

Hubungan Perilaku *Self Management* Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022

The Relationship between Self Management Behavior and Fasting Blood Sugar in the Elderly with Type 2 Diabetes Mellitus in the Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022

P-ISSN: 2477-6408 | E-ISSN: 2656-0046

Url Jurnal: <https://uia.e-journal.id/afiat/article/2238>

[https://DOI : 10.34005/afiat.v9i01.2238](https://DOI:10.34005/afiat.v9i01.2238)

Nia Kurniawati
nenk91nia@gmail.com
Universitas Islam As-Syafi'iyah

Ns. Seniwati
istiistiqomah.fikes@uia.ac.id
Universitas Islam As-Syafi'iyah

ABSTRAK

Proses menua menghasilkan perubahan fisiologis yang menyebabkan disfungsi organ dan kegagalan suatu organ atau sistem tubuh tertentu. Jenis penyakit pada proses penuaan adalah penyakit degeneratif. Salah satunya yaitu Diabetes Mellitus Tipe 2 dapat mempengaruhi kualitas hidup dari penderitanya dan dapat menimbulkan resiko terjadinya komplikasi yang berujung pada amputasi, kebutaan, dan gagal ginjal. Beberapa masalah yang dapat timbul dapat dikendalikan dengan menerapkan perilaku manajemen diri (*self-management*) pada penyakitnya. **Tujuan penelitian** untuk mengetahui hubungan perilaku *self management* dengan kadar gula darah puasa pada lansia penderita diabetes mellitus tipe 2 di Posbindu Mawar Jatibening Baru. **Metode Penelitian** menggunakan *deskriptif korelasi*. Jumlah sampel adalah sebanyak 50 lansia penderita DM tipe 2 yang diambil dengan teknik *Total sampling*. **Hasil Penelitian** uji statistik didapatkan hasil paling mendominasi yaitu kelompok usia 45-59 tahun berjumlah 37 orang (74%), Perempuan berjumlah 33 orang (66%) dan memiliki riwayat diabetes mellitus sebanyak 43 lansia (86%). Perilaku *self management* rendah sebanyak 31 orang (62,0%) dan lansia yang memiliki kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 26 orang (52,0%). Nilai $p_{value} = 0,024$ atau $\alpha = 0,05$ dengan nilai Odds Ratio = 3, 939. **Simpulan** terdapat hubungan perilaku *self management* dengan kadar gula darah puasa pada lansia penderita diabetes mellitus tipe 2. **Saran** agar para kader dapat memberikan edukasi dalam upaya meningkatkan pengetahuan pada lansia pentingnya menjaga pola makan yang sehat dan olahraga yang tepat agar kadar gula darah tetap terkontrol.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Kadar Gula Darah , Lanjut Usia, *Self Management*



Jurnal Afiat : Kesehatan dan Anak is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

ABSTRACT

Introduction the process of aging produces physiological changes that lead to organ dysfunction and failure of a particular organ or body system. The type of disease in the aging process is a degenerative disease. One of them is Diabetes Mellitus Type 2 which can affect the quality of life of the sufferer and can pose a risk of complications that lead to amputation, blindness, and kidney failure. Some of the problems that can arise can be controlled by applying self-management behavior to the disease. **Research Purpose** was to determine the relationship between self-management behavior and fasting blood sugar levels in the elderly with type 2 diabetes mellitus at Posbindu Mawar Jatibening Baru. **Research method** uses descriptive correlation. The number of samples was 50 elderly people with type 2 DM who were taken using the total sampling technique. **Results** of the statistical test showed that the most dominant results were in the 45-59 age group with 37 people (74%), 33 women (66%) and 43 elderly people with diabetes mellitus (86%). Low self-management behavior as many as 31 people (62.0%) and the elderly who have abnormal fasting blood sugar levels as many as 26 people (52.0%). $P_value = 0.024$ or $< \alpha = 0.05$. **Conclusion** there is a relationship between self-management behavior and fasting blood sugar levels in the elderly with type 2 diabetes mellitus. **Suggestions** that cadres can provide education in an effort to increase knowledge In the elderly, it is important to maintain a healthy diet and proper exercise to keep blood sugar levels under control.

