



HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN *SELF MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LEMBURSITU KOTA SUKABUMI

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND SELF MANAGEMENT WITH THE QUALITY OF LIFE OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS IN THE WORKING AREA OF THE LEMBURSITU HEALTH CENTER IN THE CITY OF SUKABUMI

Mega Septia Nurbayanti¹, Mustopa Saeful Alamsyah², Hadi Abdillah³
Universitas Muhammadiyah Sukabumi, Program Studi Pendidikan Profesi Ners
Email: megasn235@ummi.ac.id

ABSTRAK

Diabetes melitus adalah sekelompok kondisi metabolisme yang bermanifestasi sebagai hiperglikemia dan ditandai dengan kelainan pada sekresi insulin, aksi. Manajemen diabetes yang tidak tepat dapat mengakibatkan berbagai komplikasi yang bahkan dapat menyebabkan kematian. Hal ini mempengaruhi kualitas hidup pasien. Penerapan manajemen diri pasien diabetes melitus dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah *self-efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dan *self-management* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas lembursitu Kota Sukabumi. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan adalah metode Korelasional Deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*, menggunakan teknik *simple random sampling jenis probability sampling* dengan total sampel sebanyak 64 responden dan dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien *self-efficacy* berada pada kategori kurang (71,9%), *self-management* pasien berada pada kategori kurang (56,3%) dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 pada wilayah kerja puskesmas lembursitu berada pada kategori cukup (67,2%). Berdasarkan hasil uji *chi-square*, diperoleh nilai *P value*: $0,001 < 0,05$, dimana dapat disimpulkan terdapat hubungan antara *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi, dan dari hasil uji *Chi-Square* diperoleh nilai *P value*: $0,000 < 0,05$, dimana dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *self-management* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas lembursitu Kota Sukabumi. Pasien disarankan untuk tetap percaya diri dan optimis dalam menjalani masa depan yang baik, Selalu berpikiran terbuka dan melibatkan keluarga dalam masalah atau keadaan yang dihadapi, dan perubahan gaya hidup, lakukan pemeriksaan yang baik dan teratur serta lebih patuh terhadap perawatan atau perawatan yang sedang dilakukan. sehingga dapat menjaga dan meningkatkan kualitas hidup.

Kata Kunci: diabetes mellitus, *self-efficacy*, *self-management*, kualitas hidup

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a group of metabolic conditions that manifest as hyperglycemia and are characterized by abnormalities in insulin secretion. Improper management of diabetes can result in various complications that can even lead to death. This affects the patient's quality of life. The application of self-management of diabetes mellitus patients is influenced by various factors, one of which is self-efficacy. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and self-management with the quality of life of type 2 diabetes mellitus patients in the work area of the overtime health center in Sukabumi City. This study uses quantitative research. The research method used is the Descriptive Correlational method with a cross sectional approach, using a simple random sampling technique of probability sampling type with a total sample of 64 respondents and analyzed using the Chi-Square test. The results showed that self-efficacy patients were in the less category (71.9%), patient self-management was in the less category (56.3%) and the quality of life of type 2 diabetes mellitus patients in the work area of the overtime health center is in the sufficient category (67.2%). Based on the results of the chi-square test, a P value was obtained: $0.001 < 0.05$, where it can be concluded that there is a relationship between self-efficacy and the quality of life of type 2 diabetes mellitus patients in the Overtime Health Center Working Area, Sukabumi City, and from the Chi-Square test results, a P value of $0.000 < 0.05$ was obtained, where it can be concluded that there is a



relationship between self-management and the quality of life of type 2 diabetes mellitus patients in the work area of the overtime health center, SukabumiPasiien City. it is advisable to remain confident and optimistic in living a good future, always be open-minded and involve the family in the problems or circumstances at hand, and lifestyle changes, do good and regular check-ups and be more obedient to the care or treatment that is being carried out. so as to maintain and improve the quality of life.

Keywords: *diabetes mellitus, self- efficacy, self- management, quality of life*

PENDAHULUAN

Kita ketahui penyebab kematian terbesar di dunia adalah penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskular). Lebih dari 50% di antaranya berkaitan dengan diabetes. Fakta yang mengerikan adalah 1 orang per 6 detik atau 10 orang per menit yang meninggal akibat diabetes (Tandra, 2017). Ancaman komplikasi diabetes melitus tipe II terus membayangi kehidupan masyarakat, sekitar 12-20% penduduk dunia diperkirakan mengidap penyakit ini dan setiap 10 detik orang di dunia meninggal akibat komplikasi yang ditimbulkan (Kusniadi, 2015).

