



Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan *Self Management* pada Penderita Diabetes Melitus di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok Tahun 2025

The Relationship Between The Level of Spirituality and Self Management in Diabetes Melitus Patients at The Internal Medicine Polyclinic of Arosuka Regional Hospital, Solok Regency

Elzi Febri^{1*}, Dian Anggraini², Dona Amelia³

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi

Email : elzifebri21@gmail.com^{1*}, dian.10060519@gmail.com², season2.amelia@gmail.com³

Article Info

Article history :

Received : 22-08-2026

Revised : 24-08-2026

Accepted : 26-08-2026

Published : 28-08-2026

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic disease that requires continuous self-management to prevent complications. One of the factors influencing the success of self-management is the level of spirituality. This study aims to examine the relationship between spirituality levels and self-management in diabetes mellitus patients at the Internal Medicine Polyclinic of RSUD Arosuka, Solok Regency. This research is quantitative with a descriptive correlational design and a cross-sectional approach. The sample consisted of 106 respondents selected using purposive sampling. The instruments used were the Daily Spiritual Experience Scale (DSES) to measure spirituality and the Diabetes Self Management Questionnaire (DSMQ) to assess self-management. Data analysis was performed using the Spearman Rank test. The results showed that most respondents had a high level of spirituality (68.9%) and good self-management (57.5%). Statistical tests indicated a significant relationship between spirituality level and self-management in diabetes mellitus patients ($p = 0.000$; $r = 0.597$) with a moderate strength and positive correlation direction. The conclusion of this study is that the higher the level of spirituality, the better the self-management of diabetes mellitus patients. A holistic approach in diabetes management that considers the patient's spiritual aspects is necessary to improve the quality of independent disease management.

Keywords : spirituality, self-management, diabetes mellitus

Abstrak

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan diri (self management) secara berkelanjutan guna mencegah komplikasi. Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan *self management* adalah tingkat spiritualitas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat spiritualitas dengan *self management* pada penderita diabetes melitus di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional dan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian berjumlah 106 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Daily Spiritual Experience Scale (DSES) untuk mengukur spiritualitas dan Diabetes Self Management Questionnaire (DSMQ) untuk mengukur *self management*. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat spiritualitas tinggi (68,9%) dan *self management* baik (57,5%). Uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat spiritualitas dengan *self management* pada penderita diabetes melitus ($p = 0,000$; $r = 0,597$) dengan kekuatan hubungan sedang dan arah korelasi positif. Kesimpulan dari penelitian ini adalah semakin tinggi tingkat spiritualitas, maka semakin baik *self management* penderita diabetes melitus. Diperlukan pendekatan holistik dalam penatalaksanaan



diabetes yang memperhatikan aspek spiritual pasien untuk meningkatkan kualitas pengelolaan penyakit secara mandiri.

Kata Kunci: *spiritualitas, self management, diabetes melitus*

PENDAHULUAN

Diabetes melitus, atau yang lebih dikenal sebagai kencing manis, merupakan salah satu masalah kesehatan yang sudah menjadi ancaman kesehatan (Anggraini *et al.*, 2024). Selain itu, diabetes melitus termasuk dalam golongan penyakit degeneratif yang menunjukkan tren peningkatan setiap tahunnya di berbagai negara di seluruh dunia (Kurniawati *et al.*, 2022).

Tahun 2022, *World Health Organization* menyatakan bahwa diabetes melitus adalah salah satu penyakit yang banyak dialami oleh orang di seluruh dunia dan berada di urutan keempat dalam prioritas penelitian penyakit degeneratif di semua negara. WHO memperkirakan lebih dari 346 juta orang menderita diabetes melitus (WHO, 2024). *International Diabetes Federation* (IDF) dalam atlas edisi ke-10 hingga akhir 2021 melaporkan bahwa terdapat 537 juta penderita, dan jumlah ini diperkirakan akan terus bertambah menjadi sekitar 643 juta pada tahun 2030, lalu diprediksi mencapai 783 juta pada tahun 2045 (IDF, 2021). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi diabetes melitus di Indonesia mencapai 10,9%. Pada tahun 2023, prevalensi diabetes melitus telah mencapai 11,7% (Databoks, 2024). Di Sumatera Barat angka kejadian diabetes melitus berada di urutan ke 22 dari 35 provinsi di Indonesia dengan prevalensi penderita diabetes melitus sebanyak 1,2% dan mengalami peningkatan 2,2% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Solok menjelaskan bahwa prevalensi diabetes melitus mengalami peningkatan dalam 4 tahun terakhir, dengan prevalensi pada tahun 2019 sebanyak 6.576 kasus dan pada tahun 2023 ditemukan prevalensi diabetes melitus sebanyak 7.224 kasus (Dinas Kesehatan Kab. Solok, 2024).

