

Hubungan *Self-Management* dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Mantangai, Kalimantan Tengah

Sendi¹, Musthika Wida Mashitah^{2*}

^{1,2} Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang, Indonesia

¹ UPT Puskemas Mantangai, Kalimantan Tengah, Indonesia

Open Access Freely Available Online

Dikirim: 28 Juni 2026

Direvisi: 12 Agustus 2026

Diterima: 13 Agustus 2026

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

ns.musthika@itsk-soepraoen.ac.id

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan mandiri (*self-management*) untuk menjaga kestabilan kadar gula darah dan mencegah komplikasi. *Self-management* yang baik meliputi pengaturan diet, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, serta pemanfaatan layanan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-management* dengan kadar gula darah pasien Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Mantangai, Kalimantan Tengah. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasional dan rancangan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 60 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. *Self-management* yang diukur menggunakan kuesioner DSMQ (*Diabetic Self-Management Questionnaire*) dan kadar gula darah diukur berdasarkan gula darah sewaktu menggunakan glukometer. Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self-management* yang buruk, yaitu sebanyak 38 responden (63,3%). Pada kelompok tersebut, sebanyak 23 responden (60,5%) memiliki kadar gula darah tidak terkontrol, sedangkan 15 responden (39,5%) memiliki kadar gula darah terkontrol. Sebaliknya, pada responden dengan *self-management* yang baik, sebagian besar memiliki kadar gula darah terkontrol, yaitu sebanyak 14 responden (63,6%), sedangkan 8 responden (36,4%) memiliki kadar gula darah tidak terkontrol. Berdasarkan uji Chi-Square menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-management* dengan kadar gula darah ($p=0,071$; $p>0,05$). Meskipun secara statistik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan, terdapat kecenderungan bahwa semakin baik *self-management*, semakin baik pula kontrol gula darah.

Kata kunci: diabetes melitus, DSMQ, kadar gula darah, kontrol glikemik, *self-management*.

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a chronic disease that requires self-management to maintain blood glucose stability and prevent complications. Good self-management includes dietary regulation, physical activity, medication adherence, and utilization of healthcare services. This study aimed to determine the relationship between self-management and blood glucose levels among Diabetes Mellitus patients in the working area of Mantangai Community Health Center. This study used a quantitative design with a correlational analytic approach and a cross-sectional design. The study sample consisted of 60 respondents selected using accidental sampling technique. Self-management was assessed using the Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ), while blood glucose levels were measured as random blood glucose using a glucometer. Data analysis was performed using the Chi-Square test with a significance level of 0.05. The results showed that the majority of respondents had poor self-management, comprising 38 respondents (63.3%). Among this group, 23 respondents (60.5%) had uncontrolled blood glucose levels, while 15 respondents (39.5%) had controlled blood glucose levels. In contrast, among respondents with good self-management, the majority had controlled blood glucose levels, comprising 14 respondents (63.6%), while 8 respondents (36.4%) had uncontrolled blood glucose levels. The Chi-square test indicated no statistically significant association between self-management and blood glucose levels ($p=0.071$; $p>0.05$). Nevertheless, the

descriptive findings suggested a tendency for better self-management to be associated with better glycemic control.

Keywords: *diabetes mellitus, blood glucose, glycemic control, DSMQ, self-management.*

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi atau kerja insulin. Kontrol gula darah yang buruk dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, nefropati, neuropati, dan retinopati, serta menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan beban ekonomi kesehatan (Kasim et al., 2025). Menurut *World Health Organization* (2024), jumlah penderita diabetes meningkat drastis dari 200 juta pada tahun 1990 menjadi 830 juta pada tahun 2022, terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah. Lebih dari setengah penyandang diabetes tidak mendapatkan pengobatan, sehingga risiko komplikasi berat seperti kebutaan, gagal ginjal, penyakit jantung, dan stroke semakin tinggi. Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia mencatat bahwa angka kejadian diabetes pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 11,7%, meningkat dari 10,5% pada survei sebelumnya atau berjumlah 28,6 juta orang (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Jumlah penderita Diabetes Mellitus di Provinsi Kalimantan Tengah tahun 2024 berdasarkan laporan profil Kesehatan kabupaten/kota berjumlah 33.846 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah, 2025).

