

**HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KEPATUHAN DIET  
PASIEN *DIABETES MELLITUS***

**SKRIPSI**



**Oleh:  
Ananda Aurora Putri  
NIM. 22102174**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2026**

# HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELITUS

## *THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MANAGEMENT AND DIETARY COMPLIANCE IN DIABETES MELLITUS PATIENTS*

**Ananda Aurora Putri, Anita Fatarona**

Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

**Email :** [anandaaurora941@gmail.com](mailto:anandaaurora941@gmail.com)

**Received:**

**Accepted:**

**Published**

---

### **Abstrak**

**Latar Belakang:** Pengelolaan mandiri yang kurang optimal pada penderita diabetes melitus memicu hambatan klinis kronis, terutama rendahnya kedisiplinan dalam menerapkan aturan diet harian. **Tujuan:** Penelitian ini mengukur korelasi antara praktik pengelolaan mandiri dan tingkat kepatuhan diet pada pasien diabetes melitus. **Metode:** Penelitian memakai pendekatan kuantitatif korelasional melalui rancangan potong lintang. Populasi mencakup 170 pasien di wilayah kerja Puskesmas Summersari. Sampel berjumlah 120 orang ditentukan lewat pendekatan *nonprobability sampling*. Penelitian ini melibatkan variabel bebas berupa pengelolaan mandiri serta variabel terikat yang diukur melalui tingkat kepatuhan diet. Instrumen utama untuk menjaring data primer menggunakan kuesioner DSMQ serta instrumen khusus kepatuhan diet. Analisis statistik untuk menguji hipotesis menerapkan teknik uji korelasi *Spearman rank*. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa sebagian besar responden, yakni 51,7 persen, berada dalam kategori pengelolaan mandiri yang baik, sementara 90,8 persen responden tergolong patuh menjalankan diet. Perhitungan uji *Spearman rank* menghasilkan koefisien korelasi  $r$  senilai 0,548 disertai tingkat signifikansi  $p$  sebesar 0,000 yang berada di bawah ambang batas signifikansi  $\alpha$  0,05. Angka tersebut membuktikan adanya hubungan signifikan tingkat sedang antara pengelolaan mandiri dan kepatuhan diet. **Kesimpulan:** Praktik pengelolaan mandiri memiliki korelasi bermakna antara tingkat pengelolaan mandiri dengan tingkat kepatuhan diet pasien diabetes melitus, artinya semakin self managementnya baik maka cenderung patuh dalam kepatuhan dietnya dan semakin kurang self managementnya maka cenderung tidak patuh kepatuhan dietnya. **Saran:** diharapkan tetap rutin melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi obat sesuai resep, dan melakukan kontrol kesehatan secara berkala untuk mencegah terjadinya komplikasi diabetes melitus.

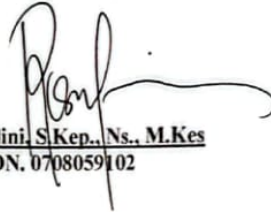
**Kata Kunci :** Diabetes Melitus; Kepatuhan Diet; Self Management

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan Self-Management Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus telah diuji, dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas dr. Soebandi Pada:

Nama : Ananda Aurora Putri  
NIM : 22102174  
Hari/ Tanggal : 30 Juli 2024  
Program Studi : Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji  
Ketua Penguji



Wike Rosalini, S.Kep., Ns., M.Kes  
NIDN. 0708059102

Penguji Anggota II



Hendra Dwi Cahyono, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN.0724099204

Penguji Anggota III



Anita Fatarona, S.Kep., Ns., M.Kep  
NIDN. 0716088702

Mengesahkan  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr. Soebandi



Al-Nur Zahrah, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0719128902