mencuci, dan pekerjaan lainnya. Sementara 1 pasien mengatakan terkadang lupa atau belum teratur untuk meminum obat, jarang mengecek gula darah dan masih kurang mengetahui terkait perawatan kaki.

Berdasarkan latar belakang uraian masalah di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Diabetes Distress dengan Self Care pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila”

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Kabila pada tanggal 8-25 Januari 2025. Desain penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel pada penelitian ini yaitu 74 responden dengan menggunakan teknik Proportional Simple Random Sampling.

HASIL

Analisa Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Di Wilayah Kerja

Karakteristik Responden	(f)	(%)
Usia		
Dewasa Akhir (36-45)	8	10,8
Lansia Awal (46-55)	39	52,7
Lansia Akhir (56-65)	27	36,5
Jenis kelamin Laki-laki	11	14,9
Perempuan	63	85,1
Pendidikan SD	27	36,5
SMP	20	27,0
SMA	23	31,1
S1	4	5,4
Pekerjaan		
Ibu rumah tangga	32	43,2
Pedagang	28	37,8
Petani	1	1,4
PNS	1	1,4
Tidak bekerja	6	8,1
Lain-lain	6	8,1
Lama Menderita ≤ 5 tahun	39	52,7
> 5 tahun	35	47,3
Penghasilan < UMP Prov	60	81,1
> UMP Prov	14	18,9
Penyakit Penyerta Ada	42	56,8
Tidak Ada	32	43,2
GDP		
Terkontrol	40	54,1
Tidak Terkontrol	34	45,9

Sumber : Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat disimpulkan bahwa jumlah terbanyak berasal dari responden yang berusia lansia awal (46-55 tahun) yaitu sebanyak 39 responden dengan persentase (52,7%), sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 63 responden dengan persentase (85,1%), sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SD yaitu sebanyak 27 responden dengan persentase (36,5%), sebagian besar responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 32 responden (43,2%), sebagian besar responden mengalami penyakit DM \leq 5 tahun yaitu sebanyak 39 responden dengan persentase

(52,7%), sebagian besar penghasilan responden < UMP Provinsi yaitu sebanyak 60 responden dengan persentase (81,1%), sebagian besar responden memiliki penyakit penyerta yaitu sebanyak 42 responden dengan persentase (56,8%) dan sebagian responden memiliki hasil GDP yang terkontrol yaitu sebanyak 40 responden dengan persentase (54,1%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Diabetes Distress Di

<i>Diabetes Distress</i>	(f)	(%)
Ringan	35	47,3
Sedang	39	52,7
Berat	0	0
Total	74	100

Sumber Data: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 2 didapatkan data bahwa distribusi diabetes distress di wilayah kerja puskesmas kabila menunjukkan kategori ringan berjumlah 35 responden (47,3%), kategori sedang sebanyak 39 responden (52,7%) dan tidak ada responden dalam kategori berat.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi

<i>Self Care</i>	(f)	(%)
Kurang Baik	32	43,2
Baik	42	56,8
Total	74	100

Sumber Data: Data Primer 2025

Berdasarkan hasil pada tabel 3 didapatkan bahwa responden dengan self care di wilayah kerja puskesmas kabila menunjukkan kategori kurang baik sebanyak 32 responden dengan persentase (43,2%) dan responden dengan self care baik sebanyak 42 responden (56,8%).

Hasil Bivariat

Tabel 4: Hubungan diabetes distress dengan self care pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kabila

<i>Diabetes Distress</i>	<i>Self Care</i>				Total	
	Kurang Baik		Baik			
	N	%	N	%	N	%
Ringan	0	0	35	47,3	35	47,3
Sedang Berat	32	43,2	7	9,5	39	52,7
	0	0	0	0	0	0
Total	32	43,2	42	56,8	74	100

Hasil Uji *Rank Spearman p value* 0,000 < 0,05
coefficient correlation sebesar (-0,827)

Sumber Data : Data Primer 2025

Berdasarkan hasil pada tabel 4, menunjukkan bahwa dari 74 responden terdapat 35 responden (47,3%) dengan diabetes distress ringan dan memiliki self care baik, sebanyak 32 responden (43,2%) memiliki diabetes distress sedang dengan self care kurang baik serta 7 responden (9,5%) memiliki diabetes distress sedang dengan self care baik.