Tingginya angka kejadian diabetes melitus dapat menimbulkan tingginya komplikasi pada penderita diabetes melitus. Cara untuk mengurangi komplikasi akibat diabetes melitus diperlukan adanya program penatalaksanaan mandiri pasien diabetes mellitus yang disebut dengan *Self management* (Rahmadani *et al.*, 2023). *Self management* pada penderita diabetes melitus membutuhkan 5 pilar penatalaksanaan, yaitu pendidikan kesehatan, pola makan, aktivitas fisik (olahraga), minum obat secara teratur, dan melakukan cek gula darah secara teratur (Amelia & Srywahyuni, 2022). *Self management* merupakan komponen yang sangat penting, namun pada saat ini masih banyak penderita diabetes melitus yang tidak mampu melakukannya (Dewi Safa *et al.*, 2023). Dapat dilihat dari hasil penelitian yang menyatakan bahwa dari 382 pasien diabetes melitus, sebanyak 243 pasien (63,6%) memiliki *self management* yang buruk (Nejaddadgar *et al.*, 2022). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian tentang perilaku *self management* yang dilakukan pada 222 responden menyatakan bahwa 60,8% pasien diabetes melitus tidak melakukan *self management* (Rika *et al.*, 2022).

Salah satu aspek penting dalam mendukung *self management* bagi penderita diabetes melitus adalah spiritualitas, karena spiritualitas memberikan kekuatan untuk menghadapi tantangan fisik dan emosional yang disebabkan oleh diabetes melitus. Spiritualitas juga berperan dalam meningkatkan mekanisme koping, mengurangi kecemasan, dan memperkuat ketahanan mental (Zatihulwani *et al.*, 2024). Dengan adanya spiritualitas, keyakinan para penderita diabetes melitus



terhadap penyakit mereka dapat meningkat dan berdampak pada proses penyembuhan (Yani *et al.*, 2025). Namun, meskipun manfaat spiritualitas dalam meningkatkan keyakinan dan manajemen penyakit telah diakui, saat ini tingkat spiritualitas di kalangan penderita diabetes melitus masih rendah, karena mereka merasa bahwa penyakit tersebut sulit disembuhkan meskipun sudah menjalani perawatan yang rutin dan enggan menerima ujian kesehatan yang dihadapi. Hal ini dapat dilihat dari penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat spiritualitas yang rendah, yaitu 12 orang (40%), sedang 9 orang (30%), dan tinggi 9 orang (30%) (Eva *et al.*, 2023).

Dari beberapa jurnal penelitian, ditemukan bahwa pengalaman spiritual memiliki hubungan erat dengan perilaku *self management*. Berdasarkan hasil analisis, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat spiritualitas dan perilaku *self management* pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Gianyar I (Made *et al.*, 2021). Hal ini didukung oleh penelitian yang menyatakan bahwa individu dengan spiritualitas yang baik akan mengalami dampak positif dalam *self management*. Dalam penelitian ini, hasilnya menunjukkan adanya hubungan antara spiritualitas dan *self management* pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Simpang Tiga, Kota Pekanbaru (Yani *et al.*, 2025).

Peneliti akan melakukan penelitian di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok. Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok terdapat 2.994 kasus penderita diabetes melitus pada bulan Januari hingga Desember 2023, sementara itu, pada periode yang sama di tahun 2024, prevalensinya meningkat menjadi 3.184. Ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 190 kasus dari tahun 2023 ke 2024.

Hasil wawancara singkat yang dilakukan oleh peneliti pada awal Februari 2025 di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok terhadap para penderita diabetes melitus, menunjukkan bahwa dari 10 responden, 7 di antaranya mengaku tidak rutin memeriksakan diri ke dokter setiap bulan, tidak teratur dalam konsumsi obat oral atau suntikan insulin, jarang melakukan aktivitas fisik, hanya sekali dalam seminggu, tidak mengikuti pola makan yang dianjurkan dokter, serta tidak secara rutin memeriksa kadar gula darah mereka. Sementara itu, 3 responden lainnya menyatakan bahwa mereka rutin memeriksakan diri setiap bulan, secara teratur mengikuti pengobatan baik obat oral maupun suntikan insulin sesuai resep, aktif melakukan aktivitas fisik sebanyak tiga kali seminggu, mematuhi pola makan yang dianjurkan, dan rutin memantau kadar gula darah mereka.

