

Pengaruh Self Management Terhadap Risiko Komplikasi Pada Pasien Diabetes Mellitus di RS Royal Prima Medan tahun 2024

The Effect of Self-Management on the Risk of Complications in Diabetes Mellitus Patients at Royal Prima Hospital Medan in 2024

¹Nadya Saraswati, ²Yismi Ananta Sellyta, ³Silvi Dian Natalia Zega, ⁴Basri

^{1,2,3,4}PUI-PT Palliative Care, Universitas Prima Indonesia

Email: afeushalawa@unprimdn.ac.id

Submisi: 12 September 2025; Penerimaan: 10 Desember 2025; Publikasi 30 Desember 2025

Abstrak

Diabetes mellitus merupakan suatu penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula (glukosa) dalam darah melebihi batas normal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self management* terhadap risiko komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Royal Prima Medan Tahun 2025. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain quasi eksperimen. Teknik pengambilan sampel menggunakan total *sampling* sebanyak 35 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Data dianalisis menggunakan *Paired Samples Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh *self management* terhadap risiko komplikasi pada pasien diabetes mellitus. Direkomendasikan kepada manajemen rumah sakit agar melakukan edukasi secara berkesinambungan kepada pasien dan kepada keluarga dan pasien terkait pentingnya *sefl management*.

Kata Kunci : Self Management, Risiko Komplikasi, Diabetes Mellitus

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease characterized by elevated blood sugar (glucose) levels exceeding normal limits. The purpose of this study was to determine the effect of self-management on the risk of complications in diabetes mellitus patients at Royal Prima Hospital, Medan, in 2025. This quantitative study used a quasi-experimental design. The sampling technique used a total sampling of 35 patients. Data collection used an observation sheet. Data were analyzed using a Paired Samples Test. The results indicate that self-management has an effect on the risk of complications in diabetes mellitus patients. It is recommended that hospital management provide ongoing education to patients, their families, and patients regarding the importance of self-management.

Keywords: Self-Management, Risk of Complications, Diabetes Mellitus

Pendahuluan

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah. DM mengakibatkan komplikasi pada organ tubuh lainnya seperti kerusakan pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf. DM terdiri dari diabetes tipe 2, biasanya pada orang dewasa, yang terjadi ketika tubuh menjadi resistan terhadap insulin atau tidak menghasilkan cukup insulin. Diabetes tipe 1, yang bergantung pada insulin, dimana pankreas

memproduksi sedikit atau tidak sama sekali insulin dengan sendirinya (World Health Organization, 2025).

Kejadian diabetes mellitus semakin meningkat dari tahun ketahun. Pada tahun 2022, 14% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas hidup dengan diabetes, meningkat 7% dari tahun 1990. Pada tahun 2021, diabetes merupakan penyebab langsung dari 1,6 juta kematian dan 47% dari semua kematian akibat diabetes terjadi sebelum usia 70 tahun. Sebanyak 530.000 kematian akibat penyakit ginjal

disebabkan oleh diabetes, dan kadar glukosa darah tinggi menyebabkan sekitar 11% kematian akibat kardiovaskular (World Health Organization, 2024).

International Diabetes Federation (2020) memperkirakan lebih dari 460 juta orang hidup dengan diabetes di seluruh dunia, dan jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 578 juta pada tahun 2030. Tahun 2019, kondisi tersebut menyebabkan 4,2 juta kematian dan setidaknya \$760 miliar dalam pengeluaran kesehatan.

Catatan *Pan American Health Organization* (2025) menyampaikan bahwa ada 12 juta orang dewasa (berusia 18 tahun atau lebih) hidup dengan diabetes di Amerika, jumlah yang meningkat tiga kali lipat di Kawasan tersebut sejak tahun 1990. Prevalensi telah meningkat lebih cepat di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah dibandingkan di negara-negara berpenghasilan tinggi. Beban penyakit yang terkait dengan diabetes sangat besar dan terus bertambah: hanya dalam 20 tahun, kematian akibat diabetes telah meningkat lebih dari 50% di seluruh dunia. Di Kawasan Amerika, diabetes merupakan penyebab kematian keenam dan penyebab kelima tahun kehidupan yang hilang sebelum waktunya. Di Kawasan tersebut, diabetes (termasuk penyakit ginjal terkait diabetes) menyebabkan sekitar delapan juta tahun kehidupan hilang setiap tahun karena kematian dini.

