Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
5 (3) 2025, Page: 36628-36638

Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus Di Klinik Romana Tahun 2024

Marcelina Dwi Sawita Siringo[1], Murni Sari Dewi Simanullang [2], Friska Sri Handayani Ginting[3]
[1,2,3]Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, Medan
Corresponding Author: Murni Sari Dewi Simanullang, e-mail: murni.sari.dewi.s@gmail.com

Published: December, 2025

ABSTRAK

Diabetes Melitus yang dikenal sebagai "the silent killer" merupakan penyakit kronis tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat secara global. Indonesia menempati peringkat ke-5 di dunia dengan 18 juta jiwa penderita diabetes pada tahun 2020. Self management DM merupakan aspek fundamental dalam pengelolaan diabetes yang komprehensif, namun realitas menunjukkan masih terdapat kesenjangan signifikan dalam implementasinya. Penelitian menunjukkan bahwa 54,3%-64,3% penderita DM memiliki self management buruk di berbagai wilayah Indonesia. Self efficacy atau keyakinan diri menjadi faktor krusial yang mempengaruhi keberhasilan self management karena berkaitan dengan kemampuan pasien dalam melakukan perubahan perilaku kesehatan yang diperlukan untuk pengelolaan penyakit diabetes melitus.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan self efficacy dengan self management pada penderita Diabetes Melitus di Klinik Romana tahun 2024, khususnya dalam mengidentifikasi tingkat self efficacy dan self management serta menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut.

Metode penelitian menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel berjumlah 51 responden yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner DMSES (Diabetes Management Self Efficacy Scale) untuk mengukur self efficacy dan kuesioner DSMQ (Diabetes Self Management Questionnaire) untuk mengukur self management yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Data dikumpulkan pada bulan November 2024 dan dianalisis menggunakan uji Fisher's Exact Test.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki self efficacy baik (76,5%) dan self management baik (62,7%). Karakteristik responden menunjukkan mayoritas berjenis kelamin perempuan (66,7%), berusia 41-50 tahun (39,2%), berpendidikan SMA (47,1%), dan berstatus menikah (76,5%). Uji statistik menunjukkan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara self efficacy dengan self management.

Kesimpulan penelitian menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara self efficacy dengan self management pada penderita Diabetes Melitus, dimana self efficacy yang baik cenderung menghasilkan self management yang baik pula, meskipun faktor eksternal seperti dukungan keluarga dan lingkungan juga berperan penting dalam keberhasilan self management diabetes melitus.

Kata Kunci: Self Efficacy, Self Management, Diabetes Melitus

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus yang sering dikenal sebagai "*the silent killer*" merupakan penyakit kronis tidak menular yang akan dihadapi oleh penderitanya sepanjang hidup. Kondisi ini muncul ketika tubuh tidak mampu memanfaatkan insulin yang dihasilkan pankreas atau ketika pankreas tidak mampu menghasilkan cukup insulin, yang berlangsung lama dan tidak dapat disembuhkan (Aminuddin et al., 2023). Peningkatan prevalensi Diabetes Melitus secara global menimbulkan tantangan besar pada berbagai perspektif kehidupan, termasuk kesehatan, sosial, dan ekonomi (Pane et al., 2022). Menurut Federasi Diabetes Internasional (IDF, 2021), terdapat 537 juta jiwa di dunia yang terdiagnosa diabetes, dan jumlah ini diprediksi akan terus melonjak hingga mencapai 783 juta

jiwa pada tahun 2045, dengan kenaikan sebesar 68%. Indonesia menempati peringkat ke-5 di dunia dengan 18 juta jiwa penderita diabetes pada tahun 2020 (Fatih et al., 2024). Berdasarkan data Riskesdas (2018), prevalensi Diabetes Melitus tertinggi di Indonesia tercatat di Jakarta (3,4%), Kalimantan Timur (3,1%), Daerah Istimewa Yogyakarta (3,1%), dan Sulawesi Utara (3%), sementara Sumatera Utara berada di urutan ke-12 dengan prevalensi sebesar 2% (Derang et al., 2024).

Peningkatan kasus Diabetes Melitus yang berkelanjutan dan dampaknya terhadap semua aspek kehidupan menuntut adanya pengelolaan penyakit yang komprehensif melalui *self management* DM. *Self management* DM adalah perawatan mandiri yang memungkinkan penderita untuk mengawasi kebutuhannya sendiri tanpa bergantung pada lingkungan sekitar, dengan tujuan mengendalikan kadar glukosa darah dan menghindari efek samping. Aspek-aspek yang tercakup dalam *self management* DM terdiri dari pengendalian tingkat kadar glukosa darah, penataan pola makan (diet), olahraga, dan penggunaan obat-obatan (Nurbayati et al., 2023). Namun, penelitian Sulistria (2019) menjelaskan bahwa tingkat *self management* penderita DM belum dilakukan dengan baik, khususnya dalam hal pengontrolan gula darah yang masih rendah meskipun aktivitas seperti aturan pola makan, aktivitas fisik, dan pengobatan sudah teratur. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Saragih et al. (2020) yang menemukan bahwa rata-rata penderita Diabetes Melitus melakukan *self management* hanya 4,9 hari setelah keluar dari rumah sakit, dengan aktivitas pemantauan gula darah secara mandiri masih rendah karena ketidakyakinan dalam mengontrol pola makan dan keraguan terhadap efektivitas pengobatan.