Selain itu, survei awal tentang spiritualitas menunjukkan bahwa 6 penderita diabetes melitus mengaku jarang melakukan ibadah wajib, jarang merasa bersyukur atas kehidupan, merasa tidak menerima kondisi kesehatan mereka saat ini, jarang mendapatkan dukungan dari teman dan keluarga ketika menghadapi masalah, merasa sendirian dalam menjalani penyakit ini tanpa ada yang benar-benar memahami perasaan mereka, serta tidak pernah mengagumi ciptaan-Nya atau merasakan keindahan alam. Di sisi lain, 4 orang penderita diabetes mellitus mengatakan bahwa mereka sering mendekatkan diri kepada Tuhan dengan rajin beribadah, sering merasa bersyukur atas kehidupan, mengaku ikhlas menerima penyakit yang diderita, sering menerima nasihat dari teman dan keluarga saat menghadapi masalah, serta sering mengagumi ciptaan-Nya atau merasa tenang ketika menikmati keindahan alam.



Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Spiritualitas Dengan Self Managament Pada Penderita Diabetes Melitus Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok Tahun 2025”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional serta pendekatan *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes melitus yang berobat di poliklinik penyakit dalam RSUD Kabupaten Solok yang memenuhi syarat kriteria inklusi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Jumlah sampel yang diteliti dalam penelitian ini adalah 106 orang dengan menggunakan *drop out* 10%. Instrumen penelitian ini menggunakan kuisioner *Daily Spiritual Experience Scale* (DSES) dan *Diabetes Self Management Questionnaire* (DSMQ). Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *spearman rank*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok Tahun 2025

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
≥65 tahun	17	16,0
56-64 tahun	26	24,5
46-55 tahun	28	26,4
31-45 tahun	27	25,5
18-30 tahun	8	7,5
Jenis Kelamin		
Perempuan	69	65,1
Laki-laki	37	34,9
Pendidikan		
Perguruan tinggi	36	34,0
SMA	22	20,8
SMP	20	18,9
Tamat SD	28	26,4
Pekerjaan		
Wirausaha	27	25,5
PNS	5	4,7
Guru	4	3,8
Pensiunan	21	19,8
Petani	10	9,4
Tidak bekerja	39	36,8
Lama Menderita		
1-5 tahun	75	70,8
6-10 tahun	26	24,5
11-15 tahun	5	4,7



Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 106 orang responden, dari segi usia paling banyak responden berusia 46-55 tahun yang berjumlah 28 orang (26,4%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Dewi Safa *et al.*, (2023), yang menyatakan bahwa hampir setengah dari mereka adalah lansia awal dalam rentang usia 46-55 tahun, berjumlah 36 orang (37,9%). Penderita diabetes melitus yang berusia 46-55 tahun termasuk dalam kelompok usia dewasa madya, di mana secara fisiologis terjadi penurunan metabolisme tubuh dan peningkatan resistensi insulin. Kondisi ini membuat tubuh lebih sulit dalam mengontrol kadar gula darah, sehingga resiko terjadinya diabetes melitus semakin besar.

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 69 orang (65,1%). Hasil penelitian ini sejalan Yani *et al.*, (2025), yang menyebutkan bahwa dari 74 responden yang menderita diabetes mellitus, sebagian besar adalah perempuan, yaitu 53 orang (71,6%). Wanita memiliki risiko lebih tinggi mengalami diabetes melitus karena perubahan tingkat gula darah yang dipengaruhi oleh hormon estrogen (Purwanti, 2021). Hormon estrogen dapat mempengaruhi sensitivitas insulin dan metabolisme glukosa dalam tubuh. Ketidakseimbangan hormon estrogen, terutama saat monopause, diketahui dapat menyebabkan peningkatan resistensi insulin dan gangguan metabolisme glukosa, yang merupakan faktor risiko utama terjadinya diabetes melitus tipe 2 (Paoli *et al.*, 2021).

Berdasarkan karakteristik pendidikan sebagian besar responden dengan pendidikan perguruan tinggi yang berjumlah 36 orang (34,0%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Ramadhani *et al.*, (2023), yang menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki latar belakang pendidikan tinggi sebesar 70,9%. Pendidikan tidak berpengaruh langsung terhadap manajemen diri. Orang dengan latar belakang pendidikan yang lebih tinggi tidak semuanya memperhatikan kondisi kesehatan mereka, beberapa di antara mereka mengabaikan kondisi kesehatan karena terkait dengan pekerjaan dan aktivitas padat yang menyebabkan perubahan gaya hidup, pola makan, serta kurangnya aktivitas fisik.

Berdasarkan karakteristik pekerjaan sebagian besar responden dengan pekerjaan tidak bekerja yang berjumlah 39 orang (36,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Dewi Safa *et al.*, (2023), yang menyatakan bahwa hampir separuh dari responden, yaitu 45 orang (47,4%), tidak memiliki pekerjaan. Dalam penelitian ini, kategori “tidak bekerja” mencakup individu yang tidak memiliki pekerjaan formal atau tidak menerima penghasilan tetap secara langsung dari aktivitas ekonomi. Berdasarkan hasil penelitian dari 39 (36,8%) responden yang tidak bekerja, mayoritas 35 (89,7%) responden tidak bekerja adalah perempuan khususnya ibu rumah tangga. Ibu rumah tangga dianggap sebagai tidak bekerja karena meskipun mereka memiliki peran dan tanggung jawab besar dalam rumah tangga, mereka tidak terlibat dalam pekerjaan yang menghasilkan pendapatan secara langsung atau tercatat dalam sektor formal maupun informal. Hal ini sejalan dengan definisi dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang menyatakan bahwa seseorang dikategorikan tidak bekerja jika tidak melakukan kegiatan ekonomi selama seminggu sebelum survei, termasuk mereka yang mengurus rumah tangga dan tidak menerima gaji atau upah (BPS, 2023).