Keywords: Blood Sugar Levels, Diabetes Mellitus, Elderly, Self Management

A. Latar Belakang

Lansia dikatakan sebagai tahap akhir perkembangan pada daur kehidupan manusia. Menurut UU No. 13/Tahun 1998 tentang kesejahteraan Lansia disebutkan bahwa lansia adalah seseorang yang telah mencapai usia lebih dari 60 tahun (Dewi, 2014). Menurut WHO (2015) lanjut usia (lansia) adalah kelompok penduduk yang berumur 60 tahun atau lebih.

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa dalam darah (Hiperglikemia) sebagai akibat gangguan pada produksi insulin, kinerja insulin, atau kedua-duanya. Hal ini dapat menyebabkan gangguan berbagai fungsi organ, terjadinya komplikasi, baik akut maupun kronik bahkan dapat menyebabkan kematian (PERKENI, 2019).

Kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2050 diperkirakan populasi lansia meningkat 3 kali lipat dari tahun ini. Pada tahun 2000 jumlah lansia sekitar 5.300.000 (7,4%) dari total populasi, sedangkan pada tahun 2010 jumlah lansia 24.000.000 (9,77%) dari total populasi, dan tahun 2020 diperkirakan jumlah lansia mencapai 28.800.000 (11,34%) dari total populasi (WHO, 2015). Menurut Kemenkes RI jumlah lansia di Indonesia tahun 2020 diperkirakan sekitar 80.000.000 (Suzana, 2018).

Prevalensi jumlah penderita Diabetes Mellitus di seluruh dunia diperkirakan 422 juta orang dewasa hidup dengan diabetes pada tahun 2014, dibandingkan dengan 108 juta pada tahun 1980. Prevalensi diabetes di dunia (dengan usia yang distandarisasi) telah meningkat hampir dua kali lipat sejak tahun 1980, meningkat dari 4,7% menjadi 8,5% pada populasi orang dewasa (Kemenkes, 2018).

Diabetes mellitus sendiri dibagi ke dalam beberapa tipe yakni Diabetes mellitus tipe 1 dan Diabetes mellitus tipe 2 (Trisnawati & Setyorogo, 2013). Pada saat

ini, pasien Diabetes Mellitus paling banyak merupakan pasien Diabetes Mellitus tipe 2. DM tipe 2 merupakan gangguan penyakit metabolik yang ditandai oleh kenaikan gula darah akibat penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas atau gangguan fungsi insulin (resistensi insulin) (Fatimah, 2015).

Individu yang mengalami Diabetes Mellitus akan mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis. Pola hidup yang berubah, keterbatasan aktivitas, dan fungsi fisik akan mempengaruhi kesehatan fisik serta adanya pikiran dan perasaan negatif dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis sehingga jika dua hal ini tidak terpenuhi maka dapat menurunkan kualitas kehidupan. Diabetes Mellitus Tipe 2 dapat mempengaruhi kualitas hidup dari penderitanya dan dapat menimbulkan risiko terjadinya komplikasi.

Penderita Diabetes Mellitus berisiko tinggi mengalami komplikasi berupa hipoglikemia, hiperglikemia, ketoasidosis, neuropathy yang meningkatkan risiko luka gangren yang berujung pada amputasi, retinopati yang berpotensi mengalami kebutaan, nefropati yang dapat berujung pada gagal ginjal. Beberapa masalah yang dapat timbul pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 ini dapat dikendalikan apabila pasien dapat menerapkan perilaku manajemen diri (*Self-management*) pada penyakitnya.

Self-management merupakan bagian integral dari pengendalian diabetes. Sebagai contoh, dalam banyak kasus pasien dianjurkan untuk dapat menjaga diet/ pola makan yang sehat serta olahraga yang tepat agar kadar glukosa tetap terkontrol. *Self-management* dapat menggambarkan perilaku individu yang dilakukan secara sadar, bersifat universal, dan terbatas pada diri sendiri (Hidayah, 2019).