PEMBAHASAN

Diabetes Distress pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kabila terkait diabetes distress menunjukkan bahwa responden yang memiliki diabetes distress tingkat sedang yaitu sebanyak 39 orang (52,7%), responden dengan diabetes distress ringan sebanyak 35 orang (47,3%), serta tidak terdapat responden yang mengalami diabetes distress berat (0%). Pada hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki diabetes distress tingkat sedang.

Diabetes distress terdiri dari empat indikator utama, yaitu beban emosional, distress terkait tenaga kesehatan, distress terkait regimen pengobatan/ perawatan dan distress interpersonal. Dalam hasil penelitian ini sebanyak 39 orang (52,7%) responden mengalami diabetes distress dengan kategori tingkat sedang. Berdasarkan analisis data dari kuesioner, ditemukan bahwa indikator yang paling dominan dialami oleh responden adalah beban emosional dan distress terkait pengobatan/perawatan. Hal ini terlihat dari banyaknya responden yang memberikan jawaban seperti “sering,” “agak sering,” dan “kadang-kadang” pada pernyataan-pernyataan yang berkaitan dengan kedua aspek tersebut seperti responden merasa penyakit diabetes menguras energi dan mental, merasa marah, takut, tertekan, serta kewalahan menghadapi tuntutan hidup dengan diabetes. Mereka juga merasa tidak rutin memeriksa gula darah, gagal dalam rutinitas perawatan, kurang percaya diri menangani diabetes, dan kurang termotivasi menjalani pengobatan secara mandiri.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Anita (2020), yang juga menunjukkan sebanyak (43,2%) responden mengalami distress sedang pada indikator beban emosional dan distress terkait regimen pengobatan. Responden yang mengalami distress sedang pada beban emosional

menggambarkan distress yang berhubungan dengan emosi personal pada pasien yang menderita diabetes, termasuk takut terhadap kemungkinan komplikasi yang diakibatkan oleh DM. Kemudian responden yang mengalami distress sedang pada regimen pengobatan ini menggambarkan distress yang dirasakan oleh pasien disebabkan oleh kebutuhan akan kepatuhan terhadap rencana manajemen terapi, yaitu distress yang diakibatkan oleh terlalu banyak obat dan ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri untuk melakukan perawatan diabetes.

Adapun hal yang mempengaruhi diabetes distress kategori sedang dalam penelitian ini diantaranya faktor lama menderita. Sebagian responden pada penelitian ini berada dalam kategori lama menderita ≤ 5 tahun (1-5 tahun) yaitu sebanyak 39 orang (52,7%) responden. Dari 39 responden tersebut sebanyak 34 orang responden yang memiliki diabetes distress sedang. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bidulang, Wiyono & Mpila (2021), yang menunjukkan bahwa sebagian besar pasien DM Tipe 2 dengan lama menderita ≤ 5 tahun cenderung memiliki distress yang lebih tinggi dibandingkan dengan pasien yang menderita > 5 tahun karena potensi terjadinya distress yang lebih rendah. Semakin lama seseorang menderita suatu penyakit, semakin lama kesempatan untuk belajar mengenai penyakitnya dan pengalaman terkait permasalahan akibat penyakitnya lebih banyak diperoleh.

Ini juga didukung oleh penelitian Siburian, Gulo & Naibaho (2024), yang menjelaskan bahwa responden yang baru terdiagnosa diabetes dalam satu tahun lamanya merasa bahwa diabetes mengambil terlalu banyak energi mental dan fisik mereka setiap harinya. Selain itu, responden juga merasa takut dan tertekan jika memikirkan tentang hidup dengan diabetes. Responden yang mengalami diabetes 1-5 tahun, kebanyakan mengalami distress dikarenakan dalam masa penyesuaian dan ada rasa khawatir akan komplikasi yang akan mereka alami.