Individu yang tidak bekerja, terutama ibu rumah tangga, sering kali memiliki aktivitas fisik yang terbatas dan lebih banyak menghabiskan waktu di rumah. Aktivitas ini cenderung bersifat ringan, seperti pekerjaan rumah tangga rutin, yang tidak cukup intens untuk meningkatkan



sensitivitas insulin atau menjaga kestabilan kadar glukosa darah (ADA, 2022). Pekerjaan dengan aktivitas fisik ringan akan menyebabkan kurangnya pengeluaran energi oleh tubuh, sehingga kelebihan energi dalam tubuh disimpan dalam bentuk lemak yang mengakibatkan obesitas yang merupakan salah satu faktor risiko diabetes melitus (Yani *et al.*, 2025).

Berdasarkan karakteristik lama menderita sebagian besar responden dengan lama menderita diabetes melitus 1-5 tahun yang berjumlah 75 orang (70,8%). Hasil penelitian ini didukung oleh Made *et al.*, (2021), yang menyatakan bahwa sebanyak 28 pasien (75,5%) didiagnosis menderita diabetes melitus dalam periode 1-5 tahun. Lama menderita adalah rentang waktu antara diagnosis pertama pasien dan saat ini yang dinyatakan dalam tahun. Kehadiran diabetes sedikit banyak akan mempengaruhi kesehatan pasien, hal ini bisa disebabkan oleh memburuknya kontrol glukosa yang mungkin disebabkan oleh kerusakan sel beta seiring semakin lamanya seseorang menderita diabetes melitus (Yani *et al.*, 2025).

Peneliti berasumsi bahwa individu yang berada pada usia 46-55 tahun lebih rentan mengalami diabetes melitus karena pada rentang usia ini terjadi perubahan fisiologis berupa penurunan fungsi metabolisme tubuh dan peningkatan resistensi insulin. Selain itu, perempuan lebih berisiko mengalami diabetes melitus karena pengaruh hormon estrogen yang mempengaruhi sensitivitas insulin, terutama saat mengalami perubahan hormonal seperti menopause. Pendidikan tinggi tidak selalu menjamin perilaku hidup sehat, karena kesibukan dan gaya hidup modern dapat menyebabkan pola makan yang tidak teratur dan kurangnya aktivitas fisik. Sementara itu, individu yang tidak bekerja, khususnya ibu rumah tangga, cenderung memiliki aktivitas fisik yang terbatas, sehingga berkontribusi terhadap risiko kelebihan berat badan dan resistensi insulin. Lama menderita diabetes melitus juga turut memperberat kondisi karena dapat menyebabkan penurunan fungsi sel beta pankreas yang berperan penting dalam produksi insulin.

2. Tingkat Spiritualitas

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Spiritualitas di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok Tahun 2025

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Spiritualitas tinggi	73	68,9
Spiritualitas sedang	28	26,4
Spiritualitas rendah	5	4,7
Jumlah	106	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 106 orang responden yaitu penderita diabetes melitus, terdapat mayoritas responden mempunyai tingkat spiritualitas tinggi dengan jumlah 73 orang (68,9%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Made *et al.*, (2021), yang menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pengalaman spiritualitas tinggi sebanyak 25 (67,6%) responden. Penelitian lain yang mendukung yaitu Ismail & Purwanti, (2024), yang menyatakan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat spiritual baik yang berjumlah 18 (60,0%) responden.

Menurut Harahap & Puspita, (2022) spiritualitas merupakan salah satu hal terpenting dalam kehidupan seseorang, termasuk bagi penderita diabetes melitus. Spiritualitas digambarkan



sebagai pengalaman tertinggi, yaitu hubungan yang lebih dalam dengan Tuhan, sesama manusia, diri sendiri, dan juga dengan alam. Spiritualitas memberikan dampak positif bagi kesehatan dan kesejahteraan serta membantu orang dengan penyakit kronis untuk mendorong tanggung jawab pribadi terhadap kesehatan dan kesejahteraan. Para pasien memanfaatkan keyakinan dan agama untuk menerima kenyataan dari penyakit mereka agar dapat mengelola kondisi mereka dengan sabar, toleran, tenang, dan percaya diri di masa depan (Yani *et al.*, 2025).

