

Gambaran *Self Efficacy* Manajemen Diabetes Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Kota Yogyakarta

Marina Kristi Layun Rining^{1a*}, Ni Kadek Diah Purnamayanti^{2b}, Ratna Wirawati Rosyida^{3c}

¹Departement of Nursing, ITKes Wiyata Husada Samarinda, Indonesia

²Bachelor of Nursing Study Program, Faculty of Medicine, Ganesha University of Education, Singaraja, Indonesia

³Departement of Nursing, Faculty of Health Science, Universitas Alma Ata, Indonesia

^a marinalayun@itkeswhs.ac.id

^b nikadek2019.stikes@gmail.com

^c ratna.rosyida@almaata.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Pasien diabetes dihadapkan pada kemungkinan terjadinya komplikasi, mencegah perkembangan komplikasi potensial ini, pasien diabetes perlu untuk belajar dan mempertahankan perilaku manajemen diri seumur hidup, termasuk perawatan diri yang terkait dengan perawatan kesehatan dan kehidupan sehari-hari. Mempertahankan perilaku yang konsisten didukung oleh adanya *self efficacy*, yaitu keyakinan pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menghasilkan pencapaian pada level tertentu. **Metode:** Rancangan penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif, pengambilan sampel menggunakan teknik *non-probability* sampling dengan *purposive sampling* berjumlah 71 sampel, penelitian dilakukan di Puskesmas wilayah kota Yogyakarta. Data dianalisis dengan analisis deskriptif. **Hasil:** Studi menjelaskankomponen *self efficacy* manajemen diabetes pada pasien diabetes mellitus tipe 2 yaitu rendah 1 (1,4%), cukup 27 (38 %), dan baik 43 (60,6%). **Kesimpulan:** Self efficacy pasien diabetes melitus sebagian besar adalah pada kategori baik. Bagi peneliti yang akan datan agar dapat mengembangkan penelitian mengenai gambaran *self efficacy* pasien diabetes melitus tipe 2 dalam melaksanakan manajemen diabetes dengan memperluas variabel dan melakukan analisis antar variabel.

Kata Kunci : self efficacy, Diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Meningkatnya *Noncommunicable disease* (NCD) atau penyakit tidak menular merupakan permasalahan yang dialami setiap negara di dunia. NCD saat ini merupakan penyebab kematian terbanyak dibandingkan kombinasi penyebab kematian lainnya, dimana diproyeksikan angka kematian akibat NCD meningkat dari 38 juta pada 2012 hingga 52 juta pada 2030. Empat NCD utama yaitu penyakit kardiovaskular, kanker, penyakit pernafasan kronis dan diabetes, dimana penyakit-penyakit tersebut merupakan 82% penyebab kematian akibat NCD (WHO, 2014)

Sebagai salah satu dari empat NCD utama, diabetes merupakan penyebab

terjadinya kematian prematur dan kecacatan, meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular, gagal ginjal dan amputasi tungkai bawah. Diabetes didefinisikan sebagai penyakit kronis dimana didapatkan pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan dengan efektif. Insulin adalah hormon yang mengatur gula darah. Hiperglikemia, atau peningkatan gula darah (nilai glukosa darah puasa ≥ 7.0 mmol/L atau 126 mg/dl), merupakan efek umum dari diabetes yang tidak terkontrol dan jika dibiarkan dalam waktu lama akan menyebabkan kerusakan serius pada sistem tubuh terutama saraf dan pembuluh darah. Penyebab terjadinya penyakit diabetes

sebagian besar merupakan faktor risiko yang dapat dimodifikasi misalnya, kurangnya aktivitas fisik, kelebihan berat badan atau obesitas, dsb.