Saat ini Indonesia menempati urutan kelima dalam hal diabetes mellitus dengan jumlah 19,5 juta orang pada tahun 2021 serta diperkirakan akan mengalami peningkatan pada tahun 2045 dengan mencapai 28,6 juta orang (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Kejadian diabetes mellitus di Sumatera Utara berada pada angka 1,39% hampir mendekati angka nasional yaitu 1,5% (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2025).

Berdasarkan hasil survei di Rumah Sakit Royan Prima Medan didapatkan 45 orang menderita diabetes mellitus. Ketika dilakukan wawancara ditemukan bahwa sebagian besar penderita tidak mampu mengelola kesehatannya sendiri dan selalu menunggu keluarga dalam hal kesehatan. Sehingga hal ini mengakibatkan komplikasi bagi organ tubuh lainnya. Salah satu cara untuk mencegah komplikasi pada penderita diabetes mellitus adalah dengan penerapan *self management*. *Self management* ialah kemampuan untuk mengatur perilaku, pikiran, dan emosi dengan cara yang lebih bermanfaat bagi diri sendiri. Penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa *self manajement* mampu mencegah komplikasi pada penderita DM. Ernawati et al., (2021) menyampaikan bahwa intervensi manajemen diri diabetes memberikan efektivitas yang signifikan terhadap perubahan gaya hidup dan perawatan diri pasien DM.

Program *self management* sangat efektif dalam meningkatkan kontrol glikemik, profil lipid, dan BMI, dan cukup efektif dalam meningkatkan tekanan darah. Dengan demikian, program tersebut dapat mengurangi risiko timbulnya komplikasi diabetes (Mikhael et al., 2020). Analisis menunjukkan bahwa *self management* mampu mengubah kehidupan sehari-hari dengan cara yang sangat berbeda. Perubahan utama dalam pengelolaan diri terkait dengan aktivitas fisik dan asupan makanan (Grabowski et al., 2021).

Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “pengaruh self management terhadap risiko komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Royal Prima Medan tahun 2024”.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan

desain *quasi experiment one group pretest-posttest*, dilakukan di RS Royal Prima Medan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total *sampling* berjumlah

35. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi berisikan risiko komplikasi pada pasien DM. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Signed*.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Umur		
≤ 45 Tahun	10	28,6
> 45 Tahun	25	71,4
Jenis Kelamin		
Laki-laki	24	68,6
Perempuan	11	31,4
Risiko komplikasi <i>pretest</i>		
Tinggi	24	68,6
Sedang	9	25,7
Ringan	2	5,7
Risiko komplikasi <i>posttest</i>		
Tinggi	0	0
Sedang	12	34,3
Ringan	23	65,7
Total	35	100

Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia > 45 tahun ada 25 (71,4%), laki-laki 24 (68,6%), pada *pretest* risiko komplikasi tinggi 24 (68,6%), *posttest* 0 (0%).

Tabel 2. Pengaruh Pengaruh *Self Management* Terhadap Risiko Komplikasi Pada Pasien Diabetes Mellitus

<i>Paired Samples Test</i>			
	Mean	<i>t</i>	<i>P Value</i>
<i>Pretest</i>	-		
<i>Posttest</i>	9,114	19,441	0,000

Tabel 2 diperoleh bahwa *mean* antara *pretest* dan *posttest* sebesar 9,114, nilai perbedaan (*t*) 19,441, *p value* 0,000. Dengan demikian disimpulkan bahwa ada pengaruh *self management* terhadap risiko komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Royal Prima Medan.

Pembahasan

Pada penelitian ini diperoleh bahwa sebagian besar responden berusia > 45 tahun 25 (71,4%) responden dan berjenis kelamin laki-laki 24 (68,6%). Selaras dengan penelitian Arania et al., (2023) bahwa penderita diabetes mellitus merupakan dewasa lanjut yakni 47,6%.

Sedangkan penelitian Nasution et al., (2022) menemukan bahwa sebagian besar penderita diabetes mellitus adalah perempuan dengan persentase 73,9%.

Uji *spss* membuktikan bahwa pengaruh *self management* terhadap risiko komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Royal Prima Medan.