Pengendalian kadar gula darah merupakan hal yang sangat penting dalam penatalaksanaan diabetes melitus. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengontrol kadar gula darah adalah melalui *self-management* atau pengelolaan diri oleh pasien (Drissianti et al., 2026). *Self-management* pada pasien diabetes melitus meliputi kemampuan pasien dalam mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik secara teratur, memantau kadar gula darah, mematuhi pengobatan, serta melakukan perawatan diri secara mandiri (Ahmad & Joshi, 2023). *Self-management* yang baik dapat membantu pasien menjaga kestabilan kadar gula darah serta mencegah terjadinya komplikasi penyakit (Muhoma et al., 2020).

Namun pada kenyataannya, masih banyak pasien diabetes melitus yang belum mampu melakukan *self-management* secara optimal. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti kurangnya pengetahuan, motivasi yang rendah, dukungan keluarga yang kurang, serta keterbatasan

akses terhadap pelayanan kesehatan (Ariani et al., 2025). *Self-management* yang tidak optimal dapat menyebabkan kadar gula darah tidak terkontrol sehingga meningkatkan risiko komplikasi pada pasien diabetes melitus (Zai et al., 2021).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *self-management* memiliki hubungan yang signifikan dengan pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Penelitian yang dilakukan di Kecamatan Ulee Kareng, Banda Aceh menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-management* dengan pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2, dimana pasien dengan *self-management* yang baik cenderung memiliki kadar gula darah yang lebih terkontrol dibandingkan pasien dengan *self-management* yang kurang baik ($p=0,000$) (Saminan et al., 2020). Hasil penelitian di RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara *self-management* dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2, dimana pasien yang mampu melakukan pengelolaan diri seperti pengaturan diet, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan memiliki kontrol gula darah yang lebih baik (Ara & Hastuti, 2025). Penelitian serupa juga menyebutkan di Puskesmas Kota Kediri menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *self-management* pengobatan dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2, dimana hasil uji Spearman Rank diperoleh p -value 0,000 ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi $r = 0,598$, yang menunjukkan bahwa semakin baik *self-management* pasien maka semakin baik pula kontrol kadar gula darahnya (Farida et al., 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, *self-management* merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self-management* dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Mantangai, Kalimantan Tengah”.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan analitik korelasional

dan rancangan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Wilayah Kerja Puskesmas Mantangai dengan jumlah sampel sebanyak 60 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling*, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, di mana pasien yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti di Puskesmas. Proses pengumpulan data dilaksanakan selama dua bulan, yakni pada Maret hingga April 2026.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah *self-management* pasien Diabetes Melitus yang diukur menggunakan kuesioner DSMQ (*Diabetic Self-Management Questionnaire*) yang dikembangkan oleh (Schmitt et al., 2013), telah disesuaikan oleh Kurnia (2018), serta digunakan dalam penelitian (Sari, 2021) dalam versi Bahasa Indonesia. Instrumen ini telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan nilai Cronbach's alpha sebesar 0,939. Kuesioner terdiri dari 16 item pernyataan yang mencakup empat domain, yaitu kontrol glukosa (5 pernyataan), kontrol diet (4 pernyataan), aktivitas fisik (3 pernyataan), dan pemanfaatan layanan kesehatan (3 pernyataan). Penilaian instrumen menggunakan skala Likert 0-3, untuk pernyataan positif (*favourable*) Tidak Pernah=0, Kadang-Kadang=1, Lumayan Sering=2, dan Sering Sekali=3, dan untuk pernyataan negatif (*unfavourable*) dilakukan *reverse scoring*. Kategori akhir *self-management* yaitu, skor mentah yang diperoleh dari masing-masing sub-skala maupun skor total dikonversi ke dalam skala 0 hingga 10 menggunakan rumus transformasi: (skor mentah / skor maksimal) x 10. Hasil pengukuran kemudian dikategorikan menjadi dua tingkatan, yaitu *self-management* baik apabila skor konversi > 6,0 dan *self-management* buruk apabila skor konversi ≤ 6,0.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kadar gula darah pasien Diabetes Melitus yang diukur menggunakan lembar observasi berdasarkan hasil pemeriksaan glukosa darah sewaktu menggunakan glukometer. Hasil pemeriksaan kemudian dikategorikan berdasarkan pedoman Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (Perkeni, 2024), menjadi terkontrol (< 180 mg/dL) dan tidak terkontrol (≥ 180 mg/dL). Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05 untuk mengetahui hubungan antara *self-management* dengan kadar gula darah pasien Diabetes Melitus.

