

## HUBUNGAN SELF-EFFICACY DENGAN SELF CARE PADA PASIEN DIABETES MELITUS

Nur Wahyuni Munir, Mahani Darma Solissa  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Muslim Indonesia

---

### ABSTRAK

*Self care* diabetes melitus adalah tindakan penting untuk pencegahan komplikasi akut dan kronik dan memerlukan perawatan terus menerus. *Self-efficacy* berguna dalam merencanakan dan mengkaji intervensi edukasi serta baik untuk memprediksi modifikasi perilaku *self-care*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan *self care* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar. Desain penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Adapun penentuan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* dengan besar sampel sebanyak 41 responden. Penelitian dilakukan pada Bulan Mei 2019. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar pasien memiliki *self-efficacy* baik (85,4%) dan *self care* baik (83%). Hasil uji *Fisher Exact* dengan  $\alpha < 0,05$  menunjukkan ada hubungan antara *self-efficacy* dengan *self care* pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar ( $\rho=0,005$ ). Upaya promosi kesehatan mengenai *self care* diabetes melitus perlu ditingkatkan agar dapat menambah pengetahuan pasien dalam pelaksanaan *self care* diabetes melitus.

**Kata kunci :** *self-efficacy, self care, diabetes melitus*

### ABSTRACT

*Self care diabetes mellitus is an important measure for prevention of acute and chronic complications and requires continuous treatment. Self-efficacy is useful in planning and reviewing educational interventions and is good for predicting modification of self-care behavior. This study aims to see the relationship between self-efficacy and self-care in patients with type 2 diabetes mellitus at the Puskesmas Tamamaung, Makassar City. The research design used was an analytic survey with a cross sectional study approach. The sample determination was carried out by purposive sampling technique with a sample size of 41 respondents. The research was conducted in May 2019. The results showed that most of the patients had good self-efficacy (85.4%) and good self-care (83%). The results of the Fisher Exact test with a  $<0.05$  showed that there was a relationship between self-efficacy and self-care in diabetes mellitus patients at Tamamaung Public Health Center Makassar City ( $\rho = 0.005$ ). Health promotion efforts regarding diabetes mellitus self-care need to be increased in order to increase patient knowledge in the implementation of diabetes mellitus care.*

**Keywords:** *Self-Efficacy; Self-Care; Diabetes Melitus*

---

Alamat korespondensi: Fakultas Kesehatan Masyarakat, Kampus II Universitas Muslim Indonesia, Jl. Urip Sumoharjo Km 5 Makassar, Sulawesi Selatan, 90231  
Email: [nurwahyuni.munir@umi.ac.id](mailto:nurwahyuni.munir@umi.ac.id)

### PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis multisistem yang berhubungan dengan produksi insulin yang abnormal, gangguan penggunaan insulin, atau keduanya (Lewis, Dirksen, Heitkemper, & Bucher, 2014). Data WHO (2018) menunjukkan sebanyak 422 juta orang dewasa

mengalami DM dan sebanyak 1,6 juta meninggal karena DM setiap tahunnya. Adapun di Indonesia, prevalensi DM sebesar 6,7% (10.276.100 kasus DM dari 166.531.000 orang dewasa) (IDF, 2018). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Provinsi Sulawesi Selatan mengalami kenaikan prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur  $\geq 15$  tahun sejak tahun 2013-2018 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

*Self-efficacy* (efikasi diri) merupakan gagasan kunci dari teori sosial kognitif (*social cognitive theory*) yang dikembangkan oleh Albert Bandura. Bandura (1997 dikutip dalam Damayanti, 2017) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tugas-tugas tertentu yang dibutuhkan untuk mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. Efikasi diri membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha untuk maju, serta kegigihan dan ketekunan dalam mempertahankan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka. *Self-efficacy* berguna dalam merencanakan dan mengkaji intervensi edukasi serta baik untuk memprediksi modifikasi perilaku *self-care*. *Self-efficacy* memberikan landasan untuk keefektifan *self-management* pada diabetes mellitus karena berfokus pada perubahan perilaku (Pace et al., 2017).

