

**SELF AWARENESS DIABETES MELLITUS PADA  
KARYAWAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh**

**NIA RETNO FALUPI**

**20130320050**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2017**

# SELF AWARENESS DIABETES MELITUS PADA KARYAWAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

## The Self-Awareness of Diabetes Mellitus

### On Employees of Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Nia Retno Falupi<sup>1</sup>, Ambar Relawati<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan FKIK UMY

E-mail : [nfalupi@gmail.com](mailto:nfalupi@gmail.com)

---

#### ABSTRAK

*Self Awareness* diabetes mellitus merupakan tingkat kesadaran diri individu untuk mencegah penyakit diabetes mellitus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *self awareness* diabetes mellitus pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah non eksperimen dengan metode kuantitatif dan menggunakan desain *descriptive* untuk melihat gambaran *self awareness* diabetes mellitus pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan aktif periode 2015/2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan jumlah sampel 126 responden. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Analisa data menggunakan analisa univariat *frequencies* dan *crosstabs*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *self awareness* diabetes mellitus.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki *self awareness* kategori sedang (61,1%). Mayoritas *self awareness* berdasarkan umur responden kategori sedang pada kelompok umur lansia awal (17,5%). Mayoritas *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan jenis kelamin responden mayoritas kategori sedang pada responden laki-laki (46,0%). Mayoritas *Self awareness* diabetes mellitus berdasarkan pendidikan terakhir responden kategori sedang (38,1%) pada responden yang memiliki pendidikan terakhir sarjana. Mayoritas *Self awareness* diabetes mellitus berdasarkan riwayat diabetes mellitus pada keluarga responden kategori sedang (41,3%) pada responden yang tidak memiliki riwayat diabetes mellitus pada keluarga. Kesimpulan pada penelitian ini adalah *self awareness* diabetes mellitus pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta kategori sedang. Kata kunci : *self awareness*, diabetes mellitus.

**Kata kunci** : *self awareness*, diabetes mellitus.

#### ABSTRACT

*Self-awareness* is an individual awareness level to prevent diabetes mellitus. This study aims to determine the description of *self-awareness* of diabetes mellitus on employees of Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. This research type is non experiment with quantitative method and uses descriptive design to see the *self-awareness* of diabetes mellitus on employees of Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. This reasearch was conducted at Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. The population in this research are active employees on the period of 2015/2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta with total sample of 126 respondents. The sampling

*technique is with purposive sampling. Data analysis used univariate analysis of frequencies and crosstabs. The research instrument used self-awareness of diabetes mellitus questionnaire.*

*The results showed that the majority of respondents have moderate self-awareness (61,1%). The majority of self-awareness is based on the age of respondent of medium category in early age group (17,5%). Self-awareness of diabetes mellitus base on gender of respondent of moderate category is on male respondent (46,0%). The self-awareness of diabetes mellitus based on the last education of moderate category (38,1%) in respondents who have recent education of undergraduate. Self-awareness of diabetes mellitus based on history of diabetes mellitus on family of moderate category (41,3%) in respondents who did not have history of diabetes mellitus in family. The conclusion of this research is self-awareness of diabetes mellitus on employees of Universitas Muhammadiyah Yogyakarta is in medium category.*

**Key words : Self-Awareness, Diabetes Mellitus**

---

## **Pendahuluan**

Diabetes mellitus merupakan 4 dari penyakit yang tidak menular yang berbahaya bagi masyarakat<sup>9</sup>. Diabetes mellitus adalah penyakit kronik yang memerlukan pengobatan terus menerus dengan melakukan strategi dalam pengontrolan kadar gula darah<sup>1</sup>.

Kejadian diabetes mellitus mengalami peningkatan setiap tahunnya. Tahun 2013 terdapat 382 juta orang menderita diabetes mellitus dan 175 juta diantaranya belum terdiagnosa sehingga tanpa disadari dan dicegah terancam akan berkembang menjadi komplikasi<sup>10</sup>. Tahun 2035 diperkirakan penderita diabetes mellitus akan mengalami peningkatan menjadi 592 juta orang, sehingga lebih dari 471 juta US Dolar dihabiskan untuk pengobatan diabetes mellitus<sup>9</sup>.

Prevelensi diabetes mellitus yang semakin meningkat ini dapat disebabkan karena gaya hidup manusia di era moderen yang semakin menyukai sesuatu yang instan dan kurang melakukan aktivitas. Faktor resiko yang dapat menyebabkan diabetes mellitus adalah umur, riwayat diabetes mellitus, aktifitas fisik, Indeks Massa Tubuh, tekanan darah, stress dan kadar kolesterol<sup>30</sup>. Kejadian diabetes mellitus ini dapat dicegah salah satunya dengan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang faktor resiko yang dapat menyebabkan diabetes mellitus<sup>4</sup>.

