
Hubungan Self Control Gula Darah dengan Perilaku Pengendalian Penyakit Diabetes Melitus Tipe II Pada Lansia Di Puskesmas Kurau Kabupaten Tanah Laut

Syufian Noor^{1*}, Misdawati²

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Cahaya Bangsa

*E-mail: syufiannuur@gmail.com

DOI: [10.33859/dksm.v15i1.923](https://doi.org/10.33859/dksm.v15i1.923)

Abstrak

Latar Belakang : Diabetes Melitus Tipe II (DM tipe II) adalah penyakit hiperglikemi akibat insensivitas sel terhadap insulin. DM tipe II dipengaruhi oleh Perilaku pengendalian DM dan salah satu strategi untuk meningkatkan perilaku pengendalian penyakit DM adalah menggunakan Self Control.

Tujuan : untuk mengetahui hubungan self control gula darah dengan perilaku pengendalian penyakit DM tipe II pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau.

Metode : Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif yang sifatnya deskriptif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian yaitu 52 responden, pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Analisa data menggunakan Uji Chi-Square.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa 30 responden sebanyak (57.7%) menunjukkan self control rendah, 22 responden sebanyak (42.3%) menunjukkan self control tinggi. Terdapat 38 responden (73.1%) yang melakukan perilaku pengendalian DM tipe II Jarang, sebanyak 12 responden (23.1%) yang melakukan perilaku pengendalian DM tipe II Cukup, dan sebanyak 2 responden (3.8%) yang melakukan perilaku pengendalian DM tipe II baik. Hasil p-value 0,000 (< 0,05), sehingga H1 diterima atau signifikan.

Simpulan : Self Control dengan Perilaku Pengendalian sebesar 0,621. Berarti ada hubungan self control gula darah dengan perilaku pengendalian penyakit DM tipe II pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau.

Kata Kunci : DM Tipe II, Self Control, Perilaku Pengendalian

Differences Between Incidence Of Muscle Cramps And Fatigue In Chronic Kidney Patients Who Are Undergoing Hemodialysis For Less And More Than 5 Years

Abstract

Background: The kidneys are vital organs that have a very important role which if not functioning, there may be health problems, namely chronic kidney disease. Chronic kidney patients undergoing hemodialysis therapy have a higher life expectancy, but many complain of uncomfortable signs and symptoms such as muscle cramps and fatigue.

Objective: The study aims to determine the difference in the incidence of muscle cramps and fatigue in patients undergoing hemodialysis for less than 5 years and more than 5 years at Mardi Waluyo Hospital Blitar.

Methods: The research method used is cross sectional. The population used is patients suffering from chronic kidney failure and require kidney replacement therapy with hemodialysis at RSUD Mardi Waluyo Blitar. The data collection technique used was a nonprobability sampling technique using a purposive sampling approach of 98 respondents.

Results: The results of the Mann Whitney analysis test were obtained ($p\text{-value } 0.006 < \alpha (0.05)$), which means that there is a difference in the incidence of muscle cramps in patients undergoing hemodialysis less than 5 years and more than 5 years. And ($p\text{-value } 0.738 < \alpha (0.05)$), which means there is no difference in fatigue in patients undergoing hemodialysis less than 5 years and more than 5 years.

Conclusion: Patients who experienced muscle cramps and fatigue were most commonly felt by patients with less than five years of hemodialysis.

Keywords: Chronic Kidney Failure, Fatigue, Hemodialysis, Muscle Cramping.