Pada tahun 2012, terdapat 1,5 juta kematian dan 89 juta *disability-adjusted life-year* (DALY), yang diakibatkan oleh diabetes. Masalah diabetes yang terjadi di Amerika Serikat dikatakan, lebih dari 27 juta orang Amerika mengidap diabetes. Adapun diabetes melitus (DM) tipe 2 merupakan yang paling umum teridentifikasi pada pasien dengan umur lebih dari 30 tahun, memiliki kelebihan berat badan atau obesitas, kurang aktivitas fisik, dan/atau memiliki riwayat keluarga yang menderita penyakit diabetes (Kruger, 2012). Di Indonesia sendiri tercatat, prevalensi penduduk Indonesia yang terdiagnosa menderita diabetes mellitus tipe 2 mengalami peningkatan pada tahun 2018 yaitu sebesar 10,9%, jumlah ini lebih tinggi dibandingkan pada tahun 2013 yaitu sebesar 6,9%. Daerah Istimewa Yogyakarta menempati urutan ke 3 dari 33 provinsi di Indonesia untuk prevalensi kejadian diabetes (Risksedas, 2018). Data-data di atas menunjukkan bahwa jumlah penyandang diabetes di Indonesia sangat besar dan merupakan beban yang sangat berat untuk dapat ditangani sendiri oleh dokter spesialis/subspesialis atau bahkan oleh semua tenaga kesehatan yang ada (Yanuar, 2017)

Pasien dengan diabetes menghadapi berbagai komplikasi baik secara fisik maupun psikologis. Penanggulangan penyakit diabetes akan maksimal jika pasien ikut berperan aktif dalam manajemen penyakitnya yang berlangsung untuk seumur hidup. Mempertahankan konsistensi manajemen diri didukung oleh tingginya tingkat *self efficacy*, yaitu keyakinan individu pada kemampuan mereka meraih keberhasilan dalam melakukan suatu praktik atau kegiatan

tertentu, mempengaruhi pengeluaran usaha individu, pemilihan jenis kegiatan dan kegigihan dalam menghadapi hambatan atau kegagalan (Melorose, 2015). Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin mengetahui gambaran *self efficacy* pasien diabetes mellitus tipe 2 untuk melakukan management diabetes di kota Yogyakarta.

METODE

Studi deskriptif kuantitatif digunakan untuk mengetahui tingkat *self efficacy* pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 di kota Yogyakarta. Populasi studi merupakan pasien yang berusia >18 tahun yang telah terdiagnosa diabetes melitus tipe 2 yang mengalami perawatan di Puskesmas Gondokusuman 1, Puskesmas Kotagede 1, Puskesmas Mergangsan dan Puskesmas Tegalrejo kota Yogyakarta. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *non-probability* sampling dengan *accidental sampling* berjumlah 71 responden. Pengambilan data menggunakan instrument *Diabetes Management Self Efficacy Scale* (DMSES) (Sturt *et al.*, 2010). Nilai diukur dengan rentang nilai 1 sampai 5 menggunakan skala *Likert*, yaitu: nilai 1 berarti sangat tidak yakin; dan nilai 5 berarti sangat yakin. Variabel *self efficacy* dikategorikan dalam bentuk proporsi yaitu berdasarkan nilai skor minimum dan maksimum dari kuesioner DMSES, maka pengkategorisasian *self efficacy* adalah rendah (15-35), cukup (36-55), baik (56-75) (Rodhiyanto, 2010). Data penelitian dilakukan analisis deskriptif untuk menjelaskan tingkat *self efficacy* pada pasien diabetes melitus tipe 2.

HASIL

Setelah melakukan pengumpulan data pada responden penelitian, peneliti melakukan analisis data tersebut yang

dijelaskan dibawah ini meliputi tabel 1 data demografi responden, tabel 2 tingkat *self efficacy* manajemen diabetes pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian di Puskesmas Wilayah Kota Yogyakarta

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Pria	30	42%
Wanita	41	57%
Jumlah	71	100%
Umur		
Dewasa Akhir	9	12,6%
Lansia awal	17	23,9%
Lansia akhir	36	50,8%
Manula	9	12,7%
Jumlah	71	100%
Pendidikan		
Tidak tamat sekolah	1	1,4%
SD	6	8,4%
SMP	13	18,4%
SMA	23	32,4%
D3	5	7%
S1	18	25,4%
S2	5	7%
Jumlah	71	100%

Berdasarkan tabel 1 dijelaskan responden lebih dari setengahnya berjenis kelamin wanita 41 (57%), umur responden terbanyak yaitu pada kategorilansia akhir 36 (50,8%), lebih dari setengah responden memiliki pekerjaan 36 (36%), pendidikan responden sebagian besar pada tingkat SMA yaitu 23 (32,4%), sebagian besar responden memiliki riwayat diabetes antara 1-5 tahun sebanyak 32 (45%).