*Self awareness* atau kesadaran diri adalah pengalaman seseorang terhadap dirinya sendiri serta kemampuan untuk memahami dirinya sendiri sebagai individu yang mandiri dengan perasaan-perasaan subjektif dari masing-masing individu yang berasal dari hasil interaksi sosial<sup>6</sup>. *Self awareness* ini

dapat dibentuk melalui sistem nilai, cara pandang dan perilaku<sup>15</sup>. Perilaku sangat mempengaruhi *self awareness* individu, jika perilaku individu baik dalam melakukan pencegahan diabetes mellitus, maka akan membentuk kesadaran yang baik pula tentang pentingnya pencegahan diabetes mellitus<sup>31</sup>.

Rendahnya *self awareness* individu tentang diabetes mellitus akan mempengaruhi manajemen diri dan dampak negatif dari diabetes mellitus<sup>25</sup>. Individu yang mempunyai *self awareness* baik akan memahami kelemahan dan kelebihan diri sendiri<sup>11</sup>. Ketika *self awareness* individu baik maka akan membentuk individu yang berkualitas, yaitu individu yang memahami pentingnya mencegah dirinya dari semua jenis penyakit termasuk diabetes mellitus<sup>15</sup>.

Berdasarkan hasil pengecekan gula darah yang dilakukan pada 10 Mei tahun 2016 di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, 4 dari 13 karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang mengikuti pengecekan gula darah memiliki kadar gula darah tinggi. Berdasarkan wawancara yang dilakukan selama pengecekan gula darah, didapat bahwa kesadaran diri karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta masih sangat kurang. Hal ini dapat dilihat dari karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang tidak mengecek kesehatannya secara rutin, karyawan yang sering mengkonsumsi gorengan atau makanan manis serta masih kurangnya aktivitas fisik olahraga

yang dilakukan oleh karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Berdasarkan hasil tersebut peneliti ingin mengetahui *self-awareness* diabetes pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

## Metode

Jenis penelitian ini adalah non eksperimen dengan metode kuantitatif dan menggunakan desain *descriptive* untuk melihat gambaran *self awareness* diabetes mellitus karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Populasi penelitian ini adalah seluruh karyawan tetap periode 2015/2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang berjumlah 272 karyawan dengan sampel 126 responden.

Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi sesuai dengan yang dikehendaki peneliti sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya<sup>18</sup>. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta pada bulan Maret 2017-April 2017.

Variabel adalah konsep untuk mengukur dalam suatu penelitian yang bersifat konkret dan secara langsung dapat diukur<sup>18</sup>. Penelitian ini hanya memiliki satu variabel yaitu variabel *self-Awareness*. Instrumen dalam penelitian ini

menggunakan kuesioner yang berisikan data demografi responden dan *self awareness* diabetes mellitus pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang dibuat sendiri oleh peneliti.

Analisa data dilakukan dengan metode deskriptif statistik

menggunakan analisa univariat *frequencies* dan *crosstabs* untuk melihat gambaran *self awareness* diabetes mellitus pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

## Hasil

Hasil yang disajikan meliputi data demografi dan gambaran *self*

*awareness* diabetes mellitus responden.

**Tabel.1 Gambaran data demografi responden.**

| No | Karakteristik Responden        | Frekuensi (%) |
|----|--------------------------------|---------------|
| 1  | Usia                           |               |
|    | Remaja Akhir (17-25)           | 39 (31,0)     |
|    | Dewasa Awal (26-35)            | 33 (26,2)     |
|    | Dewasa Akhir (36-45)           | 22 (17,5)     |
|    | Lansia Awal (46-55)            | 30 (23,8)     |
|    | Lansia Akhir (56-65)           | 2 (1,6)       |
| 2  | Jenis Kelamin                  |               |
|    | Laki-laki                      | 86 (68,3)     |
|    | Perempuan                      | 40 (31,7)     |
| 3  | Pendidikan Terakhir            |               |
|    | Menengah                       | 36 (28,6)     |
|    | Diploma                        | 6 (4,8)       |
|    | Sarjana                        | 84 (66,7)     |
| 4  | Riwayat Diabetes               |               |
|    | Mellitus                       |               |
|    | Ya                             | 40 (31,7)     |
|    | Tidak                          | 86 (68,3)     |
| 5  | <i>Self Awareness</i> Diabetes |               |
|    | Mellitus                       |               |
|    | Tinggi                         | 49 (38,9)     |
|    | Sedang                         | 77 (61,1)     |
|    | Rendah                         | -             |

