

## Hubungan Efikasi Diri dengan Manajemen Diri pada Penderita DM Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda

May Fajriani<sup>1\*</sup>, Siti Khoiroh Muflihatin<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

\*Kontak Email: [mayfajriani@gmail.com](mailto:mayfajriani@gmail.com)

Diterima: 07/08/20

Revisi: 29/08/20

Diterbitkan: 28/04/21

### Abstrak

**Tujuan Studi:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan manajemen diri pada penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda.

**Metodologi:** Desain penelitian ini menggunakan *descriptive correlation* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian sebanyak 152 responden yang diambil dengan menggunakan Teknik *Simple random sampling*. Data didapat menggunakan kuesioner. Uji dalam analisis bivariate adalah mann-whitney.

**Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian efikasi diri baik sebanyak 90 (59,2%) responden dan kurang baik sebanyak 62 (40,8%) responden. Penelitian menunjukkan dari 152 responden, manajemen diri baik sejumlah 83 (54,6%) responden, manajemen diri cukup 68 (44,7%) responden, manajemen diri buruk 1 (0,7%) responden. Dari hasil bivariate, p-value yang didapatkan adalah  $0,005 < \alpha < 0,05$ , yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan manajemen diri.

**Manfaat:** Hasil dari penelitian ini dapat digunakan bagi pasien diabetes mellitus tipe II sebagai informasi untuk dapat meningkatkan rasa kepercayaan diri terhadap kemampuan dalam pelaksanaan manajemen diri, untuk dijadikan bahan informasi atau acuan bagi Petugas Kesehatan Puskesmas Palaran agar dapat menambah wawasan pengetahuan terhadap manajemen diri pada penderita DM Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda.

### Abstract

**Purpose of study:** This study aims to determine the relationship of self-efficacy with self-management in patients with type II DM in the working area of the Palaran Health Center in Samarinda City

**Methodology:** The design of this study uses descriptive correlation with cross sectional approach. The research sample of 152 respondents. Data obtained using a questionnaire. The test in bivariate analysis is mann-whitney.

**Results:** Based on the results of good self-efficacy research as many as 90 (59.2%) respondents and less well as many as 62 (40.8%) respondents. Research shows that of 152 respondents, good self-management was 83 (54.6%) respondents, self-management was 68 (44.7%) respondents, self-management was bad (1 (0.7%) respondents). From the bivariate results, the p-value obtained was  $0.005 < \alpha < 0.05$ , which means that there was a significant relationship between self-efficacy and self-management.

**Applications:** The results of this study can be used for patients with type II diabetes mellitus as information to be able to increase self-confidence in the ability to carry out self-management, to be used as information or reference material for Palaran Health Center Officers in order to increase knowledge about self-management in patients with Type DM II in the Palaran Puskesmas Samarinda City.

**Kata kunci:** *Diabetes Mellitus type II, Efikasi Diri, Manajemen Diri*

### 1. PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus adalah suatu penyakit yang bersifat menahun yang tidak menular dan akan dialami oleh penderita dalam seumur hidupnya (PERKENI, 2015). Diabetes Mellitus apabila tidak dikelola dengan baik akan dapat mengakibatkan terjadinya berbagai penyakit menahun, seperti penyakit serebraskular, penyakit jantung koroner, penyakit pembuluh darah tungkai, penyulit pada mata, ginjal serta syaraf, jika kadar glukosa darah dapat selalu dikendalikan dengan baik, diharapkan semua penyulit menahun tersebut dapat dicegah paling tidak sedikit dihambat (PERKENI, 2011). Penatalaksanaan Diabetes Mellitus menurut konsensus PERKENI (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia) pada tahun 2015 terdiri dari empat pilar yaitu edukasi, aktivitas fisik, terapi diet, dan terapi farmakologi. Sehingga dalam pengendalian diabetes diperlukan kemampuan untuk dapat mengelola kehidupannya sehari-hari, sehingga bisa mengurangi dampak penyakit yang diderita. Hal ini yang biasa disebut dengan manajemen diri diabetes. Perilaku yang mencerminkan manajemen diri pada penderita diabetes seperti melakukan diet sehat, meningkatkan aktivitas fisik, menggunakan obat diabetes secara rutin dan juga teratur, dan melakukan pemantauan glukosa darah rutin, serta melakukan perawatan kaki. Manajemen diri pada diabetes apabila dilakukan dengan baik, dan empat pilar pengendalian diabetes bisa tercapai dan juga bisa mencegah terjadinya komplikasi pada penderita diabetes mellitus (Putri et al., 2013). Tujuan dari pengelola Diabete Mellitus tidak akan tercapai tanpa disertai kepatuhan pasien dalam pengelolaan diabetes. Ketidak patuhan pada pasien berdampak terhadap meningkatnya morbiditas dan mortalitas, serta menurunnya kualitas hidup (WHO, 2003)

Bandura (1997) dalam Ghufron, et al. (2010) efikasi diri mengarah pada kepercayaan terhadap kemampuan seseorang untuk menggerakkan motivasi, berfikir, dan berperilaku yang dibutuhkan untuk memenuhi tuntutan situasi. Woropinasti (2010) mendefinisikan efikasi diri sebagai ekspektansi-keyakinan (harapan) tentang seberapa jauh seseorang bisa melakukan satu perilaku dalam satu situasi tertentu.