Proporsi kejadian diabetes melitus tipe 2 mencapai 90% - 95% dari populasi dunia yang menderita diabetes melitus (*American Diabetes Association*, 2015). Menurut data WHO (2018) menunjukkan sebanyak 422 juta orang dewasa mengalami diabetes melitus dan sebanyak 1,6 juta meninggal karena diabetes melitus setiap tahunnya. *Organisasi International Diabetes Federation (IDF)* memperkirakan pada tahun 2019 terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes melitus. Adapun di Indonesia, prevalensi diabetes melitus sebesar 6,7 % (10.276.100) kasus diabetes melitus (IDF, 2019). Berdasarkan hasil riset (Kemenkes RI, 2018), Prevalensi Diabetes Melitus di Jawa Barat naik dari 1,3% menjadi 1,7%. Dari data Dinas Kota Sukabumi (2021) jumlah penderita diabetes melitus menunjukkan sebanyak 16.086 kasus di Kota Sukabumi. Dan dari data Puskesmas Lembursitu (2022) data jumlah yang

didapatkan sejak bulan Januari sampai September penderita diabetes melitus menunjukkan sebanyak 179 orang.

Tabel 1 Data 10 Penyakit Terbesar di Puskesmas Lembursitu

No	Jenis Penyakit	Jumlah	Persentase (%)
1.	ISPA	2086	36%
2.	Myalgia	679	12%
3.	Hipertensi	662	11%
4.	Dermatitis	653	11%
5.	Dyspepsia	522	9%
6.	Demam	339	5,3%
7.	Diare dan Gastroenteritis	280	4,9%
8.	Skabies	226	3,9%
9.	Gastroduodenitis tidak spesifik	194	3%
10.	Diabetes mellitus tidak spesifik	179	3%

Sumber: Puskesmas Lembursitu, 2022

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan oktober 2022 di Puskesmas lembursitu. Dari jumlah yang ada, 5 pasien diwawancarai dan 3 dari 5 pasien mengatakan sering melanggar diet, jarang berolahraga, tidak teratur dalam minum obat dan jarang melakukan pengontrolan kadar gula darah. Seringkali penderita diabetes melitus merasa sudah atur makanan dengan baik, tapi tidak sembuh. Ini bisa berdampak dalam pengelolaan makanan, banyak makanan yang dilanggar serta kurangnya aktifitas fisik



sehingga mengakibatkan kadar glukosa dalam darah tidak turun atau normal

Menurut (Soelistidjo, 2015) diabetes melitus adalah sekelompok kondisi metabolisme yang bermanifestasi sebagai hiperglikemia dan ditandai dengan kelainan sekresi insulin, aksi insulin, atau keduanya. Gangguan pada pankreas menyebabkan diabetes melitus, suatu kondisi di mana pankreas tidak dapat memecah insulin atau memproduksi insulin dengan cara yang memenuhi kebutuhan tubuh. Menurut (Maghfuri, 2016) diabetes melitus juga berkontribusi terhadap beberapa komplikasi penyakit lain. Menurut Wisnu, (2021) Gejala diabetes melitus tipe II adalah turunnya berat badan tanpa penyebab yang jelas, sangat sering buang air kecil (polydipsia), (poliphagi) sering merasa lapar dan sering merasa haus (poliuria).

Penderita diabetes akan mengalami perubahan kondisi mental, gaya hidup, kualitas hidup dan kondisi fisik mereka. Menurut (Sofia, Dewi, 2013) perubahan kondisi fisik meliputi perubahan penampilan seperti rambut tipis, rambut yang mudah rontok, gigi yang mudah goyah dan longgar, serta mulut kering.

Pelaksanaan manajemen diri pasien diabetes melitus dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya keyakinan dari dalam diri (*self-efficacy*) terhadap penyakit dan kesehatan mengakibatkan masyarakat tidak berperilaku sesuai dengan nilai-nilai kesehatan. Pada pengobatan diabetes diperlukan perubahan perilaku yang kompleks mulai dari gaya hidup hingga pola makan. Salah satu faktor yang dapat membuat perubahan perilaku tersebut tercapai adalah *self-efficacy*. Menurut (Damayantie et al., 2021), diperlukan tindakan khusus untuk mencapai hasil yang

diinginkan. *Self-efficacy* bertujuan agar seorang individu percaya terhadap kemampuan diri sehingga dapat melaksanakan tugas yang diberikan secara kompeten dan efektif. *Self-efficacy* memberikan landasan untuk *self-management* pada diabetes melitus karena berfokus pada perubahan perilaku (Pace, 2017).

