

Self Efficacy and Self Management of Type II Diabetes Mellitus Patient
Self Efficacy dan Self Management Pasien Diabetes Mellitus Tipe II

Icca Naryani Pramudaningsih^{1*}, Hirza Ainin Nur²
^{1,2}Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus, Indonesia
***Corresponding Author:** iccanarayani14@gmail.com

Received: 19 Desember 2023; Revised: 20 Desember 2023; Accepted: 21 Desember 2023

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a disease related to metabolic disorders which is characterized by increased blood sugar levels, which is called hyperglycemia. Diabetes is a health problem throughout the world. Diabetes that is not treated properly can cause complications. Complications are divided into microvascular complications and macrovascular complications. To minimize complications in DM patients by maintaining lifelong self-management behavior, self-management that can be carried out by DM sufferers includes taking medication regularly, changing diet, exercising, controlling blood sugar levels, and carrying out routine foot care. The implementation of self-management for DM patients can be influenced by various factors. One of them is a lack of self-confidence in one's health, which causes people to behave in ways that are not in accordance with their health values. This study aims to determine the relationship between self-management and self-efficacy in type II Diabetes Mellitus patients. This research uses a correlational descriptive method with a cross-sectional approach and uses simple random sampling techniques. The total sample was 60 respondents. The results of this research on self efficacy were quite good for 35 respondents (58.3%) and good self management for 38 respondents (63.3%). With statistical test results using the Chi Square test with a p value of 0.001 (<0.05). Which means that there is a relationship between self-efficacy and self-management in type II DM sufferers. It is hoped that the results of this research can motivate nurses to maintain and increase the self-efficacy of type II DM sufferers and consistently carry out self-care management to reduce complications in type II DM sufferers.

Keywords: *Self Efficacy, Self Management, Diabetes Mellitus Type II*

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit yang berhubungan dengan gangguan metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah sehingga disebut hiperglikemia. Diabetes merupakan masalah kesehatan di seluruh dunia. Diabetes yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan komplikasi. Komplikasi dibagi menjadi komplikasi mikrovaskuler dan komplikasi makrovaskuler. Untuk meminimalkan komplikasi pada pasien DM dengan cara mempertahankan perilaku manajemen diri seumur hidup, *self management* yang dapat dilakukan oleh penderita DM antara lain dengan rutin mengonsumsi obat, mengubah pola makan, berolahraga, mengontrol kadar gula darah, dan melakukan perawatan kaki secara rutin. Pelaksanaan *self management* pasien DM dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satunya adalah kurangnya keyakinan dalam diri (*self efficacy*) terhadap kesehatan seseorang, yang menyebabkan masyarakat berperilaku tidak sesuai dengan nilai-nilai kesehatannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-management* dengan *self-efficacy* pada pasien Diabetes Mellitus tipe II. Penelitian ini

menggunakan metode deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional* dan menggunakan teknik *simple random sampling*. Jumlah sampel sebanyak 60 responden. Hasil dari penelitian ini pada *self efficacy* cukup baik sebesar 35 responden (58,3%) dan *self management* baik sebesar 38 responden (63,3%). Dengan hasil uji statistic menggunakan *uji Chi Square* dengan nilai p value sebesar 0,001 ($<0,05$). Yang mempunyai makna bahwa terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *self management* pada penderita DM tipe II. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi motivasi perawat dalam mempertahankan dan meningkatkan *self efficacy* penderita DM tipe II serta konsisten dalam melaksanakan self care manajemen untuk mengurangi komplikasi penderita DM tipe II

Kata Kunci: *Self Efficacy, Self Management, Diabetes Melitus Tipe II*

LATAR BELAKANG

Diabetes melitus (DM) adalah penyakit dengan gangguan metabolik yang ditandai dengan kelebihan kadar gula dalam darah atau biasa disebut hiperglikemia. Ada 4 tipe Diabetes mellitus yang biasa dikenal, yaitu diabetes melitus tipe I atau *Insulin Dependent Diabetes Melitus (IDDM)*, diabetes melitus tipe II atau *Non Insulin Dependent Diabetes Melitus (NIDDM)*, diabetes melitus gestational dan diabetes melitus sindrom lainnya (Smeltzer, S., & Bare, 2010)

