ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN LEVEL OF KNOWLEDGE AND SELF MANAGEMENT DIABETES WITH LEVEL OF STRESS IN DIETARY DIABETES MELLITUS

Introduction: Diabetes mellitus is a chronic disease caused by genetic factors, due to the wrong diet, or unhealthy lifestyle. Knowledge is needed to improve diabetes self management to prevent acute complications and to decrease the risk of long term complications. Patients must have a fairly strict diet. This can lead to burnout and stress because they have to obey the recommended diet plan during their lifetime. **Method:** This study was aimed to understand the correlation between level of knowledge and self management diabetes with level of stress in dietary DM in Surabaya. This study was used a cross-sectional design. Participants were selected from five public health centers in Surabaya using the multistage sampling method. A total of 106 patient DM were recruited. Data were collected by questionnaire knowledge of diabetic diet, the self-management dietary, and the level of stress in dietary DM, and then analyzed using Rank Spearman test with <0,05 level of significant. **Results:** The results showed that level of knowledge has correlation to level of stress in dietary DM *(p= 0,049)* and self management diabetes has correlation to level of stress in dietary DM *(p=0,000),* which means self-management diabetes has a stronger relationship than level of knowledge to level of stress in dietary DM. **Discussion:** It has correlation between the level of knowledge and self management diabetes to level of stress in dietary DM in Surabaya. Further studies should involve larger respondents and better measurement tools to obtain more accurate results.

Keywords: knowledge, self management, level of stress, Diabetes mellitus

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN *SELF MANAGEMENT* DIABETES DENGAN TINGKAT STRES MENJALANI DIET PENDERITA DIABETES MELLITUS

Pendahuluan: Diabetes Mellitus adalah penyakit kronik yang disebabkan oleh faktor genetik, karena kesalahan pola makan, atau gaya hidup yang tidak sehat. Pengetahuan diperlukan penderita DM untuk meningkatkan s*elf management* diabetes guna mencegah komplikasi akut dan menurunkan resiko komplikasi jangka panjang. Penderita DM harus melakukan diet yang cukup ketat. Hal ini dapat membuat jenuh dan stres karena pasien harus mengikuti anjuran diet selama hidupnya. **Metode:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dan *self management* diabetes dengan tingkat stres menjalani diet penderita DM di Surabaya. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional.* Responden dipilih dari lima Puskesmas di Surabaya dengan menggunakan metode *multistage sampling.* Total responden sebanyak 106 penderita DM yang ikut dalam penelitian. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner pengetahuan diet diabetes, kuesioner *self-management* diet, dan kuesioner tingkat stres menjalani diet DM, dan kemudian data dianalisis menggunakan uji *Rank Spearman* dengan tingkat signifikansi <0,05. **Hasil:** Hasil menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan tingkat stres menjalani diet DM *(p= 0,049)* dan ada hubungan antara *self management* diabetes dengan tingkat stres menjalani diet DM *(p=0,000),* yang artinya *self management* memiliki hubungan yang lebih kuat daripada tingkat pengetahun DM dengan tingkat stres menjalani diet DM. **Kesimpulan:** Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan *self management* diabetes dengan tingkat stres menjalani diet penderita diabetes mellitus di Surabaya. Penelitian selanjutnya diharapkan bisa menggunakan responden dengan wilayah yang lebih luas dan menggunakan alat ukur yang lebih baik.

Kata kunci: Pengetahuan, *self management*, tingkat stres, Diabetes mellitus