Buruknya *self management* DM dapat mengakibatkan berbagai komplikasi serius seperti neuropati kaki, meningkatnya risiko kardiovaskular, stroke, dan retinopati diabetikum (Handayani et al., 2019). Penderita Diabetes Melitus dengan durasi penyakit yang cukup lama biasanya memiliki *self management* yang buruk, salah satunya akibat komplikasi yang dapat memperburuk kondisi fisik dan mental, serta meningkatkan kesulitan dalam melaksanakan *self management* yang efektif, sehingga berisiko gagal mencapai target terapi (Ayuningtyas et al., 2021). Beberapa penelitian menunjukkan prevalensi *self management* DM yang buruk cukup tinggi di berbagai wilayah Indonesia. Penelitian Sri Novika (2020) di Puskesmas Palaran Samarinda menemukan 54,3% dari 70 responden memiliki *self management* DM buruk karena kurangnya pengetahuan, sementara penelitian Fitria Alisa (2020) di Puskesmas Andalas Kota Padang menemukan 60,3% dari 73 responden memiliki *self management* DM buruk disebabkan oleh ketidaknyamanan saat menjalani pengobatan, ketakutan saat diet, kesulitan dalam menjalani diet, serta perasaan jenuh dan bosan berolahraga. Demikian pula, penelitian Mega Septia (2023) di Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi menemukan 56,3% dari 64 responden memiliki *self management* DM buruk, dan penelitian Hudzaifah (2024) di Puskesmas Babakansari menemukan 64,3% dari 70 responden memiliki *self management* DM buruk yang disebabkan oleh faktor usia, pendidikan, pengetahuan, lingkungan dan sosial (Adiatma & Asriyadi, 2020; Alisa et al., 2020; Nurbayati, 2023; Fatih et al., 2024).

Beberapa aspek yang berpengaruh dalam *self management* DM meliputi monitoring glukosa darah, pola makan (diet), aktivitas fisik, terapi pengobatan dan *self efficacy*. Penelitian Kunaryanti et al. (2018) menemukan bahwa 65,6% penderita DM memiliki tindakan yang buruk dalam mempertahankan tingkat glukosa darah, yang meningkatkan risiko terjadinya komplikasi akibat ketidakpatuhan dalam monitoring glukosa darah (Nuzula et al., 2023). Dalam hal pola makan, penderita diabetes melitus pada tahap awal biasanya mengikuti pola makan yang disarankan oleh tenaga kesehatan, namun seiring waktu mereka mulai mengabaikan pola makan tersebut karena merasa sangat tidak nyaman dengan perubahan tersebut, yang menyebabkan frustasi, kemarahan, ketidaknyamanan, dan akhirnya meninggalkan pola diet yang dianjurkan (Padang et al., 2022). Rendahnya tingkat kepatuhan dalam melakukan latihan fisik juga menjadi faktor yang berkontribusi terhadap buruknya *self management* DM, yang disebabkan oleh sikap acuh penderita terhadap kondisi penyakitnya dan seringnya tidak mengikuti anjuran untuk menjaga kestabilan kadar gula darah (Diani et al., 2023). Secara teoritis, latihan fisik dapat membantu mengendalikan tingkat glukosa darah karena saat melakukan olahraga glukosa diubah menjadi energi, dan jika seseorang jarang berolahraga, makanan yang dikonsumsi tidak akan dibakar tetapi disimpan sebagai lemak dan gula yang dapat memicu Diabetes Melitus jika pankreas tidak sanggup memproduksi insulin dalam jumlah optimal (Salisa et al., 2023). Selain itu, rendahnya kepatuhan pasien dalam melaksanakan

terapi pengobatan juga dapat menjadi penyebab *self management* DM buruk, yang sering kali disebabkan oleh kurangnya pemahaman pasien mengenai frekuensi dan dosis pemberian insulin, keraguan terhadap manfaat klinis insulin, serta kelupaan dalam mengonsumsi obat sesuai jadwal yang telah ditentukan (Padang et al., 2022).