Sumber : Data Primer (2017)

Berdasarkan tabel.1 didapatkan hasil bahwa kelompok umur dalam penelitian terdiri dari remaja akhir, dewasa awal, dewasa akhir, lansia awal dan lansia akhir. Mayoritas kelompok umur responden dalam penelitian ini adalah kelompok umur

remaja akhir sebanyak 39 orang responden (31,0%). Jenis kelamin responden dalam penelitian ini terbanyak berjenis kelamin laki-laki yaitu 86 orang responden (68,3%). Tingkat pendidikan terakhir responden sebagian besar sarjana

dengan jumlah 84 responden (66,7%). Hasil tertinggi riwayat diabetes mellitus, responden tidak memiliki riwayat diabetes mellitus pada keluarga berjumlah 86 orang

(68,3%). *Self awareness* diabetes mellitus responden mayoritas dalam kategori sedang berjumlah 77 responden (61,1%).

**Tabel.2** Gambaran *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan umur responden

| Karakteristik Responden | <i>Self Awareness</i> Diabetes Mellitus |           |        | Total     |
|-------------------------|---|-----------|--------|-----------|
|                         | Tinggi                                  | Sedang    | Rendah |           |
|                         | N (%)                                   | N (%)     | N (%)  | N (%)     |
| Remaja Akhir (17-25)    | 18 (14,3)                               | 21 (16,7) | -      | 39 (31,0) |
| Dewasa Awal (26-35)     | 15 (11,9)                               | 18 (14,3) | -      | 33 (26,2) |
| Dewasa Akhir (36-45)    | 7 (5,6)                                 | 15 (11,9) | -      | 22 (17,5) |
| Lansia Awal (46-55)     | 8 (6,3)                                 | 22 (17,5) | -      | 30 (23,8) |
| Lansia Akhir (56-65)    | 1 (0,8)                                 | 1 (0,8)   | -      | 2 (1,6)   |
| Total                   | 49 (38,9)                               | 77 (61,1) | -      | 126 (100) |

Sumber : Data Primer (2017).

Menurut tabel.2 menunjukkan bahwa *self awareness* responden berdasarkan umur mayoritas dalam

kategori sedang dengan jumlah 22 responden (17,5%) pada kelompok umur lansia awal.

**Tabel.3** Gambaran *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan jenis kelamin responden

| Karakteristik Responden | <i>Self Awareness</i> Diabetes Mellitus |           |        | Total     |
|-------------------------|---|-----------|--------|-----------|
|                         | Tinggi                                  | Sedang    | Rendah |           |
|                         | N (%)                                   | N (%)     | N (%)  | N (%)     |
| Laki-laki               | 28 (22,2)                               | 58 (46,0) | -      | 86 (68,3) |
| Perempuan               | 21 (16,7)                               | 19 (15,1) | -      | 40 (31,7) |
| Total                   | 49 (38,9)                               | 77 (61,1) | -      | 126 (100) |

Sumber: Data Primer (2017)

Menurut tabel.3 menunjukkan bahwa *self awareness* responden berdasarkan jenis kelamin mayoritas

dalam kategori sedang dengan jumlah 58 responden (46,0%) pada responden berjenis kelamin laki-laki.

**Tabel.4** Gambaran *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan pendidikan terakhir responden

| Karakteristik Responden | Self Awareness Diabetes Mellitus |           |        | Total     |
|-------------------------|----------------------------------|-----------|--------|-----------|
|                         | Tinggi                           | Sedang    | Rendah |           |
|                         | N (%)                            | N (%)     | N (%)  |           |
| Menengah                | 11 (8,7)                         | 25 (19,8) | -      | 36 (28,5) |
| Diploma                 | 2 (1,6)                          | 4 (3,2)   | -      | 6 (4,8)   |
| Sarjana                 | 36 (28,5)                        | 48 (38,1) | -      | 84 (66,6) |
| Total                   | 49 (38,9)                        | 77 (61,1) | -      | 126 (100) |

Sumber : Data Primer (2017).

Berdasarkan tabel.4 menunjukkan bahwa mayoritas *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan pendidikan terakhir responden kategori sedang pada responden dengan pendidikan sarjana berjumlah 48 responden (38,1%).