Diabetes Melitus I disebabkan karena pankreas mengalami ketidakmampuan dalam memproduksi insulin. Diabetes melitus tipe I terjadi permasalahan terhadap sekresi insulin, sehingga insulin yang dihasilkan sedikit dan bahkan tidak mampu sama sekali memproduksi insulin, sedangkan pada Diabetes melitus tipe II tubuh masih mensekresi insulin, tetapi terjadi defisiensi yang dikarenakan kurangnya produksi insulin sehingga sel lemak dan otot tubuh kebal terhadap insulin (American Diabetes Association (ADA), 2013)

Diabetes Militus tipe II bisa terjadi dikarenakan gaya hidup Masyarakat dimana Masyarakat memilih makanan cepat saji dan makanan yang mempunyai kadar gula glukosa tinggi yang dapat memicu terjadinya penyakit terutama penyakit tidak menular (Diabetes militus). Diabetes melitus tipe II terjadi karena beberapa faktor diantaranya faktor heriditas, faktor lingkungan didalamnya meliputi retensi insulin, usia, obesitas pola makan serta pola hidup penderita yang tidak sehat (Manurung, 2018).

Diabetes melitus menjadi salah satu fokus permasalahan kesehatan didunia. Menurut Federasi Diabetes Internasional (FDI), pada tahun 2017, 425 juta orang berusia antara 20 dan 79 tahun di seluruh dunia menderita diabetes, atau sekitar 8,8% orang dewasa. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi diabetes meningkat secara signifikan selama lima tahun terakhir. Tahun 2013, prevalensi diabetes pada orang dewasa mencapai 6,9%, dan pada tahun 2018, prevalensi diabetes pada orang dewasa sebesar 8,5%. Di Jawa Tengah, 9,5% pasiennya berusia di atas 15 tahun dan menderita diabetes (Syakbania, D. N., & Wahyuningsih, 2018) Penderita Diabetes Melitus di Kabupaten Jepara tahun 2017 sejumlah 12.313 kasus dengan jumlah 3675 kasus Diabetes Melitus Tipe 1 dan tipe II sebanyak 8638 kasus. Puskesmas Mlonggo dengan kasus terbanyak diabetes melitus dengan jumlah 1469 kasus.

Prevalensi penyakit diabetes semakin meningkat dari tahun ke tahun, hal ini dipengaruhi oleh pola hidup yang tidak sehat (kebiasaan makan dan aktivitas fisik) serta kurangnya kemampuan dalam mengelola penyakit secara mandiri (Himmah,S., C., 2020). Diabetes yang tidak ditangani dengan baik dapat menyebabkan komplikasi. Komplikasi dibagi menjadi komplikasi mikrovaskuler dan komplikasi makrovaskuler, Untuk meminimalkan komplikasi pada pasien DM dengan cara mempertahankan perilaku manajemen diri seumur hidup, *Self management* upaya yang dapat dilakukan oleh penderita DM antara lain rutin mengonsumsi obat, mengubah pola makan, berolahraga, memantau kadar gula darah, dan rutin melakukan perawatan kaki (Y.M, 2013). *Self management* pasien dengan diabetes melitus dipengaruhi oleh berbagai faktor, Salah satunya adalah kurangnya rasa percaya diri terhadap kesehatan seseorang (*self-efficacy*), yang menyebabkan orang berperilaku tidak sesuai dengan nilai-nilai kesehatannya.

Tujuan dari *self efficacy* adalah untuk memungkinkan individu yakin akan kemampuannya untuk melakukan tugas yang diberikan kepadanya secara kompeten dan efektif. Efikasi diri berfokus pada perubahan perilaku dan oleh karena itu merupakan hal mendasar dalam manajemen diri pada penderita diabetes (Pace,2017).Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti mengambil judul penelitian “*Self Efficacy* Dan *Self Managament* Pasien Diabetes Melitus Tipe II

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian *cross-sectional* merupakan jenis penelitian yang variabel-variabelnya hanya observasi atau diukur satu kali saja dalam waktu yang bersamaan tanpa perlu dilakukan pengujian/pengukuran berulang-ulang. Desain penelitian ini bertujuan untuk mengamati hubungan antara efikasi diri dan manajemen diri pada pasien diabetes tipe II.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi umur , pendidikan , pekerjaan , jenis kelamin , lama menderita DM