Faktor selanjutnya yaitu penyakit penyerta, pada penelitian ini sebagian responden yang memiliki penyakit penyerta sebanyak 42 responden (56,8%) dan 29 responden diantaranya memiliki diabetes distress sedang. Menurut Fauziyah, Dewi & Unmehopa (2023) keberadaan penyakit penyerta pada pasien diabetes seperti hipertensi, penyakit jantung, asam urat dan ginjal menyebabkan penderita merasa khawatir akan keparahan penyakit serta menjadi stressor tersendiri bagi pasien sehingga menambah beban pikiran dan ketakutan pribadi terhadap komplikasi yang mungkin muncul akibat dari penyakit yang dialaminya. Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian Anita (2020) yang menemukan bahwa dari 47 responden pasien DM Tipe 2 sebanyak 19 responden diantaranya mengalami distress sedang dan sebagian dari mereka memiliki penyakit penyerta serta komplikasi sehingga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara keberadaan penyakit penyerta dan komplikasi dengan tingkat distress pasien DM Tipe 2.

Disamping itu, hasil penelitian ini juga menunjukkan responden yang mengalami diabetes distress kategori ringan sebanyak 35 orang (47,3%) responden. Berdasarkan hasil jawaban kuisioner pada indikator beban emosional, distress terkait regimen pengobatan, tenaga kesehatan dan distress interpersonal rata-rata responden memberikan jawaban “tidak pernah” dan “jarang”. Ini menunjukkan bahwa mereka sudah menerima penyakit diabetes yang diderita sehingga tidak ada rasa beban yang dialami dan mereka

masih tetap bisa beraktivitas sehari-hari seperti biasanya tanpa mengeluarkan banyak tenaga dan mental karena penyakit yang mereka derita. Selain itu, mereka juga merasa bahwa tenaga kesehatan cukup tahu tentang diabetes dan penanganannya, memberikan penjelasan yang jelas terkait pengelolaan diabetes, memiliki tenaga kesehatan yang dapat ditemui secara teratur untuk memeriksa kondisi diabetes serta adanya dukungan dari teman dan keluarga seperti dukungan dalam usaha perawatan diri dan menghargai betapa sulitnya hidup dengan diabetes.

Peneliti berasumsi bahwa tingkat diabetes distress yang ringan pada sebagian responden dalam penelitian ini dipengaruhi oleh faktor lama menderita diabetes. Dari total responden, sebanyak 35 orang (47,3%) diketahui telah menderita diabetes > 5 tahun dan 30 responden diantaranya mengalami diabetes distress dalam kategori ringan. Menurut Anisa, Alini & Harmia (2024), semakin

lama seseorang menderita diabetes melitus, maka tingkat distress yang dialami cenderung semakin rendah. Hal ini disebabkan oleh kemampuan individu yang semakin berkembang dalam memahami kondisi penyakitnya dan beradaptasi dengan rutinitas perawatan yang harus dijalani.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Putra, Oktarina & Sulistiawan (2023) yang menyatakan bahwa responden yang telah lama menderita diabetes umumnya tidak lagi merasa terbebani dengan kondisi penyakitnya, karena mereka telah mampu beradaptasi dengan baik terhadap tuntutan perawatan jangka panjang. Meskipun perasaan jenuh atau bosan terhadap pengobatan masih sesekali dirasakan, namun seiring waktu, mereka sudah terbiasa menjalani rutinitas perawatan dan mampu menyesuaikan diri dengan perubahan gaya hidup yang diperlukan dalam pengelolaan diabetes.

Dari uraian diatas, peneliti berasumsi bahwa pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kabila memiliki diabetes distress pada tingkat sedang dan ringan karena dipengaruhi oleh faktor seperti lama menderita dan penyakit penyerta.

Self Care pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila

Hasil penelitian berdasarkan self care pada pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Kabila, didapatkan sebagian besar responden memiliki self care dalam kategori baik yaitu 42 orang (56,8%) responden kemudian self care dengan kategori kurang baik sebanyak 32 orang (43,2%) responden. Hal ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki self care yang baik.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden dengan self care dalam kategori baik yaitu sebanyak 42 orang (56,8 %) responden. Hal ini didukung dengan jawaban kuesioner dari responden dimana sebagian responden selalu mematuhi program diet, mereka cukup melakukan pengecekan gula darah dirumah atau dipelayanan kesehatan melalui kegiatan Prolanis, selalu mengkonsumsi obat diabetes sesuai anjuran yang diberikan oleh dokter, melakukan latihan fisik dan aktifitas fisik dirumah yang membuat tubuh menjadi bergerak serta selalu memeriksa kaki dengan baik seperti mencuci kaki lalu mengeringkannya sampai ke sela-sela jari, selalu menggunakan alas kaki dan menggunakan lotion atau pelembab pada malam hari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustin, Arifianto & Winarti (2024), yang menunjukkan bahwa mayoritas pasien yang memiliki self care yang baik sebanyak 22 orang. Pasien yang memiliki self care baik karena mampu menjalankan pola makan yang baik berdasarkan petunjuk dokter dan perawat. Mereka juga cukup sering memeriksakan kadar gula darah dirumah dan ditempat pelayanan kesehatan. Meskipun jarang berolahraga, mereka bekerja seharian yang membuat tubuh bergerak. Penelitian yang dilakukan oleh Munir & Solissa (2021), juga menunjukkan bahwa sebanyak 34 orang responden memiliki self care yang baik. Self care mengacu pada aktivitas seseorang dalam melakukan sesuatu dalam hidupnya secara mandiri untuk meningkatkan dan menjaga kesehatannya.