Pendahuluan

Diabetes Melitus (selanjutnya disingkat DM) merupakan suatu penyakit yang disebabkan oleh hiperglikemia atau kadar gula dalam darah meningkat, serta adanya kelainan pada proses metabolisme karena kekurangan insulin (Veronica, 2021). Diabetes Melitus digolongkan sebagai penyakit kronis/ menahun yaitu penyakit yang diderita dalam jangka waktu lama/ bersifat permanen. Diabetes Melitus adalah

penyakit kronis yang terjadi akibat pankreas tidak mampu menghasilkan insulin atau tubuh tidak mampu memanfaatkan insulin dengan baik yang ditandai dengan hiperglikemia (WHO, 2019).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) (2018) prevelensi DM merupakan penyebab kematian terbesar nomor 2 di Indonesia sebesar 2,0 %, sedangkan di Kalimantan Selatan sebesar 2,6% (Kemenkes, 2019). Menurut Data dari

Dinas Kesehatan Kabupaten Tanah Laut tahun 2021 prevalensi DM tipe II penderita baru sebesar 3271 jiwa. DM banyak diderita oleh orang yang berusia di atas 40 tahun, dan 1,8% pasien DM adalah perempuan, jika melihat data RISKESDAS tahun 2018 sebagian besar penderita DM terdapat pada lansia (RISKESDAS, 2018). Dan data yang didapat pada Puskesmas Kurau penderita DM selama 3 tahun terakhir sebanyak 313 jiwa, yang lebih dari 50% nya adalah penderita DM Tipe II, masih tingginya angka penderita tersebut dapat dilihat bahwa masyarakat di wilayah kerja puskesmas Kurau masih belum bisa mengontrol kadar gula darah dengan menjaga makanan dan pola hidup sehari-hari.

Menurut (Utomo, 2022) mengungkapkan bahwa pendekatan yang dimaksud adalah upaya non-medis dengan cara modifikasi gaya hidup sebagai misalnya dengan diet dan olahraga dan upaya medis melalui terapi insulin dan obat anti diabetes melitus. Salah satu strategi penyesuaian diri yang mampu dan terbukti efektif yaitu self

control.

Menurut Jayed (2020) menyatakan bahwa self control merupakan suatu aktivitas pengendalian tingkah laku, kemampuan untuk membimbing, menyusun, dan mengatur serta mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah yang lebih positif. Self control adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, mengelolah informasi, dan memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Sikap self control memerlukan pemantauan terhadap diri sendiri, evaluasi diri, penghargaan diri sendiri terhadap perilaku yang baru (Nathaline & Silaen, 2020).

Terdapat tiga komponen dalam self control antara lain lokus kontrol internal, efikasi diri yang tinggi dan kemampuan untuk menunda kesenangan. Sebagai salah satu sifat kepribadian, Self control pada satu individu dengan individu yang lain berbeda. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada individu yang memiliki kontrol diri yang rendah. Kemampuan self control yang terdapat pada individu memerlukan

peranan penting dan interaksi dengan orang lain, serta lingkungannya supaya membentuk self control yang matang. Individu yang memiliki self control yang baik, mampu mengarahkan perilaku individu ke arah peningkatan kualitas hidup dan gigih menghadapi kesulitan selama proses pengobatan DM tipe II. Sebaliknya, jika individu memiliki self control yang rendah atau tidak baik, maka akan cenderung berperilaku menurut keinginannya tanpa mempedulikan batasan dan konsekuensi negatif yang mungkin terjadi. Jika diterapkan pada penderita DM tipe II, self control akan memiliki peluang besar meningkatkan perilaku pengendalian DM terhadap proses terapi/pengobatan (Anggraeni et al., 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada Sabtu, 13 Mei 2023 di Puskesmas Kurau dengan melakukan observasi dan wawancara pada pemegang program penyakit tidak menular serta 5 penderita Diabetes Melitus didapatkan bahwa penderita yang masih memiliki kadar gula

darah yang tidak normal adalah sebesar 33%.