No	Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Umur	20-35 tahun	8 13,3%
		>35 tahun	52 86,7%
2.	Pendidikan	Tidak Sekolah	7 11,7%
		SD	15 25%
		SMP	14 23,3%
		SMA	16 26,7%
		PT	8 13,3%
3.	Pekerjaan	IRT	32 53,3%
		WIRASWASTA	22 36,7%
		PNS	6 10%
4.	Jenis Kelamin	Laki-laki	28 46,7%
		Perempuan	32 53,3%
5.	Lama menderita DM	2-5 tahun	30 50,0%
		6-9 tahun	22 36,7%
		10-13	8 13,3%

Berdasarkan tabel 1 disimpulkan bahwa usia responden tertinggi pada usia > 35 tahun berjumlah 52 responden (86,7%). Responden dengan pendidikan menunjukkan tertinggi mempunyai pendidikan SMA dengan jumlah 16 responden (26,7%). Responden dengan jenis kelamin Perempuan sebanyak 32 responden (53,3%) lebih banyak dari jenis kelamin laki - laki. Dan lama menderita penyakit DM paling banyak dengan kurun waktu 2-5 tahun sebanyak 30 responden (50,0%)

b. Self- efficacy

Tabel 2 Distribusi frekuensi self-efficacy responden

Self-Efficacy	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	35	58,3%
Kurang	25	41,7%
Total	60	100%

Berdasarkan Tabel 2 hasil distribusi frekuensi *self-efficacy* nilai tertinggi baik dengan 35 responden (58,3%). Sedangkan nilai kurang dengan 25 responden (41,7%).

c. *Self – Management*

Tabel 3 Distribusi frekuensi *self-Management* responden

<i>Self-Management</i>	Jumlah (n)	Presentase (%)
Baik	38	63,3%
Kurang	22	36,6%
Total	60	100%

Berdasarkan Tabel 3 hasil distribusi frekuensi *self-Management* nilai tertinggi baik dengan 38 reponden (63,3%). Sedangkan nilai kurang dengan 22 responden (36,6%).

2. Analisis Bivariat

Variabel bivariat dalam penelitian ini menjelaskan tentang hubungan antara variabel yaitu hubungan variabel dependen dan variabel independent. Variabel Dimana variabel dependen dalam penelitian ini yaitu *self-efficacy* dan variabel independen *self-management*. Analisa univariat menggunakan uji *chi square* berbentuk kategorik. Berikut hasil Analisa bivariat

Tabel 4 Hubungan *Self-Efficacy* Dengan *Self-Management* Pasien Diabetes Melitus Tipe II

No	SE	SM		Total
		Baik	Cukup	
1.	Tinggi	35	13	48
2.	Rendah	2	10	12
	Total	37	23	60

Tabel 3 menunjukkan adanya hubungan *Self-efficacy* dengan *self-management* . Hasil dari Analisa responden dengan *self-efficacy* yang tinggi sebanyak 48 orang dan yang baik dalam melakukan *self-management* sebanyak 35 orang responden, sedangkan dari 12 orang yang memiliki *self-efficacy* rendah dan baik dalam melakukan *self-management* sebanyak 2 orang responden. Hasil

Analisa data dengan *chi square* didapatkan *p-value* 0,001 dimana *p value* < α (0,005). Berdasarkan hal tersebut dapat diambil sebuah kesimpulan bahwa ada hubungan antara *Self efficacy* dengan *self management* pada pasien Diabetes Miletus tipe II

Pembahasan

1. Analisis Univariat

a. Usia

Karakteristik berdasarkan usia responden dengan total 60 responden, terbanyak pada usia > 35 tahun dengan jumlah 52 responden (86,7%). Hal ini sesuai dengan data RISKESDAS (2018) proporsi pada penderita DM semakin meningkat dengan seiring bertambahnya usia diatas 45 tahun. Sesuai dengan penelitian dari (Pahlawati & Nugroho,2019) 59 responden (53,2%) berusia 45 tahun atau lebih menderita diabetes. American Diabetes Association (ADA) 2010 menyatakan resiko peningkatan penyakit diabetes melitus disebabkan peningkatan usia. Peningkatan risiko DM tipe 2 pada lansia disebabkan oleh peningkatan komposisi lemak dalam tubuh yang menumpuk di rongga perut dan menyebabkan obestitas sentral. Obesitas sentral dapat menyebabkan resistensi insulin, suatu proses awal pada diabetes tipe 2 (Melita, F., 2021)

b. Pendidikan

Berdasarkan Pendidikan responden Sebagian besar responden berpendidikann SMA. Pendidikan mempengaruhi perilaku dan sikap seseorang dalam merawat dan mengobati penyakit yang dideritanya, serta mempengaruhi pengambilan keputusan dalam memilih tindakan untuk mengatasi masalah Kesehatannya (Yusra,2011).

