

Hubungan Durasi Menderita Diabetes Mellitus Dengan *Self-Efficacy* Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar

Andi Fajriansi^{1*}, Yusnaeni Y²

^{1,2}Program Studi Profesi Ners, Stikes Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII No. 24, Makassar, Indonesia
Email: andifajriansi@stikesnh.ac.id^{1*}

Abstrak

Penyakit kronis diabetes melitus dapat mempengaruhi keyakinan diri penderita karena membutuhkan perawatan jangka panjang. Keyakinan diri atau *self-efficacy* adalah komponen penting dalam keberhasilan manajemen diabetes, *self-efficacy* penderita dalam mengelola penyakitnya juga dipengaruhi oleh lamanya (durasi) menderita diabetes melitus. Tujuan penelitian mengetahui hubungan durasi menderita diabetes mellitus dengan *self-efficacy* penderita diabetes melitus. Metode penelitian kuantitatif pendekatan Cross Sectional Study, sampel berjumlah 42 responden melalui metode accidental sampling. Pengumpulan data wawancara dan rekam medis untuk durasi menderita dan kuesioner Diabetes Management Self-Efficacy Scale (DMSES) untuk *Self-Efficacy*. Analisa data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikan $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara durasi menderita diabetes mellitus dengan *self-efficacy*, $0,002 < 0,05$. Penderita yang lebih lama dengan penyakit diabetes mellitus dapat membuat penderita lebih yakin dan percaya diri dalam mengelola diabetesnya. Implikasi bagi tenaga kesehatan dalam program promosi kesehatan untuk memberikan pendampingan yang lebih intensif kepada penderita untuk meningkatkan *self-efficacy*.

Keywords: Diabetes melitus, Durasi menderita, *Self efficacy*

PENDAHULUAN

Salah satu penyakit tidak menular yang terus meningkat secara global adalah diabetes mellitus (DM). Menurut *World Health Organization* (WHO), sekitar 463 juta orang dewasa di seluruh dunia menderita diabetes pada tahun 2019. Angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 700 juta pada tahun 2045 (Saeedi et al., 2019). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, tingkat prevalensi diabetes mellitus di Indonesia meningkat signifikan dibandingkan tahun sebelumnya, mencapai 2,0% dari total penduduk (Laporan Riskesdas, 2018).

Manajemen diabetes mellitus diperlukan karena penyakit ini berlangsung

lama dan berkelanjutan. Mereka yang menderita diabetes mellitus harus melakukan berbagai perubahan gaya hidup, termasuk mengubah diet mereka, berolahraga secara teratur, memantau kadar gula darah, dan mematuhi pengobatan. Efikasi diri (*self-efficacy*) adalah salah satu aspek psikologis yang memengaruhi keberhasilan manajemen diabetes, yang tidak hanya bergantung pada kondisi medis (Chatterjee et al., 2017).

Menurut Bandura, 1997 menyatakan *efikasi diri* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Dalam kasus diabetes, *efikasi diri*

mengacu pada keyakinan penderita terhadap kemampuannya untuk melakukan perilaku manajemen diabetes yang efektif, seperti mengontrol diet, berolahraga, minum obat secara teratur, dan memantau kadar gula darah mereka (Mayberry & Osborn, 2012)

Lama waktu yang dihabiskan penderita diabetes merupakan komponen penting yang dapat mempengaruhi tingkat kemandirian. Penderita diabetes menghadapi banyak masalah dan pengalaman yang dapat memengaruhi persepsi tentang kemampuan untuk mengelola penyakitnya. Hubungan antara durasi diabetes dan efikasi diri telah dibahas dalam banyak penelitian. Penelitian oleh (Chen et al., 2020) menemukan bahwa jangka waktu diabetes yang lebih lama cenderung menurunkan efikasi diri karena kelelahan dalam mengelola penyakit dan munculnya komplikasi. Sebaliknya, ada penelitian yang menemukan bahwa jangka waktu yang lebih lama dapat meningkatkan efikasi diri karena pengalaman dan pembelajaran yang dikumpulkan dari waktu ke waktu (Zeng et al., 2022).