Aspek yang memiliki dampak signifikan pada buruknya *self management* DM adalah kurangnya keyakinan dari diri sendiri (*self efficacy*) terkait dengan penyakit dan kesehatan, yang mengakibatkan banyak orang tidak menjalani perilaku yang selaras dengan prinsip-prinsip kesehatan. *Self efficacy* adalah keyakinan diri atau asumsi mengenai potensi dalam melakukan aktivitas dan merencanakan kegiatan yang diperlukan untuk mencapai sasaran yang diinginkan (Handayani et al., 2019). Manajemen diabetes memerlukan perubahan kebiasaan yang mendalam termasuk perubahan rutinitas dan pola makan, dan *self efficacy* menekankan pada perubahan perilaku sebagai komponen penting dalam pengelolaan DM karena merupakan kunci untuk mencapai perubahan perilaku ini (Nurbayati et al., 2023). Perubahan perilaku kesehatan seseorang yang berperan penting adalah *self efficacy* yang berkaitan dengan *self management* untuk penanganan penyakit DM dan mencegah komplikasi DM (Fatih et al., 2024). Survey awal yang dilakukan di Klinik Romana pada tanggal 27 Juli dan 3 Agustus 2024 yang melibatkan wawancara dengan lima penderita DM menunjukkan bahwa *self management* penderita DM belum sepenuhnya dilakukan dengan baik, dengan 3 orang hanya memeriksa kadar gula darah saat program BPJS atau ketika merasa pusing dan lemas, 2 orang memiliki kebiasaan pola makan yang tidak baik seperti suka minum teh manis, 2 orang tidak rutin mengonsumsi obat sesuai anjuran dokter, 3 orang tidak rutin melakukan aktivitas fisik/olahraga, dan 2 orang merasa kurang yakin melakukan *self management* DM secara mandiri karena merasa tidak mampu dan membutuhkan bantuan keluarga.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan *self efficacy* dengan *self management* pada penderita Diabetes Melitus di Klinik Romana tahun 2024. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan *self efficacy* dengan *self management* pada penderita Diabetes Melitus di Klinik Romana tahun 2024, dengan tujuan khusus untuk mengidentifikasi *self efficacy* pada penderita Diabetes Melitus, mengidentifikasi *self management* pada penderita Diabetes Melitus, dan menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut. Manfaat penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat menjadi referensi bacaan dan pengembangan ilmu tentang hubungan *self efficacy* dengan *self management* pada penderita Diabetes Melitus. Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan responden untuk meningkatkan *self management* DM dan melakukannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga terhindar dari komplikasi DM, menjadi bahan masukan dan evaluasi bagi Klinik Romana Tanjung Anom tentang hubungan *self efficacy* dengan *self management* pada penderita Diabetes Melitus, serta menjadi panduan maupun perbandingan bagi peneliti selanjutnya dalam meneliti hubungan *self efficacy* dengan *self management* pada penderita Diabetes Melitus.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional untuk mengkaji hubungan self efficacy dengan self management pada penderita Diabetes Melitus di Klinik Romana Tahun 2024. Pendekatan cross-sectional dipilih karena berfokus pada pengukuran variabel independen dan dependen hanya pada satu titik waktu selama penyelidikan (Nursalam, 2020). Rancangan penelitian berperan sebagai acuan dalam menyusun dan menjalankan kajian untuk mendapatkan jawaban pertanyaan penelitian dengan memberikan pengendalian optimal terhadap berbagai aspek yang memengaruhi keakuratan temuan (Nursalam, 2020). Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi hubungan antara keyakinan diri pasien dalam mengelola penyakitnya dengan kemampuan melakukan perawatan mandiri secara efektif.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah seluruh pasien Diabetes Melitus di Klinik Romana pada bulan Juni 2024 yang berjumlah 70 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan nonprobability sampling dengan metode purposive sampling, yaitu pemilihan subjek berdasarkan kriteria yang telah ditentukan untuk merepresentasikan ciri-ciri populasi (Nursalam, 2020). Kriteria inklusi penelitian

meliputi pasien DM yang telah menderita lebih dari 1 tahun dan berusia di atas 40 tahun. Perhitungan sampel menggunakan rumus Vincent (Gaspersz, 2006) menghasilkan jumlah minimal 41 responden, namun penelitian ini melibatkan 51 responden dengan penambahan 10 orang yang memenuhi kriteria dalam waktu pengumpulan data yang masih memadai.

Variabel dan Definisi Operasional

Variabel independen dalam penelitian ini adalah self efficacy, didefinisikan sebagai keyakinan dalam diri seseorang terhadap potensi yang dimiliki bahwa pasien mampu melakukan perawatan diabetes. Variabel dependen adalah self management DM, yaitu kemampuan pasien dalam mengatur dan melakukan perawatan mandiri (Nursalam, 2020). Self efficacy diukur menggunakan kuesioner DMSES dengan 3 dimensi (tingkat, kekuatan, dan generalitas) dan dikategorikan menjadi baik (skor 61-100) dan buruk (skor 20-60). Self management DM diukur menggunakan kuesioner DSMQ dengan 4 indikator (manajemen glukosa, kontrol diet, aktivitas fisik, dan terapi medikasi) serta dikategorikan menjadi baik (skor 41-64) dan buruk (skor 16-40).

Instrumen Penelitian

Instrumen self efficacy menggunakan kuesioner DMSES (Diabetes Management Self Efficacy Scale) yang dikembangkan oleh Van Der Bijl (1999) dan diterjemahkan oleh Rondhianto (2012), terdiri dari 20 pernyataan positif dengan skala likert 1-5. Instrumen self management menggunakan kuesioner DSMQ (Diabetes Self Management Questionnaire) yang dikembangkan oleh Schmitt et al. (2013), terdiri dari 16 pernyataan dengan 4 subskala. Uji reliabilitas menggunakan rumus Cronbach's alpha menunjukkan nilai koefisien instrumen DMSES sebesar 0,921 dan instrumen DSMQ sebesar 0,977, yang mengindikasikan tingkat reliabilitas tinggi karena nilai Cronbach's alpha lebih dari 0,6 (Nursalam, 2020). Kuesioner telah diuji validitas sebelumnya sehingga peneliti tidak melakukan uji validitas ulang.

Prosedur Pengumpulan Data

Penelitian dilaksanakan di Klinik Romana Tanjung Anom pada bulan November 2024 setelah mendapatkan izin dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan dan pimpinan klinik. Pengumpulan data primer dilakukan langsung dari responden menggunakan kuesioner, sedangkan data sekunder diperoleh dari rekam medis klinik (Hardani dkk, 2020). Prosedur penelitian dimulai dengan pengenalan diri, penjelasan tujuan penelitian, dan permintaan informed consent kepada responden yang memenuhi kriteria. Setelah responden menandatangani informed consent, peneliti menjelaskan cara pengisian kuesioner dan melakukan pemeriksaan ulang terhadap kuesioner yang telah diisi untuk memastikan kelengkapan data sebelum dilakukan pengolahan menggunakan SPSS.