Pada pengobatan diabetes diperlukan perubahan perilaku yang kompleks mulai dari gaya hidup hingga pola makan. Salah satu faktor yang dapat membuat perubahan perilaku tersebut tercapai adalah *self-efficacy*. Menurut (Damayantie et al., 2021), diperlukan tindakan khusus untuk mencapai hasil yang diinginkan. *Self-efficacy* bertujuan agar seorang individu percaya terhadap kemampuan diri sehingga dapat melaksanakan tugas yang diberikan secara kompeten dan efektif. *Self-efficacy* memberikan landasan untuk *self-management* pada diabetes melitus karena berfokus pada perubahan perilaku (Pace, 2017).

Kualitas hidup adalah perasaan bahagia dan puas pada penderita diabetes melitus sehingga bisa melaksanakan aktivitas sehari – hari secara mandiri (Mhd. Zainudin & Herlina, 2015). Kualitas hidup biasa digunakan sebagai patokan pada kondisi penyakit kronik (Brillianti, 2016). Kualitas hidup dapat dicerminkan dari seberapa tinggi tingkat kedamaian seseorang, banyak faktor yang harus dijadikan fokus perhatian karena untuk menentukan kualitas hidup tidaklah berdiri sendiri berdasarkan suatu faktor penyebab tunggal Faktor-faktor yang perlu diperhatikan antara lain usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, social ekonomi, dan adanya penyakit kronis. Faktor ini merupakan faktor resiko dalam menentukan kualitas hidup seseorang, jika ada perubahan atau gangguan dalam salah satu point tersebut



diatas dapat menurunkan kualitas hidup (Safitri et al., 2022).

Kehidupan manusia memiliki nilai yang tidak tenilai, bagaimanapun keadaan kesehatannya, apabila kesehatan seseorang membaik atau memburuk akan membuat kesehatan memiliki tingkat kualitas lebih tinggi atau rendah. Hidup yang bebas dari suatu penyakit akan memiliki kualitas hidup yang lebih baik jika dibandingkan dengan seseorang yang menderita penyakit. Hal ini dibuktikan oleh Stan Toler dalam Safitri (2020) yang menilai kehidupannya sendiri bahwa pada saat ia merasa sehat secara fisik dan emosional ia memiliki kualitas hidup yang lebih baik dari pada ketika ia sedang tidak sehat (Safitri et al., 2022).

Oleh karena itu, peneliti mengharapkan peningkatan *self-efficacy* dan *self-management* sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup penderita dan mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut. Melihat dari paparan masalah diatas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Self-efficacy* dan *Self-management* dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi”.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian sebagai berikut “Apakah ada hubungan *self-efficacy* dan *self-management* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi?”

TINJAUAN PUSTAKA

Diabetes mellitus adalah keadaan hiperglikemi kronik yang disertai berbagai kelainan metabolik akibat gangguan hormonal yang menimbulkan berbagai komplikasi

kronik pada mata, ginjal, saraf dan pembuluh darah. Diabetes mellitus klinis adalah sindroma gangguan metabolisme dengan hiperglikemia yang tidak semestinya sebagai akibat suatu defisiensi sekresi insulin atau berkurangnya efektifitas biologis dari insulin atau keduanya (Margareth, 2019). Diabetes melitus ditandai dengan kadar glukosa sewaktu >200 mg/dL dan gula darah puasa >126g/dL disertai gejala 3p (*Poliuria, Polidipsia, Polifagia*). Kadar gula yang dibiarkan tinggi dan tidak terkendali akan mengakibatkan kerusakan pada sistem tubuh yang mengarah pada komplikasi seperti penyakit kardiovaskular, neuropati, nefropati, dan penyakit mata (*International Diabetes Federation*, 2019).

Self-efficacy adalah gagasan kunci dari teori social kognitif (*social cognitive theory*) yang dikembangkan oleh (Damayantie et al., 2021) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tugas-tugas tertentu yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil sesuai yang diharapkan. *Self-efficacy* mempunyai peran terhadap segala perasaan, pikiran, baik dalam tindakan individu maupun hasil yang ditampilkan oleh individu, begitu pula dalam hal berinteraksi dengan individu lain. (Noormania, 2014) menyebutkan peran tersebut yang merupakan fungsi dari *selfefficacy* adalah: 1. Pilihan tingkah laku (*behavior choosen*). 2. Usaha yang dilakukan dan penentu besarnya daya tahan dalam mengatasi hambatan. 3. Pola berpikir dan reaksi emosional. 4. Meramalkan tingkah laku selanjutnya.