Hasil studi pendahuluan di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022 pada bulan Januari 2022 diketahui ada 10 orang

lansia penderita diabetes melitus tipe 2. 7 orang atau 70% diantaranya mengatakan melanggar kedisiplinan kesehatannya dengan mengkonsumsi makanan manis, kurangnya kedisiplinan atau lupa dalam konsumsi obatgula darah, dan kurangnya monitoring gula darah, sedangkan 3 orang atau 30% lainnya mengatakan patuh atau disiplin terhadap kesehatannya seperti rajin beraktivitas fisik atau olahraga, disiplin dalam mengkonsumsi obat, dan rutin memeriksakan gula darah dirinya ke dokter.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Perilaku *Self Management* Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022”

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Identifikasi Hubungan Perilaku *Self Management* Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022

2. Tujuan khusus

- a. Teridentifikasi gambaran karakteristik responden pada penderita diabetes mellitus Tipe 2 pada lansia di Posbindu Mawar Jatibening Baru
- b. Teridentifikasi gambaran *Self Management* pada penderita diabetes mellitus Tipe 2 pada lansia di Posbindu Mawar Jatibening Baru
- c. Teridentifikasi gambaran kadar gula darah penderita diabetes mellitus Tipe 2 pada lansia di Posbindu Mawar Jatibening Baru
- d. Teranalisis Hubungan Perilaku *Self Management* Dengan Kadar gula Darah Puasa Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022

C. Metode Penelitian

1. Desain Penelitian

Metode pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan *cross sectional* yaitu pengambilan data yang dilakukan pada satu waktu (Sujarweni, 2014).

2. Tempat dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini di Posbindu Mawar Jatibening Baru. Sedangkan penelitian ini dilakukan pada bulan April - September 2022 mulai dari persiapan, pengambilan data, pengolahan data dan analisis data sampai penulisan laporan.

3. Populasi

Populasi adalah keseluruhan jumlah yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai karakteristik dan kualitas tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sujarweni, 2015). Dalam penelitian ini populasinya adalah 50 lansia yang berumur ≥ 45 tahun.

4. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2017). Jumlah sampel yang diambil peneliti berjumlah 50 orang.

D. Hasil Penelitian

1. Analisa Univariat

a. Gambaran Karakteristik Responden

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Usia di Posbindu Mawar Jatibening Baru

Usia		Frekuensi	Persentase
1. Usia Lanjut	45-59	37	74 %
2. Usia Lanjut	60-69	13	26 %
Total		50	100%

Tabel 5.1 menunjukkan bahwa dari 50 responden, didapat hasil kelompok usia

45-59 tahun yang paling mendominasi tabel yaitu sebanyak 37 orang (74%)

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Lansia di Posbindu Mawar Jatibening Baru

JENIS KELAMIN	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	17	34%
Perempuan	33	66%
TOTAL	50	100

Tabel 5.2 menunjukkan bahwa dari 50 responden, didapat hasil jenis kelamin lansia di Posbindu Mawar Jatibening Baru berjenis kelamin Perempuan yaitu sebanyak 33 orang (66%).

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Riwayat Diabetes Mellitus Pada Lansia di Posbindu Mawar Jatibening Baru

Riwayat Diabetes Mellitus	Frekuensi	Persen
Ada	43	86 %
Tidak Ada	7	14 %
TOTAL	50	100%

Gambaran tabel 5.3 riwayat diabetes mellitus di Posbindu Mawar Jatibening Baru di dapatkan hasil 43 lansia (86%) memiliki riwayat diabetes mellitus.

b. Gambaran Perilaku Self Management Diabetes Mellitus

Tabel 5.4
Distribusi Frekuensi Perilaku Self Management Diabetes Mellitus di Posbindu Mawar Jatibening Baru

Perilaku Self Management Diabetes Mellitus	Frekuensi	Persen
Tinggi	19	38,0 %

Rendah	31	62,0%
Total	50	100 %

Tabel 5.4 menunjukkan gambaran perilaku *self management* diabetes mellitus yaitu perilaku *self management* rendah sebanyak 31 orang (62,0%)

c. Gambaran Kadar Gula Darah Puasa

Tabel 5.5
Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah Puasa Di Posbindu Mawar Jatibening Baru

Kadar Gula Darah Puasa	FREKUE NSI	PERSEN
Normal	24	48,0%
Tidak Normal	26	52,0%
Total	50	100 %

Gambaran Tabel 5.5 data kadar gula darah puasa di Posbindu Mawar Jatibening Baru didapat bahwa lansia yang memiliki kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 26 orang (52,0%).