Peneliti berasumsi bahwa responden dengan self care kategori baik juga ditunjukkan dengan kontrol gula darah yang baik. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa dari 42 responden yang memiliki self-care baik, sebanyak 40 responden di antaranya memiliki kadar gula darah (GDP) yang terkontrol. Menurut Erti & Anisa (2023), seseorang yang rutin dan konsisten melakukan self-care cenderung akan memiliki kadar gula darah yang berada dalam rentang normal atau terkontrol. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik perilaku self-care yang dilakukan oleh individu, maka semakin rendah atau stabil kadar gula darah yang dimiliki. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh

Muchtar, Natalia & Minanda (2023) yang menunjukkan sebanyak 25 responden memiliki kadar gula darah yang terkontrol dan memiliki self care management yang baik karena responden melakukan kegiatan pola diet, aktivitas fisik, perawatan kaki, minum obat dan monitoring gula darah dengan baik sehingga kadar gula darah berada pada rentang normal.

Selain itu, hasil penelitian yang didapatkan juga terdapat responden yang memiliki self care dalam kategori kurang baik yaitu sebanyak 32 orang (41,6%) responden.

Menurut peneliti berdasarkan hasil jawaban kuesioner menunjukkan bahwa mereka jarang melakukan diet, masih suka mengkonsumsi makanan yang mengandung cukup banyak gula. Terkadang mereka mengkonsumsi makanan yang tinggi lemak, memeriksa gula darah hanya dipelayanan kesehatan (prolanis), mereka jarang melakukan olahraga ringan dirumah serta untuk perawatan kaki juga sangat minim dilakukan seperti jarang memeriksa bagian dalam sepatu sebelum digunakan, dan mengerikan kaki sampai ke sela- sela jari dan tidak pernah menggunakan lotion. Namun untuk aktivitas minum obat sudah dijalankan setiap harinya. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden masih belum menerapkan perilaku self care secara optimal dan masih banyak penderita DM yang kurang patuh dalam melakukan perilaku self care.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sasombo, Katuuk & Bidjuni (2021) yang menunjukkan sebanyak 39 responden (45,8%) memiliki self care yang kurang baik dengan hasil untuk kegiatan minum obat sudah baik, namun untuk pengaturan pola makan/diet, olahraga, perawatan kaki dan monitoring gula darah masih kurang. Penelitian yang dilakukan oleh Zhafarina, Bahri & Husna (2022), juga menunjukkan tingkat self care yang kurang baik pada pasien DM Tipe 2 sebanyak 80 orang (60,2%). Hal yang menyebabkan self care pasien DM Tipe 2 tergolong kurang karena pasien sering mengabaikan penyakitnya, tidak mau memikirkan dan merawat dirinya dan tidak ada motivasi baik dari dalam maupun luar dirinya sehingga tidak rutin melakukan perawatan diri.

