

**HUBUNGAN *DIABETES SELF-MANAGEMENT* DENGAN
DISTRES PADA PASIEN DIABETES MELITUS**

(Studi di *Wound Center* Madura)

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
BANGKALAN
2022**

HUBUNGAN *DIABETES SELF-MANAGEMENT* DENGAN DISTRES PADA PASIEN *DIABETES MELITUS*

(Studi di *Wound Center* Madura)

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan
Menjadi Sarjana Keperawatan



Oleh:

SABILA FIRDAUSITA
NIM 18142010019

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
BANGKALAN
2022**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN *DIABETES SELF-MANAGEMENT* DENGAN
DISTRES PADA PASIEN *DIABETES MELITUS***

(Studi di *Wound Center* Madura)

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Oleh:

SABILA FIRDAUSITA
NIM 18142010029

Telah disetujui pada tanggal:

1 September 2022

Pembimbing



Rahmad Wahyudi, S. Kep., Ns., M. AP., M. Kep.
NIDN. 0705079003

HUBUNGAN *DIABETES SELF-MANAGEMENT* DENGAN DISTRES PADA PASIEN DIABETES MELITUS

(Studi di *Wound Center* Madura)

Sabila Firdausita¹, Rahmad Wahyudi²
STIKES Ngudia Husada Madura
*email: rahmadwahyudinm@gmail.com,
sabilafirdausita2@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolic yang mengakibatkan perubahan status kesehatan. Tuntutan manajemen penyakit dihadapi penderita hingga mengalami stres emosional, tantangan emosional dan perilaku akibat beban manajemen diri, serta kekhawatiran terkait diabetes melitus yang mengakibatkan tingginya tingkat distres pada pasien diabetes melitus. Diperlukan upaya memperbaiki *diabetes self-management* dengan edukasi agar penderita dapat memahami masalah terkait penyakitnya secara terstruktur dan terarah. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis hubungan *diabetes self-management* dengan distres pasien diabetes melitus di *Wound Center* Madura.

Penelitian di *Wound Center* Madura dengan desain analitik korelasi, pendekatan *Cross Sectional*. Variabel independen *diabetes self-management* dan variabel dependen distres. Populasi pasien diabetes melitus, sampel 55 pasien dengan metode *purposive sampling* dan uji *Spearman Rank*. Menggunakan Kuesioner DSMQ dan DDS17.

Hasil analisis menunjukkan hasil $p\ value = 0,000 < \alpha = 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan *diabetes self-management* dengan distres pasien diabetes melitus di *Wound Center* Madura.

Pasien diabetes melitus dapat melakukan latihan non beban seperti bersepeda statis, upper body ergometer dan melakukan ROM pasif, serta keluarga meningkatkan dukungan psikologis kepada pasien. Tenaga kesehatan dapat memberikan pelatihan serta konseling untuk meningkatkan coping dan respon emosional pasien diabetes melitus.

Kata Kunci: *Diabetes Self-Management*, Distres, Diabetes Melitus

1. Mahasiswa Sarjana Keperawatan STIKES Ngudia Husada Madura
2. Dosen STIKES Ngudia Husada Madura

THE RELATIONSHIP OF DIABETES SELF-MANAGEMENT AND DISTRESS IN DIABETES MELLITUS PATIENTS

(Study at Wound Center Madura)

Sabila Firdausita¹, Rahmad Wahyudi²
STIKES Ngudia Husada Madura
*email: rahmadwahyudinhm@gmail.com,
sabilafirdausita2@gmail.com

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a metabolic disease that results in changes in health status. The demands of disease management are faced by sufferers to experience emotional stress, emotional and behavioral challenges due to the burden of self-management, as well as concerns related to diabetes mellitus which results in high levels of distress in diabetes mellitus patients. Efforts are needed to improve diabetes self-management with education so that patients can understand the problems related to their disease in a structured and directed manner. The purpose of this study is to analyze the relationship between diabetes self-management and the distress of diabetes mellitus patients at the Madura Wound Center.

Research at Wound Center Madura with correlation analytical design, Cross Sectional approach. Independent variables was diabetes self-management and dependent variables was distress. The population was diabetes mellitus patients, a sample of 55 patients using the purposive sampling method and the Spearman Rank test. Using the DSMQ and DDS17 Questionnaires.