2. Analisa Bivariat

Untuk melihat hubungan tersebut, apakah terdapat hubungan yang signifikan atau tidak, menggunakan Uji *Chi – Square* berdasarkan tabel kontingensi dengan bantuan program SPSS, dari hasil pengolahan data tersebut akan ditampilkan tabel kontingensi yang disajikan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 5.6
Tabulasi Silang Perilaku Self Management Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022, Hasil Uji Chi – Square dan Odds Ratio

Kadar Gula Darah Puasa	T	P	OR
Normal	T	P	(95 %
Tidak Normal	A	ue	CI)

	N		L		
	N %	N %	N %	L %	
Perilaku Self Manage ment					
Tinggi	13 26 %	6 12 %	19 38 %	0. 02 4	3.9
Rendah	11 22 %	20 40 %	31 62 %		
Total	24 48 %	26 52 %	50 100.		

Berdasarkan tabel 5.6 diketahui bahwa dari 50 responden, yang memiliki perilaku *self management* tinggi sebanyak 19 orang dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 13 orang (26%) dan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 6 orang (18%). Kemudian yang memiliki perilaku *self management* rendah sebanyak 31 orang dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 11 orang (22%) dan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 20 orang (40%). Kesimpulan dari tabel 5.6 adalah dari 50 responden didapatkan bahwa total yang memiliki perilaku *self management* dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 24 orang (48%), dan perilaku *self management* dengan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 26 orang (52%).

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil nilai Chi – Square, tidak terlihat ada cell yang kurang dari 5 dan tabel hitung 2 x 2, maka statistic yang digunakan *Pearson Chi Square* dengan nilai $p_{value} = 0,024$ ini lebih kecil dari $\alpha = 5\%$ atau 0,05 maka hipotesis H_0 ditolak. Kesimpulannya adalah terdapat Hubungan Perilaku *Self Management* Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022.

Selanjutnya untuk menilai besarnya kekuatan hubungan perilaku *self management* dengan kadar gula darah

puasa pada lansia penderita diabetes mellitus tipe 2 di Posbindu Mawar Jatibening Baru digunakan *Odss Ratio* dengan nilai = 3,939 atau 3,9. Nilai P_{value} diatas menunjukkan bahwa terdapat kekuatan hubungan perilaku *self management* dengan kadar gula darah puasa pada lansia, yaitu “Responden yang mengatakan perilaku *self management* tinggi memiliki peluang 3x lebih tinggi untuk memiliki kadar gula darah normal dibandingkan responden yang mengatakan perilaku *self management* rendah”.

E. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Usia

Berdasarkan hasil dari penelitian di Posbindu Mawar Jatibening Baru didapatkan bahwa dari 50 responden menunjukkan sebagian besar responden berumur 45-59 tahun berjumlah 37 orang (74%) dan lansia yang berumur 60-69 tahun berjumlah 13 orang (26 %). Hasil penelitian tersebut membuktikan bahwa usia mempengaruhi resiko dan kejadian DM tipe 2.

Hal ini sesuai dengan pernyataan *American Heart Association (2012)* Semakin bertambahnya usia maka semakin tinggi risiko terkena Diabetes Mellitus tipe 2. Diabetes Mellitus tipe 2 terjadi pada orang dewasa setengah baya, paling sering setelah usia 45 tahun. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ismail (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai rentang usia antara 61-70 tahun yaitu 34 responden. Responden terbesar kedua mempunyai rentang usia 51-60 tahun yaitu 21 responden. Kemudian, dari penelitian juga diperoleh sebagian kecil responden mempunyai rentang usia 31-40 tahun yang berjumlah 3 orang (4,1%).

b. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil dari penelitian di Posbindu Mawar Jatibening Baru didapatkan bahwa dari 50 responden menunjukkan responden dengan jenis kelamin perempuan merupakan penderita DM tipe 2 lebih tinggi dari laki-laki berjumlah 33 orang (66%) untuk perempuan dan 17 orang (34%) untuk laki-laki. Hasil penelitian menunjukkan perempuan lebih banyak menderita DM (57,5%). Hal ini sejalan dengan teori Brunner & Suddarth, (2014) dan Pelt & Beck, (2012) jumlah wanita yang menderita DM dibandingkan jumlah laki-laki lebih banyak.