**Tabel.5** Gambaran *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan riwayat diabetes mellitus keluarga pada responden

| Karakteristik Responden | Self Awareness Diabetes Mellitus |           |        | Total     |
|-------------------------|----------------------------------|-----------|--------|-----------|
|                         | Tinggi                           | Sedang    | Rendah |           |
|                         | N (%)                            | N (%)     | N (%)  |           |
| Ya                      | 15 (11,9)                        | 25 (19,8) | -      | 40 (31,7) |
| Tidak                   | 34 (27,0)                        | 52 (41,3) | -      | 86 (68,3) |
| Total                   | 49 (38,9)                        | 77 (61,1) | -      | 126 (100) |

Sumber : Data Primer (2017)

Berdasarkan tabel.5 menunjukkan bahwa *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan riwayat diabetes mellitus pada keluarga mayoritas dalam kategori sedang pada responden yang tidak memiliki riwayat diabetes mellitus pada keluarga dengan jumlah 52 responden (41,3%).

## Pembahasan

### 1. Umur

Berdasarkan tabel.1 didapatkan hasil bahwa kelompok umur responden terbanyak dalam

penelitian ini adalah kelompok umur remaja akhir sebanyak 39 orang responden (31,0%). Banyaknya responden kelompok umur remaja akhir karena karyawan kelompok umur remaja akhir paling banyak berpartisipasi dalam penelitian dibanding dengan karyawan dengan kelompok umur yang lain serta banyak dari responden kelompok umur remaja akhir yang bekerja menjadi karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Masa remaja adalah masa pencarian jati diri dan membuat keputusan sendiri mengenai karier sehingga meningkatkan keinginan remaja untuk mencoba sesuatu yang baru dan pekerjaan<sup>20</sup> yang cocok bagi

mereka. Umur 15-64 tahun adalah umur produktif untuk bekerja<sup>7</sup>.

Menurut tabel.2 menunjukkan bahwa *self awareness* responden berdasarkan umur mayoritas dalam kategori sedang dengan jumlah 22 responden (17,5%) pada kelompok umur lansia awal. Kelompok umur lansia awal yang mayoritas memiliki kategori sedang *self awareness* diabetes mellitus dapat diketahui dari responden yang kurang berolahraga dan kurang menjaga makanan yang dikonsumsi karena kurang terpapar dengan penyakit diabetes melitus. Usia lansia awal memiliki pengetahuan lebih rendah tentang pencegahan diabetes mellitus dari pada usia remaja<sup>31</sup>. Semakin tua umur, individu tidak mudah menerima informasi yang menunjang kesehatannya karena penurunan mengingat dan menerima informasi baru<sup>2</sup>. Perubahan intelektual pada usia lebih dari 40 tahun menyebabkan berkurangnya penyerapan informasi pada lansia awal, sehingga menyebabkan *self awareness* pada usia lansia awal masih rendah<sup>24</sup>.

Peningkatan *self awareness* diabetes mellitus dapat mencegah terjadinya diabetes mellitus pada individu<sup>5</sup>. Masih kurangnya olahraga pada responden menunjukkan masih kurangnya *self awareness* pada responden, hal ini dapat meningkatkan terjadinya kejadian diabetes mellitus pada responden<sup>23</sup>. Penyakit yang sering menyerang manusia disebabkan

karena gaya hidup yang tidak sehat, mengkonsumsi makanan instan dan kurang berolahraga karena terlalu sibuk dengan pekerjaan<sup>33</sup>.

Kebiasaan responden yang memeriksakan kesehatannya kedokter saat mereka merasakan sakit juga menunjukkan kurangnya *self awareness* pada responden. Individu yang memiliki *self awareness* tinggi akan memeriksakan kesehatannya walaupun individu tersebut memiliki banyak pekerjaan dan belum merasakan sakit<sup>3</sup>. Faktor yang membuat individu jarang memeriksakan kesehatannya salah satunya karena belum optimalnya program terkait preventif, treatment dan rehabilitatif diabetes mellitus<sup>28</sup>. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa kurangnya *self awareness* diabetes mellitus pada kelompok umur dewasa awal karena kesibukan pekerjaan pada responden sehingga responden kurang menjaga konsumsi makanan, kurang berolahraga dan tidak rutin memeriksakan kesehatannya ke dokter.

## 2. Jenis Kelamin

Jenis kelamin terbanyak dalam penelitian ini responden berjenis kelamin laki-laki yaitu 86 orang responden (68,3%) dan mayoritas memiliki *self awareness* diabetes mellitus kategori sedang berjumlah 58 responden (46,0%). *Self awareness* diabetes mellitus pada responden laki-laki dalam kategori sedang karena mayoritas responden laki-laki jarang datang berkonsultasi kedokter. Perilaku kesehatan antara



laki-laki dan perempuan berbeda<sup>14</sup>. Sifat perempuan yang lebih patuh terhadap aturan dan lebih sering melakukan kontrol gula darah membuat perempuan lebih terpapar terhadap informasi tentang diabetes mellitus<sup>21</sup>. Tingkat pengetahuan perempuan lebih baik daripada laki-laki karena perempuan lebih peka dengan diabetes mellitus daripada laki-laki, hal ini terjadi karena perempuan lebih beresiko menderita diabetes mellitus<sup>19</sup>.