The results of the analysis showed the result of $p \text{ value} = 0.000 < \alpha = 0.05$. So it can be concluded that there was a relationship between self-management diabetes and the distress of diabetes mellitus patients at the Wound Center Madura.

Diabetes mellitus patients can do non-weight exercises such as static cycling, upper body ergometers and doing passive ROM, and families increase psychological support to patients. Health workers can provide training and counseling to improve coping and emotional response of diabetes mellitus patients.

Keywords: *Diabetes Self-Management, Distress, Diabetes Mellitus*

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus sebagai penyakit metabolic, menjadi masalah kesehatan dunia dan mengalami peningkatan jumlah penderita setiap tahunnya (Antoni and Diningsih, 2021). Pasien diabetes dihadapkan dengan berbagai jenis stres dan harus mematuhi berbagai pengelolaan penyakit, perawatan diri yang tepat, dan pemeriksaan rutin yang dapat menyebabkan distress diabetes (Niroomand *et al.*, 2021). Kondisi distress meliputi stres emosional, tantangan emosional dan perilaku akibat beban manajemen diri, dan kekhawatiran terkait diabetes melitus (Kiriella *et al.*, 2021).

Berdasarkan data *International Diabetes Federation*, sebanyak 537 juta orang tercatat sebagai penderita diabetes melitus dan di prediksi akan mencapai 643 juta pada tahun 2030, dan 783 pada tahun 2045. Di Indonesia, angka kejadian Diabetes Melitus tahun 2021 sebanyak 19,5 juta. Angka ini meningkat 37% sejak 10 tahun terakhir (*International Diabetes Federation*, 2021).

Dalam sebuah studi di Bangladesh yang dilakukan sejak Juli 2019 sampai Juni 2020 didapatkan dari 259 orang dewasa yang menderita diabetes melitus tipe 2, sebanyak 52,5% mengalami distress diabetes (29,7% dengan distress sedang dan 22,8% dengan distress tinggi) (Kamrul-Hasan *et al.*, 2022). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di Bandung Indonesia, sebanyak 36,2% pasien yang menderita diabetes melitus memiliki tekanan distress kategori sedang hingga tinggi (Alfian *et al.*, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan penderita diabetes melitus pada bulan November sampai

dengan Desember 2021 di *Wound Center* Madura sebanyak 175 pasien, dari 10 pasien didapatkan 5 pasien memiliki tingkat distress tinggi, 2 pasien memiliki distress sedang dan 3 pasien memiliki distress rendah. Berdasarkan kuesioner, pasien merasa bahwa diabetes mengontrol hidup terutama dalam aktifitas dan pasien merasa bahwa akan berakhir dengan komplikasi serius jangka panjang, menjadi pernyataan dengan poin tertinggi.

Distress pada pasien diabetes berhubungan dengan beberapa faktor, antara lain lama menderita, usia, komplikasi, jenis kelamin, komorbid, tingkat Pendidikan dan *self-management* (Kafil, 2019; Hu, Li and Zhang, 2020).

Diperlukan upaya pencegahan terjadinya distress atau masalah emosional lainnya pada penderita diabetes melitus. Mengingat tingginya resiko kejadian distress pada pasien diabetes melitus, diperlukan intervensi untuk memperkuat respon emosional penderita Diabetes Melitus, misalnya dengan pemberian edukasi tentang *Diabetes Self-Management* supaya pasien diabetes melitus dapat memahami masalah seputar penyakit diabetes melitus secara terstruktur dan terarah, sehingga resiko terjadinya distress dapat dikurangi (Nurkamilah and Widayati, 2018; Nurmaguphita, 2018).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di *Wound Center* Madura menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional* dan uji statistik *Spearman Rank*. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ)

dan *Diabetes Distress Scale* (DDS 17).