Hal ini karena tingkat sensitifitas terhadap kerja insulin pada otot dan hati. Estrogen adalah hormon yang dimiliki wanita. Peningkatan dan penurunan kadar hormon estrogen yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah. Pada saat kadar hormon estrogen mengalami peningkatan maka tubuh menjadi resisten terhadap insulin. Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian Awad, dkk (2013) yang dilakukan dari 138 penderita DM tipe 2 ditemukan hasil 78 orang (57%) adalah wanita dan penelitian yang dilakukan oleh Akhsyari dan Rahayuningsih (2017) dalam penelitian mendapatkan hasil bahwa dari jumlah sampel 99 orang, 54,5% adalah wanita.

c. Riwayat DM

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari 50 responden, didapat riwayat keluarga dengan DM sebanyak 43 orang (86%), sedangkan yang tidak ada riwayat DM sebanyak 7 orang (14%). Hasil penelitian Isnaini & Ratnasari (2018) bahwa orang yang memiliki keluarga dengan riwayat DM berpeluang 10,938 kali lebih besar menderita DM tipe 2 dari pada orang yang tidak memiliki keluarga dengan riwayat DM karena risiko seseorang untuk

menderita DM tipe 2. Keluarga yang dimaksud hanya keluarga dekat seperti ayah, ibu dan saudara kandung. Faktor genetik pada kasus DM bersumber dari keselarasan DM yang dapat meningkat pada kondisi kembar monozigot, prevalensi kejadian DM yang tinggi pada anakanak dari orang tua yang menderita DM dan prevalensi kejadian DM yang tinggi pada kelompok etnis tertentu.

Hal ini didukung dengan teori menurut Novitasari (2012) bahwa DM merupakan penyakit degeneratif yang terpaut kromosom seks. Jadi ayah normal dengan simbol AA dan ibu normal tetapi membawa DM dengan simbol Aa maka keturunannya adalah AA normal untuk laki-laki, Aa menderita untuk laki-laki dan Aa normal untuk wanita tetapi membawa gen DM

2. Gambaran Perilaku *Self Management* pada penderita diabetes mellitus pada lansia di Posbindu Mawar Jatibening Baru

Berdasarkan hasil penelitian di Posbindu Mawar Jatibening Baru didapatkan bahwa dari 50 responden menunjukkan gambaran perilaku *self management* diabetes mellitus yang dimiliki oleh lansia dengan diabetes mellitus tipe 2, bahwa lansia yang memiliki perilaku *self management* tinggi sebanyak 19 orang (38,0%), sedangkan lansia yang memiliki perilaku *self management* rendah sebanyak 31 orang (62,0%). Menurut Queensland Health dalam Primanda & Kritpracha(2012) *Self-management* adalah suatu keterlibatan individu didalam kegiatan maupun praktek yang bertujuan mempertahankan dan meningkatkan kesehatan, kesejahteraan dengan membuat penderita aktif dan berpartisipasi dalam mengambil keputusan perihal program khusus untuk pengobatan mereka membangun dan mempertahankan kemitraan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ansafa (2022) Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan bahwa penderita diabetes melitus tipe II mempunyai perilaku self management yang kurang sejumlah 21 responden (45,7%), lalu pada penderita diabetes melitus tipe II yang memiliki perilaku self management cukup sejumlah 18 responden (39,1%) dan untuk penderita diabetes melitus tipe II yang mempunyai perilaku self management yang baik sejumlah 7 responden (15,2%). Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Chaidir (2017) di wilayah kerja Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi, didapatkan sebanyak 58,4% responden dengan DM memiliki tingkat self-management diabetes baik. Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Junianty (2011) tentang Hubungan Tingkat Self Care dengan Kejadian Komplikasi Pada Pasien DM Tipe 2 Di RSUD Sumedang 2011 pada 55 responden, didapatkan hasil bahwa pasien dengan tingkat self care tinggi atau rendah dapat menyebabkan kejadian komplikasi diabetes mellitus yang ditunjukkan melalui hubungan yang rendah. Penelitian yang dilakukan oleh peneliti sendiri didapatkan hasil bahwa lansia di posbindu mawar jatibening memiliki Self Management yang rendah terhadap penyakit mereka dikarenakan kurangnya memeriksakan kadar gula darah ke dokter, tidak meminum obat diabetes secara rutin dan terkadang memiliki rasa tidak bisa mengontrol makanan seperti makanan manis contohnya , teh manis

3. Gambaran Kadar gula darah puasa penderita diabetes mellitus pada lansia di Posbindu Mawar Jatibening Baru

Berdasarkan hasil penelitian di Posbindu Mawar Jatibening Baru didapatkan bahwa dari 50 responden menunjukkan gambaran kadar gula darah puasa yang dialami oleh lansia dengan

diabetes mellitus tipe 2 bahwa lansia yang memiliki kadar gula darah puasa normal sebanyak 24 orang (48,0%), sedangkan lansia yang mengalami kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 26 orang (52,0%).