Hasil penelitian yang didapatkan dari jawaban kuesioner, responden laki-laki yang kurang menjaga berat badannya dalam keadaan normal dan kurang menjaga makanan yang mereka konsumsi juga menunjukkan kurangnya *self awareness* diabetes mellitus pada laki-laki. Kesadaran diri adalah suatu kondisi memahami diri sendiri secara menyeluruh, dimana saat individu tersebut memahami bahwa apa yang mereka lakukan salah maka individu tersebut akan berusaha untuk merubah perilaku tersebut<sup>17</sup>. Individu yang kurang memperhatikan diri sendiri seperti perasaan dan persepsi kesehatan akan membentuk *self awareness* yang kurang pada individu tersebut<sup>12</sup>. Kurangnya *self awareness* diabetes mellitus pada responden laki-laki karena sikap dan perilaku kesehatan laki-laki masih kurang dibandingkan dengan perempuan.

### 3. Pendidikan Terakhir

Berdasarkan tabel.4 menunjukkan bahwa mayoritas *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan pendidikan terakhir

responden kategori sedang pada responden dengan pendidikan sarjana berjumlah 48 responden (38,1%). Kurangnya *self awareness* diabetes mellitus pada responden dengan pendidikan terakhir sarjana dapat dilihat dari kebiasaan responden yang kurang melakukan olahraga karena kesibukan pekerjaan yang dilakukan oleh responden. Pengetahuan bukan merupakan faktor yang cukup kuat untuk merubah perilaku hidup sehat seseorang<sup>16</sup>. Kesibukan akan menyebabkan individu lebih mudah terserang penyakit karena kurang menjaga kesehatannya<sup>33</sup>. Individu yang kurang memahami diri sendiri akan membentuk *self awareness* yang kurang<sup>7</sup>.

*Self awareness* yang baik dapat dipengaruhi oleh pengetahuan yang baik pada individu<sup>28</sup>. Individu yang memiliki tingkat pendidikan tinggi seharusnya memiliki *self awareness* yang baik untuk mencegah penyakit<sup>30</sup>. Pengetahuan akan mempengaruhi cara individu mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah tertentu termasuk masalah kesehatan<sup>28</sup>.

Individu yang memiliki pendidikan yang cukup akan membentuk kemauan yang kuat yang diterapkan untuk merubah perilaku individu menjadi perilaku yang sehat<sup>27</sup>. Pendidikan berguna dalam merubah pola pikir, pola bertingkah laku dan pola pengambilan keputusan, dimana tingkat pendidikan yang cukup akan lebih mudah mengidentifikasi masalah yang ada dalam diri<sup>13</sup>. Tingkat

pengetahuan dapat mempengaruhi kemampuan dan pengetahuan seseorang dalam pengendalian diabetes mellitus<sup>26</sup>. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan tidak mempengaruhi *self awareness* responden.

#### 4. Riwayat Diabetes Mellitus

Berdasarkan tabel.5 menunjukkan bahwa *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan riwayat diabetes mellitus pada keluarga mayoritas dalam kategori sedang pada responden yang tidak memiliki riwayat diabetes mellitus pada keluarga dengan jumlah 52 responden (41,3%). *Self awareness* diabetes mellitus responden dalam kategori sedang dapat diketahui dari banyak responden masih kurang melakukan aktivitas berolahraga dan masih mengonsumsi makanan yang mengandung banyak karbohidrat dan manis. Pengetahuan tidak hanya diperoleh dari sekolah namun pengetahuan dapat didapat dari pengalaman langsung dan tidak langsung<sup>16</sup>. Saat salah satu keluarga memiliki riwayat diabetes mellitus, maka individu tersebut akan belajar dan mendapat informasi pencegahan diabetes mellitus dari keluarganya, sehingga *self awareness* diabetes mellitus pada individu tersebut juga tinggi<sup>4</sup>.

Individu yang memiliki *self awareness* tinggi akan mampu menerima umpan balik dari orang lain tentang bagaimana memperbaiki secara berkelanjutan<sup>3</sup>. Pengaruh orang lain yang dianggap penting akan mempengaruhi *self awareness*

pada individu<sup>6</sup>. Banyaknya responden yang memiliki *self awareness* diabetes mellitus kategori sedang dikarenakan responden tidak memiliki pengalaman keluarga menderita diabetes melitus sehingga responden kurang mendapat informasi dan terpapar dengan penyakit diabetes mellitus dari keluarga<sup>4</sup>.