HASIL PENELITIAN

Data Umum

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
36-45 tahun (Dewasa Akhir)	14	25,5
46-55 tahun (Lansia Awal)	18	32,7
56-65 tahun (Lansia Akhir)	18	32,7
> 65 tahun (Manula)	5	9,1
Jenis Kelamin		
Perempuan	36	65,5
Laki-laki	19	34,5
Pendidikan		
Pendidikan Dasar	23	41,8
Pendidikan Menengah	21	38,2
Pendidikan Tinggi	10	18,2
Tidak Sekolah	1	1,8
Lama Menderita		
<5 tahun	16	29,0
5-10 tahun	25	45,5
>10 tahun	14	25,5
Total	55	100

Sumber: Data Primer, Juni 2022

Berdasarkan tabel, usia sebagian kecil pasien diabetes melitus berada pada rentan usia 46-55 tahun (Lansia Awal) sejumlah 18 pasien (32,7%) dan rentan usia 56-65 tahun (Lansia Akhir) sejumlah 18 pasien (32,7%), sebagian besar pasien diabetes melitus berjenis kelamin perempuan sejumlah 36 pasien (65,5%), tingkat pendidikan pasien diabetes melitus hampir dari setengahnya adalah Pendidikan dasar dengan 23 pasien (41,8%), serta hampir dari setengah pasien diabetes melitus menderita diabetes selama 5-10 tahun sebanyak 25 pasien (45,5%).

Data Khusus

Distribusi frekuensi berdasarkan *Diabetes Self-Management*

<i>Diabetes Self-Management</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Buruk	3	5,5
Cukup	29	52,7
Baik	23	41,8
Total	55	100

Sumber: Data Primer Juni 2022

Berdasarkan tabel, sebagian besar pasien diabetes melitus memiliki *diabetes self-management* cukup sejumlah 29 pasien (52,7%).

Distribusi frekuensi berdasarkan distress

Distres	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	22	40,0
Sedang	15	27,3
Rendah	18	32,7
Total	55	100

Sumber: Data Primer, Juni 2022

Berdasarkan tabel, hampir dari setengah pasien diabetes melitus memiliki distress tinggi sejumlah 22 pasien (40,0%).

Tabulasi Silang *Diabetes Self-Management* Dengan Distres

		Distres			Total
		Tinggi	Sedang	Rendah	
Buruk	count	3	0	0	3
	% of Total	5,5	0,0	0,0	5,5
	Total				
Cukup	count	15	9	5	29
	% of Total	27,3	16,4	9,1	52,7
	Total				
Baik	count	4	6	13	23
	% of Total	7,3	10,9	23,6	41,8
	Total				
Total	count	22	15	18	55
	% of Total	40,0	27,3	32,7	100,0
	Total				

Uji Statistik *Spearman Rank*

$\alpha = 0,05$

$p = 0,000$

$r = 0,491$

Berdasarkan tabel, pasien diabetes melitus yang memiliki *diabetes self-management* cukup hampir setengahnya memiliki distres tinggi sejumlah 15 pasien (27,3%), dan pasien yang memiliki *diabetes self-management* baik sebagian kecil memiliki distres rendah sejumlah 13 pasien (23,6%).

Dari hasil uji statistic menggunakan *Spearman Rank* didapatkan nilai $p Value = 0,000$ yang artinya nilai $p Value = < \alpha (0,05)$. Dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,491 sehingga H_1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara *diabetes self-management* dengan distres di *Wound Center* Madura dengan intrerpretasi sedang.

PEMBAHASAN

***Diabetes Self-Management* Pasien Diabetes Melitus di *Wound Center* Madura**

Berdasarkan hasil penelitian pada pasien diabetes melitus di *Wound Center* Madura menunjukkan sebagian besar tingkat *diabetes self-management* dalam kategori cukup. Memeriksa gula darah secara rutin dan dan dokter menyarankan pengobatan diabetes menjadi aspek yang paling dominan. Sedangkan aktivitas fisik menjadi aspek dengan paling jarang dilakukan.

Pemeriksaan gula darah secara rutin bertujuan untuk mengetahui nilai gula darah pasien diabetes melitus secara berkala agar tidak terlambat mendapatkan penanganan. Semakin dini ditemukan perubahan kadar gula darah, semakin mudah untuk mengontrol resiko komplikasi dengan menerapkan pelaksanaan *diabetes self-management* yang lebih ketat.