Glukosa darah adalah istilah yang mengacu kepada kadar glukosa dalam darah yang konsentrasinya diatur ketat oleh tubuh. Glukosa yang dialirkan melalui darah adalah sumber utama energy untuk sel-sel tubuh. Umumnya tingkat glukosa dalam darah bertahan pada batas-batas 4-8 mmol/L/hari (70-150mg/dl), kadar ini meningkat setelah makan dan biasanya berada pada level terendah di pagi hari sebelum orang-orang mengkonsumsi makanan (Bender & Mayes,2009).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurjanah (2018) yang berjudul hubungan self care dengan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin menunjukkan bahwa rata-rata kadar gula darah puasa pasien DM tipe 2 dalam kategori tinggi karena melebihi batas normal ≥ 126 mg/dL, dari 47 orang pasien 35 diantaranya masih memiliki kadar glukosa yang tinggi hal tersebut menunjukkan bahwa kadar gula darah puasa pasien masih belum terkontrol secara optimal. Hasil penelitian serupa yang dilakukan oleh Hariyanto (2013) juga menyebutkan bahwa dari 20 orang responden hanya 2 orang yang terkontrol kadar gula darahnya sedangkan 18 orang lainnya tidak terkontrol. Hal ini pula didukung oleh penelitian yang dilakukan Ardyana (2014) yang menyebutkan bahwa dari seluruh responden, dengan kadar gula darah puasa yang tidak terkontrol yaitu sebanyak 64,9% sedangkan yang kadar gula darahnya terkontrol hanya 35,1%.

Dari beberapa penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata kadar gula darah puasa pasien diabetes melitus tipe 2 memang belum terkontrol dengan baik. Hal ini sesuai dengan teori PERKENI tahun

2015 yang menyatakan bahwa dari 2/3 pasien yang terdiagnosa DM yang menjalani pengobatan hanya 1/3 yang terkendali kadar gula darahnya.

4. Hubungan Perilaku *Self Management* Dengan Kadar gula darah puasa Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 50 responden, yang memiliki perilaku *self management* tinggi sebanyak 19 orang dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 13 orang (26 %) dan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 6 orang (18%). Kemudian yang memiliki perilaku *self management* rendah sebanyak 31 orang dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 11 orang (22%) dan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 20 orang (40%). Kesimpulan dari tabel 5.6 adalah dari 50 responden didapatkan bahwa total yang memiliki perilaku *self management* dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 24 orang (48 %), dan perilaku *self management* dengan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 26 orang (52 %).

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil nilai Chi – Square, tidak terlihat ada cell yang kurang dari 5 dan tabel hitung 2 x 2, maka statistic yang digunakan *Pearson Chi square* dengan nilai $p_{value} = 0,024$ ini lebih kecil dari $\alpha = 5\%$ atau 0,05 maka hipotesis H_0 ditolak. Kesimpulannya adalah terdapat Hubungan Perilaku *Self Management* Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Posbindu Mawar Jatibening Baru Tahun 2022.

Hal ini menyimpulkan bahwa responden yang menderita diabetes melitus masih kurang dalam pelaksanaan perilaku *self management* yang salah satunya sebagai cara untuk mengontrol kadar gula darah. Menurut *American Diabetes*

Association (ADA), (2018) menyebutkan betapa pentingnya melakukan perilaku *self management* dengan rutin guna memberikan penilaian kemajuan yang sudah dicapai penderita diabetes melitus tipe II yang tercermin seberapa kemampuan individu dalam mengelola kehidupannya setiap hari sehingga dapat mencegah terjadinya komplikasi baik akut maupun risiko komplikasi jangka panjang yang berupa keadaan retinopati diabetikum, neuropati bahkan risiko kematian.