#### 5. *Self Awareness* Diabetes Mellitus

Berdasarkan tabel.1 didapatkan bahwa *Self awareness* diabetes mellitus responden terbanyak dalam kategori sedang berjumlah 77 responden (61,1%). Masih kurangnya *self awareness* diabetes mellitus pada responden disebabkan banyaknya responden berjenis kelamin laki-laki. Laki-laki yang kurang memperhatikan kesehatannya dan mengecek kesehatannya kedokter akan mempengaruhi perilaku hidup sehat, menciptakan kesadaran, mengubah sikap dan memberikan motivasi pada individu untuk menerapkan perilaku hidup sehat<sup>22</sup>. Banyaknya responden yang tidak memiliki riwayat keluarga diabetes mellitus menyebabkan responden kurang memiliki pengalaman cara mencegah diabetes mellitus. Kurangnya pengalaman dari orang terdekat seperti keluarga akan mempengaruhi tingkat pengetahuan individu<sup>4</sup>. Pengalaman akan mempengaruhi *self awareness* individu dalam mencegah penyakit<sup>27</sup>.

*Self awareness* diabetes mellitus pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta berada

dalam tahap *conconscious incompetence*. *Conconscious incompetence* adalah karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta sudah memiliki pengetahuan yang cukup untuk mencegah penyakit diabetes mellitus tapi karyawan masih memerlukan pembelajaran cara melakukannya dengan benar. *Conconscious incompetence* adalah tahap saat individu mengerti atau tahu apa yang harus mereka lakukan tapi individu tersebut masih memerlukan pembelajaran bagaimana cara melakukannya dengan benar<sup>31</sup>. Hal ini dapat dilihat dari tingkat pendidikan responden yang tinggi dan pengetahuan responden yang cukup namun responden jarang memeriksakan kesehatannya, kurang mengontrol kadar gula darah, kadar kolesterol dan tekanan darah serta mayoritas responden masih sering mengkonsumsi makanan tidak sehat seperti gorengan dan kurang melakukan aktivitas olahraga.

## Kesimpulan dan Saran

### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang *self awareness* diabetes mellitus pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. *Self awareness* diabetes mellitus pada karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dalam kategori sedang.
2. Mayoritas responden penelitian ini kelompok umur remaja akhir, jenis kelamin terbanyak laki-laki, pendidikan terakhir responden terbanyak sarjana dan

mayoritas responden tidak memiliki riwayat keluarga diabetes mellitus.

3. Gambaran *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan umur responden mayoritas dalam kategori sedang pada kelompok umur lansia awal.
4. Gambaran *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan jenis kelamin responden mayoritas dalam kategori sedang pada responden berjenis kelamin laki-laki.
5. Gambaran *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan tingkat pendidikan responden mayoritas dalam kategori sedang pada responden dengan tingkat pendidikan terakhir sarjana.
6. Gambaran *self awareness* diabetes mellitus berdasarkan riwayat diabetes mellitus pada keluarga mayoritas dalam kategori sedang pada responden yang tidak memiliki riwayat keluarga diabetes mellitus.

### B. Saran

1. Bagi karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Karyawan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta diharapkan dapat meningkatkan *self awareness* tentang diabetes mellitus dengan rutin memeriksakan kesehatannya, mengkonrol kadar gula darah, kolesterol dan tekanan darah, mengkonsumsi makanan yang seimbang dan rutin melakukan aktivitas fisik 3 kali seminggu.
2. Bagi Imu Keperawatan

Penelitian ini dimanfaatkan sebagai informasi dalam bidang keperawatan mengenai *self awareness* diabetes mellitus.