Tabel 2. Tingkat Self Efficacy Manajemen Diabetes pada Pasien dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Wilayah Kota Yogyakarta

Self Efficacy Manajemen Diabetes	n	%
Rendah	1	1,4 %
Cukup	27	38 %

Baik	43	60,6 %
Total	71	100%

Berdasarkan tabel 2, tingkat *self efficacy* manajemen diabetes pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sebagian besar baik 43 (60,6%).

PEMBAHASAN

Prevalensi pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 berdasarkan penelitian ini lebih dari setengah responden 57% berjenis kelamin wanita. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Detty (2020), yang mendapat hasil terbanyak pada pasien dengan jenis kelamin perempuan 59,7% dibandingkan dengan pasien laki-laki 40,4%. Diabetes mellitus dapat terjadi kepada siapa saja, namun berdasarkan data dari Diabetes Atlas Edisi ke-18 yang diterbitkan oleh International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2016 bahwa kecenderungan wanita terkena diabetes lebih besar dibandingkan pria. Wanita memiliki faktor internal yaitu *insulin resistance* atau resistensi insulin dimana akan meningkat ketika hamil, itulah sebabnya ibu hamil rentan terkena diabetes. Resistensi insulin menjadi berbahaya, dimana hal ini dapat terjadi jika mengkonsumsi makanan secara berlebihan, berat badan berlebih atau obesitas, dan kurang berolahraga, itu adalah alasan mengapa wanita cenderung berisiko terkena diabetes dibandingkan laki-laki (WHO, 2006).

Prevalensi pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 di dapatkan kelompok umur sebagian besar pada lansia akhir 36 (50,8%). Diabetes mellitus pada lansia bersifat multifaktoral yang dipengaruhi oleh faktor intrinsic dan ekstrinsik. Usia menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perubahan toleransi tubuh terhadap glukosa. Pasien dengan diabetes mellitus kategori dewasa 90% merupakan

diabetes mellitus tipe 2, dimana hamper separuhnya berusia >60 tahun. Dengan bertambahnya umur, maka fungsi tubuh juga ikut menurun, salah satunya adalah terjadinya penurunan produksi dan pengeluaran hormone yang diatur oleh enzim-enzim termasuk sekresi insulin. Hal ini merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya diabetes mellitus pada lansia, tetapi diikuti juga oleh beberapa faktor berikut yaitu asupan makanan yang berlebihan atau tinggi gula, sering mengkonsumsi obat-obatan tertentu yang dapat mempengaruhi kadar gula dalam darah, faktor genetic, dan keberadaan penyakit lain (Farid, 2015 dalam Detty, 2020).

Tingkat pendidikan pasien diabetes mellitus pada penelitian ini didapatkan sebagian besar adalah tingkat SMA 23 (32,4%), hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya didapatkan sebagian besar tingkat pendidikan yaitu SMA dengan jumlah presentase 50% (Munir, 2019). Pendidikan dalam penelitian ini adalah keterangan pendidikan terakhir pasien diabetes mellitus yang tertera di rekam medis. Melaksanakan manajemen perawatan yang tepat khususnya pada pasien dengan diabetes ditunjang oleh pendidikan yang berkaitan dengan pengetahuan seseorang dalam pencarian pengobatan dalam mengelola diabetes. Masyarakat dengan pendidikan tinggi umumnya menyadari upaya untuk melakukan tindak pencegahan terhadap risiko penyakit. Semakin tinggi tingkat pendidikan, semakin mudah dalam memahami informasi kesehatan dalam melakukan upaya pencegahan dan menanggulangi masalah diabetes (Notoatmodjo, 2011). Pada penelitian sebelumnya tentang hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes didapatkan tingkat pendidikan dapat mempengaruhi *self efficacy*, seseorang

dengan pendidikan yang baik, lebih matang terhadap proses perubahan dirinya dalam hal ini terkait penyakit diabetes mellitus, sehingga lebih mudah menerima pengaruh luar yang positif, objektif dan terbuka terhadap informasi termasuk informasi tentang kesehatan terkait manajemen diabetes (Munir, 2019).