Hal ini sesuai dengan penelitian dari Mulyani, (2016) dalam penelitian tersebut menyebutkan ada hubungan yang bermakna antara perilaku *self management* dengan kadar gula darah, dimana semakin kurang perilaku *self management* maka semakin tidak terkontrol nilai kadar gula darah. Penelitian yang dilakukan oleh Ansafa (2022) menunjukkan bahwa dari 46 responden (100%) yang menderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Purwoharjo menampilkan adanya peningkatan kadar gula darah seiring dengan menurunnya perilaku *self management*. Hal tersebut dibuktikan dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe II dengan kategori diabetes melitus dan perilaku *self management* kurang sejumlah 20 responden (43,5%), kadar gula darah kategori diabetes melitus dan perilaku *self management* cukup sejumlah 14 responden (30,4%) dan tidak ada responden dengan kategori diabetes melitus yang mempunyai perilaku *self management* baik.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Hidayah (2019) Berdasarkan uji hubungan menggunakan chi square, didapatkan nilai p_{value} lebih kecil dari 0,05, sehingga H_0 ditolak yang artinya bahwa terdapat hubungan antara perilaku *self-management* diabetes (yang menggambarkan status *self-management* diabetes dengan kadar gula darah pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Penelitian lain yang dilakukan oleh Chaidir, dkk (2017) di

Puskesmas Sumatera Barat yang menyatakan bahwa self care memang mempunyai peranan penting dalam penatalaksanaan diabetes melitus, apabila pasien diabetes melitus mampu melaksanakan self care dengan optimal dan teratur maka kadar gula darah puasa pasien dalam rentang normal sehingga hal tersebut mampu meningkatkan kualitas hidup pasien.

Self-management adalah suatu perilaku terampil, menekankan pada peran, serta tanggung jawab individu dalam pengelolaan penyakitnya sendiri (Kisokanth dkk., 2013). Menurut Junianty (2012) bahwa self care ini juga menjadi hal yang penting untuk dilakukan karena domain atau indikator yang terdapat didalamnya sesuai dengan pilar-pilar DM yang harus di patuhi oleh pasien itu sendiri agar kadar gula darah pasien berada dalam batas normal sehingga tidak terjadi komplikasi. Dengan demikian, perilaku self care ini memang harus dimengerti secara keseluruhan tentang manfaatnya oleh pasien itu sendiri agar self care dapat terlaksana dengan baik. Arini (2019) mengatakan bahwa kadar gula darah merupakan istilah yang mengarah pada tingkatan serum dalam gula dan dikontrol ketat di bawah tubuh. Gula darah yang lewat melalui darah adalah sumber energi utama dari dalam tubuh. Kadar gula dalam darah akan membentuk monosakarida yang merupakan karbohidrat utama yang dipakai sebagai sumber energi terbaik didalam tubuh.

Hasil penelitian ini didapatkan sebagian besar lansia penderita diabetes mellitus tipe 2 di Posbindu Mawar Jatibening Baru memiliki self management yang rendah terhadap penyakit mereka sehingga mengakibatkan kadar gula darah puasa para lansia di Posbindu Mawar Jatibening tinggi akibat kurangnya memeriksakan kadar gula darah ke dokter, tidak meminum obat diabetes secara rutin dan terkadang memiliki rasa tidak bisa

mengontrol makanan seperti makanan manis contohnya , teh manis di setiap pagi.

Hal ini sesuai dengan penelitian dari Apriliani et al., (2021) menyebutkan bahwa faktor-faktor meningkatnya kadar gula dalam darah yaitu pola makan, tingkat stress, umur, aktivitas fisik, pengecekan kadar gula darah dan pengobatan rutin

F. Simpulan

1. Hasil penelitian yang dilakukan 50 orang lansia penderita DM tipe 2 didapatkan kelompok usia 45-59 tahun berjumlah 37 orang (74%) dan kelompok usia 60-69 tahun 13 orang (26%) , kemudian untuk kelompok jenis kelamin laki laki berjumlah 17 orang (34%) dan perempuan 33 orang (66%). Sedangkan hasil penelitian dari 50 responden yang memiliki riwayat DM berjumlah 43 orang (86%) dan yang tidak memiliki riwayat DM berjumlah 7 orang (14%)
2. Hasil penelitian yang dilakukan 50 orang lansia penderita DM tipe 2 di Posbindu Mawar Jatibening Baru didapatkan bahwa lansia yang memiliki perilaku *self management* tinggi sebanyak 19 orang (38%), sedangkan lansia yang memiliki perilaku *self management* rendah sebanyak 31 orang (62%).
3. Hasil penelitian yang dilakukan 50 orang lansia penderita DM tipe 2 di Posbindu Mawar Jatibening Baru didapatkan bahwa lansia yang memiliki kadar gula darah puasa normal sebanyak 24 orang (48%), sedangkan lansia yang mengalami kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 26 orang (52%).
4. Hasil penelitian yang dilakukan 50 responden, yang memiliki perilaku *self management* tinggi sebanyak 19 orang dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 13 orang