HASIL

Tabel 1
Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Usia		
26–35 tahun	14	23,3%
36–45 tahun	17	28,3%
46–55 tahun	16	26,7%
56–65 tahun	12	20,0%
>65 tahun	1	1,7%
Total	60	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	18	30,0%
Perempuan	42	70,0%
Total	18	30,0%
Tingkat Pendidikan		
SD	18	30,0%
SMP	14	23,3%
SMA	21	35,0%
Sarjana	7	11,7%
Total	60	100%
Pekerjaan		
Petani	26	43,3%
Wiraswasta	14	23,3%
IRT	6	10,0%
Pegawai swasta	4	6,7%
Tidak bekerja	4	6,7%
Pensiunan	2	3,3%
PNS	1	1,7%
Total	60	100%
Lama Menderita DM		
2–5 tahun	13	21,7%
6–10 tahun	28	46,7%
11–15 tahun	17	28,3%
>15 tahun	2	3,3%
Total	60	100%
Riwayat Keluarga DM		
Ada	49	81,7%
Tidak ada	11	18,3%
Total	60	100%
Terapi		
Metformin	33	55,0%
Glibenklamid	12	20,0%
Glimepiride	10	16,7%
Insulin	3	5,0%
Tidak ada data	2	3,3%
Total	60	100%
Riwayat Komplikasi		
Tidak pernah	56	93,3%
Pernah	4	6,7%
Total	60	100%
Penyakit Kronis Lainnya		
Tidak ada	46	76,7%
Hipertensi	14	23,3%
Total	60	100%

Penghasilan < UMR ($\geq$ Rp 3.710.096)	44	73,3%
$\geq$ UMR (< Rp 3.710.096)	16	26,7%
Total	60	100%

Berdasarkan Tabel 1 karakteristik responden, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 36–45 tahun (28,3%), diikuti usia 46–55 tahun (26,7%), usia 26–35 tahun (23,3%), usia 56–65 tahun (20,0%), dan sebagian kecil berusia >65 tahun (1,7%). Berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan (70,0%) dibandingkan laki-laki (30,0%).

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan SMA (35,0%), kemudian SD (30,0%), SMP (23,3%), dan sarjana (11,7%). Pada variabel pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai petani (43,3%), diikuti wiraswasta (23,3%), IRT (10,0%), pegawai swasta (6,7%), tidak bekerja (6,7%), pensiunan (3,3%), dan PNS (1,7%).

Berdasarkan lama menderita Diabetes Melitus, sebagian besar responden telah menderita DM selama 6–10 tahun (46,7%), kemudian 11–15 tahun (28,3%), 2–5 tahun (21,7%), dan >15 tahun (3,3%). Seluruh responden (100%) menderita Diabetes Melitus tipe II. Sebagian besar responden memiliki riwayat keluarga dengan DM (81,7%), sedangkan 18,3% tidak memiliki riwayat keluarga DM.

Berdasarkan terapi yang digunakan, sebagian besar responden menggunakan metformin (55,0%), diikuti glibenklamid (20,0%), glimepiride (16,7%), insulin (5,0%), dan sebagian kecil tidak memiliki data terapi (3,3%). Sebagian besar responden tidak memiliki riwayat komplikasi

(93,3%), sedangkan 6,7% pernah mengalami komplikasi. Pada penyakit kronis lain, mayoritas responden tidak memiliki penyakit penyerta (76,7%), sedangkan 23,3% memiliki hipertensi. Berdasarkan penghasilan, sebagian besar responden memiliki penghasilan di bawah UMR (73,3%), sedangkan 26,7% memiliki penghasilan di atas atau sama dengan UMR.