c. Pekerjaan

Responden penelitian sebagian besar tidak bekerja atau IRT dengan 32 responden (53,3%). Menurut (Wahyuni, 2014) seseorang yang tidak bekerja mempunyai gaya hidup kurang aktif, seseorang yang kurang aktif atau didalam pekerjaannya kurang melakukan Latihan fisik menyebabkan penimbunan lemak dalam tubuh sehingga meningkatkan obesitas dan bisa

terkena penyakit DM. Orang yang pekerjaannya meningkatkan Latihan fisik dapat menurunkan hyperinsulinemia (kadar hormon insulin), sehingga meningkatkan sensitifitas insulin, menurunkan kadar lemak, menurunkan kadar HbA1c kelevel yang dapat mencegah terjadinya komplikasi DM.

d. Jenis Kelamin

Berdasarkan karakteristik jenis kelamin responden, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 32 responden (53,3%). Perempuan mempunyai resiko lebih tinggi terkena diabet karena. Perempuan mempunyai resiko lebih besar dalam peningkatan indeks massa tubuh (IMT). Sindrom siklus menstruasi, yang disebut sindrom pramenstruasi, dan pascamenopause menyebabkan penumpukan lemak tubuh terkait hormon, yang membuat wanita berisiko lebih tinggi terkena DM (Asnaniar, Wa Ode, S., 2019)

e. Lama Menderita DM

Lama responden menderita DM dari hasil penelitian terbanyak yaitu pada (1-5 tahun) dengan jumlah 30 reponden (50%). Pasien dengan DM yang telah lama lebih mampu dalam beradaptasi dengan lingkungan, apabila pasien mampu mengendalikan stress emosionalnya. Karena dengan manajemen diri yang baik seseorang akan sangat terbantu dalam pengelolaan dan pencegahan penyakit DM pada diri tersebut (Restada, Ernata & Jihan, 2016)

f. *Self efficacy*

Responden dalam penelitian ini mempunyai self-efficacy dengan baik sejumlah 35 responden (58,3%), sedangkan yang self-efficacy kurang sebanyak 25 responden (41,7%). Self-efficacy merupakan keyakinan diri atau sikap percaya diri terhadap kemampuan sendiri dalam menampilkan tingkah laku yang mengarah pada hasil diharapkan (Yusuf & Nurihsan, 2011). *Self-efficacy* yang baik membuat seseorang berpotensi dalam memperhatikan sehetan dirinya (Schustrack, 2008)

g. *Self Management*

Hasil penelitian menunjukkan responden yang mempunyai *self management* yang baik sebanyak 38 responden (63,3%), dan yang mempunyai *self-management* kurang sebanyak 22 resppnden (36,6%). *Self-management* merupakan peran yang dapat menekankan peran dan tanggung jawab individu dalam mengelola penyakit itu sendiri. (Kisokanth, 2013). Hal ini sesuai dengan penelitian dari Sukmarini Yulia & Rahman (2017) menyatakan bahwa pasien DM mampu dalam melakukan pengelolaan DM dengan baik, jika pasien DM mempunyai keyakinan bahwa dengan pengelolaan DM akan mampu mengontrol kondisi tetap stabil serta menerima program tersebut sesuai dengan yang ingin dicapai.

2. Analisis Bivariat

Hubungan antara *self efficacy* dengan *self management* pada penderita DM

Analisa data menggunakan chi-square didapatkan nilai dengan p-value = 0,001, p-value < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara self-efisiensi dengan self-management pada pasien diabetes tipe II. Hal ini sesuai dengan penelitian (Prastyo, 2021) yang menemukan adanya hubungan antara manajemen diri dengan kualitas hidup pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Baki dengan p-value 0,000 atau p-value < 0,05, Serta penelitian dari (Saragih, T.B., 2020) dengan hasil bahwa *self-efficiency* yang tinggi juga memiliki *perilaku self- management* yang baik untuk diet, olahraga dan perawatan Kesehatan.