Pembahasan berhubungan dengan *self efficacy* pada manajemen diri pasien DM, terdiri dari diet, aktifitas fisik, kontrol glikemik, pengobatan, dan perawatan kaki. *Self-efficacy* merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh pasien DM, khususnya dalam melakukan manajemen diri terkait penyakitnya. Rekomendasi dan implikasi terhadap keperawatan adalah untuk meningkatkan *self-efficacy* sebagai salah satu intervensi mandiri keperawatan. Perawat dapat memulai proses keperawatan dengan mengkaji tingkat *self-efficacy* pasien, kemudian dilanjutkan dengan memberikan edukasi terkait manajemen diri DM sebagai sebuah intervensi yang dapat diintegrasikan ke dalam pelayanan keperawatan. *Self-efficacy* berguna untuk memprediksi peningkatan *self-management*. Individu yang memiliki efikasi yang baik akan berusaha mencapai tujuan spesifik meski menghadapi hambatan. Beberapa penelitian menunjukkan Program edukasi *diabete self-management* berdasarkan teori *self-efficacy* dapat meningkatkan *self-management* dan dapat menunda onset komplikasi dari kondisi pasien (Walker et al., 2014).

Diabetes yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan berbagai komplikasi, yang secara umum dibagi dua yaitu komplikasi mikrovaskuler dan komplikasi makrovaskuler (American Diabetes Association (ADA), 2014; Smeltzer, Bare, Hinkle, & Cheever, 2010), bahkan dapat mengakibatkan kematian. Oleh karena itu, pasien yang didiagnosa DM harus menjalankan manajemen diri dengan baik agar risiko terjadinya komplikasi dapat dikurangi.

Pelaksanaan manajemen diri pasien DM dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah *self-efficacy*. Beberapa penelitian menemukan bahwa individu dengan tingkat *self-efficacy* yang tinggi memiliki hubungan positif dengan partisipasi dalam perilaku manajemen diri diabetes, meskipun tidak terjadi secara bersamaan pada semua domain manajemen diri (Sharoni & Wu, 2012). Oleh karena itu, pembahasan mengenai *self-efficacy* dalam manajemen diri pasien DM perlu dilakukan, mengingat bahwa meningkatkan *self-efficacy* merupakan salah satu tindakan mandiri keperawatan (Bulechek, Butcher, Dochterman, & Wagner, 2013).

*Self care* diabetes merupakan tindakan membantu mengendalikan gula darah yang dapat menghasilkan kondisi kesehatan yang lebih baik (Karimi et al., 2017). Caring merupakan sifat dasar manusia untuk membantu, memperhatikan, mengurus, dan menyediakan bantuan, serta memberi dukungan kepada individu (Hutahaeen, 2020). Penderita DM melakukan *self care* dengan memperhatikan dan membantu dirinya dalam menjaga kesehatannya. Peningkatan kadar gulah darah dapat dicegah dengan melakukan *self care* dengan terdiri dari pengaturan diet, olah raga, terapi obat, perawatan kaki, dan pemantauan gula darah. Kemampuan dalam menjalankan kebiasaan *self care* yang tepat dan sukses berhubungan erat dengan angka morbiditas dan mortalitas dan secara signifikan mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup. Namun kontrol diabetes melitus yang buruk dapat mengakibatkan hiperglikemia dalam jangka panjang, yang menjadi pemicu beberapa komplikasi yang serius (Chaidir, Wahyuni, & Furkhani, 2017).

Hasil penelitian Anindita, Diani, dan Hafifah (2019) menunjukkan ada hubungan efikasi diri dengan kepatuhan melakukan latihan fisik pada pasien DM tipe 2. Hasil penelitian Putra dan Suari