Hal ini disebabkan karena kebanyakan dari penderita suka mengonsumsi minuman manis setiap pagi, seperti minum teh dan kopi sebanyak 3 sampai 4 kali sehari, dan selalu makan nasi yang masih panas karena dalam kondisi tersebut, nasi panas lebih mudah terserap tubuh saat dikonsumsi, hingga berubah menjadi glukosa di dalam darah. Jadi karena mudah diserap jadi gula darah, dipecah jadi gula darah, makanya indeks glikemik nasi panas atau hangat itu lebih tinggi, serta mengonsumsi minuman dan makanan manis termasuk faktor penyebab naiknya kadar gula darah dan pemicu timbulnya penyakit Diabetes Melitus. Selain itu beberapa dari penderita kurang melakukan aktivitas fisik seperti olahraga hal ini dikarenakan fisik dari penderita sudah tidak kuat lagi.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Tanah Laut, pada tahun 2022 di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau kabupaten Tanah Laut merupakan salah satu tempat yang memiliki banyak penderita Diabetes

Melitus, selain itu juga penyakit DM masuk dalam 2 besar penyakit terbanyak di puskesmas kurau yaitu 93 orang sehingga menjadi alasan peneliti melakukan penelitian di tempat tersebut.

Bahan dan Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif korelasional* dengan pendekatan *Cross Sectional study*. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah penderita Diabetes Mellitus (DM) pada tahun 2020 sebanyak 110. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *accidental sampling*. Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Uji yang digunakan adalah uji *Chi Square*.

Hasil

Tabel 1 Self Control Gula Darah

Kategori	Frekuensi	%
Rendah	30	57,7
Tinggi	22	42,3
Total	52	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki

self control rendah sebanyak 30 (57.7%) dan sebagian kecil memiliki self control tinggi sebanyak 22 orang (42.3%). self care yang baik dari pada responden yang memiliki self care yang kurang.

Tabel 2 Perilaku Pengendalian Penyakit Diabetes Melitus

Kategori	Frekuensi	%
Kurang	38	73,1
Cukup	12	23,1
Baik	2	3,8
Total	52	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden kurang melakukan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus sebanyak 38 orang (73.1%), responden cukup melakukan perilaku pengendalian Diabetes Melitus sebanyak 12 (23.1%) dan responden baik melakukan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus sebanyak 2 orang (3.8%).

Tabel 3 Hubungan Self Control Gula Darah dengan Perilaku Pengendalian Penyakit Diabetes Melitus

Self Contr ol Gula Darah	Perilaku Pengendalian Penyakit Diabetes Melitus							
	Kurang		Cukup		Baik			
	Jml	%	Jml	%	Jml	%	Jml	%
Rendah	29	96.7	1	3.3	0	0	30	100
Tinggi	9	40.9	11	50	2	9.1	22	100
Total	38	73.1	12	23.1	2	3.8	52	100

Nilai $p=0.000$

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat

diketahui bahwa dari 52 responden yang memiliki self control rendah dengan perilaku pengendalian kurang yaitu 29 responden, cukup 1 orang, dan baik 0 responden dalam melakukan perilaku pengendalian Diabetes Melitus dengan kategori. Self Control kategori tinggi dengan perilaku pengendalian kurang sebanyak 9 orang, cukup 11 responden, dan baik 2 responden.

Pembahasan

1. *Self Control*

Hasil penelitian ini berdasarkan self control dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki self control gula darah rendah sebanyak 30 (57.7%) dan sebagian kecil memiliki self control tinggi sebanyak 22 orang (42.3%). Data tersebut menunjukkan lebih banyak individu yang memiliki self control rendah, dibandingkan dengan individu yang memiliki self control tinggi. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Gujarati & Porter, 2020) menyatakan bahwa self control dengan tingkatan rendah akan membawahkan individu menerapkan pola hidup

kurang sehat, sebaliknya peningkatan self control gula darah dengan tingkatan tinggi dapat mengubah individu dalam menerapkan pola hidup sehat.

Self Control merupakan pengaruh atau regulasi individu terhadap fisik, perilaku, dan proses psikologisnya, kemampuan mengendalikan diri serta mengalahkannya. Self Control juga menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun sebagai meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (Harahap, 2017). Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Prima Ellen, 2013), mengatakan bahwa Hasil penelitian ini berdasarkan self control dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki self control gula darah rendah sebanyak 30 (57.7%) dan sebagian kecil memiliki self control tinggi sebanyak 22 orang (42.3%). Data tersebut menunjukkan lebih banyak individu yang memiliki self control rendah, dibandingkan dengan individu yang memiliki self control tinggi.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Gujarati & Porter, 2020) menyatakan bahwa self control dengan tingkatan rendah akan membawah individu menerapkan pola hidup kurang sehat, sebaliknya peningkatan self controlgula darah dengan tingkatan tinggi dapat mengubah individu dalam menerapkan pola hidup sehat.