Adapun faktor yang berkontribusi sehingga responden memiliki self care yang kurang baik yaitu faktor usia, dimana sebagian besar responden pada penelitian ini berada pada kategori lanjut usia yaitu lansia awal sebanyak 17 responden dan lansia akhir sebanyak 13 responden yang memiliki self care kurang baik. Menurut Afiyati, Putri, Prabowo & Ristinawati (2025), seiring dengan pertambahan usia maka fungsi tubuh dan kognitif seseorang akan mengalami penurunan seperti kecepatan dalam memproses informasi dan mempelajari hal baru, daya ingat, serta kecepatan reaksi terhadap suatu rangsangan akan terus menurun akibat proses penuaan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Hidayatin (2023), yang mengatakan bahwa pasien diabetes yang berada pada usia lanjut umumnya mengalami penurunan fungsi tubuh dan kognitif akibat proses degeneratif yang alami pada tahap kehidupan tersebut. Kondisi ini menyebabkan lansia menghadapi kesulitan dalam menjalankan aktivitas perawatan diri (self-care) secara optimal. Penurunan fungsi ini berdampak pada ketidakpatuhan dalam menjalankan diet, minum obat, serta menjaga kontrol kadar glukosa darah. Selain itu, aktivitas fisik juga jarang dilakukan karena keterbatasan fisik yang menyertai usia lanjut.

Berdasarkan uraian diatas dapat dikatakan bahwa pasien DM Tipe 2 yang memiliki perilaku self care baik ditunjukkan dari perilakuperilaku positif yang dilakukan oleh penderita DM dalam memelihara kesehatannya sehingga dapat meningkatkan status kesehatan dan hasil gula darah. Kemudian untuk pasien DM tipe 2 yang memiliki self care yang kurang baik menurut peneliti dipengaruhi adanya faktor usia.

Hubungan Diabetes Distress Dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila.

Hasil uji statistik dalam penelitian ini menggunakan teknik analisa data bivariat yaitu uji statistik Rank Spearman diperoleh p value sebesar 0,000 berarti kurang dari $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan diabetes distress dengan self care pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kabila. Nilai koefisien korelasi sebesar (-0,827), ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat dan bersifat negatif antara diabetes distress dengan self care. Artinya, semakin tinggi tingkat diabetes distress, maka

perilaku self care pasien cenderung semakin menurun dan sebaliknya. Nilai negatif ini menunjukkan arah hubungan yang berlawanan.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa responden yang memiliki diabetes distress ringan dengan self care baik sebanyak 35 orang (47,3%) responden. Berdasarkan kuesioner didapatkan hasil bahwa mereka telah menerima penyakit mereka tanpa merasa tertekan karena mempercayai tenaga kesehatan yang dapat mengobati penyakit mereka. Pasien juga merasa adanya dukungan dari keluarga dan juga teman dalam usaha melakukan perawatan diri dengan baik dan selalu menghargai betapa sulitnya hidup dengan diabetes. Mereka menunjukkan bahwa aturan diet merupakan sebuah kewajiban yang harus dijalani sehingga patuh terhadap pola makan yang harus dijalankan. Selain itu mereka juga selalu melakukan latihan fisik termasuk didalamnya berolahraga dan melakukan aktifitas rumah, selalu membiasakan diri untuk selalu memeriksa kadar gula darah serta selalu melakukan perawatan kaki seperti menggunakan alas sepatu ketika keluar rumah, menggunakan lotion dan megeringkan kaki sampai di sela- sela jari.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Natalansyah (2020) yang menunjukkan hasil bahwa responden yang mengalami diabetes distress ringan mampu melakukan self care dengan baik sebanyak 10 responden

(83,3%). Responden yang mengalami distress ringan memiliki self care yang baik dibandingkan dengan responden yang mengalami distress berat. Sedangkan responden yang mengalami distress berat lebih beresiko tidak melakukan self care dengan baik.

Salah satu faktor yang turut mempengaruhi hasil penelitian ini adalah tingkat pendidikan responden. Ditemukan bahwa sebagian besar responden yang mengalami diabetes distress ringan dan mampu melakukan self-care dengan baik adalah mereka yang memiliki tingkat pendidikan SMA, yaitu sebanyak 17 responden. Menurut Hasan, Permana & Wahyudin (2023), tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap kemampuan berpikir seseorang dalam menjalankan perawatan diri. Seseorang dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki kemampuan berpikir rasional, lebih mudah dalam memahami dan menanggapi informasi kesehatan, serta lebih siap dalam menjalankan tindakan selfcare termasuk dalam mengelola penyakit diabetes melitus.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan Rakhmat (2021), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian mereka juga memiliki tingkat pendidikan SMA, yakni sebanyak 11 responden (36,6%). Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa tingkat pendidikan berpengaruh terhadap perilaku self-care pada pasien diabetes melitus, karena individu dengan pendidikan yang lebih tinggi cenderung memiliki pengetahuan kesehatan yang lebih baik. Pengetahuan ini memungkinkan mereka untuk mengontrol penyakit secara mandiri, mengenali gejala awal, dan menjalankan pengobatan maupun gaya hidup sehat secara konsisten.