Self- efficacy mempengaruhi pasien dalam berperilaku, sehingga dengan *self- efficacy* diri dari perubahan perilaku yang diharapakan dapat tercapai. Menurut (Dharmana Edi., 2017) *self-efficacy* mempunyai peranan dalam perubahan perilaku dalam Kesehatan seseorang ,self - efficacy erat hubungannya dengan manajemen diri, termasuk pada pengelolaan penyakit DM.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Karakteristik responden berdasarkan usia dengan total 60 responden, terbanyak pada usia > 35 tahun berjumlah 52 responden (86,7%). Berdasarkan pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMA dengan jumlah 16 responden (26,7%). Berdasarkan pekerjaan responden yang terbanyak sebagai IRT dengan 32 reponden (53,3%). Karakteristik responden dengan jenis kelamin tertinggi berjenis kelamin Perempuan dengan jumlah 32 reponden (53,3%). Karakteristik lama responden menderita DM pada usia (1-5 tahun) dengan jumlah 30 responden (50%).
2. Gambaran *self efficacy* responden pada penderita DM tipe II sebagian besar responden mempunyai *self efficacy* dengan baik sejumlah 35 responden (58,3%), sedangkan yang *self efficacy* kurang sebanyak 25 responden (41,7%).
3. Gambaran *self management* responden DM tipe II sebagian besar responden mempunyai *self management* yang baik sebanyak 38 responden (63,3%), dan yang mempunyai *self-management* kurang sebanyak 22 respnden (36,6%).
4. Berdasarkan uji statistic dengan *chi square* didapatkan p value 0,001 (<0,05) mempunyai arti Ha diterima dan adanya hubungan antara *self efficacy* dengan *self management* pada pasien penderita DM tipe II.

Saran

Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan variabel lainnya berdasarkan hasil dari penelitian *self efficacy* dan *self manajemen* pasien DM tipe II

DAFTAR PUSTAKA

- (Riskesmas), R. K. D. (2018). *Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI Tahun 2018*.
3. Manurung, N. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah',in Keperawatan Medikal Bedah.1st edn*. Trans Indo Media.
- American Diabetes Association (ADA). (2013). *Standards of Medical Care in Diabetes-2013. The Journal Of Clinical And Applied Research And Education*.
- Asnaniar, Wa Ode, S., & S. (2019). Hubungan *self care management* diabetes dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe2. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 10(4).
- Dharmana Edi., et al. (2017). Efek *Self Efficacy Training* Terhadap *Self Efficacy* Dan Kepatuhan Diet Diabetesi. *Jl-Kes*, 1(1).
- Himmah,S., C., et al. (2020). Pengaruh pola makan dan aktivitas fisik terhadap penurunan

- kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di klonok aulia gembong. *Magna Medica*, 7(1).
- Kisokanth, et al. (2013). Review article: Factors influencing self-management of Diabetes Mellitus; review article. *Journal of Diabetology*.
- Melita, F., et al. (2021). Kejadian diabetes mellitus tipe II pada lanjut usia di indonesia (analisis RISKESDAS 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(1).
- Saragih, T.B., et al. (2020). Hubungan Self Efficacy Dengan Self Management Pasien Diabetes Melitus Di Puskemsas Harapan Raya Pekabaru. *JOM FKp*, 7(2).
- Schustrack, F. &. (2008). *Kepribadian teori klasik dan riset modern (Alih bahasa oleh Fransiska)*. Erlangga.
- Smeltzer, S., & Bare, B. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*.
- Syakbania, D. N., & Wahyuningsih, A. S. (2018). Kejadian Diabetes Melitus Tipe I pada Usia 10-30 Tahun. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 84–94.
- Wahyuni, Y. et. a. (2014). Kualitas hidup berdasarkan Karakteristik pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Padjajaran*, 2(1).
- Y.M, S. (2013). Tingkat self care pada pasien rawat jalan diabetes mellitus di puskesmas kalirungkut Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*.