Self Control merupakan pengaruh atau regulasi individu terhadap fisik, perilaku, dan proses psikologisnya, kemampuan mengendalikan diri serta mengalahkan semua kelemahannya. Self Control juga menggambarkan keputusan individu

melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun sebagai meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan (Harahap, 2017). Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Prima Ellen, 2013), mengatakan bahwa sumbangan relative self control terhadap perilaku diet sebesar 49,8 % menunjukkan bahwa self control cukup memberikan kontribusi terhadap perilaku. Maka dari itu semakin tinggi self control,

maka semakin tinggi perilaku diet pada penderita Diabetes Melitus. Sebaliknya semakin rendah self control, maka semakin rendah perilaku diet pada pada penderita Diabetes Melitus. Self Control dalam upaya perilaku diet dipengaruhi oleh beberapa faktor- faktor lain. Seperti dua kunci utama dalam usaha menjaga berat badan yang ideal atau diet yaitu dengan olahraga dan mengatur asupan nutrisi agar metabolisme seimbang (Pratiknyo et al., 2019).

Berdasarkan dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa 57.7% dari responden memilki self control rendah. Hal ini disebabkan oleh beberapa aspek self control dan faktor usia yang semakin bertambah, malas dan bosan untuk mengikuti pengendalian Diabetes Melitus. Hal itu menunjukkan bahwa kendali pasien terhadap diri sendiri masih kurang dan apabila hal ini terus dipertahankan, maka ketidakpatuhan pasien dalam menjalani pengendalian gula darah pada Diabetes Melitus akan cenderung menurun (Priadana & Sukianti, 2019).

2. Perilaku Perilaku Pengendalian

Penyakit Diabetes Melitus

Hasil penelitian perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kurau. Sebagian besar responden jarang melakukan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus sebanyak 38 responden (73.1%). Sedang sebagian kecil responden cukup melakukan perilaku pengendalian Diabetes Melitus sebanyak 12 (23.1%) dan responden baik melakukan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus sebanyak 2 orang (3.8%). Data diatas menunjukkan bahwa penderita penyakit Diabetes Melitus sebagian besar jarang melakukan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus.

Secara teori mengontrol glukosa menjadi salah satu faktor yang berpotensi mengendalikan kadar glukosa darah yang ditunjukkan dengan kadar HbA1c. Apabila glukosa dalam tubuh tidak dikontrol dengan baik maka dampak buruk pada penderita biasanya disebabkan oleh beberapa hal misalnya jika penyakit yang dialami tidak

menimbulkan efek samping atau kambuh maka penderita tidak meminum obat atau lupa untuk mengkonsumsinya setiap hari (Asyrofi et al., 2019).

Hasil penelitian perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus yang menunjukkan bahwa responden cukup dalam melakukan kegiatan perilaku pengendalian. Hal tersebut karena beberapa pasien Diabetes Melitus yang memiliki sikap positif namun masih kurang patuh dan memiliki keraguan dalam melakukan perilaku pengendalian penyakit. Hal itu akan cenderung membuat individu berperilaku cukup dalam mengelola penyakitnya, sehingga dapat mengakibatkan terkendalnya kadar glukosa darah dalam batas stabil. Namun perilaku tidak selalu mencerminkan sikap seseorang, sebab seringkali seseorang memperlihatkan tindakan yang bertentangan dengan sikapnya. Penyakit Diabetes Melitus dapat memberikan efek psikososial sehingga akan timbul kejenuhan atau kebosanan dalam menjaga kendali glikemik (Jampaka et al., 2019).