Tingginya spiritualitas pada penderita diabetes melitus di Kabupaten Solok disebabkan oleh reputasi Kabupaten Solok sebagai "Serambi Medinah" yang mencerminkan nilai-nilai budaya dan religius yang kuat, serta kehidupan masyarakat yang berorientasi pada kesehatan dan kesejahteraan sesuai dengan visinya, yaitu "Mewujudkan masyarakat Kabupaten Solok yang beriman, religius, dan sejahtera." Hal ini tercermin dalam program kegiatan keagamaan rutin yang dilaksanakan, seperti pada saat menyambut bulan suci Ramadan, Komite Hari Besar Islam Kabupaten Solok (PHBI) mengadakan Tabligh Akbar dan dzikir bersama di Masjid Agung Darussalam Koto Baru, yang dihadiri oleh berbagai kalangan, termasuk para penderita diabetes melitus. Kegiatan ini dapat memberikan ketenangan batin bagi penderita diabetes mellitus dalam menghadapi tantangan kesehatan mereka (Indomen, 2025).

Tingginya spiritualitas di Kabupaten Solok juga dapat dikaitkan dengan faktor usia. Menurut Zatihulwani *et al.*, (2024) rentang usia 46-55 tahun merupakan tahap kedewasaan dalam kehidupan seseorang, di mana individu cenderung lebih reflektif tentang makna hidup, termasuk dalam menghadapi penyakit kronis seperti diabetes melitus. Pada rentang usia ini, banyak orang mulai mengevaluasi perjalanan hidup mereka, menghadapi berbagai tantangan fisik dan emosional, serta lebih menyadari keterbatasan mereka. Keadaan ini mendorong pencarian makna dan tujuan hidup yang lebih dalam, sehingga spiritualitas dapat meningkat. Penelitian ini sejalan dengan Koenig, (2022), yang menyatakan bahwa spiritualitas cenderung meningkat seiring bertambahnya usia karena individu lebih fokus pada kegiatan keagamaan seperti dzikir, doa, dan menghadiri tabligh akbar. Tingkat spiritualitas yang tinggi ini sering kali menjadi mekanisme koping untuk menerima kondisi penyakit.

Berdasarkan hasil penelitian pada tingkat spiritualitas tinggi didapatkan responden paling banyak berada pada usia 46-55 tahun sebanyak 24 orang (85,7%). Hal ini menunjukkan bahwa rentang usia 46-55 tahun lebih banyak memiliki spritualitas tinggi dibanding kelompok usia lainnya. Hasil penelitian ini sejalan dengan Dewi Safa *et al.*, (2023), didapatkan bahwa 36 (37,9%) responden berusia 46-55 tahun.

Peneliti berasumsi bahwa tingginya spiritualitas pada penderita diabetes melitus di Kabupaten Solok terutama terjadi pada kelompok usia 46-55 tahun karena pada usia tersebut individu lebih reflektif dalam menghadapi hidup dan penyakit, serta didukung oleh budaya dan kegiatan kegamaan yang kuat di daerah tersebut, seperti adanya kegiatan tabligh akbar dan zikir bersama.



3. Self Management

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Self Management* di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok Tahun 2025

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
<i>Self management</i> baik	61	57,5
<i>Self management</i> sedang	35	33,0
<i>Self management</i> buruk	10	9,4
Jumlah	106	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 106 orang responden yaitu penderita diabetes melitus, terdapat mayoritas responden mempunyai *self management* baik dengan jumlah 61 orang (57,5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Made *et al.*, (2021) yang menyatakan bahwa mayoritas peserta penelitian memiliki perilaku self management yang baik yaitu sebanyak 32 (86,5%) responden. Penelitian lain yang mendukung yaitu Dewi Safa *et al.*, (2023) yang menyatakan bahwa mayoritas responden memiliki perilaku self management baik dengan jumlah 52 orang (54,7%).

Menurut Made *et al.*, (2021) *self management* adalah suatu bentuk tindakan individu yang memiliki tujuan untuk mengendalikan dan mengatur kehidupan sehari-hari untuk mengurangi dampak dari penyakit yang dideritanya. *Self management* yang baik akan membuat pasien mampu untuk mengelola penyakitnya dan patuh pada pengobatan yang disarankan. Self management diabetes melitus adalah tindakan yang dilakukan perorangan untuk mengontrol diabetes melitus yang meliputi tindakan pengobatan dan pencegahan komplikasi (Yani *et al.*, 2025).