Self-management adalah perawatan yang dilakukan secara mandiri dimana penderita mampu mengobservasi kebutuhan diri tanpa tergantung dengan lingkungan sekitar. *Self-management* adalah intervensi yang sering digunakan untuk menangani



penyakit kronis terutama diabetes melitus (Kholifah, 2014). *Self management* merupakan suatu perilaku yang berfokus pada peran serta tanggung jawab individu dalam pengelolaan penyakitnya (Kisokanth, 2022). Aspek – aspek *self-management* dengan diabetes tipe 2 yaitu: 1. Pengobatan, 2. Diet, 3. Monitoring gula darah, 4. Olahraga.

Kualitas hidup adalah persepsi individual terhadap posisinya dalam kehidupan, dalam konteks budaya, sistem nilai dimana mereka berada dan hubungannya dengan tujuan hidup, harapan, standar yang ditetapkan dan perhatian seseorang (WHO, 2013). Kualitas hidup pada penderita Diabetes Melitus merupakan salah satu fokus utama dalam pengobatan, sebisa mungkin kualitas hidup yang baik harus dipertahankan (Winahyu et al., 2019). Adapun faktor- faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 yaitu: 1. Jenis kelamin, 2. Pendidikan, 3. Usia, 4. Status social ekonomi, 5. Komplikasi akibat diabetes melitus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 2 Distribusi umur, pendidikan, pekerjaan, jenis kelamin, lama menderita DM

No	Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Umur	20-35 tahun	6 9,4%
		>35 tahun	68 90,6%
2.	Pendidikan	SD	24 37,5%
		SMP	11 17,2%
		SMA	22 34,4%
		PT	7 10,9%
3.	Pekerjaan	IRT	34 53,1%
		WIRASWASTA	24 37,5%
		PNS	6 9,4%
4.	Jenis Kelamin	Laki-laki	31 48,4%
		Perempuan	33 51,6%
5.	Lama menderita DM	2-5 tahun	50 78,2%

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Kuantitatif Deskriptif Korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. *Cross sectional* merupakan jenis penelitian yang dilakukan dengan cara observasi atau pengukuran variabel pada satu saat, saat yang sama dan satu kali saja, tidak dilakukan pemeriksaan/ pengukuran ulangan. Penelitian ini diukur menggunakan kuesioner dengan total 45 item pernyataan yang diukur menggunakan skala likert. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes melitus tipe 2 Di Puskesmas Lembursitu. Sampel yang dibutuhkan dihitung menggunakan rumus slovin sehingga jumlah sampel yaitu sebanyak 64 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan metode *probality sampling jenis simple random sampling*. Uji yang digunakan peneliti yaitu menggunakan uji *Chie Square*



6-9	10	15,7%
10-14 tahun	4	6,4%

Pada tabel 2 dapat disimpulkan bahwa mayoritas dari usia sebagian besar responden usia >35 tahun sebanyak 68 responden (90,6%), berdasarkan pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar responden berpendidikan (SD) sekolah dasar dengan sebanyak 24 responden (37,5%), berdasarkan pekerjaan menunjukkan bahwa sebagian besar

ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 34 responden (53,1%), berdasarkan jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 33 responden (51,6%), berdasarkan lama menderita penyakit diabetes mellitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi mayoritas 2-5 tahun sebanyak 50 responden (78,2%).

b. Self- efficacy

Tabel 3 Distribusi frekuensi self-efficacy responden

<i>Self-Efficacy</i>	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	18	28,1%
Kurang	46	71,9%
Total	64	100%

Berdasarkan tabel 3. Menunjukkan bahwa *self-efficacy* responden dengan

kategori baik (28,1%), dan responden kategori kurang (71,9%).

c. Self management

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Self-Management Responden

<i>Self-Management</i>	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	28	43,8%
Kurang	36	56,3%
Total	64	100%

Berdasarkan tabel 4. Menunjukkan bahwa *self-management* responden kategori baik

(43,8), dan responden kategori kurang (56,3%).

d. Kualitas Hidup

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup

Kualitas Hidup	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	13	20,3%
Cukup	43	67,2%
Kurang	8	12,5%
Total	64	100%



Berdasarkan tabel 5. Menunjukkan bahwa kualitas hidup responden kategori baik

(20,3%), kategori cukup (67,2%), kategori kurang (12,5%)

2. Analisa Bivariat

Tabel 6 Hubungan *Self-Efficacy* Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi.