Setiap pasien yang datang ke pelayanan kesehatan, akan mendapatkan informasi terkait penyakitnya dari para tenaga kesehatan, termasuk bagaimana pengelolaan penyakit diabetes. Pemahaman ini akan mempengaruhi kepatuhan penderita dalam menjalankan pengelolaan penyakit.

Aktivitas fisik dipengaruhi oleh pasien diabetes melitus yang memiliki ulkus diabetikum. Adanya ulkus diabetikum menyebabkan penurunan mobilisasi pasien diabetes melitus dalam melakukan aktivitas fisik maupun sehari-hari karena nyeri. Keterbatasan mobilisasi mengakibatkan pasien diabetes melitus kesulitan melaksakan aspek *diabetes self-management*.

Penelitian Masi, Yulia and Masfuri (2020) menunjukkan adanya hubungan antara motivasi melakukan pengecekan gula darah secara mandiri dengan *diabetes self-management*. Hasil dari pengecekan gula darah mandiri secara rutin, akan menjadi acuan pasien diabetes melitus untuk melakukan *diabetes self-management*.

Penelitian yang dilakukan oleh Dwi and Rahayu (2020) bahwa kepatuhan pasien diabetes melitus dapat dipengaruhi oleh dukungan tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan bertugas untuk memberikan informasi terkait penyakit yang diderita oleh pasien, memberikan informasi tentang pencegahan yang harus dilakukan agar mencegah terjadinya komplikasi, hingga bagaimana pengobatan serta pengelolaan penyakit diabetes melitus yang tepat.

Penelitian Kurniawati, Hartani and Budiarto (2022) menyatakan bahwa aktivitas fisik menjadi komponen manajemen diri yang

mempertahankan control glikemik dan memainkan peran penting dalam pencegahan komplikasi. Meskipun telah menjalankan diet dan rutin minum obat, pasien diabetes melitus harus meluangkan waktu untuk melakukan aktifitas fisik ringan setiap harinya (American Diabetes Association, 2019; Lambrinou, Hansen and Beulens, 2019).

Pasien diabetes melitus sebagian kecil yang berusia 36-45 tahun (dewasa akhir) memiliki *diabetes self-management* cukup dan sebagian besar pasien yang berusia 46-55 tahun (lansia awal) memiliki *diabetes self-management* baik. Seiring peningkatan usia individu pengalaman terkait *diabetes self-management* meningkat serta terjadi peningkatan proses kematangan berfikir rasional.

Dalam penelitian Silalahi, Prabawati and Hastono (2021) menyatakan seiring bertambahnya usia, terjadi peningkatan dalam *self-management*. Bertambahnya usia menyebabkan individu menjadi matang dalam berpikir logis tentang yang akan mereka peroleh jika melakukan manajemen diri diabetes yang tepat dan risiko yang akan mereka hadapi jika tidak melakukannya.

Hampir setengah pasien diabetes melitus yang berjenis kelamin perempuan memiliki *diabetes self-management* cukup. Perempuan lebih memperhatikan dirinya selama perawatan dan lebih mengupayakan untuk selalu patuh pada anjuran perawatan.

Hal ini didukung oleh penelitian Zuqni and Bahri (2019) yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki kemampuan *self-management* yang lebih baik. Sebab pada kenyataannya, seorang

perempuan tampak lebih memperhatikan kondisinya dibandingkan dengan laki-laki (Silalahi, Prabawati and Hastono, 2021).

Pasien diabetes melitus yang menderita diabetes selama 5-10 tahun sebagian kecil memiliki *diabetes self-management* cukup serta baik. Pasien yang telah lama menderita diabetes melitus memiliki berbagai pengalaman terkait pengelolaan dirinya, sehingga memiliki kemampuan lebih baik dalam pengelolaan penyakit dibandingkan pasien yang masih baru terdiagnosis.

Hal ini didukung oleh penelitian Ningrum, Alfatih and Siliapantur (2019) dimana penderita diabetes melitus yang memiliki durasi penyakit lebih lama memiliki pengalaman yang dalam mengelola penyakitnya dalam perilaku perawatan diri yang lebih tepat. Penderita yang telah menderita diabetes melitus dalam durasi yang lama, memiliki pemahaman yang lebih baik dan lebih mudah mencari informasi mengenai perawatan diabetes.