3. Bagi Praktik Keperawatan

Perawat dapat meningkatkan penyuluhan kesehatan tentang diabetes mellitus dan bagaimana cara pencegahannya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian korelasi yang menghubungkan antara *self awareness* dengan kadar gula darah atau dengan variabel-variabel lainnya.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. American Diabetes Association.(2016).*Standar of Medical Care in Diabetes-2016*.Diakses 03 Desember 2016, Dari [www.diabetes.org/diabetescare](http://www.diabetes.org/diabetescare).
2. Cahyati, S.M. (2015). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Diet Diabetes mellitus Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Dusun Karang Tengah Yogyakarta*.skripsi.Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Yogyakarta. Diakses pada 12 Agustus 2017, Dari <http://opac.unisayogya.ac.id/175/1/NASKAH%20PUBLIKAS%20I.pdf>
3. Efendi, V.A & Sutanto, E.M.(2013).*Pengaruh Faktor-Faktor Kecerdasan Emosional Pemimpin Terhadap Komitmen Organisasional Karyawan Di Universitas Kristen Petra*. Agora Vo. 1 No. 1. Diakses pada 7 April 2017, Dari [http://repository.petra.ac.id/16254/1/PENGARUH\\_FAKTOR-FAKTOR\\_KECERDASAN\\_EMOSIONAL.pdf](http://repository.petra.ac.id/16254/1/PENGARUH_FAKTOR-FAKTOR_KECERDASAN_EMOSIONAL.pdf)
4. Fadhilah, Anis. (2015). *Gambaran dan Faktor yang Berpengaruh Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Karyawan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*.Skripsi.Fakuas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.
5. Fatimah, R.N.(2015).*Diabetes Mellitus Tipe 2.Artikel Review*.Diakses 10 Desember 2016, Dari [juku.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/download/615/619](http://juku.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/download/615/619).
6. Feist,J & Feist,J.G.(2010).*Teori Kepribadian*.Jakarta:Salemba Humanika.
7. Gross, R.(2012)*Psychology The Science of Mind and Behaviour Edisi Keenam*.Yogyakarta:Pustaka Pelajar..
8. Infodantin.(2013).*Waspada Diabetes Eat Well Live Well*. Diakses 09 November 2016, Dari [www.depkes.go.id/infodantin-diabetes](http://www.depkes.go.id/infodantin-diabetes).
9. International Diabetes Federation.(2011).*Global Diabetes Plan 2011-2021 International Diabetes Federation*.Diakses 03 Desember 2016, Dari [www.idf.org](http://www.idf.org).

10. *International Diabetes Federation.* (2015). *Diabetes Atlas Seventh Edition*. Diakses 10 Desember 2016, Dari [www.idf.org](http://www.idf.org).
11. Istanti, H.N. (2012). *Identifikasi Pengintegrasian Soft Skill Melalui Mata Pelajaran pada Program Studi Tata Busana Di SMK Negeri 1 Sewon*. Skripsi. Fakultas Teknik Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta. Diakses pada 10 November 2016, Dari [eprints.uny.ac.id/29365/1/Hanifah%20Nur%20intanti%2006513241009.pdf](http://eprints.uny.ac.id/29365/1/Hanifah%20Nur%20intanti%2006513241009.pdf)
12. Istiqomah, N. (2012). *Analisis Faktor-Faktor Kecerdasan Emosi Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim, Malang. Diakses pada 22 November 2016, Dari [ethesis.uin-malang.ac.id/2215/1/08410161](http://ethesis.uin-malang.ac.id/2215/1/08410161).
13. [Jauhari. \(2016\). \*Dukungan Sosial dan Kecemasan pada Pasien Diabetes Mellitus\*. The Indonesian Journal Of Health Science. Vo.. No.1 Desember 2016. Diakses pada 05 Juni 2017](#)
14. Kusumawati, I. (2015). *Kepatuhan Menjalani Diet Ditinjau Dari Jenis Kelamin dan Tingkat Pendidikan Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta. Diakses pada 8 Mei 2017.
15. Malikhah. (2013). *Kesadaran Diri Proses Pembentukan Karakter Islam*. *Jurnal Al-Ulum Volume 13 Nomor 1 juni 2013*. Diakses 23 November 2016, Dari [Journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/au/article/view/94/79](http://Journal.iaingorontalo.ac.id/index.php/au/article/view/94/79).
16. Manan, S. (2011). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Dalam Upaya Mengontrol Gula Darah Di Poliklinik RS. Immanuel Bandung*. Diakses pada 09 Agustus 2017, Dari [ejournal.stikesborromeus.ac.id/file/Srihesty%20Manan.pdf](http://ejournal.stikesborromeus.ac.id/file/Srihesty%20Manan.pdf)
17. Mudana, Dharsana, & Suranata. (2014). *Penerapan Konseling Gestalt dengan Teknik Reframing Untuk Meningkatkan Kesadaran Diri (Self Awareness) dalam Belajar Siswa Kelas VIII A1 SMP Negeri 4 Singaraja Tahun Ajaran 2013/2014*. Diakses 3 Maret 2016 dari <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJBK/article/viewFile/3922/3135>.
18. Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
19. Paulus. (2012). *Gambaran Tingkat Pengetahuan Faktor Resiko Diabetes Mellitus pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Indonesia*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Program Sarjana Reguler, Depok.
20. Potter & Perry. (2009). *Fundamental Keperawatan Buku 1 Edisi 7*. Jakarta: Salemba Medika.
21. Rachmawati, N. (2015). *Gambaran Kontrol dan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Di Politeknik Penyakit Dalam RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang*. Skripsi. Jurusan