Tabel 2
Self-Management Pasien Diabetes Melitus

<i>Self-management</i>	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Buruk	43	71,70
Baik	17	28,30
Total	60	100

Berdasarkan Tabel 2, didapatkan hasil bahwa dari total 60 responden, sebagian besar memiliki *self-management* dalam kategori buruk, yaitu sebanyak 43 orang (71,7%). Sementara itu, responden dengan kategori *self-management* baik berjumlah 17 orang (28,3%).

Tabel 3
Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus

Gula darah	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Terkontrol	29	48,33
Tidak terkontrol	31	51,67
Total	60	100

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar responden memiliki kadar gula darah tidak terkontrol yaitu 31 orang (51,67%) dan hampir setengahnya dengan kadar gula darah terkontrol yaitu 29 orang (48,33%).

Tabel 4
Hubungan Self-Management dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus

<i>Self-Management</i>	Gula Darah				Total		Chi-Square (p-value)
	Terkontrol		Tidak Terkontrol		(n)	(%)	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	
Baik	14	63,6%	8	36,4%	22	100%	0,071
Buruk	15	39,5%	23	60,5%	38	100%	

Berdasarkan hasil uji bivariat dengan uji Pearson Chi-Square pada Tabel 4. menunjukkan p-value sebesar 0,071 ($p > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-management* dengan kadar gula darah pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Mantangai, Kalimantan Tengah. Meskipun secara statistik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan, terdapat

kecenderungan bahwa semakin baik *self-management*, semakin baik pula kontrol gula darah. Pada responden dengan *self-management* baik, sebagian besar dengan kadar gula darah terkontrol yaitu 14 orang (63,6%), sedangkan responden dengan *self-management* buruk sebagian besar dengan kadar gula darah tidak terkontrol yaitu 23 orang (60,5%).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *self-management* yang buruk, yaitu sebanyak 38 responden (63,3%). Pada kelompok tersebut, sebanyak 23 responden (60,5%) memiliki kadar gula darah tidak terkontrol, sedangkan hanya 15 responden (39,5%) yang memiliki kadar gula darah terkontrol. Sebaliknya, pada responden dengan *self-management* yang baik, sebagian besar memiliki kadar gula darah terkontrol, yaitu sebanyak 14 responden (63,6%), sedangkan 8 responden (36,4%) memiliki kadar gula darah tidak terkontrol. Meskipun secara statistik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan, terlihat adanya kecenderungan bahwa responden dengan *self-management* yang baik memiliki proporsi kadar gula darah terkontrol yang lebih tinggi dibandingkan responden dengan *self-management* yang buruk. Hasil penelitian lain menemukan bahwa perilaku *self-management* seperti pengaturan diet, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan berhubungan signifikan dengan kontrol kadar gula darah (Li et al., 2024). Selain itu, penelitian serupa juga menunjukkan bahwa *self-management* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kadar gula darah, yang berarti semakin baik *self-management*, semakin rendah kadar gula darah pasien (Ong-artborirak et al., 2023). Praktik *self-management* pada pasien diabetes melitus berhubungan signifikan dengan kontrol gula darah, terutama pada pasien yang rutin melakukan monitoring gula darah, diet terkontrol, dan kepatuhan minum obat (Kumar et al., 2024). Namun, terdapat juga beberapa perbedaan hasil pada penelitian lainnya yang menunjukkan bahwa meskipun *self-management* berhubungan dengan perilaku perawatan diri, tidak semua komponen *self-management* selalu berhubungan signifikan dengan kontrol kadar gula darah, terutama pada aspek aktivitas fisik yang dipengaruhi oleh kondisi sosial dan dukungan keluarga (Ravi et al., 2018).