(2018) juga menunjukkan ada hubungan *self efficacy* terhadap manajemen perawatan diri pasien yang menderita diabetes mellitus tipe 2 di Desa Sembiran Kecamatan Tejakaula, Bali. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Tamamaung Kota Makassar penderita diabetes melitus pada Maret tahun 2019 tanpa komplikasi berjumlah 41 pasien dan dengan komplikasi sebanyak 79 pasien. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka peneliti tertarik mengambil judul tentang hubungan *self-efficacy* dengan *self care* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Adapun penentuan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi yaitu pasien diabetes melitus tipe 2 tanpa komplikasi yang diketahui dari rekam medik dan hasil wawancara pasien. Besar sampel sebanyak 41 responden. Penelitian dilakukan di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar pada Bulan Mei 2019. Variabel independent/bebas dari penelitian ini adalah *self-efficacy* dan variabel dependen/terikat adalah *self care* pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Kuesioner ini terdiri dari data demografi dan beberapa variabel yang akan diteliti. Data demografi meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, dan lamanya menderita diabetes melitus. Penelitian ini menggunakan *skala guttman* dan *skala likert*. Variabel efikasi diri terdiri dari 15 pertanyaan dengan nilai tertinggi 5 dan terendah 1. Variabel ini menggunakan nilai cronbach'alpha 0,904 dari penelitian sebelumnya yaitu Ratnawati (2016). Variabel *self care* diabetes melitus terdiri dari 14 pertanyaan dengan nilai tertinggi 2 dan terendah 1. Variabel *self care* memiliki nilai cronbach'a alpha 0,696 dari penelitian sebelumnya yaitu Saimima (2015). Analisis statistik bivariat menggunakan *Fixer Exact Test* dengan tingkat kemaknaan 0,05.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik pasien diabetes melitus pada tabel 1, pasien diabetes melitus paling banyak berada pada umur 56 sampai dengan 65 tahun (41,5%), sebagian besar jenis kelamin perempuan (56,1%), pekerjaan terbanyak pada Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 23 pasien (39,0%), umumnya telah menderita diabetes melitus kurang dari 5 tahun (58,5%), dan sebagian besar berada pada tingkat pendidikan perguruan tinggi yaitu 14 pasien (34,1%).

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar Tahun 2019**

No.	Karakteristik	Jumlah	
		n (41)	% (100)
1	Umur		
	46-55 Tahun (Lansia Awal)	11	26,8
	56-65 Tahun (Lansia Akhir)	17	41,5
	> 65 Tahun (Manula)	13	31,7
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	18	43,9
	Perempuan	23	56,1
3	Pekerjaan		
	Pensiunan	13	31,7
	Wiraswasta	5	12,2
	IRT	16	39,0

	Tidak Bekerja	2	4,8
	PNS	5	12,2
4	Lama Menderita DM		
	< 5 tahun	24	58,5
	≥ 5 Tahun	17	41,5
5	Tingkat Pendidikan		
	SD	13	31,7
	SMP	4	9,8
	SMA	10	24,4
	Perguruan Tinggi	14	34,1

Hasil penelitian Kurniawan dan Yudianto (2016) menunjukkan bahwa usia pasien, tingkat pendidikan, dan *self-efficacy* berkontribusi terhadap *diabetes self-management*. Adapun hasil penelitian Messina et al. (2018) menunjukkan *self-efficacy* dengan manajemen pola hidup yang baik berada pada pasien dengan lama terdiagnosis DM 1 tahun sampai 15 tahun dan *self-efficacy* yang buruk pada jenis kelamin laki-laki dengan usia di bawah 65 tahun. Pada penelitian ini, lama pasien terdiagnosis DM 2 tahun hingga 18 tahun.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Self-efficacy* Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar 2019**

<i>Self-efficacy</i>	Jumlah	
	n	%
Baik	35	85,4
Kurang Baik	6	14,6
Total	41	100%

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi *Self Care* Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar 2019**

<i>Self Care</i>	Jumlah	
	n	%
Baik	34	83,0
Kurang Baik	7	17,0
Total	41	100%

**Tabel 4. Hubungan *Self-Efficacy* dengan *Self Care* Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar 2019**

<i>Self-Efficacy</i>	<i>Self care</i>				Total	$\rho$ -Value
	Baik		Kurang Baik			
	n	%	n	%		
Baik	32	91,5	3	8,5	35	100
Kurang Baik	2	33,3	4	66,7	6	100
Total	34	82,9	7	17,1	41	100

Tabel 2 menunjukkan terdapat 35 orang (85,4%) pasien mempunyai *self-efficacy* baik. Adapun pada tabel 3 menunjukkan terdapat 34 orang (85,4%) pasien mempunyai *self care* dengan kategori baik. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4, pasien yang memiliki *self-efficacy* dan *self care* baik sebanyak 32 pasien (91,4%), sedangkan pasien yang memiliki *self-efficacy* dan *self care* kurang baik sebanyak 4 pasien (66,7%). Berdasarkan hasil uji analisis uji statistik Fisher Exact Test diperoleh nilai  $p= 0,005$ . Dengan demikian ada hubungan antara *self-efficacy* dengan *self care* diabetes melitus.

