

## Hubungan *Self Efficacy* Dengan *Self Care* Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang

Tesyia Indriani<sup>1</sup>, Alini<sup>2</sup>, Erlinawati<sup>3</sup>, M. Nizar Syarif Hamidi<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Riau, Indonesia

### ARTICLE INFORMATION

Received: 04, Desember, 2024

Revised: 30, Desember, 2024

Available online: 31, Desember, 2024

### KEYWORDS

*Self Efficacy, Self Care, Type II Diabetes Mellitus*

*Self Efficacy, Self Care dan Diabetes Melitus Tipe II*

### CORRESPONDENCE

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

[co\\_author@affiliation.xx.xx](mailto:co_author@affiliation.xx.xx)

No. Tlp : +6282386153152

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus tipe II is a chronic disease that requires ongoing care to control blood sugar levels. Optimal glycemic control requires both non-pharmacological and pharmacological therapies, which can be achieved through self-care management actions. To achieve self-care, self-efficacy beliefs are essential. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and self-care in patients with type II DM in Kualu Village, the working area of UPT BLUD Puskesmas Tambang. The method used was a quantitative approach with a cross-sectional design. The population in this study consisted of 71 patients with type II DM in Kualu Village. The sampling technique used was total sampling, with 71 type II DM patients as the sample. The results showed that 44 respondents (68.8%) had low self-efficacy, while 33 respondents (51.6%) had poor self-care. Statistical tests using the chi-square test showed a p-value of 0.002 (0.05), indicating a significant relationship between self-efficacy and self-care in patients with type II DM in Kualu Village, the working area of UPT BLUD Puskesmas Tambang. It is recommended that patients with type II DM pay more attention to their health by effectively implementing all self-care activities.*

### ABSTRAK

Diabetes melitus tipe II merupakan penyakit kronis yang membutuhkan perawatan berkelanjutan untuk mengontrol gula darah. Kontrol glikemik yang optimal membutuhkan terapi non farmakologis dan farmakologis yang dapat dicapai melalui tindakan manajemen perawatan diri (*self care*). Untuk mencapai *self care* diperlukan pandangan atau keyakinan diri (*self efficacy*). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan *self care* pada penderita DM tipe II di Desa Kualu Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang. Metode yang digunakan yaitu kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita DM tipe II di Desa Kualu yang berjumlah 71 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu total sampling dengan jumlah sampel 71 penderita DM tipe II. Hasil penelitian didapatkan tingkat *self efficacy* rendah sebesar 44 responden (68,8%) dan *self care* sebesar 33 responden (51,6%). Uji statistik menggunakan uji *chi square* menunjukkan *p-value* sebesar 0,002 (0,05) yang mempunyai makna terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *self care* pada penderita DM tipe II di Desa Kualu Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang. Dianjurkan pada penderita DM tipe II untuk lebih memperhatikan kesehatan dengan melaksanakan semua kegiatan *self care* dengan baik.

## PENDAHULUAN

Masalah kesehatan utama di penjuru dunia yang perlu ditangani dengan serius adalah Penyakit Tidak Menular (PTM). PTM adalah suatu kondisi medis yang tidak bisa ditularkan dari satu individu maupun ke individu lainnya. Di Indonesia, sekitar 8,5% kematian akibat PTM disebabkan oleh diabetes (Rahayu et al., 2021). Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit yang berlangsung dalam kurun waktu yang lama yang

berhubungan dengan produksi insulin yang tidak normal, penggunaan insulin terganggu, atau keduanya (Munir & Solissa, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 jumlah penderita DM terbanyak sebagian besar berada di Asia Tenggara dan Pasifik Barat, yang hampir setengah dari kasus DM terjadi di dunia. Berdasarkan hasil laporan *International Diabetes Federation* (IDF) 2021, terdapat 10 negara dengan jumlah penderita DM tertinggi berada di Negara China, India, dan Amerika Serikat menempati urutan ke-3 teratas dengan jumlah penderita DM masing-masing 116,4 juta jiwa, 77 juta jiwa, dan 31 juta jiwa. Indonesia sendiri menempati peringkat ke-7 dari 10 negara dengan jumlah penderita DM tertinggi yaitu 10,7 juta jiwa.