Penelitian lain juga menjelaskan bahwa kontrol kadar gula darah merupakan hasil interaksi berbagai faktor, termasuk kepatuhan terapi, pola makan dan aktivitas fisik, sehingga *self-management* hanya merupakan salah satu determinan penting dalam pengendalian Diabetes Melitus (Nascimento et al., 2025). *Self-management* yang baik membantu pasien menjaga kestabilan kadar gula darah melalui penerapan pola hidup sehat, kepatuhan terapi, dan keterlibatan aktif dalam perawatan diri sehari-hari (Adu et al., 2019). Kontrol glikemik merupakan kondisi yang bersifat multifaktorial. Kadar gula darah tidak

hanya dipengaruhi oleh *self-management*, tetapi juga oleh usia, lama menderita diabetes, fungsi sel β pankreas yang masih tersisa, resistensi insulin, indeks massa tubuh, jenis terapi, kepatuhan penggunaan obat, penyakit penyerta, tingkat pendidikan, dukungan keluarga, tingkat literasi kesehatan, maupun kondisi psikologis pasien. Bin Rakhis et al., (2022) dalam review sistematis melaporkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi kontrol glikemik dapat dikelompokkan menjadi faktor personal, faktor klinis, faktor terapi, dan faktor perilaku. Oleh karena itu, pasien dengan *self-management* yang baik belum tentu memiliki kadar gula darah yang terkontrol apabila masih terdapat faktor-faktor lain yang belum optimal.

Tidak adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara *self-management* dengan kadar gula darah dalam penelitian ini kemungkinan disebabkan ukuran sampel yang relatif kecil yaitu 60 orang sehingga kekuatan uji statistik menjadi terbatas dalam mendeteksi hubungan yang sebenarnya. Faktor lain yang mungkin memengaruhi hasil penelitian adalah penggunaan kadar gula darah sewaktu sebagai indikator kontrol glikemik. Pemeriksaan ini menggambarkan kondisi glukosa darah pada saat pengukuran dan sangat dipengaruhi oleh waktu makan terakhir, aktivitas fisik, tingkat stres, maupun kepatuhan penggunaan obat pada hari pemeriksaan.

Menurut Butayeva et al. (2023) intervensi yang mampu meningkatkan kemampuan *self-management* secara konsisten akan memperbaiki kontrol glikemik, terutama apabila didukung oleh peningkatan literasi kesehatan, edukasi yang berkesinambungan, dan pendampingan tenaga kesehatan. Namun demikian, perubahan kontrol glikemik umumnya lebih mudah diamati melalui indikator jangka panjang seperti HbA1c dibandingkan pemeriksaan kadar gula darah sewaktu. Penelitian selanjutnya perlu menambahkan peran tenaga kesehatan dalam meningkatkan kemampuan *self-management* pasien melalui edukasi kesehatan mengenai diet diabetes, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, serta pemantauan gula darah perlu diberikan secara rutin agar pasien memiliki pemahaman dan motivasi yang baik dalam mengelola penyakitnya.

SIMPULAN

Temuan ini mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-management* dengan kadar gula darah pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Mantangai, Kalimantan Tengah. Meskipun secara

statistik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan, terdapat kecenderungan bahwa semakin baik *self-management*, semakin baik pula kontrol gula darah. Pada responden dengan *self-management* baik, sebagian besar dengan kadar gula darah terkontrol sedangkan responden dengan *self-management* buruk sebagian besar dengan kadar gula darah tidak terkontrol.