Adapun pasien yang memiliki *self-efficacy* baik namun *self care* kurang baik sebanyak 3 pasien (8,5%). Hal ini dapat dipengaruhi oleh persepsi pasien yang salah dalam pelaksanaan *self care* yaitu kurang memahami manfaat diet dan melakukan aktifitas fisik secara tidak teratur. Sebagian besar pasien menganggap diet hanya sebatas mengurangi makan makanan yang manis (gula) dan menganggap aktivitas fisik hanya untuk kesehatan pada umumnya, bukan untuk mengontrol kadar glukosa darah. Adapun faktor luar yang dapat mempengaruhi penerapan *self care* diabetes melitus yaitu motivasi pasien yang kurang terhadap pelaksanaan *self care*. Selain itu, terdapat juga 2 pasien (33,3%) yang memiliki *self-efficacy* kurang baik namun memiliki *self care* baik. Hal ini dapat terjadi karena pengaruh dari keluarga atau lingkungan sosial dimana pasien tinggal. Pengetahuan dan dukungan sosial diperlukan dan diintegrasikan dalam program perawatan manajemen diabetes pasien.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Amelia et al. (2018) menunjukkan bahwa perilaku perawatan diri diabetes melitus tipe 2 di Binjai secara signifikan dipengaruhi oleh *self-efficacy* ( $p= 0,000$ ). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Akoit (2015), bahwa ada hubungan *self-efficacy* dengan perilaku perawatan diri  $p=0,036$ . *Self-efficacy* merupakan hal yang sangat penting dalam pengobatan diabetes melitus dengan *self-efficacy* atau keyakinan diri yang baik, penyandang diabetes melitus mampu untuk melakukan aktifitas perawatan diri sehingga kadar gula darah dimungkinkan untuk tetap berada dalam batas normal.

*Self-efficacy* merupakan keyakinan terhadap kemampuan diri yang mampu mendorong pasien dalam mempertahankan perilaku *self care* diabetes melitus sehingga pasien mampu mengelola perawatan diri dalam menerapkan *self care* diabetes melitus. *Self-efficacy* merupakan suatu bentuk perilaku kesehatan yang terbentuk di dalam diri seseorang yang dipengaruhi oleh dua faktor utama yaitu stimulus faktor dari luar diri seseorang dan faktor dari dalam diri orang yang bersangkutan (Rias, 2016). *Self-efficacy* memiliki peranan yang sangat penting dalam merubah perilaku kesehatan seseorang. *Self-efficacy* erat hubungannya dengan kepatuhan, termasuk kepatuhan diet pada diabetes. Semakin baik *self-efficacy* yang dimiliki seseorang maka semakin baik juga perilaku kesehatannya (Yaqin, Niken, dan Dharmana, 2017).

## SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara *self-efficacy* dengan *self care* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar. Sebagian besar pasien memiliki *self-efficacy* baik (85,4%) dan *self care* baik (83%).

## SARAN

Upaya promosi kesehatan mengenai *self care* diabetes melitus perlu ditingkatkan agar dapat menambah pengetahuan pasien dalam pelaksanaan *self care* diabetes melitus. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor yang berhubungan dengan upaya pasien terhadap pelaksanaan *self care* diabetes melitus dengan dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan variabel terkait lainnya.

## DAFTAR PUSTAKA

Akoit, E. E. (2015). Dukungan Sosial Dan Perilaku Perawatan Diri Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Info Kesehatan*, 14(2).