Analisis Data

Analisis data menggunakan dua pendekatan yaitu analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dari data demografi (jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan, lama menderita DM), variabel self efficacy, dan self management (Hardani dkk, 2020). Analisis bivariat menggunakan uji alternatif Fisher's exact karena tidak memenuhi syarat uji chi-square untuk tabel 2x2, yaitu terdapat expected count di bawah 5 sejumlah 1 dengan cell 25% atau lebih dari 20% (Hardani dkk, 2020). Proses pengolahan data meliputi tahapan editing, coding, scoring, dan tabulating untuk memastikan kualitas dan akurasi data sebelum dilakukan analisis statistik.

Etika Penelitian

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan layak etik dari Komite Etik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth Medan dengan nomor 206/KEPK-SE/PE-DT/X/2024. Prinsip etika yang diterapkan mencakup nilai keuntungan (benefits ratio), informed consent, dan anonimitas untuk melindungi hak dan keselamatan responden (Nursalam, 2020). Setiap responden menerima informasi menyeluruh mengenai tujuan penelitian dan memiliki hak untuk berpartisipasi atau menolak menjadi responden. Jaminan kerahasiaan identitas responden dilakukan dengan menggunakan simbol pada lembar pengumpulan data, dan data yang terkumpul hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan peningkatan pengetahuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Romana yang berlokasi di Jl. Besar Tj. Anom, Durian Jangak, Kec. Pancur Batu, Kab. Deli Serdang, Sumatera Utara. Klinik berakreditasi B ini menjadi salah satu klinik yang menerima BPJS di wilayah Tj Anom dengan fasilitas lengkap meliputi ruang pemeriksaan, ruang KIA, ruang gigi, ruang TB atau laboratorium, ruang persalinan, dan ruang pojok ASI. Pengumpulan data dilakukan pada bulan November 2024 dengan melibatkan 51 responden penderita Diabetes Melitus yang memenuhi kriteria inklusi penelitian.

Karakteristik Responden

Karakteristik demografi responden dalam penelitian ini mencakup jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan, dan lama menderita DM yang disajikan pada Tabel 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 34 orang (66,7%) dibandingkan laki-laki 17 orang (33,3%). Distribusi usia responden menunjukkan kelompok usia 41-50 tahun merupakan yang terbanyak dengan 20 orang (39,2%), diikuti usia 51-60 tahun sebanyak 18 orang (35,3%), usia 61-70 tahun sebanyak 12 orang (23,5%), dan usia 71-80 tahun hanya 1 orang (2,0%). Tingkat pendidikan responden didominasi oleh lulusan SMA sebanyak 24 orang (47,1%), SMP 13 orang (25,5%), S1 & D3 sebanyak 7 orang (15,7%), dan SD sebanyak 7 orang (13,7%). Dari segi pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 24 orang (47,1%), wiraswasta 13 orang (25,5%), pedagang 6 orang (11,8%), serta guru dan pensiunan masing-masing 4 orang (7,8%). Status pernikahan menunjukkan mayoritas responden berstatus menikah sebanyak 39 orang (76,5%), janda 10 orang (19,6%), dan duda 2 orang (3,9%). Adapun lama menderita DM, sebagian besar responden menderita DM kurang dari 10 tahun sebanyak 44 orang (86,3%), sedangkan yang menderita lebih dari 10 tahun hanya 7 orang (13,7%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Status Pernikahan, dan Lama Menderita DM Pada Penderita Diabetes Melitus Di Klinik Romana Tahun 2024

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	17	33,3
Perempuan	34	66,7
Total	51	100,0
Usia		
41-50	20	39,2
51-60	18	35,3
61-70	12	23,5
71-80	1	2,0
Total	51	100,0
Pendidikan		
SD	7	13,7
SMP	13	25,5
SMA	24	47,1
S1 & D3	7	15,7
Total	51	100,0
Pekerjaan		
IRT	24	47,1
Guru	4	7,8
Pedagang	6	11,8
Wiraswasta	13	25,5
Pensiun	4	7,8
Total	51	100,0
Status Pernikahan		
Menikah	39	76,5
Duda	2	3,9
Janda	10	19,6
Total	51	100,0
Lama Menderita DM		
<10 tahun	44	86,3
>10 tahun	7	13,7
Total	51	100,0

Dominasi responden perempuan dalam penelitian ini sejalan dengan temuan bahwa perempuan cenderung lebih memperhatikan kesehatan dan lebih rutin melakukan pemeriksaan kesehatan. Distribusi usia yang didominasi kelompok 41-50 tahun menunjukkan bahwa penderita DM pada usia produktif hingga pra lansia memerlukan perhatian khusus dalam manajemen penyakitnya. Menurut Darmayanti et al. (2021), usia tersebut menunjukkan manusia akan mengalami penurunan atau perubahan anatomis, fisiologis, dan biokimia yang akan menyebabkan perubahan pada tingkat sel, jaringan, bahkan pada organ. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Munir dan Syahrul (2020) yang menemukan bahwa semakin bertambah usia seseorang maka semakin dapat mengatur diri sendiri, mengevaluasi diri sendiri dan lebih fokus pada penerimaan terhadap penyakit yang diderita sehingga pasien dapat memiliki self efficacy yang baik.