(26 %) dan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 6 orang (18%). Kemudian yang memiliki perilaku *self management* rendah sebanyak 31 orang dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 11 orang (22%) dan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 20 orang (40%). Kesimpulan dari penelitian yang dilakukan adalah dari 50 responden didapatkan bahwa total yang memiliki perilaku *selfmanagement* dengan kadar gula darah puasa normal sebanyak 24 orang (48 %), dan perilaku *self management* dengan kadar gula darah puasa tidak normal sebanyak 26 orang (52 %).

G. Saran

1. Posbindu Mawar Jatibening Baru Peran kepada kader dalam memberikan edukasi tentang perilaku self management terhadap lansia DM. Sebagai Intervensi edukasi lansia dengan DM dalam meningkatkan pelayanan pemantauan kadar gula darah serta meningkatkan kegiatan-kegiatan sosialisasi kesehatan untuk memberikan pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan kewaspadaan dini dan memonitoring faktor risiko penyakit khususnya diabetes mellitus.
2. Bagi Institusi Pendidikan Sebagai referensi sumber bacaan dan penelitian di perpustakaan Universitas Islam As – Syafi'iyah untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan kesehatan tentang keperawatan lansia khususnya mengenai perilaku *self*

management dan kadar gula darah puasa pada lansia penderita diabetes mellitus tipe 2

3. Bagi Peneliti Selanjutnya Bagi peneliti selanjutnya perlu dikembangkan lagi penelitian yang sejenis dengan cakupan sampel yang lebih besar dan faktor – faktor yang lebih banyak agar didapatkan hasil penelitian yang baru lagi

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, L. . (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. (1st ed.). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Badan Pusat Statistik. (2010). *Statistik Sosial Dan Kependudukan*.Tangerang Selatan : Badan Pusat Statistik
- Fatimah, R.N. (2015). *DM Tipe 2*. Jurnal Majority, 4 (5), 93-101
- Fatmah. (2010). *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga.
- Hidayat, A. . (2014). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- PERKENI. (2011). *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia*. Jakarta: PB PERKENI.
- , (2015). *Pengelolaan dan Pencegahan DM Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: PB PERKENI.
- , (2019). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di*

- Indonesia 2019. Jakarta: PB PERKENI.
- _____ (2021). *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia 2021*. Jakarta: PB PERKENI.
- Priyoto. (2015). *Perubahan dalam Perilaku Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Ratnawati, E. (2018). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.
- Schmitt, A. et al. (2013). *The Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ): Development And Evaluation Of An Instrument To Assess Diabetes Self-Care Activities Associated With Glycaemic Control*. Health and Quality of Life Outcomes, 11(1), 1.
- Setiati, S, dkk. (2009). *Proses Menua dan Implikasi Klinisnya (Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam)*. Jakarta Pusat: InternaPublishing pp. 3661.
- Soewondo, P. (2009). *Buku Ajar Penyakit Dalam: Insulin : Koma Hiperosmolar Hiperqlikemik non Ketotik, Jilid III, Edisi 4*. Jakarta: FK UI pp. 1913.
- Subiyanto, P. (2010). *Self Hypnosis bagi Diabetisi : Cara Mudah tetap Sehat, Mandiri dan Panjang Umur*. Yogyakarta: Gosyen Publishing
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- _____, (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarweni. (2015). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- _____. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Teixeria-Lemos, dkk. (2011). *Regular physical exercise training assists in preventing type 2 diabetes development*. Biomed Central Cardiovascular Diabetology, 10, 1-15.
- Toharin, S,N.R., et al. (2015). *Hubungan modifikasi gaya hidup dan kepatuhan konsumsi obat antidiabetik dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di RS QIM Batang Tahun 2015*. Unnes Journal Of Public Health, 4(2).
- Trisnawati, S.K & Setyorogo.S. (2013). *Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012*. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 5(1): pp. 6-11
- Wawan, A. & Dewi, M. (2010). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.