- Amelia, R., Lelo, A., Dharma, L., & Mutiara, E. (2018). Analysis Of Factors Affecting The Self-Care Behaviors Of Diabetes Mellitus Type 2 Patients In Binjai, North Sumatera-Indonesia. *Asian Journal Of Microbiology, Biotechnology And Environmental Sciences*, 20(2), 361–367.
- Anindita, M. W., Diani, N., & Hafifah, I. (2019). Hubungan efikasi diri dengan kepatuhan melakukan latihan fisik pada pasien DM tipe 2. *Nusantara Medical Science Journal (NMSJ)*, 4(1): 1-6.
- Putra, P. W. K., & Suari, K. P. (2018). Hubungan *self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *self care management* pasien diabetes mellitus tipe 2. *Indonesia Jurnal Perawat*, 3(1): 51-59.
- American Diabetes Association (ADA). (2014). Standards of medical care in diabetes-2014. *Diabetes care* (Vol. 37 Suppl 1, pp. S14–80). doi:10.2337/dc14-S014
- Bulechek, G. M., Butcher, H. K., Dochterman, J. M., & Wagner, C. M. (Eds.). (2013). *Nursing Intervention Classification (NIC)* (6th ed.). USA: Mosby, Elsevier Inc.
- Chaidir, R., Wahyuni, A. S., & Furkhani, D. W. (2017). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Endurance*, 2(2), 132–144.  
<https://doi.org/10.22216/Jen.V2i2.1357>
- Damayanti, S. (2017). efektivitas (self-efficacy enhancement intervention program (seeip) terhadap efikasi diri manajemen diabetes mellitus tipe 2, 4(April), 148–153.
- Hutahaean, S. (2020). *Aplikasi Caring Perawat Sebagai Penunjang Kesembuhan Klien*. Media Sains Indonesia. Bandung
- Karimi, F., Abedini, S., Mohseni, S., Abbas, B., Abbas, B., Sciences, M., & Abbas, B. (2017). Electronic Physician ( Issn : 2008-5842 ), (November), 5863–5867.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Riset kesehatan dasar 2018 [homepage on the internet]. Nodate [cited 2019 Apr 27]. Available from:  
<http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Risikesdas%202018.pdf>
- Kurniawan, T., & Yudianto, K. (2016). Diabetes Self-Management and Its related Factors Manajemen Diabetes dan Faktor-Faktor yang Memengaruhi, 4, 267–273.
- Lewis, S. L., Dirksen, S. R., Heitkemper, M. M., & Bucher, L. (2014). *Medical-Surgical Nursing: Assessment and Management of Clinical Problems* (Nineth Edition). Missouri: Elsevier Mosby.
- Messina, R., Rucci, P., Sturt, J., Mancini, T., & Fantini, M. P. (2018). Assessing self-efficacy in type 2 diabetes management : validation of the Italian version of the Diabetes Management Self-Efficacy Scale ( IT-DMSES ), 1-9.
- Pace, A. E., Gomes, L. C., Bertolin, D. C., Maria, H., & Macedo, A. (2017). Adaptation and validation of the Diabetes Management Self-Efficacy Scale to Brazilian Portuguese 1.  
<http://doi.org/10.1590/1518-8345.1543.2861>
- Ratnawati, N. (2016). Hubungan efikasi diri terhadap kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.
- Rias, Y. A. (2016). Hubungan Pengetahuan Dan Keyakinan Dengan Efikasi Diri Penyandang Diabetic Foot Ulcer. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 1(1), 1–5.
- Saimima, S. (2015). *Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Labuang Baji Kota Makassar*. Universitas Muslim Indobesia.
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2010). *Brunner & Suddarth's Textbook of Medical-Surgical Nursing* (12th ed.). Philadelphia.
- Walker, R. J., Smalls, B. L., Hernandez-Tejada, M. A., Campbell, J. A., & Egede, L. E. (2014). Effect of diabetes self-efficacy on glycemic control, medication adherence, self-care behaviors, and quality of life in a predominantly low-income, minority population. *Ethn Dis*, 24(7):349–55.
- World Health Organization. Global report on diabetes [homepage on the internet]. Nodate [cited 2018 Aug 16]. Available from: <http://www.who.int/diabetes/en/>
- Yaqin, A., Niken, S., & Dharmana, E. (2017). Efek Self Efficacy Training Terhadap Self Efficacy Dan Kepatuhan Diet Diabetesi. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 1(1), 1–10.