Selanjutnya, dalam hasil penelitian ini didapatkan sebanyak 32 responden (41,6%) mengalami diabetes distress sedang dan self-care yang kurang baik. Berdasarkan hasil jawaban kuesioner didapatkan rata-rata responden merasa merasa terbebani secara emosional oleh penyakit diabetes seperti diabetes menguras energi dan mental serta menimbulkan perasaan takut, marah, dan tertekan. Mereka merasa khawatir akan komplikasi jangka panjang meskipun telah berusaha mengelolanya. Selain itu, merasa kurang percaya diri dan motivasi dalam menangani diabetes, serta merasa gagal dalam menjalani rutinitas perawatan. Dalam aspek self-care, banyak responden jarang menjaga pola makan sehat, masih sering mengonsumsi makanan tinggi gula dan lemak, tidak rutin memeriksa kadar gula darah secara mandiri, serta kurang berolahraga dan merawat kaki dengan baik. Namun, mereka tetap patuh dalam mengonsumsi obat. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden belum menerapkan selfcare secara optimal, yang berkontribusi terhadap tingginya tingkat diabetes distress yang mereka alami.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nugroho dkk (2024), yang menunjukkan sebanyak (56%) responden berada pada kategori diabetes distress sedang dan self care

sedang dan buruk. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas pasien memiliki self care yang buruk dengan level distress yang sedang karena mereka harus mengubah pola hidup dan menghadapi perubahan fisik dan psikologi setelah didiagnosa (Nugroho et al, 2024).

Kondisi stres yang dialami pasien diabetes dapat memperburuk kesehatan mereka. Penderita diabetes mudah mengalami stres dalam melaksanakan program diet, sehingga cara penanganan yang dilakukan penderita dalam menangani stres ketika diet dapat mempengaruhi keberhasilan mereka dalam mematuhi program diet serta pengendalian kadar gula darah (Nuraini, Febrianti & Kalla 2022).

Menurut peneliti salah satu faktor yang turut mempengaruhi hasil ini adalah tingkat penghasilan. Dalam penelitian ini, sebagian besar responden yang mengalami diabetes distress kategori sedang dengan selfcare yang kurang baik diketahui memiliki penghasilan < Upah Minimum Provinsi (UMP), yaitu sebanyak 27 responden. Menurut Muntamah (2022), orang dengan penghasilan rendah akan lebih cenderung mengalami kondisi stres karena mereka memiliki keterbatasan dalam hal otonomi dan kesempatan sehingga dapat menyebabkan stres bertambah. Kondisi ini berpotensi mengganggu kemampuan individu dalam menjalankan perawatan diri (self-care) secara optimal.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al Fatih, Tania & Aprilia (2023) yang juga menjelaskan bahwa responden dengan penghasilan rendah mungkin memiliki akses terbatas pada perawatan kesehatan yang dapat mengakibatkan mereka tidak dapat memperoleh pengobatan yang diperlukan untuk mengendalikan kadar gula darah dan mungkin juga memiliki keterbatasan dalam membeli makanan yang sehat dan bergizi. Akibatnya, individu cenderung mengonsumsi makanan tinggi kalori namun rendah nutrisi, yang berisiko menyebabkan obesitas dan resistensi insulin, serta memperburuk kontrol glikemik.