Tingkat pendidikan responden yang didominasi lulusan SMA menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan menengah yang memadai untuk memahami informasi kesehatan. Penelitian Utama et al. (2022) menjelaskan bahwa tingkat pendidikan di SMA adalah periode dimana individu mulai mengembangkan kepribadian dan keterampilan. Selama proses pendidikan, individu memperoleh alat untuk mengasah kemampuan kognitif dan pengetahuan yang pada akhirnya membentuk keyakinan diri (self efficacy) (Khusnul Khotimah & Ika Silvitasari, 2024). Hal ini sejalan dengan penelitian Munir dan Syahrul (2020) bahwa individu dengan pendidikan yang baik cenderung lebih matang dalam menghadapi proses perubahan dalam dirinya sehingga lebih mudah menerima pengaruh eksternal yang positif, bersikap objektif, dan terbuka terhadap berbagai informasi termasuk yang berkaitan dengan kesehatan.

Status pernikahan yang mayoritas menikah dan memiliki pasangan berkaitan erat dengan dukungan sosial yang diterima penderita DM. Susilawati et al. (2021) menyatakan bahwa penderita diabetes melitus yang memiliki pasangan cenderung mendapatkan dukungan dan perhatian yang mempengaruhi pengelolaan penyakit mereka, sehingga efikasi diri mereka lebih baik dibandingkan dengan yang tidak memiliki pasangan. Dukungan yang diberikan pasangan bisa berupa simpati, empati, kepercayaan, cinta, dan harapan. Penderita yang mengelola penyakitnya tidak merasa terbebani karena mereka masih mendapatkan perhatian dari pasangan yang mendengarkan dan membantu mengatasi masalah yang dihadapi.

Self Efficacy Penderita Diabetes Melitus

Hasil pengukuran self efficacy pada 51 responden penderita Diabetes Melitus di Klinik Romana tahun 2024 menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki self efficacy dalam kategori baik sebanyak 39 orang (76,5%), sedangkan yang memiliki self efficacy buruk sebanyak 12 orang (23,5%) seperti yang disajikan pada Tabel 2. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar penderita DM di Klinik Romana memiliki keyakinan diri yang baik terhadap kemampuan mereka dalam melakukan tindakan yang mendukung pemulihan penyakit.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Self Efficacy Pada Penderita Diabetes Melitus Di Klinik Romana Tahun 2024

Self Efficacy	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	39	76,5
Buruk	12	23,5
Total	51	100,0

Self efficacy yang baik pada mayoritas responden menunjukkan bahwa penderita DM di Klinik Romana memiliki keyakinan yang kuat terhadap kemampuan mereka dalam melakukan manajemen penyakit. Efikasi diri pada pasien Diabetes Melitus berkaitan dengan keyakinan pasien terhadap kemampuannya dalam melakukan tindakan yang mendukung pemulihan penyakit dan memperbaiki manajemen perawatan diri seperti menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi obat, memantau kadar glukosa, serta merawat penyakit DM secara keseluruhan (Yusvita walia et al., 2023). Responden dalam penelitian ini menunjukkan keyakinan yang baik karena mampu melakukan tindakan pendukung perbaikan penyakitnya seperti mampu cek kadar

gula darah, mampu menjaga pola makan yang sesuai dengan diet DM, dan mampu meminum obat diabetes sesuai aturan minumnya.

Hasil ini didukung oleh penelitian Khotimah dan Silvitasari (2024) di Puskesmas Banyuanyar pada 86 responden yang menemukan bahwa responden dapat mengatur kadar glukosa darah, memilih makanan yang sehat, menjaga pola makan meskipun sedang sakit, melakukan olahraga, memeriksa kaki jika ada luka atau lecet, serta mengonsumsi obat sesuai dengan resep. Tingkat keyakinan diri yang baik ini juga dipengaruhi oleh karakteristik responden yang seluruhnya berusia di atas 40 tahun, dimana pada usia tersebut individu memiliki kematangan dalam menghadapi masalah kesehatan yang lebih baik.

Faktor pendidikan yang mayoritas SMA juga berkontribusi terhadap self efficacy yang baik pada responden. Pendidikan berkaitan dengan self efficacy seseorang karena seseorang yang berpendidikan lebih mempunyai sudut pandang atau cara berpikir yang lebih positif dan memiliki pengetahuan yang lebih luas dalam melakukan sesuatu atau memutuskan suatu masalah. Status pernikahan yang mayoritas menikah dan memiliki pasangan juga menjadi faktor pendukung self efficacy yang baik. Seseorang yang memiliki pasangan dapat lebih percaya diri dan termotivasi dalam melakukan suatu tindakan karena mendapatkan dukungan emosional dan praktis dari pasangan mereka.

Penelitian Putri et al. (2024) di Rumah Sakit Daerah Balung Jember pada 157 responden menunjukkan bahwa efikasi diri yang tinggi akan memberikan dampak positif kepada pasien untuk tetap optimis, sehingga mereka akan terus berusaha menjalankan perintah dan larangan dalam pengobatan atas penyakit yang diderita (Rechika Amelia Eka Putri, 2024). Tingkat keyakinan diri seseorang dapat baik atau buruk tergantung pada prinsip dan tekat yang telah dibuat oleh dirinya sendiri, dan efikasi diri dapat tercermin secara langsung melalui sikap dan tindakan yang diambil oleh individu.