- Keperawatan Fakultas  
Kedokteran Universitas  
Diponegoro, Semarang.
22. Rahmadiana, M.(2012).Komunikasi Kesehatan : Sebuah Tinjauan.Jurna Psikogenesis.Vo.1.No.1/Desember 2012. Diakses pada 05 Juni 2017
  23. Rajasa, R.E, Afriwardi & Zein, S.B.(2016).Hubungan Tingkat Keteraturan Berolahraga Terhadap Komplikasi Penyakit Pada Pasien DM Tipe 2 Di Politeknik Endokrin RSUP Dr.M.Djamil Padang.*Jurnal Kesehatan Andalas*, 2016. Diakses pada 22 November 2016, Dari [jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/viewfile/510/415](http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/viewfile/510/415).
  24. Rembang,V.P., Katuuk, M.E, & Malara,R.,(2017).Hubungan Dukungan Sosial dan Motivasi dengan Prawatn Mandiri pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Mokopido Toli-Toli. *E-journal keperawatan (e-kp) Volume 5 Nomor 1, Februari 2017*
  25. Rujul, D., Vadgama, P & Parth, D.(2012).*Effect of Awareness of Diabetes on Clinical Outcomes of Diabetes:An Observational Study A Privat Hospital In Gujarat.National Journal of Medical Research*.Diakses pada 09 November 2016, Dari [www.scopemed.org/?jid=78&rid=2014-4-4.000](http://www.scopemed.org/?jid=78&rid=2014-4-4.000).
  26. Salindeho,A dkk.(2015).Pengaruh Senam Diabetes Mellitus Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Sanggar Senam Persadia Kabupaten Gorontalo.*ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 4*.Diakses pada 09 November 2016, Dari [www.onesearch.id/record/1051625.article-10856](http://www.onesearch.id/record/1051625.article-10856).
  27. Sari, N.P.W.P.,(2016). *Diabetes Mellitus :Hubungan Antara Pengetahuan Sensoris, Kesadaran Diri, Tindakan Perawatan Diri dan Kualitas Hidup*. Jurna Ners Lentera. Vol.4, No.1, Maret 2016. Diakses pada 05 Juni 2017
  28. Subramaniam, K.(2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keterlambatan Diagnosa Diabetes Mellitus tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Abang I, Kabupaen Karangasem Bali Tahun 2015. *ISM, Vol.6 No.1 Mei-Agustus*. Diakses pada 06 Juni 2017.
  29. Syah, M.A. (2013).*Pengaruh Edukasi Tentang Diabetes Mellitus Terhadap Skor Kesadaran Bahaya Diabetes Mellitus (Diabetic Awareness) Di Dusun Kaliranda dan Dusun Ngentek Desa Bangunjiwo Yogyakarta*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta.
  30. Trisnawati, S.K & Setyorogo,S.(2013).Faktor Resiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat.*Jurnal Ilmiah Kesehatan 5(1)*.Diakses pada 10 Desember 2016, Dari [lp3m.thamrin.ac.id/upload/artikel/2.vol5no1\\_shara.pdf](http://lp3m.thamrin.ac.id/upload/artikel/2.vol5no1_shara.pdf).

31. Wardhari, A.S.(2008).*Studi Tentang Kesadaran Pekerja Terhadap Pelaporan Kecelakaan Kerja Di PT Astra Diesel Indonesia Periode Juni-Juli Tahun 2008*.Skripsi.Program Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, Depok. Diakses pada 12 Desember 2016, Dari [lib.ui.ac.id/file?file=digital/122795-s-5345-studi%20tentang-HA.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/122795-s-5345-studi%20tentang-HA.pdf).
- Wardani, S.R.(2015).*Gambaran Pengetahuan Tentang Pencegahan Luka DM Pada Anggota Keluarga Pasien DM Di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan, Ciputat Timur*.Skripsi.Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta. Diakses pada 12 Agustus 2017, Dari <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/29208/1/SUCI%20RAHMA%20WARDANI-FKIK.pdf>
32. Wati, D.I.(2012).*Hubungan Antara Kesadaran Hidup Sehat dan Self Management dengan Perilaku Sehat Mahasiswa Pecinta Alam Jonggiring Salaka Universitas Negeri Malang*.Skripsi. Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang, Malang. Diakses pada 22 November 2016, Dari <http://docplayer.info/283745-Hubungan-antara-kesadaran-hidup-sehat-dan-self-management-dengan-perilaku-sehat-mahasiswa-pecinta-alam-jonggiring-salaka-universitas-negeri-malang.html>.
33. Yusra, A.“Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poliklinik Penyakit dalam Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati Jakarta.Disertasi Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, 2012.