Distres Pasien Diabetes Melitus di Wound Center Madura

Berdasarkan hasil penelitian pada pasien diabetes melitus di *Wound Center Madura* didapatkan sebagian besar tingkat distres dalam kategori tinggi. Berdasarkan analisis kuesioner, domain beban emosional yang paling berpengaruh pada terjadinya distress.

Beban emosional menunjukkan tingginya beban emosi personal dalam diri pasien seperti perasaan lelah menghadapi berbagai pengelolaan penyakit. Reaksi personal ini dapat menimbulkan

perasaan takut, marah karena penyakit diabetes melitus menyebabkan berbagai aspek dalam kehidupan menjadi terbatas. Kemampuan coping adaptasi yang dimiliki oleh penderita diabetes harus di perkuat sejak pertama kali didiagnosa menderita diabetes melitus. Sebab tekanan secara emosional dihadapi penderita sejak pertama kali mendapatkan anjuran untuk mengubah gaya hidup.

Hal ini sejalan dengan jurnal penelitian Kalra, Jena and Yeravdekar (2018) menyebutkan distress pada pasien diabetes sebagai akibat dari beban emosional penderita hidup dengan dan mengelola diabetes. Beban emosional ini seringkali tersembunyi yang dialami oleh penderita penyakit kronik. Hal ini memperjelas bahwa hidup dengan diabetes dalam jangka panjang mengakibatkan masalah psikososial yang negatif karena ancaman komplikasi dan beban sosial dari kondisi tersebut dapat mengakibatkan beban emosional (Huynh *et al.*, 2021).

Sebagian kecil pasien diabetes melitus yang berusia 36-45 tahun (dewasa akhir) memiliki tingkat distress tinggi. Pasien yang berusia lebih muda kurang dalam kemampuan berpikir secara matang sehingga meningkatkan stressor. Penelitian (Nurkamilah and Widayati, 2018) menyatakan gejala distress cenderung lebih sering timbul pada usia lebih muda. Harapan hidup dan kesejahteraan umum pada usia muda lebih tinggi dibandingkan individu yang lebih tua. Pasien dengan usia lebih lanjut cenderung dikaitkan dengan berbagai penyakit yang mereka derita, dan dengan demikian dianggap alami serta lebih reseptif.

Hampir setengah pasien diabetes melitus yang berjenis kelamin perempuan mengalami distress tinggi. Perempuan memiliki kecenderungan untuk lebih memiliki kewaspadaan yang negative etika menghadapi konflik. Konflik memicu tubuh menghasilkan hormone negative yang menimbulkan stress, gelisah serta perasaan takut. Sehingga perempuan akan lebih mudah jatuh kondisi distress saat menerima tekanan.

Hal ini sejalan dengan teori dalam Anita *et al.*, (2021) tentang teori peran gender menekankan berbagai jenis stres yang diterima wanita dan pria dalam kehidupan sehari-hari mereka. Berdasarkan teori ini, perempuan berada dalam peran sosial di mana mereka menawarkan lebih banyak bantuan kepada orang lain dan menunjukkan lebih banyak perhatian, yang pada akhirnya menyebabkan stres tertentu hingga berakibat terjadinya distress.

Sebagian kecil pasien diabetes melitus dengan tingkat Pendidikan dasar mengalami distress tinggi. Tingkat Pendidikan dikaitkan dengan kemampuan individu dalam pemahaman informasi, penjelasan dan petunjuk tentang penyakit yang diderita. Pasien harus beradaptasi dengan berbagai pengelolaan. Kemampuan individu untuk beradaptasi dan mengatasi masalah akan mengurangi respon stress akibat penyakit.

Dalam penelitian Adiputra *et al.*, (2021) yang menyebutkan tingkat pendidikan berkaitan dengan pengetahuan tentang kesehatan yang dimiliki oleh seseorang. Ketika menghadapi suatu masalah, seseorang yang berpendidikan tinggi akan berpikir sebaik mungkin untuk menyelesaikan masalah dan

cenderung dapat berpikir lebih tenang (Nurmagphita, 2018).