Self management yang baik di Kabupaten Solok dapat dikaitkan dengan faktor usia. Menurut Umihanik, (2021) usia 45-56 tahun merupakan periode di mana kemampuan pengelolaan mandiri seseorang cenderung meningkat, terutama dalam konteks penyakit kronis seperti diabetes melitus. Pada rentang usia ini, seseorang umumnya memiliki pengalaman hidup yang cukup matang dan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya menjaga kesehatan. Mereka cenderung lebih disiplin dan bertanggung jawab dalam mengelola kondisi kesehatan mereka, seperti mengatur pola makan, aktivitas fisik, dan kepatuhan terhadap pengobatan. Penelitian ini sejalan dengan Powers *et al.*, (2020), yang menyatakan bahwa seiring bertambahnya usia, individu menjadi lebih teratur dalam mengelola kondisi kesehatan kronis, termasuk diabetes melitus, karena pengalaman yang telah mereka kumpulkan serta pemahaman mengenai pentingnya pengelolaan mandiri yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian pada kategori *self management* baik, didapatkan responden paling banyak berada pada usia 46-55 tahun sebanyak 20 orang (71,4%). Hal ini menunjukkan bahwa rentang usia 46-55 tahun lebih banyak memiliki *self management* yang baik dibandingkan kelompok usia lainnya. Hasil penelitian ini sejalan dengan Dewi Safa *et al.*, (2023), didapatkan bahwa 36 (37,9%) responden berusia 46-55 tahun.

Self management yang baik di Kabupaten Solok juga dapat dikaitkan dengan faktor lama menderita diabetes melitus. Menurut Srivastava *et al.*, (2021) seseorang yang telah menderita diabetes mellitus selama 1-5 tahun cenderung memiliki self management yang baik karena



selama waktu tersebut penderita biasanya telah melewati fase awal beradaptasi dengan diagnosis dan mulai memahami rutinitas pengelolaan penyakit. Setelah diagnosis, penderita umumnya mendapatkan pendidikan dari tenaga kesehatan mengenai pola makan, pengobatan, aktivitas fisik, dan pemantauan kadar gula darah, sehingga dalam beberapa tahun pertama, mereka belajar dan mulai membentuk kebiasaan pengelolaan mandiri yang efektif. Hal ini sejalan dengan hasil studi yang menunjukkan bahwa pasien dengan durasi diabetes mellitus 1-5 tahun menunjukkan perilaku pengelolaan mandiri yang lebih baik dibandingkan dengan penderita yang baru saja didiagnosis atau yang telah lama menderita diabetes mellitus, yang mungkin mengalami kejenuhan atau kelelahan dengan pengobatan (Selano, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian pada kategori *self management* baik didapatkan responden paling banyak menderita diabetes meleitus pada rentang 1-5 tahun sebanyak 40 orang (53,3%). Hal ini menunjukkan bahwa lama menderita diabetes melitus 1-5 tahun lebih banyak mempunyai *self management* yang baik dari pada terlalu lama menderita diabetes melitus. Hasil penelitian ini sejalan dengan Made *et al.*, (2021), yang menyatakan bahwa mayoritas sebanyak 28 pasien (75,7%) telah terdiagnosis menderita DM selama rentang satu sampai dengan lima tahun.

Peneliti berasumsi bahwa individu pada usia 45-56 tahun cenderung memiliki kemampuan *self management* yang lebih baik, karena pengalaman hidup dan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya menjaga kesehatan. Selain itu, penderita yang telah menjalani pengelolaan diabetes melitus 1-5 tahun biasanya sudah melewati fase adaptasi awal sehingga terbiasa menjalankan rutinitas pengelolaan penyakit secara mandiri.

4. Hubungan Tingkat Spiritualitas Dengan *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus

Tabel 3 Hubungan Tingkat Spiritualitas Dengan *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Arosuka Kabupaten Solok Tahun 2025

Tingkat Spiritualitas	<i>Self Management</i>						Total		<i>P value</i>	<i>r</i>
	Baik		Sedang		Buruk		f	%		
	f	%	f	%	F	%	f	%		
Spiritualitas tinggi	55	75,3	17	23,3	1	1,4	73	100		
Spiritualitas sedang	6	21,4	18	64,3	4	14,3	28	100	0,000	0,597
Spiritualitas rendah	0	0,0	0	0,0	5	100	5	100		
Jumlah	61	57,5	35	33,0	10	9,4	106	100		

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 73 responden dengan tingkat spiritualitas tinggi, terdapat mayoritas responden sebanyak 55 orang (75,3%) adalah penderita diabetes melitus dengan *self management* baik, sedangkan dari 28 responden dengan tingkat spiritualitas sedang, terdapat sebagian besarnya yaitu sebanyak 18 (64,3%) responden adalah penderita diabetes melitus dengan *self management* sedang, dan dari 5 responden dengan tingkat spiritualitas rendah, terdapat secara keseluruhannya yaitu sebanyak 5 (100%) responden adalah penderita diabetes melitus dengan *self management* buruk.



Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan uji *spearman rank* didapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) (H_a diterima) dan koefisien korelasi (r) = 0,597 artinya terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat spiritualitas dengan *self management* pada penderita diabetes melitus dengan kekuatan hubungan sedang, dimana semakin tinggi tingkat spiritualitas maka akan semakin baik *self management* dan begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat spiritualitas maka akan semakin buruk *self management* pada penderita diabetes mellitus.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Made *et al.*, (2021), yang menyatakan bahwa pengalaman spiritualitas dengan perilaku *self management* berdasarkan hasil analisis memiliki hubungan signifikan dengan hubungan kuat dan berpola positif ($p\text{ value} = 0,007$ dan $r = 0,437$). Hubungan positif bermakna semakin tinggi pengalaman spiritualitas akan semakin baik *self management* penderita diabetes melitus. Hal ini di dukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa hasil $p\text{-value}$ adalah sebesar 0,008 ($p\text{-value} < 0,05$) yang berarti ada hubungan spiritualitas dengan *self management* pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Simpang Tiga Kota Pekanbaru. Seseorang yang mempunyai spiritualitas yang baik maka akan berdampak pada *self management* yang baik pula (Yani *et al.*, 2025). Penelitian ini juga sejalan dengan Ismail & Purwanti, (2024), yang menunjukkan bahwa nilai $p\text{ value} = 0,025$ yang dimana hasil ini lebih kecil dari nilai signifikan $\alpha = \leq 0,05$ yang artinya H_a pada penelitian ini dapat diterima dan H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat spiritual dengan *self management* pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Tumiting Kota Manado.

Menurut Zatihulwani *et al.*, (2024), spiritualitas memainkan peran penting dalam intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan manajemen diri dan mengurangi dampak psikologis akibat diabetes melitus. Penderita diabetes melitus dengan spiritualitas yang baik memiliki kemungkinan 8,4 kali lebih besar untuk patuh terhadap pengelolaan diabetes melitus yang direkomendasikan oleh tenaga kesehatan dibandingkan penderita yang memiliki spiritualitas yang rendah. Menurut Yani *et al.*, (2025), individu yang memiliki tingkat spiritualitas yang tinggi dapat menggunakan keyakinannya untuk mengatasi penyakit, dengan cara melakukan manajemen diri seperti pola makan, aktivitas fisik, monitoring kadar gula darah, minum obat teratur yang bertujuan untuk menegakkan terjadinya komplikasi jangka panjang.

Peneliti berasumsi bahwa nilai koefisien korelasi yang ditemukan berada pada kategori sedang, karena spiritualitas bukan satu-satunya faktor yang berhubungan dengan perilaku *self management* pada penderita diabetes melitus. Faktor lain seperti usia, lama menderita, tingkat pendidikan juga dapat dikaitkan dengan hasil penelitian ini. Inilah sebabnya dalam hasil penelitian ditemukan ada responden dengan tingkat spiritualitas tinggi namun memiliki *self management* sedang dan buruk, serta responden dengan spiritualitas sedang namun memiliki *self management* baik dan buruk.

KESIMPULAN

1. Mayoritas (68,9%) responden adalah penderita diabetes melitus dengan tingkat spiritualitas kategori tinggi.
2. Mayoritas (57,5%) responden adalah penderita diabetes melitus dengan perilaku *self management* kategori baik.



3. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara tingkat spiritualitas dengan *self management* pada penderita diabetes melitus dengan kekuatan hubungan sedang, secara statistik didapatkan nilai $p = 0,000$ dan koefisien korelasi (r) = 0,597.