Pengalaman hidup dengan diabetes dapat memengaruhi efikasi diri penderita. Penderita yang baru didiagnosis mungkin mengalami shock dan kebingungan, sementara penderita yang telah menderita selama beberapa waktu telah mengembangkan strategi koping yang matang atau justru mengalami kelelahan karena beban penyakit yang terus menerus (Halliday et al., 2022)

Hasil penelitian tentang hubungan antara durasi diabetes dan efikasi diri masih tidak konsisten, dan penelitian lebih lanjut diperlukan, terutama pada populasi Indonesia. Faktor budaya, sistem kesehatan, dan aspek sosiodemografi yang berbeda dapat memengaruhi hubungan antara jangka waktu diabetes dan efikasi diri. Akibatnya, penelitian ini sangat penting untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang dinamika efikasi diri pada individu yang menderita diabetes mellitus dengan durasi yang berbeda-beda.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional Study* untuk menganalisis hubungan antara durasi menderita diabetes dengan efikasi diri pada satu waktu tertentu tanpa intervensi. Penelitian dilaksanakan pada bulan April-Mei 2025 di Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar dengan pemilihan sampel aksidental sampling didapatkan 42 responden, kriteria inklusi berusia 18-62 tahun, menderita Diabetes Mellitus tipe II minimal 6 bulan, dalam kondisi sadar dan menandatangani persetujuan menjadi responden. Instrumen yang digunakan pada variabel durasi menderita diabetes melalui wawancara dan rekam medis, variabel efikasi diri menggunakan kuesioner *Diabetes Management Self Efficacy Scale* (DMSES) yang dikembangkan oleh (Bijl, 1999) dan telah diadaptasi kedalam bahasa Indonesia dengan hasil uji validitas *corelasi product*

moment nilai $r\ 0,658 > 0,228$ dinyatakan valid dan uji reliabilitas nilai *cronbach alpha* $0,975 > 0,8$ dinyatakan reliabel. Pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS dengan uji analisa *korelasi Chi-Square* tingkat signifikan $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut distribusi karakteristik responden dalam penelitian.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persen
Usia		
45-54 tahun	16	38,1
55-65 tahun	22	52,4
66-74 tahun	4	9,5
Jenis kelamin		
Perempuan	34	81
Laki-laki	8	19
Pendidikan terakhir		
SD	9	21,4
SMP	12	28,6
SMA	19	45,2
Perguruan Tinggi	2	4,8
Pekerjaan		
Bekerja	42	100
Tidak Bekerja	0	0
Komplikasi		
Tidak ada	13	31
Ada	29	69
Konsumsi Obat		
Tidak	0	0
Ya	42	100
Total	42	100

Tabel 1 menunjukkan dari segi usia, 45-54 tahun terdapat 16 orang (38,1%) menandakan diabetes mellitus sudah mulai muncul pada usia produktif akhir, pada usia 55-65 tahun mayoritas penderita diabetes mellitusnya terdapat 22 orang (52,4%) menandakan risiko diabetes mellitus meningkat seiring bertambahnya usia sedangkan pada usia 66-74 tahun terdapat

penderita paling sedikit 4 orang (9,5%) diduga karena menurunnya populasi pada usia tersebut atau keterbatasan pada pengambilan sampel; berdasarkan jenis mayoritas perempuan (34 orang) yang mengalami diabetes mellitus dibandingkan laki-laki (8 orang) karena pengaruh hormonal pada saat menopause sehingga risiko tinggi resistensi insulin; dari segi pendidikan terakhir mayoritas responden berpendidikan rendah-menengah (SD 9 orang, SMP 12 orang, SMA 19 orang) tingginya kasus diabetes mellitus karena diduga kurangnya pengetahuan dan faktor sosial ekonomi sedangkan tamatan perguruan tinggi ada 2 orang memiliki pengetahuan akan informasi kesehatan dan akses layanan medis yang lebih luas; semua responden berstatus bekerja sebanyak 42 orang dan mengalami diabetes mellitus bisa karena pola hidup (kurang gerak dan pola makan tidak sehat) dan stres kerja; responden yang memiliki komplikasi mayoritas (29 orang) dibanding yang tidak memiliki komplikasi (13 Orang) ini menandakan bisa karena keterlambatan dalam diagnosis, manajemen diabetes yang kurang optimal atau kepatuhan pengobatan rendah; semua responden 42 orang konsumsi obat diabetes menandakan telah mendapatkan pengobatan medis.

Tabel 2. Analisa Univariat

Variabel	Distribusi	Persen
Durasi Menderita		
<5 tahun	17	40,5
>5 tahun	25	59,5
Self Efficacy		
Kurang	23	54,8
Baik	19	45,2
Total	42	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan durasi menderita diabetes mellitus mayoritas > 5 tahun sebanyak 25 responden (59,5%), ini menunjukkan butuh pemantauan lebih intensif risiko komplikasi lebih meningkat dibanding dengan durasinya <5 tahun sebanyak 17 responden (40,5%). Berdasarkan efikasi diri ada 23 responden (54,8%) yang efikasi dirinya kurang ini menunjukkan motivasi kontrol ketat manajemen diabetes menurun sedangkan yang efikasi diri baik menandakan lebih mampu dan motivasi baik dalam perawatan mandiri.