Self Management Penderita Diabetes Melitus

Pengukuran self management pada 51 responden menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki self management dalam kategori baik sebanyak 32 orang (62,7%), sedangkan yang memiliki self management buruk sebanyak 19 orang (37,3%) seperti yang terlihat pada Tabel 3. Hasil ini mengindikasikan bahwa sebagian besar penderita DM di Klinik Romana mampu melaksanakan manajemen diri dengan baik dalam mengelola penyakitnya.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Self Management Pada Penderita Diabetes Melitus Di Klinik Romana Tahun 2024

Self Management	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	32	62,7
Buruk	19	37,3
Total	51	100,0

Self management yang baik pada mayoritas responden menunjukkan bahwa penderita DM di Klinik Romana memiliki kemampuan yang memadai dalam melaksanakan perawatan mandiri penyakitnya. Penderita DM memerlukan penanganan yang komprehensif, tidak hanya penanganan dari segi medis, tetapi juga gaya hidup pasien dan manajemen diri atau self management. Tujuan self management adalah untuk menjaga kadar gula darah tetap dalam batas normal. Kepatuhan terhadap manajemen diri berperan penting dalam mencegah komplikasi yang bisa terjadi. Beberapa perilaku manajemen diri yang dapat dilakukan oleh penderita diabetes melitus meliputi pengaturan pola makan, pemantauan glukosa darah, aktivitas fisik, dan perawatan diri (Fadilla et al., 2023).

Usia responden yang mayoritas berada pada kelompok pra lansia 41-59 tahun berkaitan dengan self management yang baik. Pada usia tersebut, pasien mulai menyadari pentingnya manajemen diri dan memiliki motivasi lebih untuk menjaga kesehatan jangka panjang. Penelitian Fahardianto dan Rosyid (2023) menyatakan bahwa manajemen diri pada pasien DM tipe 2, baik yang berusia dewasa awal maupun lansia dilakukan dengan perhatian yang sama. Mereka berfokus pada pengelolaan diri untuk mencapai kadar gula darah yang normal dan mencegah komplikasi yang dapat timbul akibat diabetes yang mereka alami. Menurut Gaol (2019), individu yang lebih tua juga

memiliki pengalaman terkait penyakit yang mereka derita dan telah merasakan manfaat dari perilaku manajemen diri diabetes melitus (Fahardianto Fahmi, 2023).

Tingkat pendidikan yang mayoritas SMA juga berkontribusi terhadap self management yang baik pada responden. Pasien dengan tingkat pendidikan SMA lebih mampu mengikuti instruksi medis dan membuat keputusan yang tepat. Sejalan dengan penelitian Malik et al. (2019), bahwa pendidikan yang pernah dijalani pasien akan membuat pasien lebih mudah dalam memahami informasi yang disampaikan karena dapat memahami dengan baik mengenai perilaku self management dan informasi dari berbagai media dibandingkan dengan yang pendidikan rendah (Fadilla et al., 2023). Menurut penelitian Saragih et al. (2020), tingkat pendidikan juga berperan dalam mempengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam mencari serta menjaga perawatan atau pengobatan untuk penyakit yang dideritanya, serta dalam memutuskan tindakan yang akan diambil untuk mengatasi masalah kesehatannya.

Status pernikahan yang mayoritas menikah dan memiliki pasangan juga menjadi faktor penting dalam pelaksanaan self management. Pasien yang menikah dan memiliki pasangan cenderung memiliki dukungan sosial dan emosional sehingga cenderung memiliki dukungan dalam hal pengelolaan diet, pengingat minum obat, dan motivasi untuk berolahraga. Penelitian Rondhianto (2022) menunjukkan bahwa penderita diabetes melitus tipe 2 yang sudah menikah memiliki rata-rata pengelolaan diet diabetes yang lebih baik. Penderita DMT2 yang memiliki pasangan hidup cenderung memiliki kemampuan pengelolaan mandiri diabetes yang lebih optimal, karena dalam pengelolaan mandiri diabetes sehari-hari partisipasi pasangan sangat penting. Dukungan dari pasangan dapat mengurangi stressor negatif dan dapat meningkatkan pengendalian diabetes.

Hubungan Self Efficacy dengan Self Management Penderita Diabetes Melitus

Hasil analisis hubungan antara self efficacy dengan self management pada penderita Diabetes Melitus di Klinik Romana tahun 2024 disajikan pada Tabel 4. Dari 51 responden, terdapat 30 orang (58,8%) yang memiliki self efficacy baik dengan self management baik, 9 orang (17,6%) dengan self efficacy baik namun self management buruk, 10 orang (19,6%) dengan self efficacy buruk dan self management buruk, serta 2 orang (3,9%) dengan self efficacy buruk namun self management baik.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hubungan Self Efficacy Dengan Self Management Pada Penderita Diabetes Melitus Di Klinik Romana Tahun 2024

Self Efficacy	Self Management		Total		P-value
	Buruk	Baik			
	f	%	f	%	f
Buruk	10	19,6	2	3,9	12
Baik	9	17,6	30	58,8	39

Hasil uji statistik Fisher's Exact Test menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara self efficacy dengan self management pada penderita Diabetes Melitus di Klinik Romana tahun 2024. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin baik self efficacy seseorang, maka semakin baik pula self management yang dilakukan dalam mengelola penyakit diabetes melitusnya.