Berdasarkan data yang didapatkan dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa prevalensi DM di Indonesia berdasarkan diagnosa medis adalah sebesar 2% dengan rata-rata berusia diatas 15 tahun. Angka tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan DM sebelumnya sebesar 1,5% pada tahun 2013. Namun berdasarkan hasil pemeriksaan gula darah, prevalensi DM meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Hal tersebut membuktikan bahwa hanya sekitar 25% penderita DM mengetahui dirinya telah didiagnosa DM. Saat ini prevalensi penderita DM di Indonesia terus meningkat dari 6,9% menjadi 8,5% sedangkan prevalensi DM di Provinsi Riau sebesar 1,4% . Berdasarkan Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar tahun 2022, jumlah penderita DM tipe II di wilayah Kabupaten Kampar menempati urutan ke-4 dari 10 penyakit tertinggi yang berjumlah 13885 kasus.

Tingginya angka prevalensi penderita DM tipe II setiap tahunnya merupakan masalah utama yang perlu mendapat perhatian khusus. Penderita diabetes yang paling banyak ditemui di kalangan masyarakat adalah penderita DM tipe II. DM tipe II merupakan penyakit kronis yang memerlukan perawatan berkelanjutan untuk mengontrol kadar gula darah. Kontrol glikemik yang optimal membutuhkan terapi non farmakologis dan farmakologis, yang dapat dicapai melalui tindakan perawatan diri (*self care*) (Despitasari et al., 2022).

*Self care* adalah kemampuan individu untuk merawat dirinya secara mandiri dalam mempertahankan kesehatan dan kesejahteraannya. *Self care* diabetes merupakan salah satu cara untuk mengontrol gula darah yang dapat meningkatkan kondisi kesehatan yang lebih baik serta mencegah terjadinya dampak buruk bagi kesehatan. Bentuk kegiatan *self care* yang dapat dilakukan yaitu mencakup kepatuhan diet, rutin aktivitas fisik (olahraga), rutin minum obat dan monitoring kadar gula darah secara rutin (Munir & Solissa, 2021).

*Self care* pada penderita diabetes dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu usia, jenis kelamin, pengetahuan, lama menderita diabetes dan dukungan keluarga. Penderita DM yang tidak melakukan *self care* dengan baik akan berdampak memicu terjadinya berbagai komplikasi seperti retinopati, neuropati, nefropati, dan luka kaki atau disebut ulkus diabetikum yang diakibatkan oleh tingginya kadar gula darah. Komplikasi lain yang dapat timbul antara lain penyakit jantung, penyakit ginjal, tekanan darah tinggi, gangguan sistem saraf, amputasi kaki bahkan dapat mengakibatkan kematian. Keluhan yang dirasakan juga semakin bertambah sehingga mempengaruhi psikologis dan dapat mengganggu kualitas hidup penderita diabetes (Hidayah, 2019).

Seseorang yang melakukan *self care* secara optimal akan meminimalisir dampak komplikasi. Pencapaian *self care* yang maksimal memerlukan pengetahuan yang memadai dalam mengakses informasi dan menerima informasi tentang *self care* yang didukung dengan *self efficacy* yang tinggi, serta dukungan keluarga

yang dapat memotivasi penderita untuk patuh dalam melakukan *self care* dengan baik. Untuk mencapai *self care* seseorang juga dibutuhkan pandangan tentang diri sendiri yang dapat mempengaruhi individu dalam melakukan *self care* yang baik, salah satunya adalah *self efficacy* (Sabil et al., 2019).

*Self efficacy* pada DM tipe 2 adalah keyakinan seseorang terhadap perilaku yang mendukung *self care*. *Self efficacy* dapat dibentuk dan dikembangkan melalui empat proses yaitu kognitif, motivasi, afektif, dan pengambilan keputusan (seleksi) (Despitarsari et al., 2022). *Self efficacy* sangat berperan penting dalam keberhasilan *self care*. Faktor –faktor yang berhubungan dengan *self efficacy* yaitu usia, tingkat pendidikan, lama menderita DM, status sosial ekonomi, dukungan keluarga, depresi dan motivasi.

Semakin tinggi *self efficacy* yang dimiliki individu maka akan semakin tinggi pula pelaksanaan *self care*, begitupun sebaliknya semakin rendah *self efficacy* maka semakin rendah pula pelaksanaan *self care* sehingga resiko terjadinya komplikasi lebih besar pada penderita DM tipe II (Handayani et al., 2019). Dampak *self efficacy* terhadap penderita DM tipe II terlihat dari perubahan perilaku dengan mempengaruhi bagaimana seseorang berpikir, memotivasi diri, dan bertindak dalam melakukan perawatan secara mandiri. *Self efficacy* berhubungan erat kaitannya dengan keberhasilan pelaksanaan *self care* (Sarwuna, 2020).