Selain itu, dalam penelitian ini juga didapatkan responden yang memiliki diabetes distress sedang dengan self care yang baik sebanyak 7 orang (9,5%) responden. Seluruh responden tersebut diketahui berjenis kelamin perempuan, sehingga peneliti berasumsi bahwa jenis kelamin merupakan salah satu faktor yang memengaruhi hasil ini. Menurut Firdausita (2022), perempuan memiliki kecenderungan untuk lebih waspada secara emosional ketika menghadapi konflik atau tekanan. Kondisi ini dapat memicu tubuh menghasilkan hormon negatif yang menimbulkan stres, gelisah serta perasaan takut. Sehingga perempuan akan lebih mudah mengalami kondisi distress saat menerima tekanan. Namun dalam hal kemandirian perawatan diri, perempuan lebih menunjukkan perilaku self care yang lebih baik daripada laki-laki sehingga perempuan akan lebih peduli untuk melakukan perawatan mandiri terhadap penyakit yang dialaminya (Susanti, Nursalam & Nadatien, 2023).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Silalahi, Prabwati & Hastono (2021) yang menjelaskan bahwa self care dapat dilakukan oleh laki-laki maupun perempuan, namun pada kenyataannya perempuan tampak lebih peduli terhadap status kesehatannya daripada laki-laki sehingga ia berupaya secara optimal untuk melakukan self care terhadap penyakitnya. Berdasarkan temuan ini, peneliti menyimpulkan bahwa meskipun perempuan lebih rentan mengalami tekanan emosional atau distress, namun tingkat kepedulian dan tanggung jawab terhadap kesehatan yang lebih tinggi membuat mereka tetap mampu menjalankan self-care dengan baik.

Berdasarkan uraian hasil penelitian diatas, teori yang mendukung serta penelitian yang sejalan dengan penelitian in, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara diabetes distress dengan self care pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kabila.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kabila dapat disimpulkan bahwa: 1. Diabetes distress pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Kabila dengan kategori ringan sebanyak 35 responden (47,3%), kategori sedang yaitu sebanyak 39 responden (52,7 %) dan tidak ada responden yang termasuk dalam kategori berat.

Self care pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Kabila dengan kategori kurang baik sebanyak 32 responden (43,2%) dan kategori baik yaitu sebanyak 42 responden (56,8 %)

Terdapat hubungan yang signifikan antara diabetes distress dengan self care pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Kabila. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji korelasi Rank Spearman, diperoleh nilai p- value 0,000 ($<$ nilai $\alpha = 0.05$) dan nilai korelasi koefisien sebesar (0,827) yang artinya nilai korelasi sangat kuat dan bersifat negatif antara diabetes distress dengan self care.

SARAN

Bagi Puskesmas, Disarankan kepada pihak Puskesmas untuk dapat memaksimalkan upaya dalam menangani pasien dengan tingkat diabetes distress sedang dan self care yang kurang baik. Salah satu langkah yang dapat dilakukan yaitu tenaga kesehatan dapat berkolaborasi dengan pihak keluarga agar selalu mendukung dan terlibat dalam proses perawatan pasien sehingga diabetes distress dan self care nya terkontrol dengan baik. 2. Bagi responden Peneliti berharap sebisa mungkin responden bekerja sama dengan tenaga kesehatan dan keluarga untuk dapat memaksimalkan manajemen diabetes distressnya sehingga self care dapat terkontrol dengan baik.

Bagi Peneliti Selanjutnya Peneliti selanjutnya disarankan untuk dapat melengkapi penelitian ini dengan meneliti faktor-faktor yang dapat mempengaruhi diabetes distress dan self care. Selain itu, disarankan juga untuk menggunakan ukuran sampel yang lebih banyak serta jenis penelitian yang mengarah pada intervensi atau perlakuan untuk mengatasi diabetes distress secara efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyati, N. D., Putri, D. P., Prabowo, N. A., & Ristinawati, I. (2025). Hubungan Gula Darah Puasa Dengan Fungsi Kognitif Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Plexus Medical Journal*, 4(1), 918.
- Agustin, H., Arifianto, A., & Winarti, R. (2024). The Relationship Of The Incident Of Diabetes Distress And Self Care In Diabetes Mellitus Patients. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 15(2).
- Al Fatih, H., Tania, M., & Aprillia, D. (2023). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Di Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan Bsi*, 11(1), 40-51.
- Anisa, S., Alini, A., & Harmia, E. (2024). Hubungan Persepsi Penyakit Dengan Diabetes Distress Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Desa Kualu
- Wilayah Kerja Upt Blud Puskesmas Tambang Tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 2(4), 698-706.
- Anita, D. C. (2020). Komorbiditas, Komplikasi Dan Kejadian Distress Pasien Diabetes Tipe-2. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 15(2), 126-136.
- Bidulang, C. B., Wiyono, W. I., & Mpila, D. A. (2021). Evaluasi Tingkat Kepatuhan Penggunaan Obat Antidiabetik Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Enemawira. *Pharmacon*, 10(3), 1066-1071.
- Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. (2024). Data Penderita Diabetes Provinsi Gorontalo
- Erti, E., & Anisa, N. R. (2023). Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II. *JIMP: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(1), 22-30.