Self management merupakan peran yang menekankan pada keterlibatan dan tanggung jawab individu dalam mengelola penyakit yang dialaminya. Pasien yang baik dalam menjalankan self management pada dirinya akan mampu mengontrol dan mengatur penyakit mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan self efficacy baik memiliki self management yang baik pula. Hal ini sejalan dengan penelitian Saragih et al. (2020) yang menyatakan terdapat hubungan self efficacy dengan self management pada penderita DM bahwa self efficacy yang tinggi juga memiliki perilaku self management yang baik dalam pola makan atau diet, olahraga, dan perawatan kesehatan.

Self efficacy secara konsisten dapat mendorong perilaku pasien diabetes melitus dalam melakukan perawatan diri, dimana dengan self efficacy yang baik dapat memprediksi bahwa aktivitas perawatan diri juga akan berjalan dengan baik (Siregar, Rinco et al., 2023). Hal ini didukung oleh penelitian Mustarim et al. (2019) yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara self efficacy

dengan self management DM dimana self efficacy akan mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, merasa, memotivasi dirinya dan bertindak.

Meskipun terdapat hubungan yang signifikan, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa self efficacy yang baik tidak selalu menentukan self management yang baik. Terdapat 9 responden (17,6%) yang memiliki self efficacy baik tetapi self management buruk. Hal ini dapat terjadi karena kebiasaan yang masih belum dapat ditinggalkan seperti sulit untuk mengontrol makanan yang dikonsumsi dengan tujuan mengontrol kadar gula darah. Penelitian Munir dan Solissa (2021) mendukung pernyataan tersebut, yang menunjukkan bahwa meskipun ada 3 orang (8,5%) dengan self efficacy baik namun self management kurang baik sebanyak 3 orang (8,5%). Hal ini disebabkan oleh persepsi yang keliru dari pasien mengenai pelaksanaan self management seperti kurangnya pemahaman tentang manfaat diet dan ketidakteraturan dalam melakukan aktivitas fisik. Sebagian besar pasien menganggap diet hanya penting untuk kesehatan secara umum, bukan untuk mengontrol kadar gula darah.

Di sisi lain, penelitian ini juga menemukan 2 responden (3,9%) yang memiliki self efficacy buruk namun self management baik. Pencapaian self management bergantung pada niat, ketekunan dan konsistensi individu agar dapat beradaptasi dengan aktivitas yang dijalani demi dirinya sendiri. Hal ini dapat terjadi karena adanya dukungan konsistensi dari keluarga yang memberikan motivasi kepada pasien diabetes untuk melaksanakan berbagai kegiatan manajemen diri setiap hari. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fajriani dan Muflihatin (2021) yang mendapatkan pasien yang memiliki efikasi diri kurang baik dengan manajemen diri cukup 37 orang (24,3%). Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya self efficacy pada responden tidak selalu berdampak buruk pada self management penderita Diabetes Melitus karena adanya dukungan eksternal lain yang membantu responden menyesuaikan diri dalam menjalankan manajemen diri (Fajriani, May & Muflihatin, 2021).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa keyakinan diri dalam mencapai kesehatan yang lebih baik pada penderita diabetes melitus dapat mempengaruhi perilaku pasien dalam melaksanakan self management DM. Self efficacy menjadi dasar bagi keberhasilan pasien dalam memanajemen diri. Pasien akan selalu menjaga pola makan yang sehat, beraktivitas fisik secara rutin, memperhatikan jadwal penggunaan obat diabetes, dan memonitoring gula darah. Jika pasien dapat menjalankan self management DM, hal ini akan mencegah terjadinya komplikasi. Dengan demikian, kondisi kesehatan pada pasien diabetes melitus akan terjaga dengan baik. Namun demikian, perlu diperhatikan bahwa faktor eksternal seperti dukungan keluarga dan lingkungan juga memiliki peran penting dalam keberhasilan self management, terutama bagi pasien dengan self efficacy yang masih kurang baik.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara self efficacy dengan self management pada penderita Diabetes Melitus di Klinik Romana tahun 2024 (p-value = 0,000). Mayoritas responden memiliki self efficacy baik (76,5%) dan self management baik (62,7%). Hasil menunjukkan bahwa responden dengan self efficacy baik cenderung memiliki self management yang baik pula (58,8%). Namun, self efficacy yang baik tidak selalu menjamin self management yang baik, karena terdapat faktor lain seperti kebiasaan dan persepsi pasien. Dukungan keluarga dan lingkungan juga berperan penting dalam keberhasilan self management, terutama bagi pasien dengan self efficacy kurang baik.

DAFTAR PUSTAKA

Adiatma, Y. P., & Asriyadi, A. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi self management pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan*.

Alisa, F., Putri, D. E., & Utami, G. T. (2020). Gambaran self management diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang tahun 2020. *Jurnal Kesehatan*.

Aminuddin, A., Rahman, F., & Syam, A. (2023). Diabetes melitus: Epidemiologi dan faktor risiko. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.