Berdasarkan hasil wawancara dan survei pendahuluan terhadap 10 orang penderita DM tipe II oleh peneliti di Desa Kualu pada tanggal 15 Maret 2023. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 7 orang penderita DM tipe II kurang patuh dalam menjalankan diet, 6 orang jarang melakukan aktivitas fisik, 5 orang tidak patuh menggunakan obat diabetes yang dianjurkan, dan 4 orang mengatakan jarang kontrol gula darah. Dari 10 responden yang di wawancara oleh peneliti, 6 orang mengatakan kurang yakin bahwa mereka mampu melakukan perawatan diri (*self care*) dengan baik dikarenakan mereka menganggap penyakit yang mereka derita sulit untuk dikelola dan diobati sehingga dampaknya adalah masing-masing dari mereka memiliki kadar gula darah yang tinggi.

## METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Cross Sectional*, dimana variabel independen (*self efficacy*) dan variabel dependen (*self care*) di teliti pada waktu yang bersamaan (Nursalam, 2016). Populasi penelitian ini adalah semua penderita Diabetes Melitus (DM) tipe II di Desa Kualu wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang yang berjumlah sebanyak 71 orang. Sampel dalam penelitian ini yaitu sebagian penderita DM tipe II di Desa Kualu wilayah kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang yang berjumlah 71 orang. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *total sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu kuesioner yang terdiri data demografi (nama atau inisial, umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, pekerjaan dan lama menderita), kuesioner *Diabetes Management Self Efficacy Scale* (DMSES) untuk mengukur *self efficacy*, dan Kuesioner *Summary of Diabetes Self Care Activities* (SDSCA) untuk mengukur *self care*. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat dan bivariat. Analisa data univariat dalam penelitian ini merupakan distribusi dari responden berdasarkan data demografi (nama, umur, jenis kelamin, tingkat Pendidikan, pekerjaan dan lama menderita), *self efficacy* dan *self care* pada penderita diabetes melitus. Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel *self efficacy* dengan *self care* pada penderita DM tipe II menggunakan analisis *Chi-Square*.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 22-25 juli 2023, di Desa Kualu Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang pada 71 penderita Diabetes Melitus Tipe II. Data yang diambil dalam penelitian ini adalah *self efficacy* (variabel independen) yang berhubungan dengan *self care* (variabel dependen) yang diukur menggunakan kuesioner. Hasil penelitian ini disajikan melalui analisa univariat dan bivariat yaitu:

### a. Analisis Univariat

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Self Efficacy* di Desa Kualu Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang**

<i>Self Efficacy</i>	n	Persentase
Rendah	44	68,8%
Tinggi	20	31,3%
<b>Total</b>	<b>64</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 64 responden, sebagian besar responden memiliki *self efficacy* rendah yaitu sebanyak 44 orang (68,8%).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Self Care* di Desa Kualu Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang**

<i>Self Care</i>	n	Persentase
Rendah	33	51,6%
Tinggi	31	48,4%
Total	58	100%

Berdasarkan Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 64 responden, sebagian besar responden memiliki *Self Care* yang rendah yaitu sebanyak 33 orang (67,2%).

### b. Analisis Bivariat

**Tabel 3 Hubungan Hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Care* Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Desa Kualu Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang**

<i>Self Efficacy</i>	<i>Self Care</i>				Total		P-Value
	Rendah		Tinggi		n	%	
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	29	65,9%	15	34,1%	44	100%	0,002
Tinggi	4	20,0%	16	80,0%	20	100%	
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>51,6%</b>	<b>31</b>	<b>48,4%</b>	<b>64</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 44 responden yang memiliki *self efficacy* rendah terdapat 15 responden (34,1%) yang memiliki *self care* tinggi sedangkan dari 20 responden yang memiliki *self efficacy* tinggi terdapat 4 responden (20,0%) yang memiliki *self care* rendah. Hasil uji Hasil uji *chi square* diketahui nilai  $p\text{-value} = 0,002 \leq 0,05$  artinya ada hubungan antara *self efficacy* dengan *self care* pada penderita diabetes melitus tipe II.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian bahwa responden yang memiliki *self efficacy* rendah dan *self care* rendah sebanyak 29 orang (65,9%). Hal ini disebabkan karena responden merasa kurang yakin dengan kemampuan yang dimilikinya dalam melakukan kegiatan *self care* yaitu kurang yakin melakukan pengaturan pola makan yang sehat, kurang yakin melakukan aktivitas fisik seperti olahraga teratur, kurang yakin mengkonsumsi obat

diabetes secara rutin yang telah dianjurkan, dan kurang yakin monitoring gula darah secara rutin sehingga *self care* tidak dilakukan dengan baik. Rendahnya *self care* yang dilakukan oleh penderita DM akan berdampak negatif terhadap status kesehatannya yaitu kadar gula darah tidak terkontrol dan meningkatkan jumlah komplikasi. Oleh sebab itu, *self efficacy* yang rendah memberikan dampak yang besar dalam pelaksanaan *self care*.