-
- Fauziyah, N., Unmehopa, Y. F., & Dewi, R. (2023). Hubungan mekanisme koping dengan kecemasan pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Baros Kota Sukabumi. *HealthCare Nursing Journal*, 5(1), 538-545.
- Firdausita, S. (2022). Hubungan diabetes self-management dengan distress pada pasien diabetes melitus. Skripsi. STIKes Ngudia Husada Madura.
- Fisher, L., Polonsky, W. H., & Hessler, D. (2019). Addressing Diabetes Distress In Clinical Care: A Practical Guide. *Diabetic Medicine*, 36(7), 803812.
- Hasan, M. N., Permana, I., & Wahyudin, D. (2023). Hubungan Self Care Dengan Peningkatan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Desa Cibaregbeg Wilayah Kerja Puskesmas Sagaranten Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Health Society*, 12(1).
- Hidayatin, T. (2023). Hubungan self care management dengan kadar glukosa darah pada penderita
- Kementrian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI). <https://www.kemkes.go.id/id/survei-kesehatan-indonesia-ski-2023>
- Sustainable Development Goals With Biodiversity In Confronting Climate Change, (Hal. 237-241). Gowa.
- Muchtar, R. S. U., Natalia, S., & Minanda, W. (2023). Hubungan Perilaku Self Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Sekupang Kota Batam. *Jurnal Medika Husada*, 3(2), 67-76.
- Munir, N. W., & Solissa, M. D. (2021). Hubungan Self-Efficacy dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal keperawatan widya gantari indonesia*, 5(1).
- Muntamah, U., & Wulansari (2022). Prevalensi Diabetes Distress Dan Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Distress Pada Pasien DM Tipe 2 Di Puskesmas Kabupaten Semarang. *Media Informasi Penelitian Kabupaten Semarang*, 4(1), 44-53.
- Natalansyah, N., Wulandari, W., & Mansyah, B. (2020). Tingkat Stres Dan Perawatan Diri (SelfCare) Pada Klien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poli Penyakit Dalam BLUD RSUD Dr. Doris Sylvanus: Level Of Stress And Self-Care In Clients Of Diabetes Melitus Tipe 2 In Poly Disease In BLUD RSUD dr. Doris Sylvanus. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 6(1), 91-95.
- Nugroho, F. C., Banase, E. F. T., Hamu, A. H., Making, A. M., Vanchapo, A. R., Nubi, L. B., Banggut, E. D. (2024). Hubungan Antara Diabetes Distress Dengan Self Care Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Puskesmas Oesapa Kota Kupang. *Jurnal Ners*, 8(1), 658666.
- Nuraini, I., Febrianti, N., Rabiah, R., & Kalla, H. (2022). Hubungan Diabetes Distress Dengan Selfcare Pada Diabetes Mellitus. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 5(5), 278-283.
- Perkeni. (2021). Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia. Jakarta: Pb. Perkeni.
- Putra, D. H., Oktarina, Y., & Sulistiawan, A. (2023). Hubungan Tingkat Stress Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Simpang Iv Sipin. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*, 13(2), 362-371.

-
- Rahmadiya, S., & Kurnia, D. A. (2024). Hubungan Kecemasan Dengan Manajemen Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Nurse*, 7(1), 18-24.
- Rakhmat, A. (2021). Gambaran Self care Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di RSUD Labuang Baji Makassar. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 1(1), 13-18.
- Sasombo, A., Katuuk, M. E., & Bidjuni, H. (2021). Hubungan Self Care Dengan Komplikasi Diabetes Melitus Pada Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Husada Sario Manado. *Jurnal Keperawatan*, 9(2), 5462.
- Siburian, C. H., Gulo, C. T., & Naibaho, E. N. V. (2024). Hubungan Kadar Gula Darah dengan Diabetes Distress pada Pasien Diabetes Melitus. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(4), 265-273.
- 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. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (Mppki)*, 4(1), 15-22.
- Susanti, N., Nursalam, N., & Nadatien, I. (2023). Pengaruh Pengaruh Education And Support Group Berbasis Teori Self Care Terhadap Kepatuhan, Kemandirian Perawatan Kaki Dan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 8(1), 21-29.
- Zaura, T. A., Bahri, T. S., & Darliana, D. (2021). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(1).