DAFTAR PUSTAKA

- (ADA), A. D. A. (2022). *Standards Of Medical Care In Diabetes — 2022 Abridged For Primary Care Providers*.
- (BPS), B. P. S. (2023). *Klasifikasi Penduduk Menurut Kegiatan Ekonomi*.
- Amelia, D., & Srywahyuni, A. (2022). *Hubungan Lama Menderita Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Diet Penderita Dm Di Bukittinggi*. 2, 2–5.
- Anggraini, D., Putri, A., & Fazira, C. (2024). *Pengaruh Terapi Minum Air Putih Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Tigobaleh Bukittinggi Tahun 2023*. 7(1).
- Databoks. (2024). *Prevalensi Diabetes Melitus Di Indonesia*.
- Dewi Safa, O., Herman, & Suhaimi, F. (2023). *Hubungan Kecerdasan Spiritual Dan Diabetes Knowledge Dengan Self Care Management Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. 3, 1570–1584.
- Dinas Kesehatan Kab. Solok. (2024). *Kabupaten Solok Dalam Angka Solok Regency In Figures*.
- Eva, N., Marfuah, & Iin, A. I. (2023). *Hubungan Kecerdasan Spiritual Dan Kecerdasan Emosional Dengan Self Care Management Pada Pasien Diabetes Melitus (Dm) Tipe 2 Di Ruang Anggrek Rsd Dr. Haryoto Lumajang. Dm*, 33–43.
- Harahap, N. K., & Puspita, L. M. (2022). *Kesehatan Spritual Penderita Diabetes Mellitus Tipe II : Studi Fenomenologi*.
- IDF. (2021). *IDF Diabetes Atlas 10th Edition*.
- Indomen. (2025). *Phbi Kab. Solok Gelar Tabligh Akbar Dan Zikir Bersama Sambut Bulan Suci Ramadhan 1446 H*.
- Ismail, P., & Purwanti, R. (2024). *Hubungan Tingkat Spiritual Dengan Perilaku Self Management Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Tumiting Kota Manado*.
- Koenig, H. G. (2022). Religion, Spirituality, And Health: The Research And Clinical Implications. *Isrn Psychiatry*, 2022, 1–33. <https://doi.org/10.5402/2012/278730>
- Kurniawati, D., Amelia, D., Rani, D., Studi, P., & Keperawatan, I. (2022). *Pemberian Serbuk Kulit Kayu Manis Terhadap Kadar Glukosa Darah Lansia Dengan Diabetes Mellitus*. 5(1), 1–5.
- Made, N., Dharmayanti, S., Widyanthari, D. M., & Saputra, I. K. (2021). *Hubungan Pengalaman Spiritualitas Dengan Perilaku Self Management Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Gianyar I*. 9, 572–580.
- Nejaddadgar, N., Solhi, M., Jegarghosheh, S., Abolfathi, M., & Ashtarian, H. (2022). *Self-Care And Related Factors In Patients With Type 2 Diabetes*. 7(61), 6–10.
- Paoli, M. De, Zakharia, A., & Werstuck, G. H. (2021). The Role Of Estrogen In Insulin Resistance A Review Of Clinical And Preclinical Data. *The American Journal Of Pathology*, 191(9), 1490–1498. <https://doi.org/10.1016/J.Ajpath.2021.05.011>
- Powers, M. A., Bardsley, J. K., Cypress, M., Funnell, M. M., Harms, D., Hess-Fischl, A., Hooks, B., Isaacs, D., Mandel, E. D., Maryniuk, M. D., Norton, A., Rinker, J., Siminerio, L. M., &



- Uelmen, S. (2020). Diabetes Self-Management Education And Support In Adults With Type 2 Diabetes: A Consensus Report Of The American Diabetes Association, The Association Of Diabetes Care & Education Specialists, The Academy Of Nutrition And Dietetics, The American Academy . *Diabetes Educator*, 46(4), 350–369. <https://doi.org/10.1177/0145721720930959>
- Purwanti, R. (2021). *Hubungan Kecerdasan Spiritual Dengan Perilaku Manajemen Diri Pada Klien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Teja Pamekasan*.
- Rahmadani, D. F., Nurkharistna, M., & Jihad, A. (2023). *Penerapan Diabetes Self Management Education (Dsme) Terhadap Peningkatan Manajemen Kesehatan Mandiri Pada Pasien Dm Tipe 2*.
- Ramadhani, A. A., Khotami, R., Sarjana, P., Masyarakat, K., & Masyarakat, F. K. (2023). *Hubungan Tingkat Pendidikan , Pengetahuan , Usia Dan Riwayat Keluarga Dm Dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Usia Dewasa Muda*. 2(1), 137–147. <https://doi.org/10.55123/Sehatmas.V2i1.1271>
- Rika, N., Tri, H. R. A., Yulida, S., & Ai, R. (2022). *Gambaran Pengetahuan Self Management Diabetes Mellitus Tipe 2 (Literature Review)*. 1(1).
- Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*.
- Selano, M. (2023). Hubungan Lama Menderita Dengan Self Management Pasien Diabetes Melitus. *Journal Of Bionursing*, 5(2), 150–156. <https://doi.org/10.20884/1.Bion.2023.5.2.183>
- Srivastava, P. K., Srivastava, S., Singh, A. K., & Dwivedi, K. N. (2021). Role Of Ayurveda In Management Of Diabetes Mellitus. *International Research Journal Of Pharmacy*, 6(1), 8–9. <https://doi.org/10.7897/2230-8407.0613>
- Umihanik. (2021). *Hubungan Usia Dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Tlogosari Kulon*.
- WHO. (2024). *Prevalensi Diabetes Melitus*.
- Yani, E., Nababan, T., & Astillah, D. (2025). *Hubungan Spiritualitas Dengan Self Management Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas Simpang*. 9, 1604–1616.
- Zatihulwani, E. Z., Rustanti, E., Wijaya, K., Putra, R., Timur, J., Timur, J., Zatihulwani, E. Z., Rustanti, E., Wijaya, K., & Putra, R. (2024). *Tingkat Spiritual , Self-Care Management , Dan Kualitas Hidup Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2*. 12(2), 171–182.