<i>Self -efficacy</i>	Kualitas hidup						Total		P Value
	Baik		Cukup		Kurang				
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Baik	9	14,1%	7	10,9 %	2	3,1%	18	28,1 %	
Kurang	4	6,2 %	36	56,2 %	6	9,4%	46	71,9 %	
Total	13	20,3 %	43	67,2 %	8	12,5%	64	100%	

Berdasarkan tabel 6 diatas dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value: 0,001 < 0,05, di mana dapat disimpulkan ada hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup

pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas lembursitu kota sukabumi.

Tabel 7 Hubungan *Self-Management* Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi

<i>Self -management</i>	Kualitas hidup						Total		P Value
	Baik		Cukup		Kurang				
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Baik	12	18,8%	16	25,0 %	0	0,0%	28	43,8 %	
Kurang	1	1,6 %	27	42,2 %	8	12,5%	36	56,2 %	
Total	13	20,3 %	43	67,2 %	8	12,5%	64	100%	

Berdasarkan tabel 6 dari hasil uji *chi-square* didapatkan P value: 0,000 < 0,05, di mana dapat disimpulkan ada hubungan *self-management* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas lembursitu kota sukabumi.

Self -Efficacy

Hasil penelitian didapatkan data bahwa *self-efficacy* pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas lembursitu

mayoritas terdapat pada kategori kurang sebanyak 46 responden dengan persentase (71,9%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Alisa et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian dari 73 responden menunjukkan bahwa sebanyak 34 responden (46,6%) memiliki kategori efikasi diri baik, dan 39 responden (53,4%) memiliki efikasi diri kurang baik. *Self-efficacy* berhubungan dengan situasi yang spesifik, yang tidak



berlaku untuk konsep- konsep terkait seperti harga diri, kepercayaan diri dan *locus of control* (Maibach & Murphy dalam Sukmayanti, 2014). Dengan kata lain, untuk setiap individu berhak menentukan apakah dia harus percaya diri atau tidak, tetapi bukan apakah individu ini umumnya memiliki ukuran efikasi diri yang tinggi atau rendah. Dengan demikian keberhasilan bukanlah ciri kepribadian, tetapi mudah untuk mempengaruhi karakteristik yang ketat situasi dan tugas yang terkait. Efikasi diri mendorong proses control diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola perawatan diri pada pasien diabetes melitus (Shortridge-Bagget & Lens, dalam Sukmayanti, 2014).

Self-efficacy adalah gagasan kunci dari teori social kognitif (*social cognitive theory*) yang dikembangkan oleh (Damayantie et al., 2021) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tugas-tugas tertentu yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil sesuai yang diharapkan.

Self efficacy yang kurang tentu saja akan menimbulkan dampak psikologis yang akan muncul akibat penyakit diabetes melitus tipe 2 karena seperti yang kita ketahui diabetes melitus tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis. *Self efficacy* dapat ditingkatkan dengan pemberian informasi mengenai diabetes melitus tipe 2 itu sendiri, sehingga tingkat pengetahuan responden akan bertambah mengenai manajemen control diabetes. Hal ini di dukung oleh penelitian (Bude, 2020) berdasarkan data bahwa paling banyak responden dengan *self efficacy* pada diabetes melitus tipe 2 berada pada kategori baik yang berjumlah 29 orang (49,25%). Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar dari jumlah responden memiliki efikasi diri yang baik sehingga dampak pada

psikologis dan kualitas hidup tidak akan timbul pada pasien diabetes melitus tipe 2 tersebut.

Menurut peneliti *self-efficacy* menyatakan individu yang memiliki efikasi diri yang baik akan selalu berpegang teguh terhadap tujuannya, begitu juga sebaliknya individu yang memiliki efikasi yang kurang baik akan memiliki komitmen yang rendah terhadap tujuannya.

Self-Management

Hasil penelitian didapatkan data bahwa *self-management* pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas lembursitu responden kategori baik sebanyak 28 responden (43,8%), dan kategori kurang sebanyak 36 responden (56,3%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitria Alisa, dkk (2020). Berdasarkan hasil penelitian dari 73 responden menunjukkan bahwa sebanyak 29 responden (39,7%) memiliki kategori manajemen diri baik, dan 44 responden (60,3%) memiliki manajemen diri kurang baik.