Studi ini sama dengan yang dilakukan Silalahi et al., (2021) setelah dilakukan uji statistik didapatkan bahwa ada pengaruh signifikan penerapan *self management* pada pasien diabetes mellitus. Intervensi manajemen diri memberikan dampak positif terhadap efikasi diri, aktivitas perawatan diri, dan luaran kesehatan bagi pasien diabetes melitus tipe 2 (Aminuddin et al., 2021). *Diabetes Self Management Education/Support* memiliki dampak terhadap pengurangan komplikasi diabetes, peningkatan kualitas hidup, perilaku hidup sehat, peningkatan kemampuan mengatasi masalah, serta penurunan tingkat depresi (Noviyanti et al., 2021).

Manajemen diri berpengaruh signifikan terhadap pencegahan komplikasi akibat DM dan peningkatan kualitas hidup. Intervensi manajemen diri meliputi diet, aktivitas fisik, kontrol gula darah, perawatan kaki diabetik, dan pengobatan (Fithria et al., 2022). Studi Jarrar et al., (2025) memperkuat peran penting *self management* dalam mencapai kontrol glikemik optimal dan meningkatkan kesejahteraan pasien DM secara keseluruhan. Ada korelasi positif antara tingkat manajemen diri dengan kualitas hidup pasien DM tipe 2. Artinya, kualitas hidup pasien akan meningkat seiring dengan tingkat manajemen diri pasien (Sari & Nurhayati, 2021).

Melalui implementasi *self management*, penderita diabetes dapat dilatih untuk merawat diri sendiri, yang dapat mengurangi komplikasi diabetes, mendorong perilaku hidup sehat, dan memberikan pengetahuan dan keterampilan (Hananto et al., 2022).

Salah satu manfaat dari *self management* pasien hipertensi adalah peningkatan pengetahuan dan kemampuan mereka tentang cara mengatasi penyakit mereka dan

mengubah perilaku mereka secara bertahap. Namun demikian, program ini membutuhkan dukungan dan motivasi dari semua pihak, terutama anggota keluarga dan orang terdekat yang dipercayai oleh pasien (Tursina et al., 2022).

Manajemen diri pada DM adalah kemampuan pasien untuk mengelola dan mengendalikan diri melalui proses pembelajaran yang ditunjukkan oleh tindakan internal dan eksternal melalui proses dan aktivitas pengendalian glikemik, pemecahan masalah, dan pencarian kesehatan. Proses dan aktivitas pengendalian glikemik dilakukan dengan membatasi karbohidrat dengan gula sederhana, memilih makanan rendah lemak atau tanpa lemak, serta memperhatikan porsi makan. Dengan porsi yang lebih kecil, pastikan untuk tidak melewatkan sarapan, kemudian makan dengan porsi yang lebih kecil setiap 4–5 jam sangat penting untuk manajemen diri diabetes. Selain itu, olahraga seperti berjalan kaki, bersepeda, atau berenang dengan durasi 30 menit empat kali seminggu menjadi tujuan utama, tetapi sebaiknya setiap hari. Waktu terbaik untuk berolahraga adalah ketika kadar gula darah berada pada level tertinggi atau 1–2 jam setelah makan (Pranata & Wulandari, 2021).

Kesimpulan dan Saran

Ada pengaruh *self management* terhadap risiko komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RS Royal Prima Medan tahun 2024. Disarankan kepada manajemen rumah sakit agar melakukan edukasi secara berkesinambungan kepada pasien dan kepada keluarga dan pasien terkait pentingnya *self management*.