REFERENSI

- Adu, M. D., Malabu, U. H., Malau-Aduli, A. E. O., & Malau-Aduli, B. S. (2019). Enablers and barriers to effective diabetes self-management: A multi-national investigation. *PloS One*, 14(6), e0217771. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0217771>
- Ahmad, F., & Joshi, S. H. (2023). Self-Care Practices and Their Role in the Control of Diabetes: A Narrative Review. *Cureus*, 15(7), e41409. <https://doi.org/10.7759/cureus.41409>
- Ara, Y. F., & Hastuti, A. P. (2025). Hubungan Perilaku Self Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(Dm), 16887–16897.
- Ariani, A. T., Sumartiningsih, M. S., Indrayeni, R., & Sandra, R. M. (2025). Hubungan Self-Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit An-Nisa Tangerang. *Jurnal Kesehatan Tadulako*, 6, 17195–17206.
- Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka Data Akurat Kebijakan Tepat*.
- Bin Rakhis, S. A., AlDuwayhis, N., Aleid, N., Albarrak, A., & Aloraini, A. A. (2022). Glycemic Control for Type 2 Diabetes Mellitus Patients: A Systematic Review. *Cureus*, 14.
- Butayeva, J., Ratan, Z. A., Downie, S., & Hosseinzadeh, H. (2023). The impact of health literacy interventions on glycemic control and self-management outcomes among type 2 diabetes mellitus: A systematic review. *Journal of Diabetes*, 15, 724–735.
- Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah. (2025). *Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2025*.
- Drissianti, P., Saputra, F., & Risca, A. (2026). Edukasi self-management untuk meningkatkan self-care aktifitas fisik pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Journal of Public Health Concerns*, 5(11), 818–824.
- Farida, U., Poespita, K. S., & Paringsih, D. P. M. (2023). Hubungan Self-Management Pengobatan Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas. *Journal Syifa Sciences and Clinical Research (JSSCR)*, 5, 327–337.
- Kasim, J., Jamaluddin, M., & Kunci, K. (2025). Cegah Diabetes Melitus : Program Pemeriksaan Gula Darah Gratis dengan Kunjungan Rumah di Desa Bababulo Utara. *Berbakti: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 01(06), 403–408.
- Kumar, D., Burma, A., Peter, S., Ansari, M. A., & Patankar, A. (2024). A cross-sectional study on diabetes self-management practice and its association with glycemic control among type 2 Diabetes patients. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 13(7), 2616–2622. https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc_1804_23
- Kurnia, A. (2018). Validity And Realibility of Diabetes Management Self Efficacy Scale (DMSES) Instrument. *Journal Of Ners Community*, 09(November), 156–160.
- Li, D., Pan, E., Sun, Z., Wen, J., Su, M., Wu, M., ... Fan, H. (2024). Associations between perceived care quality , self-care behaviors , and glycemic control in Chinese adults with type 2 diabetes under the national essential public health services program. *BMC Public Health*, 24, 1–11.
- Muhoma, T., Waruiru, M. W., Sanni, O., Knecht, L. D., & McFarland, M. (2020). A quality improvement project to improve diabetes self-management and patient satisfaction in a low-resourced central Kenyan hospital. *African Health Sciences*, 20(3), 1322–1328. <https://doi.org/10.4314/ahs.v20i3.38>
- Nascimento, T., Andrade, A., Pinto, E., Cabrita, C., & Pais, S. (2025). Medication Adherence and Glycemic Control in Older Adults with Type 2 Diabetes : A Cross-Sectional Study in a Community Setting. *Diabetology*, 6(33), 1–15.
- Ong-artborirak, P., Seangpraw, K., Boonyathee, S., & Auttama, N. (2023). behaviors , and glycemic control among older adults with type 2 diabetes mellitus : a cross- sectional study in Thai communities. *BMC Public Health*, 1–10.
- Perkeni. (2021). *Pedoman Pemantauan Glukosa Darah Mandiri*.
- Ravi, S., Kumar, S., & Gopichandran, V. (2018).

Do supportive family behaviors promote diabetes self-management in resource limited urban settings? A cross sectional study. *BMC Public Health*, 1–9.

Saminan, Rabbany, N., Aini, Z., Zulkarnain, Z., & Murzalina, C. (2020). The Relationship Between Diabetes Self-Management and Blood Glucose Control in Patients With Type 2 Diabetes Mellitus in Ulee Kareng Subdistrict, Banda Aceh. *Int. J. Trop. Vet. Biomed. Res.*, 5(November), 40–49.

Sari, F. N. (2021). *Pengaruh Diabetes Mellitus Self Management Terhadap Resiko Komplikasi Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Pukesmas Siwalankerto Kota Surabaya*. STIKES Hang Tuah Surabaya.

Schmitt, A., Gahr, A., Hermanns, N., Kulzer, B., Huber, J., & Haak, T. (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, 138. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-11-138>

World Health Organization. (2024). Diabetes.

Zai, Y. C., Telaumbanua, J. I., Siregar, M. C., Bohalima, K., & Kaban, K. B. (2021). Pengaruh Program Diabetes Self Management Education Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pasien Dm Tipe 2 Di RSU. Royal Prima Medan. *Jurnal Keperawatan*, 11(2), 47–55.