Self-management Diabetes Melitus merupakan suatu tindakan individu dalam mengontrol diabetes melitus termasuk melakukan pengobatan dan pencegahan komplikasi. Tujuan *self-management*, yaitu untuk mencapai kadar glukosa darah optimal (Mulyani, 2016).

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Solikin (2020) menunjukkan bahwa responden yang memberikan penilaian terhadap variabel *self-management* dalam kategori baik sebanyak 32 responden (32,7%), dan penilaian terhadap variabel *self-management* dalam kategori cukup sebanyak 47 responden (48%), dan *self-management* kategori kurang sebanyak 19 responden (19,4%).



Menurut peneliti *self-management* dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu *self-efficacy*. *Self-efficacy* memberikan landasan untuk *self-management* pada diabetes melitus karena berfokus pada perubahan perilaku. Pada individu dengan diabetes tipe II perilaku yang menunjukkan *self-management* adalah perilaku pengobatan, diet, monitoring kadar gula dalam darah, latihan jasmani, pengontrolan pola makan, control rutin ke dokter, dan pengambilan keputusan. Jika perilaku dalam *self-management* kurang, maka akan mempengaruhi terhadap hidupnya.

Kualitas Hidup

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup responden kategori baik sebanyak 13 responden (20,3%), kategori cukup sebanyak 43 responden (67,2%), dan kategori kurang sebanyak 8 responden (12,5%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Solih (2020) dapat diketahui bahwa Sebagian besar kualitas hidup responden pada kategori baik sebanyak 23 responden (23,5%), pada kategori cukup sebanyak 56 responden (57,1), dan pada pada kategori kurang sebanyak 19 responden (19,4%).

Kualitas hidup pada penderita Diabetes Melitus merupakan salah satu fokus utama dalam pengobatan, sebisa mungkin kualitas hidup yang baik harus dipertahankan (Winahyu et al., 2019). Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 yaitu meliputi, jenis kelamin, Pendidikan, usia, status social ekonomi dan komplikasi akibat diabetes melitus. Komplikasi tersebut dapat meningkatkan ketidak mampuan pasien secara fisik, psikologis, dan sosial.

Hasil penelitian (Nisa et al., 2018) menunjukkan Kualitas hidup penderita DM tipe 2 didapatkan bahwa dari 73 responden sebanyak 37 responden (50,7%) memiliki kualitas hidup dalam kategori baik dan sebanyak 36 responden (49,3%) memiliki kualitas hidup kurang.

Menurut peneliti bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas hidup yang baik karena penderita diabetes melitus merasa dapat menerima keadaanya sekarang ini dan merasa puas dengan usaha dalam pengobatannya. Sedangkan responden yang memiliki kualitas hidup cukup dikarenakan responden merasa cukup menerima kondisinya dan responden merasa cukup dengan usahanya dalam pengobatan diabetes melitus. Dan responden yang memiliki kualitas hidup kurang dikarenakan responden merasa cemas dengan kondisi sakit yang dialami.

Hubungan *Self-Efficacy* Dan *Self-Management* Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi

Hasil uji *chi-square* didapatkan *P value*: $0,001 < 0,05$, di mana dapat disimpulkan ada hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Nisa et al., 2018) dengan judul hubungan efikasi diri dan dukungan keluarga dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di klinik penyakit dalam rsud dr. soedarso pontianak yang dimana penelitian tersebut menggunakan uji *Chi-Square* dengan sampel sebanyak 73 responden. yang digunakan dengan teknik *non-probability sampling*. Pada penelitian Khairun Nisa dkk (2018) dimana terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup penderita



DM tipe 2 dengan nilai p value 0,001 yang berarti ada hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Klinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Soedarso Pontianak. *Self- efficacy* pada pasien DM tipe 2 berfokus pada keyakinan yang dimiliki terhadap kemampuannya untuk melakukan perawatan diri atau self-management diabetes (Al-Khawaldeh, et al., 2012).

Self- efficacy yang dimiliki oleh penderita diabetes melitus baik atau kurang dapat dibentuk oleh individu itu sendiri. Adanya keyakinan pada diri pasien diabetes melitus dapat ditunjukkan dari sebuah perilaku tertentu dan mengubah pola pikir tertentu sehingga dapat mengelola dan meminimalkan gejala yang mereka alami dan meningkatkan kualitas hidup (Rahmwadani, 2015). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ratnawati, 2016) dengan judul hubungan efikasi diri terhadap kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Rs PKU Muhammadiyah Yogyakarta menunjukkan bahwa korelasi antara efikasi diri terhadap kualitas hidup adalah bermakna ($p=0,000$).