Berdasarkan teori perilaku adalah suatu

kegiatan atau aktivitas pengontrolan yang dilakukan seseorang dalam menjaga kesetabilan glukosa dalam darah. Penyakit DM dapat memberikan efek psikososial yang dapat menimbulkan kejenuhan atau kebosanan dalam menjaga kendali glikemik. Pemantauan kadar gula darah dapat mendeteksi keadaan hiperglikemia, sehingga membantu pasien DM dalam mencapai kendali glikemik yang baik untuk mencegah gangguan dan komplikasi yang mungkin muncul supaya ada penanganan yang cepat dan tepat. Keberhasilan pengendalian DM tergantung dari perilaku pasien DM yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Perubahan perilaku individu ditentukan oleh tiga faktor utama yaitu faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor pendorong (Notoatmodjo, 2018).

Dari hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa 73.1% responden jarang melakukan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus. Peneliti berasumsi bahwa hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor

internal yang muncul dari diri individu sendiri yang dimaksud seperti usia, yang membuat seseorang merasa tidak mampu lagi dalam melakukan pengendalian penyakit Diabetes Melitus misalnya melakukan aktivitas fisik, lansia dengan Diabetes Melitus merasa tubuhnya sudah tidak mampu lagi dalam melakukan aktivitas fisik dikarenakan perubahan-perubahan yang terjadi pada individu tersebut. Selanjutnya seperti minum obat lansia cenderung lupa dan merasa jenuh dalam mengkonsumsi obat setiap hari yang memerlukan waktu jangka panjang. Faktor eksternal yaitu seperti lingkungan sekitar misalnya kerabat atau keluarga yang kurang memperhatikan atau mendukung lansia melakukan pengendalian penyakit Diabetes Melitus.

3. Hubungan Self Control Gula Darah dengan Perilaku Pengendalian Penyakit Diabetes Melitus Tipe II

Berdasarkan hasil dari tabel 4.6 didapatkan hasil analisis data menggunakan uji statistik Chi-square didapatkan hasil p-value 0,000 (di bawah 0,05). Hal ini sesuai

dengan teori yang dikemukakan oleh Averil (2022), yang mengatakan self control efektif sebagai metode penyesuaian diri yang memiliki tiga aspek self control menurut teori yang dikemukakan oleh yaitu kontrol perilaku (behavioral control), kontrol kognitif (cognitive control), dan kontrol keputusan (decisional control). Individu yang menunjukkan dengan adanya kesadaran merupakan individu yang kesehatannya dapat diwujudkan dengan menerapkan pola hidup sehat.

Selain dari tiga komponen tersebut self control dapat dilihat dari cara individu mengatur situasi, misalnya individu mengatur lingkungan serta perilaku orang di sekitarnya misalnya pasien berusaha memberitahu orang-orang terdekatnya terkait jenis makanan yang dihindari sehingga mereka dapat menyesuaikan menu sesuai dengan kebutuhan pasien seperti mengatur perilaku misalnya lansia berupaya mengatur jadwal berolah raga disela aktivitas lainnya. Mengatur konsekuensi misalnya membuat variasi menu makan pengganti untuk

menghindari kebosanan dalam menjalani diet rendah kalori mengingat pengobatan Diabetes Melitus bersifat jangka panjang.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2020) mengatakan bahwa individu yang memiliki self control yang tinggi dapat memiliki tingkat kepatuhan lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki self control rendah. Individu yang cenderung memiliki self control internal adalah individu yang memiliki keyakinan untuk dapat mengendalikan segala peristiwa dan konsekuensi yang memberikan dampak pada hidup mereka. Sedangkan individu yang memiliki self control eksternal lebih percaya bahwa kejadian-kejadian dalam dirinya tergantung pada kekuasaan dari pihak lain terutama tenaga Kesehatan (Manto et al., 2021).