Ayuningtyas, D., Hapsari, D., & Rachmalina, R. (2021). Komplikasi diabetes melitus dan self management pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Penelitian Kesehatan*.
Darmayanti, I., Atmaja, I. M. D., & Suindri, N. N. (2021). Hubungan usia dengan self efficacy pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan*.
Derang, M., Rottie, J., & Onibala, F. (2024). Prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan data Riskesdas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
Diani, N., Waluyo, A., & Sukmarini, L. (2023). Kepatuhan aktivitas fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan Indonesia*.
Fahardianto, F., & Rosyid, F. N. (2023). Self management pada pasien diabetes melitus tipe 2 berdasarkan usia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
Fadilla, A., Hasanah, O., & Novayelinda, R. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan self management diabetes melitus. *Jurnal Ners Indonesia*.
Fajriani, M., & Muflihatin, S. K. (2021). Hubungan efikasi diri dengan manajemen diri pada pasien diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*.
Fatih, M. A., Susanto, T., & Hadisuyatmana, S. (2024). Self efficacy dan self management pada penderita diabetes melitus di Indonesia. *Jurnal Kesehatan*.
Gaol, N. L. (2019). Pengalaman dan manajemen diri pada pasien diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan*.
Gaspersz, V. (2006). *Teknik pengambilan sampel untuk penelitian survei*. Jakarta: Tarsito.
Handayani, D., Somantri, I., & Irawaty, D. (2019). Self efficacy pada pasien diabetes melitus: Konsep dan pengukuran. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, Vol. 7(3).
Hardani, Auliya, N. H., Andriani, H., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., & Utami, E. F. (2020). *Metode penelitian kualitatif & kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
Hudzaifah, R. (2024). Gambaran self management diabetes melitus di Puskesmas Babakansari tahun 2024. *Jurnal Kesehatan*.
International Diabetes Federation (IDF). (2021). *IDF Diabetes Atlas* (10th ed.). Brussels: International Diabetes Federation.
Khotimah, K., & Silvitasari, I. (2024). Self efficacy dan self management pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Banyuanyar. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*.
Kunaryanti, N., Hapsari, E. D., & Setyawan, A. (2018). Tindakan monitoring glukosa darah pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
Malik, I., Machfudz, S., & Nugroho, H. (2019). Pengaruh pendidikan terhadap perilaku self management diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan*.
Munir, M., & Solissa, E. M. (2021). Hubungan self efficacy dengan self management pada pasien diabetes melitus. *Molucca Medica*, Vol. 14(2).
Munir, M., & Syahrul, S. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi self efficacy pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan*.
Mustarim, M., Wati, L., & Hardisman, H. (2019). Hubungan self efficacy dengan self management diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Kesehatan Andalas*, Vol. 8(3).
Nurbayati, S., Rahmawati, I., & Nursiswati, N. (2023). Self efficacy dan self management pada penderita diabetes melitus: Tinjauan literatur. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*.
Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (Edisi 5). Jakarta: Salemba Medika.
Nuzula, D. F., Setyoadi, S., & Tsabitah, A. (2023). Monitoring glukosa darah dan komplikasi diabetes melitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
Padang, S., Lestari, T., & Syahrul, S. (2022). Kepatuhan diet dan terapi pengobatan pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan*.
Pane, J., Hulu, V. T., & Siagian, P. (2022). Prevalensi diabetes melitus: Tantangan kesehatan global. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
Putri, R. A. E., Hasanah, U., & Widayati, N. (2024). Efikasi diri pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Daerah Balung Jember. *Jurnal Keperawatan*.
Riskesdas. (2018). *Riset kesehatan dasar 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.

Rondhianto, R. (2012). Adaptasi kuesioner Diabetes Management Self Efficacy Scale (DMSES) versi bahasa Indonesia. *Jurnal Ners*.

Rondhianto, R. (2022). Pengelolaan diet diabetes pada penderita diabetes melitus tipe 2 yang sudah menikah. *Jurnal Keperawatan*.

Salisa, O., Rahman, N., & Bahar, H. (2023). Aktivitas fisik dan pengendalian glukosa darah pada penderita diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.

Saragih, R. M., Rumapea, N., & Sarce, W. S. (2020). Hubungan self efficacy dengan self management pada pasien diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi (JKF)*, Vol. 3(1).

Schmitt, A., Gahr, A., Hermanns, N., Kulzer, B., Huber, J., & Haak, T. (2013). The Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ): Development and evaluation of an instrument to assess diabetes self-care activities associated with glycaemic control. *Health and Quality of Life Outcomes*, Vol. 11(138).

Septia, M. (2023). Gambaran self management diabetes melitus di Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi. *Jurnal Kesehatan*.

Siregar, R., Siagian, M., & Panjaitan, R. (2023). Self efficacy dan perilaku perawatan diri pada pasien diabetes melitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.

Sri Novika, R. (2020). Gambaran self management diabetes melitus di Puskesmas Palaran Samarinda. *Jurnal Kesehatan*.

Sulistria, Y. M. (2019). Tingkat self management penderita diabetes melitus: Studi deskriptif. *Jurnal Keperawatan*.

Susilawati, E., Sari, K., & Dewi, R. (2021). Pengaruh status pernikahan terhadap efikasi diri penderita diabetes melitus. *Jurnal Kesehatan*.

Utama, D. P., Wibowo, A., & Santoso, B. (2022). Tingkat pendidikan dan pengembangan self efficacy pada remaja. *Jurnal Pendidikan dan Kesehatan*.

Van Der Bijl, J. J., Van Poelgeest-Eeltink, A., & Shortridge-Baggett, L. (1999). The psychometric properties of the diabetes management self-efficacy scale for patients with type 2 diabetes mellitus. *Journal of Advanced Nursing*, Vol. 30(2), 352-359.

Walia, Y., Putri, D. E., & Sabrian, F. (2023). Self efficacy pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Kesehatan Perintis*, Vol. 10(1).