Referensi

Aminuddin, Jiao, N., Jiang, Y., Hong,

- J., & Wang, W. (2021). Effectiveness of smartphone-based self-management interventions on self-efficacy, self-care activities, health-related quality of life and clinical outcomes in patients with type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Nursing Studies*, 116. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2019.02.003>
- Arania, R., Triwahyuni, T., Esfandiari3, F., & Nugraha, F. R. (2023). Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin, dan Tingkat Pendidikan dengan Kejadian Diabetes Mellitus di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah. *Journal of Economics/ Zeitschrift Fur Nationalokonomie*, 139(3), 235–260. <https://doi.org/10.1007/s00712-023-00827-w>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2025). *Peringatan Hari Diabetes Nasional, Nawal Ajak Masyarakat Sumut Perbanyak Aktivitas Fisik*. Tim Penggerak Provinsi Sumatera Utara. <https://pkk.sumutprov.go.id/artikel/artikel/peringatan-hari-diabetes-nasional-nawal-ajak-masyarakat-sumut-perbanyak-aktivitas-fisik>
- Ernawati, U., Wihastuti, T. A., & Utami, Y. W. (2021). Effectiveness of diabetes self-management education (Dsme) in type 2 diabetes mellitus (t2dm) patients: Systematic literature review. *Journal of Public Health Research*, 10(2), 404–408. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2240>
- Fithria, F., Husna, C., Ahyana, A., Nurhidayah, I., & Jannah, S. R. (2022). Self-management Effectiveness on the Quality of Life of Type 2 Diabetes Mellitus Patients during the COVID-19 Pandemic in Aceh, Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 10(G), 492–498. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2022.9634>
- Grabowski, D., Overgaard, M., Meldgaard, J., Johansen, L. B., & Willaing, I. (2021). Disrupted Self-Management and Adaption to New Diabetes Routines: A Qualitative Study of How People with Diabetes Managed Their Illness during the COVID-19 Lockdown. *Diabetology*, 2(1), 1–15. <https://doi.org/10.3390/diabetology2010001>
- Hananto, S. Y., Putri, S. T., & W.P, A. P. (2022). Studi Kasus : Penatalaksanaan Diabetes Self Management Education (DSME) Terhadap Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan*, 20(4), 128–137. <https://doi.org/https://doi.org/10.35874/jkp.v20i4.1111>
- International Diabetes Federation. (2020). *IDF calls for improved funding and training to help nurses tackle the global diabetes crisis*. International Diabetes Federation. <https://idf.org/news/idf-calls-for-improved-funding-and-training-to-help-nurses-tackle-the-global-diabetes-crisis/>
- Jarrar, M., Al-Bsheish, M., Alshahri, B. K., Bamashmoos, M. A., Alnaimi, M. I., Alsayil, S. A., Basager, S. A., Al Rawashdeh, M. A., & Al-Rawashdeh, A. B. (2025). Associations of Self-Management Care and Shared Decision-Making with Glycemic Control and Psychosocial Outcomes in Type 2 Diabetes Mellitus. *Patient Preference and Adherence*, 19,

- 2295–2307.
<https://doi.org/10.2147/PPA.S534066>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Saatnya Mengatur Si Manis*. Sehat Negeriku Sehat Bangsa. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/blog/20240110/5344736/saatnya-mengatur-si-manis/>
- Mikhael, E. M., Hassali, M. A., & Hussain, S. A. (2020). Effectiveness of diabetes self-management educational programs for type 2 diabetes mellitus patients in middle east countries: A systematic review. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity*, 13, 117–138. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S232958>
- Nasution, F., Andilala, & Siregar, A. A. (2022). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus (Risk Factors for The Event of Diabetes Mellitus). *Jurnal Ilmu Kesehata*, 9(2), 94–105. <https://www.ejurnaladchkdr.com/index.php/jik/article/view/304/212>
- Noviyanti, Li. Wi., Suryanto, S., & Rahman, R. T. (2021). Peningkatan Perilaku Perawatan Diri Pasien melalui Diabetes Self Management Education and Support. *Media Karya Kesehatan*, 4(1), 67–77. <https://doi.org/10.24198/mkk.v4i1.30747>
- Pan American Health Organization. (2025). *Diabetes Disease Burden - Countries Profiles 2023*. Pan American Health Organization. <https://www.paho.org/en/topics/diabetes>
- Pranata, S., & Wulandari, H. (2021). A concept analysis of Self-management among diabetes mellitus Artikel info. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 4(3), 356–367. <https://doi.org/http://doi.org.10.35654/ijnhs.v4i3.469>
- Sari, N. A., & Nurhayati, C. (2021). the Relationship Between Self-Management and Quality of Life Among Patients With Type 2 Diabetes Mellitus. *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan*, 10(2), 343–349. <https://doi.org/10.36720/nhjk.v10i2.300>
- 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. <https://doi.org/10.56338/mparki.v4i1.1385>
- Tursina, H. M., Nastiti, E. M., & Sya'id, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3(1), 20–25. <https://doi.org/10.55644/jkc.v3i1.67>
- World Health Organization. (2024). *Diabetes*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- World Health Organization. (2025). *Diabetes*. World Health Organization. https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1