Hubungan self control gula darah dengan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus dibutuhkan upaya yang dilakukan oleh individu, secara sadar dan mengarahkan perilakunya menuju ke manfaat

jangka panjang. Demikian halnya dengan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus yang memerlukan tingkat kesadaran aktif individu dalam menyesuaikan diri terhadap anjuran medis dan menjalani perilaku yang mendukung kesehatan dan kesembuhan. Hasil penelitian diketahui bahwa dari 52 responden yang memiliki self control rendah dengan perilaku pengendalian jarang yaitu 29 responden, cukup 1 orang, dan baik 0 responden dalam melakukan perilaku pengendalian Diabetes Melitus dengan. Self Control kategori tinggi dengan perilaku pengendalian kurang sebanyak 9 orang, cukup 11 responden, dan baik 2 responden. Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian Brackney (2020) dimana apabila pasien memiliki motivasi yang baik dalam melakukan self control gula darah dengan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus, maka akan menggunakan hasil pengontrolan gula darah tersebut sebagai acuan dalam melakukan diabetes self control baik dalam pemilihan makanan, obat-obatan, olahraga dan penggunaan fasilitas kesehatan

untuk memeriksakan kondisi kesehatan mereka. Namun penelitian menunjukkan bahwa self control rendah dengan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus jarang dilakukan, dan self control tinggi dengan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus cukup dilakukan. Hal tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat responden yang cukup dalam melakukan kegiatan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus yang memiliki sikap positif tetapi masih kurang patuh dan konsisten serta memiliki keraguan dalam perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus. Oleh sebab itu akan membuat responden cenderung berperilaku cukup dalam pengendalian penyakitnya, dan mengakibatkan terkendalinya glukosa darah dalam tubuh dalam batas yang stabil.

Dalam penelitian ini tingkat self control gula darah berada dalam kategori rendah yaitu 61,5% dengan perilaku pengendalian jarang yaitu 73.1 %. Hal ini menandakan bahwa sebagian mayoritas responden belum mampu melakukan self control secara optimal. Hasil

penelitian menunjukkan bahwa secara kognitif responden sebagian telah memahami konsekuensi bahwa GD akan mengalami peningkatan jika melanggar aturan dalam melakukan perilaku pengendalian Diabetes Melitus. Tingkat self control rendah dalam penelitian ini antara lain dipengaruhi oleh lingkungan misalnya kurangnya kesadaran masyarakat untuk menerapkan olah raga, konsumsi makanan dan minuman berkalori tinggi, dan keluarga sering kali membuat pasien kehilangan self control gula darah untuk menerapkan pola hidup sehat karena adanya tekanan untuk menyesuaikan dengan lingkungan sehingga membuat individu kehilangan kendali atas dirinya. Disisi lain gejala penyakit yang tidak langsung dirasakan oleh responden. Ketika melanggar anjuran medis membuat responden melonggarkan kontrol perilakunya.

Hal ini dikarenakan untuk hubungan antara self control dan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus adalah semakin rendah self control yang dilakukan maka perilaku pengendalian penyakit Diabetes

Melitus jarang dilakukan, sebaliknya jika semakin tinggi self control yang dilakukan maka semakin baik perilaku pengendalian Diabetes Melitus yang dilaksanakan. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Duangchan (2020) mengatakan bahwa peningkatan self control gula darah dapat mengubah perilaku individu dalam menerapkan pola hidup sehat.

Kesimpulan

Dari Hasil Penelitian Teridentifikasi bahwa dari 52 responden menunjukkan *self control* gula darah dengan kategori rendah sebanyak 30 (57.7%). Hal tersebut menunjukkan lebih banyak individu yang memiliki *self control* gula darah rendah. Teridentifikasi bahwa dari 52 responden perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus yaitu jarang melakukan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus sebanyak 38 orang (73.1%). Hal tersebut menunjukkan bahwa penderita Diabetes Melitus mayoritas jarang melakukan perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus.

Ada hubungan positif yang signifikan

antara *self control* gula darah perilaku pengendalian penyakit Diabetes Melitus, yang ditunjukkan dengan nilai $p = 0.000 (< 0,05)$.

Ucapan Terima Kasih

Kami ucapkan terima kasih kepada pihak Puskesmas Kurau yang telah memfasilitasi untuk melakukan penelitian disana dan kami juga mengucapkan terima kasih kepada LPPM Universitas Cahaya bangsa yang telah mensupport penelitian kami.