Menurut peneliti bahwa adanya hubungan antara *self- efficacy* dengan kualitas hidup karena *self- efficacy* membentuk sebuah motivasi dalam diri pasien serta mengatur emosi dan memungkinkan seseorang untuk membentuk lingkungan yang sesuai sehingga membantu pencapaian tujuan dari pasien yaitu untuk meminimalkan gejala dan mengikuti pengobatan dengan baik. Seseorang yang memiliki *self- efficacy* yang baik akan mendorong seseorang untuk berperilaku yang positif dalam kehidupannya dan berdampak pada tingginya rasa percaya diri dalam merespon hal-hal tertentu untuk mencapai tujuan sehingga akan berpengaruh pada program terapi/pengobatan yang sedang dijalankan mulai dari pengaturan makan yang

sesuai dengan anjuran petugas kesehatan, latihan fisik/olahraga, pengontrolan kadar gula darah dan konsumsi obat sehingga dapat mempertahankan dan meningkatkan kualitas hidup yang baik pada pasien.

Hubungan *Self-Management* Dan *Self-Management* Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi

Hasil uji *chi-square* didapatkan P value: $0,000 < 0,05$, di mana dapat disimpulkan ada hubungan *self-management* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas lembursitu kota sukabumi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Prastyo, 2021) dimana terdapat hubungan antara *self-management* dengan kualitas hidup penderita *diabetes mellitus* di wilayah kerja puskesmas baki dengan nilai p value 0,000 atau p value $<0,05$, dan nilai koefisien korelasi 0,479. Hasil ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Luthfa & Fadhilah, 2019) dimana terdapat hubungan antara *self-management* dengan kualitas hidup pasien *diabetes mellitus* di puskesmas Bangetayu Semarang dengan nilai p value 0,000 atau p value $<0,05$, dan nilai koefisien korelasi 0,394, dengan arah korelasi positif. Dan hasil ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nurhayati, 2022) dimana terdapat hubungan antara *self-management* dengan kualitas hidup pasien *diabetes mellitus* dengan nilai p value 0,000 atau p value $<0,05$. Hasil analisis penelitian (Solikin & Heriyadi, 2020) menggunakan uji statistik Spearman Rank menunjukkan p value 0,000 nilai tersebut secara statistik bermakna ($p < 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *self-management* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas



Landasan Ulin tahun 2019, yang diartikan semakin baik *self-management* maka akan semakin baik kualitas hidup pasien diabetes melitus. Hal ini sejalan dengan Onuoha dan Ezenwaka 2014 dalam Hidayanti (2017) yang menuliskan bahwa diabetes *self-management* merupakan salah satu strategi yang tepat untuk mengendalikan penyakit diabetes melitus (Hidayati, 2017).

Menurut peneliti dengan meningkatkan *Self-management* diabetes melitus yaitu dengan tindakan dalam mengontrol diabetes melitus, melakukan pengobatan rutin, kontrol gula darah rutin, diet diabetes melitus dan melaksanakan aktifitas seperti olahraga, maka kualitas hidup pasien diabetes melitus akan meningkat. *Self-management* yang dilakukan secara konsisten dapat mengontrol ketidak stabilan kadar gula darah, meminimalkan komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup penderitanya. Penurunan kualitas hidup pada penderita DM sering disebabkan karena penderita tidak konsisten melakukan manajemen diri, sehingga mempengaruhi kesehatan fisik, kesehatan psikososial dan hubungan dengan lingkungan sekitar.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian mengenai “Hubungan *Self Efficacy* dan *Self-Management* Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi” maka dapat disimpulkan: Penderita diabetes melitus tipe 2 berdasarkan usia mayoritas >35 tahun sebanyak 68 responden (90,6%), berdasarkan pendidikan mayoritas sekolah dasar (SD) sebanyak 24 responden (37,5%), berdasarkan pekerjaan mayoritas ibu rumah tangga (IRT)/ tidak bekerja sebanyak 34 responden (53,1%), berdasarkan jenis kelamin mayoritas perempuan sebanyak 33 responden

(51,6%), dan berdasarkan lama menderita penyakit diabetes melitus tipe 2 mayoritas 3 tahun sebanyak 19 responden (29,7%). *Self efficacy* pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi berada pada kategori kurang. *Self management* pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi berada pada kategori kurang. Kualitas hidup pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi berada pada kategori cukup. *Self-efficacy* memiliki hubungan yang signifikan (p value=0,001) dengan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi. *Self-management* memiliki hubungan yang signifikan (p value=0,000) dengan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi.