Tabel. 3 Analisa Bivariat

Durasi Menderita	Self efficacy				Total		p	α
	Kurang		Baik		N	%		
	n	%	n	%				
< 5 tahun	4	9,5	13	31	17	40,5		
>5tahun	19	45,2	6	14,3	25	59,5	0,002	0,05
Total	23	54,8	19	45,2	42	100		

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil penelitian ini, dengan nilai $p = 0,002$ dan tingkat kepercayaan 99,8%, menunjukkan ada hubungan yang signifikan secara statistik antara durasi menderita diabetes mellitus dengan efikasi diri pada penderita diabetes mellitus. Temuan ini menggambarkan bahwa semakin lama seseorang mengalami diabetes mellitus maka efikasi dirinya kurang.

Menurut Albert Bandura's (1997) teori *self-efficacy* menyatakan bahwa pengalaman keberhasilan (mastery experience), pengalaman orang lain (vicarious experience), persuasi sosial, dan kondisi fisiologis dan emosional memengaruhi efikasi diri(Bandura, 1997).

Pasien diabetes mellitus yang terdiagnosis < 5 tahun biasanya memiliki motivasi yang kuat untuk melakukan perawatan diri, optimisme masih kuat, dan biasanya mendapatkan dukungan yang lebih kuat dari keluarga dan layanan kesehatan yang intensif. Ini meningkatkan efikasi diri penderita dalam mengelola pola makan, olahraga, kepatuhan obat, dan pemeriksaan rutin. Sedangkan Pada penderita yang menderita >5 tahun, ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan penurunan efikasi diri, seperti kejenuhan dalam menjalani pengobatan jangka panjang, munculnya komplikasi, stres psikologis, dan kegagalan untuk mengontrol kadar gula darah. Faktor ini dapat mengurangi kepercayaan penderita terhadap kemampuan mereka sendiri untuk mengelola penyakitnya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa durasi diabetes mellitus dapat mempengaruhi tingkat efikasi diri penderita, meskipun hasilnya dapat bervariasi tergantung pada kondisi individu. Hasil Penelitian ini relevan dengan sebuah penelitian tentang hubungan *self-efficacy* dan dukungan sosial terhadap *self-care management* pasien diabetes mellitus tipe II yang menyatakan pengalaman yang terkumpul selama penyakit dapat meningkatkan atau mengurangi kemampuan untuk menyelesaikan masalah dan mendapatkan dukungan sosial, yang pada gilirannya mempengaruhi efikasi diri (Putra & Putri, 2018). Begitupun dengan hasil studi di Yordania menyatakan bahwa efikasi diri memainkan peran penting dalam

perilaku perawatan diri pasien DM tipe 2. Pasien dengan efikasi diri tinggi lebih patuh terhadap diet, olahraga, dan penggunaan obat dibandingkan dengan pasien dengan efikasi diri rendah (Al-Khawaldeh et al., 2012).

Sementara itu terdapat juga penelitian dengan hasil studi yang dilakukan oleh (Althubyani et al., 2024) menemukan bahwa jangka waktu diabetes dan self-efficacy. Mereka yang menderita diabetes mellitus sejak lama cenderung mengalami lebih banyak stres dan ragu-ragu tentang kemampuan mereka untuk mengelola kondisi kesehatannya sehingga efikasi diri menurun.

Dalam beberapa kasus, pengetahuan dan pengalaman seseorang dalam mengelola penyakit dapat meningkatkan efikasi diri. Namun, tidak jarang terjadi penurunan efikasi diri karena komplikasi, kelelahan psikologis (dikenal sebagai diabetes burnout), atau ketidakberhasilan dalam pengendalian glukosa darah (Elotmani, 2022).

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan Bagriacik dan Bayraktar menekankan bahwa selama penyakit berlangsung, efikasi diri dapat meningkat jika pasien menerima pendidikan kesehatan yang berkelanjutan. Ini disebabkan oleh fakta bahwa pengalaman yang lebih lama memungkinkan seseorang untuk belajar dari kesalahan, membuat strategi koping, dan menjadi lebih akrab dengan protokol pengobatan dan diet (Bağrıacık & Bayraktar, 2022).

Diabetes mellitus adalah penyakit jangka panjang dan dapat dikelola sendiri menggunakan lima pendekatan pengobatan, yaitu pendidikan, terapi nutrisi medis, latihan fisik, pengobatan farmakologis, dan pemantauan gula darah. Dalam kasus ini, bagaimana pasien menerapkan kelima pendekatan ini dalam kehidupan sehari-hari mereka dipengaruhi oleh durasi penyakitnya, yang pada gilirannya menentukan tingkat kemandirian dan efikasi diri. Efikasi diri dapat juga dipengaruhi oleh faktor dukungan keluarga, peran tenaga kesehatan, budaya dan kebiasaan masyarakat, status sosial ekonomi, literasi kesehatan (Trisnawati & Setyorogo, 2013) (Nasution et al., 2021)