Beberapa aspek dalam *self care* diabetes dapat mempengaruhi kadar gula darah, seperti pengaturan pola makan yang berfungsi untuk menekan asupan karbohidrat, lemak yang berlebih agar kadar glukosa dalam darah dapat seimbang dengan kerja hormon insulin, aktivitas fisik atau olahraga membantu pengaturan kontrol berat badan, sehingga gula darah dibakar menjadi kalori dalam tubuh yang menyebabkan sel tubuh lebih sensitif terhadap insulin yang diproduksi oleh sel beta dalam kelenjar pankreas, minum obat rutin dapat mengendalikan kadar gula darah yang melebihi batas normal monitoring gula darah rutin dapat digunakan sebagai acuan untuk menilai keberhasilan penanganan diabetes dan dapat dijadikan sebagai motivasi pengendalian kadar glukosa darah dalam rentang yang normal (Manuntung, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gea, 2020) mengenai “hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri pada pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Umum Pusat H. Adam Malik Medan”. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan manajemen perawatan diri pasien DM tipe II. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan signifikan  $p\text{-value} = 0,004 < 0,005$ , artinya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah juga perawatan diri yang dilakukan, begitu juga sebaliknya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi juga perawatan diri yang dilakukan.

Berdasarkan teori *Health Belief Model* (HBM) jika seseorang tidak memiliki *self efficacy* yang tinggi maka kecil kemungkinan seseorang tersebut untuk melakukan tindakan *self care*. *Self efficacy* yang rendah akan mengakibatkan ketidakpedulian dalam melakukan *self care* sedangkan *self efficacy* yang tinggi ia akan memiliki keinginan yang tinggi juga dalam melakukan *self care*. Oleh sebab itu, *self efficacy* sangat erat kaitannya dengan terlaksana atau tidaknya *self care* (Sariyasih et al., 2022).

## SIMPULAN

Kesimpulan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan *Self efficacy* dengan *Self care* Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Desa Kualu Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang tahun 2023. Saran peneliti bagi responden diharapkan untuk lebih dapat berpikir positif dengan keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengatur pola makan, melakukan aktivitas rutin, minum obat yang telah dianjurkan dan rutin monitoring gula darah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Tambang yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan pengambilan data, dan bagi responden yang mau ikut serta dalam pengisian kuesioner serta kepada Dosen Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai atas dukungannya sehingga penelitian ini bisa memberikan manfaat untuk semua pihak.

## REFERENSI

- Despitasari, L., Sastra, L., Alisa, F., Amelia, W., & Desnita, R. (2022). Hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Care* Pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 4(2), 117–126.
- Gea, J. (2020). Skripsi Hubungan Efikasi Diri dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Pusat H. Adam Malik Medan Tahun 2020. 101.
- Handayani, N. K. D. T., Putra, P. W. K., & Laksmi, I. A. A. (2019). Artikel history. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 7(1), 11.
- Hidayah, M. (2019). Hubungan Perilaku *Self-Management* Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(3), 176. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.176-182>
- Munir, N. W., & Solissa, M. D. (2021). Hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Care* Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(1), 9. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i1.1972>
- Rahayu, D., Irawan, H., Santoso, P., Susilowati, E., Atmojo, D. susetiyanto, & Kristanto, H. (2021). Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Pada Lansia Dwi. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 3, 91–96.
- Riskesdas 2018. (n.d.). Laporan Nasional Riskesdas 2018.
- Sabil, F. A., Kadar, K. S., & Sjattar, E. L. (2019). Faktor – Faktor Pendukung *Self Care Management* Diabetes Mellitus Tipe 2: a Literature Review. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 48. <https://doi.org/10.22219/jk.v10i1.6417>
- Sariyasih, S., Yuwindry, I., & Syamsu, E. (2022). Pendekatan *Health Belief Model (HBM)* Untuk Menganalisis Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Dalam Menggunakan Insulin Di Kota Banjarmasin. *Journal Pharmaceutical Care and Sciences*, 3(1), 27–37. <https://doi.org/10.33859/jpcs.v3i1.213>
- Sarwuna, A. M. (2020). Skripsi Hubungan *Self Efficacy* dengan *Self Care Activity* Pada Pasien Diabetes Melitus di Ruang Poli Interna RSUD Labuang Baji Makassar. 21(1), 89.