Berdasarkan *self efficacy* yang diukur dengan menggunakan DMSES didapatkan sebagian besar responden memiliki *self efficacy* pada kategori baik yaitu 43 (60,6%). Sebagian besar responden setuju akan pernyataan bahwa mereka memiliki keyakinan yang tinggi untuk bisa melaksanakan manajemen pengobatan, yaitu menyesuaikan dengan program terapi yang telah di resepkan dan memilih jenis makanan yang tepat dengan keyakinan mereka dapat mempertahankan kadar gula darah pada rentang normal. Responden juga sebagian besar yakin dapat mengatasi masalah jika kadar gula darah terlalu rendah atau terlalu tinggi dengan melakukan pengecekan kadar gula darah secara rutin. Berdasarkan hasil pencatatan rekam medis, responden sebagian besar memiliki angka kunjungan yang tinggi untuk kegiatan prolanis (program penyakit kronis) di puskesmas setiap bulannya yaitu pemeriksaan kesehatan termasuk kadar gula darah, pembagian obat rutin dan kegiatan lainnya termasuk kegiatan olahraga rutin bersama sesama pasien dengan diabetes.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 27 (38%) responden memiliki *self efficacy* pada kategori cukup dan 1 (1,4 %) responden memiliki *self efficacy* kurang. Melaksanakan manajemen diabetes tentu saja perlu dilakukan secara konsisten, namun pada hasil penelitian didapatkan responden sebagian besar mengalami ketidak yakinan untuk mempertahankan regimen berolahraga, atau hanya berolahraga ketika ada kegiatan di

puskesmas saja. Pernyataan kurang yakin juga didapatkan pada pernyataan untuk mempertahankan pola makan ketika sedang tidak di rumah ataupun sedang makan di luar dan di pesta. Adat atau kebiasaan sedikit banyak mempengaruhi perilaku pasien diabetes dalam kepatuhan melakukan perawatan diabetes beberapa responden mengatakan kesulitan untuk menjaga pola makannya karena merasa tidak sopan/tidak nyaman jika menolak/tidak memakan makanan yang sudah disajikan. Beberapa responden juga mengatakan dengan makan diluar bersama teman-teman biasanya jarang dilakukan hingga merasa tidak masalah untuk melanggar aturan diet sesekali. Makan bersama merupakan kegiatan yang tidak lepas dari kehidupan sehari-hari, dengan makan bersama maka seseorang akan merasa lebih baik secara personal serta dapat lebih dekat satu sama lain karena dalam suasana makan bersama akan terjalin komunikasi dengan topik-topik yang ringan dan menyenangkan (Dunbar, 2017). Sehingga, sedikit banyak akan mempengaruhi pola makan pasien diabetes.

Melaksanakan manajemen kesehatan pada pasien dengan penyakit kronis salah satunya adalah diabetes mellitus membutuhkan pengelolaan yang harus dilakukan secara tepat dan konsisten seumur hidup, agar terhindar dari komplikasi dan dapat menjalankan aktivitas sehari-hari sesuai dengan kondisi kesehatan pasien. Salah satu faktor yang penting adalah adanya *self efficacy*, yaitu keyakinan pasien dalam mengendalikan kemajuan kondisi medisnya untuk mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. (Erniatin, 2018). *Self efficacy* mengarahkan pada penilaian individu akan kemampuannya, semakin tinggi *self efficacy* maka individu akan semakin gigih dan terus berusaha dalam mencapai tujuan

(Chloranyta, 2020). Semakin tinggi *self efficacy* pasien diabetes melakukan manajemen diabetes maka harapannya keberhasilan dalam melaksanakan manajemen diabetes dapat tercapai.