Keterbatasan penelitian ini menggunakan metode *Cross Sectional Study* hanya menggambarkan hubungan pada suatu waktu tertentu sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan kausal (sebab-akibat) dan lokasi penelitian dilakukan pada satu wilayah sehingga hasilnya tidak bisa digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menyatakan ada hubungan durasi menderita diabetes mellitus dengan *self-efficacy* pada penderita diabetes mellitus tipe II. Hasil penelitian ini bisa menjadi bahan evaluasi dalam program promosi kesehatan dan strategi pendampingan penderita diabetes mellitus sehingga meningkatkan efikasi diri dalam manajemen diabetes seperti menjaga pola makan, olahraga, kepatuhan minum obat,

dan kontrol gula darah. Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian menggunakan studi kohort sehingga menilai efikasi diri penderita dari waktu ke waktu dan memberikan intervensi manajemen efikasi diri dalam meningkatkan efikasi diri.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang telah berkontribusi, termasuk pihak Puskesmas Tamalanrea Jaya dan responden yang telah mengizinkan melakukan penelitian serta civitas akademika Stikes Nani Hasanuddin sebagai afiliasi yang membantu penelitian ini berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Khawaldeh, O. A., Al-Hassan, M. A., & Froelicher, E. S. (2012). Self-efficacy, self-management, and glycemic control in adults with type 2 diabetes mellitus. *Journal of Diabetes and Its Complications*, 26(1), 10–16. <https://doi.org/10.1016/J.JDIACOMP.2011.11.002>
- Althubiani, A. N., Gupta, S., Tang, C. Y., Batra, M., Puvvada, R. K., Higgs, P., Joisa, M., & Thomas, J. (2024). Barriers and Enablers of Diabetes Self-Management Strategies Among Arabic-Speaking Immigrants Living with Type 2 Diabetes in High-Income Western countries- A Systematic Review. In *Journal of Immigrant and Minority Health* (Vol. 26, Issue 4, pp. 761–774). Springer. <https://doi.org/10.1007/s10903-023-01576-0>
- Bağrıaçık, E., & Bayraktar, N. (2022). Effectiveness of training in disease management for patients with type 2 diabetes mellitus: A systematic review. *Endocrinología, Diabetes y Nutrición (English Ed.)*, 69(5), 362–378. <https://doi.org/10.1016/J.ENDIEN.2022.05.005>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control* (Vol. 11). Freeman.
- Chatterjee, S., Khunti, K., & Davies, M. J. (2017). Type 2 diabetes. *The Lancet*, 389(10085), 2239–2251. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)30058-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)30058-2)
- Chen, C. C., Chen, C. L., & Ko, Y. (2020). The Misconceptions and Determinants of Diabetes Knowledge in Patients with Diabetes in Taiwan. *Journal of Diabetes Research*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/2953521>
- Halliday, J. A., Russell-Green, S., Hagger, V., O, E., Morris, A., Sturt, J., Speight, J., & Hendrieckx, C. (2022). Feasibility and acceptability of e-learning to upskill diabetes educators in supporting people experiencing diabetes distress: a pilot randomised controlled trial. *BMC Medical Education*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03821-w>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/profil-kesehatan-indonesia-2018.pdf
- Mayberry, L. S., & Osborn, C. Y. (2012). Family support, medication adherence, and glycemic control among adults with type 2 diabetes. *Diabetes Care*, 35(6), 1239–1245. <https://doi.org/10.2337/dc11-2103>
- Nasution, F., Azwar Siregar, A., & Tinggi Kesehatan Indah Medan, S. (2021). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus (Risk Factors for The Event of Diabetes Mellitus). *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2).

<https://doi.org/https://doi.org/10.32831/jjk.v9i2.304>

- Saeedi, P., Petersohn, I., Salpea, P., Malanda, B., Karuranga, S., Unwin, N., Colagiuri, S., Guariguata, L., Motala, A. A., Ogurtsova, K., Shaw, J. E., Bright, D., & Williams, R. (2019). Global and regional diabetes prevalence estimates for 2019 and projections for 2030 and 2045: Results from the International Diabetes Federation Diabetes Atlas, 9th edition. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 157. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2019.107843>
- Trisnawati, S. K., & Setyorogo, S. (2013). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. In *Jurnal Ilmiah Kesehatan* (Vol. 5, Issue 1).
- Zeng, Q., He, Y., Li, J., Liang, Z., Zhang, M., Yi, D., & Quan, J. (2022). Hope, future work self and life satisfaction among vocational high school students in China: The roles of career adaptability and academic self-efficacy. *Personality and Individual Differences*, 199, 111822. <https://doi.org/10.1016/J.PAID.2022.111822>.