Sebagian kecil pasien diabetes melitus yang menderita diabetes selama < 5 tahun dan 5-10 tahun memiliki distres tinggi. Semakin lama seseorang menderita diabetes, akan meningkatkan kemampuan pemahaman dan adaptasi selama perawatan. Pemahaman yang mendorong pasien diabetes melitus lebih bisa mengantisipasi ketika menghadapi stressor.

Hal ini sejalan dengan penelitian Laili, Udiyono and Lintang (2019) yang menyatakan bahwa, pasien yang menderita diabetes melitus lebih lama memiliki kemampuan memahami kondisi yang dialaminya dari berbagai aspek seperti dari segi fisik, hubungan sosial, psikologis dan lingkungan. Pasien dengan diabetes yang telah diderita lama memiliki mekanisme coping atau adaptasi yang lebih baik terhadap perubahan kondisi medis dan kemampuan memahami yang lebih baik tentang apa yang mereka rasakan sebab pasien telah mengetahui dan berpengalaman terhadap penyakitnya.

Hubungan Diabetes Self-Management Dengan Distres Pada Pasien Diabetes Melitus

Berdasarkan hasil penelitian melalui uji statistik *Spearman Rank* ditarik kesimpulan bahwa terdapat korelasi antara *diabetes self-management* dengan distres pada pasien diabetes melitus di *Wound Center* Madura dengan kekuatan sedang. Menurut analisis peneliti semakin baik perilaku *diabetes self-management* yang dilakukan penderita diabetes melitus maka akan menurunkan dampak psikologis perawatan diabetes, menurunkan tingkat kecemasan memikirkan hidup

dengan penyakit kronis hingga menurunkan resiko serta tingkat distres. Penderita diabetes membutuhkan banyak waktu dan tenaga untuk melaksanakan berbagai pengelolaan penyakitnya, seperti aturan untuk mengelola penyakitnya secara mandiri sesuai aspek *diabetes self-management*.

Kepatuhan menjalankan regimen *diabetes self-management* akan memperbaiki dan menjaga kontrol glikemik tetap stabil sehingga mempertahankan kondisi penyakit agar tidak bertambah buruk. Kondisi glikemik yang baik akan menurunkan resiko komplikasi dan mengurangi beban psikologis yang dapat berakibat tingginya tekanan emosional maupun psikis yang dialami oleh penderita diabetes melitus.

Hal ini sesuai dengan penelitian Summers-Gibson (2021) yang menganalisis korelasi manajemen perawatan diri diabetes dengan distres dan menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara manajemen diri perawatan diabetes dengan distres yaitu semakin buruk kepatuhan melaksanakan manajemen diri perawatan diabetes, semakin tingginya tingkat distres yang dimiliki pasien diabetes melitus. Dalam penelitian Khan and Choudhary (2018) menunjukkan bahwa distres dapat diakibatkan oleh kurangnya manajemen diri pada pasien diabetes melitus. Dampak negatif secara fisik dan psikologis yang timbul pada penderita diabetes melitus akan menurun apabila manajemen diri dapat dilakukan dengan baik, karena manajemen diri bertujuan mengontrol glukosa darah dan menghambat munculnya komplikasi (Novika Adiatma and Asriyadi, 2020).

Penelitian Kusnanto et al (2019) menyebutkan bahwa terdapat korelasi antara *diabetes self-management* dengan derajat stress pada pasien yang sedang melaksanakan program diet untuk pasien diabetes melitus. Tingkat stres yang tinggi pada penderita diabetes dipicu oleh begitu banyaknya anjutan pola makan, sehingga mengakibatkan pasien menginginkan untuk mengkonsumsi makanan diluar yang dianjurkan. Keinginan pasien untuk mengkonsumsi yang tidak boleh diberikan kepada penderita diabetes dan mengalami stres mengakibatkan pasien tidak mengikuti rencana makan yang telah ditentukan (Zainudin *et al.*, 2018). Pasien diabetes melitus dua kali lebih beresiko mengalami stress dari pada yang bukan pasien diabetes melitus. Stress yang muncul dan durasi stress yang dialami setiap orang berbeda-beda selama menjalani diet, terutama terkait jumlah, jenis dan kebiasaan makan yang tidak tepat sebelum dan sesudah menderita diabetes (Seligman *et al.*, 2018).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Sebagian besar pasien diabetes melitus menunjukkan *diabetes self-management* cukup di *Wound Center* Madura.
2. Sebagian besar pasien diabetes melitus menunjukkan distress tinggi di *Wound Center* Madura.
3. Ada hubungan antara *diabetes self-management* dengan distress pada pasien diabetes melitus di *Wound Center* Madura.