KESIMPULAN

Pasien dengan diabetes mellitus paling banyak berjenis kelamin wanita sebanyak 41 (57%), dengan kategori umur terbanyak adalah kategori lansia akhir 36 (50,8%), berdasarkan pendidikan sebagian besar pada tingkat SMA 23 (32,4%). *Self efficacy* pasien diabetes melitus sebagian besar adalah pada kategori baik 43 (60,6%). Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengembangkan penelitian mengenai gambaran *self efficacy* pasien diabetes melitus tipe 2 dalam melaksanakan manajemen diabetes dengan memperluas variabel dan melakukan analisis antar variabel.

REFERENSI

- Chloranyta, S. (2020). GAMBARAN SELF EFFICACY PADA PASIEN DIABETES TIPE 2 DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM RSUPN DR. CIPTO MANGUNKUSUMO JAKARTA. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 3(2), 42. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v3i2.604>
- Detty, A., Fitriani, N., Prasetya, T., & Florentina, B. (2020). Karakteristik Ulkus Diabetikum Pada Penderita Diabetes Melitus The Characteristics of Diabetic Ulcer in Patients with Diabetes Mellitus. *Juni*, 11(1), 258–264. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.261>
- Dunbar, R. I. M. (2017). Breaking Bread: the Functions of Social Eating. *Adaptive Human Behavior and Physiology*, 3(3), 198–211. <https://doi.org/10.1007/s40750-017-0061-4>
- Erniantin, D., Udiyono, A., Lintang Dian Saraswati, dan, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, M.,

- Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Bagian Epidemiologi dan Penyakit Tropik, D., & Kesehatan Masyarakat, F. (2018). GAMBARAN KUALITAS HIDUP PENDERITA DIABETES MELITUS PADA ANGGOTA DAN NON ANGGOTA KOMUNITAS DIABETES DI PUSKEMAS NGRAMBE (Vol. 6). <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Kruger DF. Managing Diabetes From First Diagnosis: Choosing Well-Tolerated Therapies With Durability. *Diabetes Educ.* 2012;38(August):4S-11S.
- Melrose J, Perroy R, Careas S. Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia. *Statew Agric L Use Baseline* 2015. 2011;1:3–7.
- Munir, N. W., Munir, N. F., & Syahrul, S. (2019). Self-Efficacy dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(2), 146. <https://doi.org/10.33846/sf11208>
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Olson EA, McAuley E. Impact of a brief intervention on self-regulation, self-efficacy and physical activity in older adults with type 2 diabetes. *J Behav Med.* 2015;38(6):886–98.
- Rondhianto. (2012). Keterkaitan Diabetes Self Management Education Terhadap Self Efficacy Pasien Diabetes Mellitus. The Connection of Diabetes Self Management Education With Self Efficacy Diabetes Mellitus Patient Rondhianto. *Jurnal Keperawatan, (Dm)*, 216–229.
- RISKESDAS. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf>
- Sturt, J., Hearnshaw, H., & Wakelin, M. (2010). Validity and reliability of the DMSES UK: A measure of self-efficacy for type 2 diabetes self-management. *Primary Health Care Research and Development*, 11(4), 374–381. <https://doi.org/10.1017/S1463423610000101>
- WHO. Global status report on noncommunicable diseases 2014. *World Health.* 2014;176.
- World Health Organization. (2006). Definition and diagnosis of diabetes mellitus and in termediate hyperglycaemia: report of a WHO/IDF consultation.
- Yanuar Dini C, Sabila M, Yusuf Habibie I, Ari Nugroho F, Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Malang J. Indonesian Journal of Human Nutrition Asupan Vitamin C dan E Tidak Mempengaruhi Kadar Gula Darah Puasa Pasien DM Tipe 2. *Indones J Hum Nutr.* 2017;4:65–78. Available from: www.ijhn.ub.ac.id