Daftar Pustaka

Anggraeni, M. L., Praherdhiono, H., & Sulthoni, S. (2019). Hubungan antara self kontrol dan internet addiction disorder pada mahasiswa jurusan teknologi pendidikan angkatan 2016 Universitas Negeri Malang. JKTP: Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan, 2(2), 131–139.

Anggreni, D., & Safitri, C. A. (2020). Hubungan Pengetahuan Remaja tentang COVID-19 dengan Kepatuhan dalam Menerapkan Protokol Kesehatan di Masa New Normal. Hospital Majapahit, 12(2), 134–142.

Asyrofi, A., Arisdiani, T., & Widiastuti, Y.P. (2019). Self-Care Manajemen Glukosa Dan Pengendalian Diet Sebagai Upaya Pengendalian Kadar Glukosa Darah Penyandang Diabetes Mellitus. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, 14(3), 83–91.

Averill, J.R. (2012). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. Department of Psychology. University of Massachusetts, Amherst, MA. 80:268-303

Gujarati, D., Porter, D., & Gunasekar, S. (2020). Basic Econometrics (Fifth Edition ed.).

Harahap, J. Y. (2017). Hubungan antara kontrol diri dengan ketergantungan internet di pustaka digital Perpustakaan Daerah Medan. JURNAL EDUKASI: Jurnal

Bimbingan Konseling, 3(2), 131–145.

Jampaka, A. S., Haskas, Y., & Hasyari, M. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pengendalian Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Cendrawasih. Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 13(6), 697–703.

Kementrian Kesehatan RI, 2019, Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019, Jakarta, Kementrian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Jakarta.

Leander, D. J., & Tahapary, D. L. (2021). Pemilihan Obat Antidiabetik Oral pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Risiko Tinggi untuk Kejadian Kardiovaskular. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, 7(4), 240–248.

- Manto, A. (2021). Pengaruh Pelatihan dan Pengembangan Karir Terhadap Sikap Karyawan Serta Implikasinya pada Kepuasan Kerja dan Komitmen Organisional.
- Nathaline, G., & Silaen, S. M. J. (2020). Kontrol Diri dan Tekanan Teman Sebaya (Peer Pressure) dengan Kenakalan Remaja pada Kalangan Remaja Kelurahan Klender. *Ikra-Ith Humaniora: Jurnal Sosial Dan Humaniora*, 4(3), 1–7.
- Notoatmodjo, S., Kasiman, S., & Kintoko Rohadi, R. (2018). Patient's Behaviour with Coronary heart disease Viewed from Socio-Cultural aspect of Aceh Society in Zainoel Abidin Hospital. *MATEC Web of Conferences*, 150, 5065.
- WHO. (2019). Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world. World Health Organization.
- Pratiknyo, K. R., Kartikawati, I. A. N., & Ginting, H. (2019). Pelatihan Self-Efficacy Diet Kalori untuk Meningkatkan Perceived Behavioral Control sebagai Determinan Intensi Diet Kalori pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 3(3), 201–212.
- Priadana, F. I., & Sukianti, D. S. (2019). Penerimaan diri dengan subjective well-being pada lansia di panti werdha. *Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Sosial*.
- Prima, Ellen, and Endah Sari. 2018."Hubungan antara *Body Dissactisfaction* dengan Kecendrungan Prilaku Diet pada Remaja Putri; Prima; *Jurnal Pskologi Integratif*." *Pesikologi Integratif* 1:17-30. <http://ejuournal.uin-suka.ac.id/isoshum/PI/article/view/260/241>.
- Utomo, S. B. (2022). *Hubungan Health Belief Dengan Self Empowerment Dan Self Care Pada Pasien DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan II Bantul*. Universitas Alma Ata Yogyakarta.
- Veronica, V. P. (2021). Hubungan Self Control Gula Darah Dengan Perilaku Pengendalian Penyakit Diabetes Melitus Tipe II Pada Lansia. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, 2(3), 115–131.