DAFTAR PUSTAKA

- alisa, F., Despitari, L., & Marta, E. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas Andalas Kota Padang. *Menara Ilmu, Xiv*(02), 30–35.
- American Diabetes Association. (2015). Standards Of Medical Care In Diabetes 2015-Abridged For Primary Care Providers. *Clin Diabetes, 33*(2), 77–113.
- Bude, O. (2020). *Hubungan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Tipe 2*.
- Damayantie, N., Rusmimpong, R., & Nomiko, D. (2021). Diabetes Self Management Education Sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Hidup



- Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Binakes*, 2(1), 6–12. <https://doi.org/10.35910/binakes.v2i1.433>
- Hidayati, L. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Management Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Yoogyakarta: Fkik Umy*.
- Idf. (2019). International Diabetes Federation (Idf) Diabetes Atlas. In *Idf Diabetes Atlas, 8th Edition* (Idf Diabet).
- Kholifah, Siti Nur. (2014). Self-Management Interventions Sebagai Upaya Peningkatan Kepatuhan Pada Penderita Dm. *Cambridge Handbook Of Psychology, Health And Medicine, Second Edition*, 2, 393–397. <https://doi.org/10.1017/Cbo9780511543579.087>
- Kisokanth, G. (2022). *Review Article : Factors Influencing Self-Management Of Diabetes Mellitus ; A Review Article. October 2013*, 1–7.
- Kusniadi, N. (2015). *Stop! Diabetes, Hipertensi, Kolestrol Tinggi, Jantung Koroner*. Istana Medika.
- Luthfa, I., & Fadhilah, N. (2019). Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Endurance*, 4(2), 402. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i2.4026>
- Maghfuri, A. (2016). *Buku Pintar Perawatann Luka*. Salemba Medika.
- Mhd. Zainudin, W. U., & Herlina. (2015). Hubungan Stress Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Mhd. Zainuddin 1 , Wasisto Utomo 2 , Herlina 3. *Jom*, 2(1), 890–898.
- Mulyani. (2016). *Hubungan Self Management Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Dengan Kadar Gula Darah Di Rumah Sakit Kota Banda Aceh*. 56–63.
- Nisa, K., Nurfianti, A., & Sukarni. (2018). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Penyakit Dalam Rsud Dr Soedarso Pontianak. *Proners*, 4(1), 1–7.
- Noormania, N. (2014). *Pengaruh Self Efficacy Dan Iklim Organisasi Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Di Pt Wijaya Karya Beton, Tbk*. Skripsi.
- Nurhayati, C. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Diabetes Melitus, Self Management Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Journal Of Nursing And Health Science*, 1(2), 58–65.
- Pace, G. (2017). *A Adaptation And Validation Of The Diabetes Manajement Self Efficacy Scale Brazilian Portuguese* (1st Ed.).
- Prastyo, A. N. (2021). Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1–16.
- Ratnawati, N. (2016). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rs Pku Muhammadiyah Yogyakarta. *Ucv*, 1(02), 0–116. <http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/unitru/10947/MiñanoGuevara%2cKarenAnali.pdf?sequence=1&isallowed=y%0ahttps://repository.upb.edu/bitstream/handle/20.500.11912/3346/DiversidadDeMacroinvertebradosAcuáticosYSu.pdf?sequence=1&isallowed=y>
- Safitri, A., Marwati, T., & Handayani, L. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup (Quality Of



- Life) Penderita Diabetes. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(1), 15361–15379.
- Soelistidjo. (2015). *Konsesus Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia* (1st Ed.). Pb Perkeni.
- Sofia, Dewi, J. (2013). *Antara Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Klien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Wijaya Kusumah Kuningan*. 98–102.
- Solikin, S., & Heriyadi, M. R. (2020). Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Landasan Ulin. *Dinamika Kesehatan: Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 11(1), 432–439. <https://doi.org/10.33859/Dksm.V11i1.545>
- Tandra, H. (2017). *Segala Sesuatu Yang Harus Ketahui Tentang Diabetes* (2nd Ed.). Pt Gramedia Pustaka.
- Winahyu, K. M., Anggita, R., & Widakdo, G. (2019). *Characteristics Of Patients , Self-Efficacy And Quality Of Life Among Patients With Type 2 Diabetes Mellitus*. 7(3), 277–282.