Saran

Bagi pasien diharapkan mampu melakukan aktifitas fisik dengan latihan non beban seperti *upper body*

ergometer dan bersepeda statis serta melakukan ROM pasif dengan bantuan keluarga. Bagi tenaga kesehatan, diharapkan lebih memperhatikan kondisi psikologi pasien diabetes melitus selama perawatan serta memberikan pelatihan kepada penderita diabetes melitus untuk menguatkan respon emosional pasien dan konseling guna meningkatkan coping.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, A.B. *et al.* (2021) 'Karakteristik dan Faktor yang Berhubungan dengan Distress Diabetes Penderita DM di Wilayah Kerja Puskesmas Balangnipa Sinjai', *Jurnal Kesehatan Panrita Husada* /, 6(1). Available at: <https://doi.org/10.37362/jkph.v6i1.552>.
- Alfian, S.D. *et al.* (2021) 'Prevalence of diabetes distress and associated factors among patients with diabetes using antihypertensive medications in community health centres in Bandung City, Indonesia', *Pharmaciana*, 11(2), p. 195. Available at: <https://doi.org/10.12928/pharmaciana.v11i2.20094>.
- American Diabetes Association (2019) 'Glycemic targets: Standards of medical care in diabetes2019', *Diabetes Care*, 42, pp. S61–S70. Available at: <https://doi.org/10.2337/dc19-S006>.
- Anita, D.C. *et al.* (2021) *Distress Diabetes: Kajian Terhadap*

- Berbagai Faktor yang Mempengaruhi Distress pada Pasien Diabetes*. Yogyakarta: Universitas 'Aisyah Yogyakarta.
- Antoni, A. and Diningsih, A. (2021) 'Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Kontrol Stres Fisiologis dan Psikologis Klien Diabetes Melitus', *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 4(2). Available at: <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>.
- Dwi, S.A. and Rahayu, S. (2020) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II', *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 15(1). Available at: www.journal.stikeshangtuah-sby.ac.id.
- Hu, Y., Li, L. and Zhang, J. (2020) 'Diabetes Distress in Young Adults with Type 2 Diabetes: A Cross-Sectional Survey in China', *Journal of Diabetes Research*, 2020. Available at: <https://doi.org/10.1155/2020/4814378>.
- Huynh, G. *et al.* (2021) 'Diabetes-related distress among people with type 2 diabetes in Ho Chi Minh City, Vietnam: Prevalence and associated factors', *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy*, 14, pp. 683–690. Available at: <https://doi.org/10.2147/DMSO.S297315>.
- International Diabetes Federation (2021) *IDF Diabetes Atlas*. 10th edition. Available at: www.diabetesatlas.org.
- Kafil, R.F. (2019) 'Analisis Faktor Demografi yang Berhubungan dengan Distres Pasien Rawat Inap Diabetes Tipe II di Yogyakarta', *Journal of Health*, 5(2), pp. 83–89.
- Kalra, S., Jena, B.N. and Yeravdekar, R. (2018) 'Emotional and psychological needs of people with diabetes', *Indian Journal of Endocrinology and Metabolism*. Wolters Kluwer Medknow Publications, pp. 696–704. Available at: https://doi.org/10.4103/ijem.IJEM_579_17.
- Kamrul-Hasan, A.B.M. *et al.* (2022) 'Prevalence and predictors of diabetes distress among adults with type 2 diabetes mellitus: a facility-based cross-sectional study of Bangladesh', *BMC Endocrine Disorders*, 22(1), p. 28. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12902-022-00938-3>.
- Khan, A. and Choudhary, P. (2018) 'Investigating the Association Between Diabetes Distress and Self-Management Behaviors', *Journal of Diabetes Science and Technology*, 12(6), pp. 1116–1124. Available at: <https://doi.org/10.1177/1932296818789721>.
- Kiriella, D.A. *et al.* (2021) 'Unraveling the concepts of distress, burnout, and depression in type 1 diabetes:

- A scoping review', *EClinicalMedicine*, 40, p. 101118. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2021.101118>.
- Kurniawati, T., Hartani, R.D. and Budiarto, E. (2022) 'Manajemen Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 terhadap Kadar Gula Darah: Eksperimental Study', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(2), pp. 78–81.
- Kusnanto, K. *et al.* (2019) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Diabetes Self-Management Dengan Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus Yang Menjalani Diet', *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(1), pp. 31–42. Available at: <https://doi.org/10.7454/jki.v22i1.780>.
- Laili, F., Udiyono, A. and Lintang, D.S. (2019) 'Hubungan Faktor Lama Menderita DM dan Tingkat Pengetahuan Dengan Distres Diabetes Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Tahun 2017 (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari, Kota Semarang)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), pp. 2356–3346. Available at: <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>.
- Lambrinou, E., Hansen, T.B. and Beulens, J.W.J. (2019) 'Lifestyle Factors, Self-Management And Patient Empowerment In Diabetes Care', *European Journal of Preventive Cardiology*, 26(2_suppl), pp. 55–63. Available at: <https://doi.org/10.1177/2047487319885455>.
- Masi, G.N.M., Yulia and Masfuri (2020) 'Motivasi Melakukan Self Monitoring Blood Glucose Dengan Diabetes Self Management Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2', *Jurnal Keperawatan (JKp)*, 8(1).
- Ningrum, T.P., Alfatih, H. and Siliapantur, H.O. (2019) 'Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Manajemen Diri', *jurnal keperawatan BSI*, 7(2), pp. 114–126.
- Niroomand, M. *et al.* (2021) 'Distress and depression among patients with diabetes mellitus: prevalence and associated factors: a cross-sectional study', *Journal of Diabetes and Metabolic Disorders*, 20(1), pp. 141–151. Available at: <https://doi.org/10.1007/s40200-020-00721-y>.
- Novika Adiatma, S. and Asriyadi, F. (2020) 'Hubungan Manajemen Diri (Self Management) dengan Peran Diri pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Samarinda', *Borneo Student Research*, 1(2), p. 2020.
- Nurkamilah, N. and Widayati, N. (2018) 'Pengaruh Diabetes Self Management Education and Support', *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*, 6(1).
- Nurmaguphita, D. (2018) 'Gambaran Distress Pada Penderita

- Diabetes Mellitus', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(2), pp. 76–82.
- Seligman, H.K. *et al.* (2018) 'Comprehensive diabetes self-management support from food banks: A randomized controlled trial', *American Journal of Public Health*, 108(9), pp. 1227–1234. Available at: <https://doi.org/10.2105/AJPH.2018.304528>.
- Silalahi, L.E., Prabawati, D. and Hastono, S.P. (2021) 'Efektivitas Edukasi Self-Care Terhadap Perilaku Manajemen Diri pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Sukapura Jakarta', *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 4(1). Available at: <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>.
- Summers-Gibson, L. (2021) 'The Relationships Between Diabetes Self-Care, Diabetes Time Management, and Diabetes Distress in Women With Type 2 Diabetes Mellitus', *Science of Diabetes Self-Management and Care*, 47(4), pp. 245–254. Available at: <https://doi.org/10.1177/26350106211014438>.
- Zainudin, S.B. *et al.* (2018) 'Diabetes education and medication adjustment in Ramadan (DEAR) program prepares for self-management during fasting with tele-health support from pre-Ramadan to post-Ramadan', *Therapeutic Advances in Endocrinology and Metabolism*, 9(8), pp. 231–240. Available at: <https://doi.org/10.1177/2042018818781669>.
- Zuqni, C.N.A. and Bahri, T.S. (2019) 'Self Management Dengan Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II', *JIM FKPEP*, IV(1).