

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit kronis yang menjadi masalah kesehatan global dengan angka kejadian yang terus meningkat. Penyakit ini membutuhkan pengelolaan jangka panjang untuk mencegah terjadinya komplikasi akut maupun kronis. Salah satu komponen penting dalam pengendalian diabetes melitus adalah manajemen diri pasien (*self-management*), yang mencakup pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, kepatuhan terhadap terapi obat, serta perawatan kaki. Kemampuan pasien dalam melakukan manajemen diri sangat berpengaruh terhadap keberhasilan pengendalian kadar gula darah dan peningkatan kualitas hidup.

Kajian ini bertujuan untuk menggambarkan pentingnya manajemen diri pada pasien diabetes melitus dalam mendukung keberhasilan pengelolaan penyakit. Metode yang digunakan berupa kajian literatur terhadap berbagai sumber ilmiah terkait perilaku manajemen diri pasien diabetes melitus, faktor yang memengaruhi kepatuhan, serta dampaknya terhadap status kesehatan pasien. Hasil kajian menunjukkan bahwa tingkat manajemen diri pasien diabetes melitus dipengaruhi oleh pengetahuan, motivasi, dukungan keluarga, edukasi kesehatan, akses pelayanan kesehatan, dan kondisi sosial ekonomi. Edukasi yang berkelanjutan serta dukungan tenaga kesehatan berperan penting dalam meningkatkan kemampuan pasien melakukan perawatan mandiri.

Penerapan manajemen diri yang optimal dapat membantu pasien mencapai kontrol glikemik yang lebih baik, mengurangi risiko komplikasi, serta meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pelayanan kesehatan yang berfokus pada pemberdayaan pasien melalui edukasi, pendampingan, dan penguatan dukungan keluarga agar pasien diabetes melitus mampu mengelola penyakitnya secara mandiri dan berkelanjutan.

Kata kunci: diabetes melitus, manajemen diri, *self-management*, edukasi kesehatan, kualitas hidup.