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang telah dilakukan pada 30 April 2019 di Puskesmas Palaran Samarinda Sebrang didapatkan bahwa ada kenaikan jumlah penderita Diabetes Mellitus 2 tahun terakhir ini yaitu, pada tahun 2017 sebanyak 626 orang, tahun 2018 sebanyak 824 Orang dan pada tahun 2019 data empat bulan terakhir sebanyak 245 Orang. Terdapat Peningkatan jumlah pasien Diabetes Mellitus tipe II setiap tahunnya, sehingga sebagai petugas kesehatan perlu melakukan penatalaksanaan secara komprehensif.

Berdasarkan hasil observasi dan juga wawancara kepada salah satu tenaga kesehatan di Puskesmas Palaran tersebut yakni karena cakupan wilayah demografi yang cukup luas dengan total kurang lebih 9000 Kepala Keluarga dan 109 RT membuat puskesmas palaran menjadi urutan pertama banyaknya penderita DM, dan dari segi kepatuhan berobatnya baik dengan setiap bulan rutin kontrol ke puskesmas, namun perlu dilakukan pengkajian lebih lanjut lagi karena banyak penderita secara Manajemen diri-nya kurang karena akibat ulkus yang tidak dilakukan perawatan secara baik penderita sering dibawa ke IGD dan jika kondisinya semakin memburuk langsung dibawa ke poli bedah, hanya beberapa saja yang rajin kontrol karena mengikuti saran dokter.

## 2. METODOLOGI

Penelitian ini berjenis kuantitatif berbentuk *Descriptive Corelation* dengan pendekatan *Cross Sectional*, populasi penelitian ini adalah penderita Diabetes Mellitus tipe II berada di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda sejumlah 245 responden. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Palaran Samarinda.

Penelitian ini menggunakan Teknik *Simple random sampling* dengan jumlah sample 152 orang, kriteria inklusinya adalah pasien yang menderita diabetes mellitus tipe II, berusia 26 sampai >65 tahun, bisa baca tulis dan bersedia menjadi responden dan menandatangani *inform cosent*. Sampel diambil menggunakan rumus Slovin (Adkon dan Ridwan, 2009) dengan taraf kesalahan 5%. Data dikumpul menggunakan lembar kuesioner DMSES untuk mengukur efikasi diri responden dalam menejmen diri.

## 3. HASIL DAN DISKUSI

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda tanggal 24 Januari 2020 sampai dengan 28 Februari 2020 berjumlah 152 responden.

### 3.1 Analisia Univariat

Tabel 1: Berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik responden

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	(%)
1	<b>Usia</b>		
	26-35 Dewasa Awal	5	3.3
	36-45 Dewasa Akhir	12	7.9
	46-55 Lansia Awal	39	25.7
	56-65 Lansia Akhir	60	39.5
	>65 Manula	36	23.7
	Jumlah	152	100.0
2	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-laki	48	31.6
	Perempuan	104	68.4
	Jumlah	152	100.0

3 Pendidikan Terakhir		
Tidak Sekolah	11	7.2
SD	77	50.7
SMP	34	22.4
SMA	28	18.4
Sarjana	2	1.3
Jumlah	152	100.0
4 Pekerjaan		
Tidak Bekerja	7	4.6
IRT	73	48.0
Swasta	15	9.9
Petani	42	27.6
Nelayan	1	.7
PNS	1	.7
Pedagang	8	5.3
Pensiun	5	3.3
Jumlah	152	100.0

Sumber: Data Primer 2020

Dari 152 responden didapatkan hasil sebagian besar adalah responden yang ikut serta adalah usia lansia akhir yaitu sebanyak 60 (39,5%) responden, lansia awal sebanyak 39 (25,7%) responden, manula sebanyak 36 (23,7%) responden, dewasa akhir sebanyak 12 (7,9%) responden, dan dewasa awal sebanyak 5 (3,3%) responden. Berjenis kelamin perempuan sebanyak 104 (68,4%) responden dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 48 (31,6%) responden. Pendidikan terakhir responden paling banyak terdapat pada pendidikan SD sebanyak 77 (50,7%) responden, SMP sebanyak 34 (22,4%) responden, SMA sebanyak 28 (18,4%) responden, tidak sekolah sebanyak 11 (7,2%) responden, dan sarjana sebanyak 2 (1,3%) responden. Dan pekerjaan terbanyak dilakukan adalah pekerjaan IRT sebanyak 73 (48,0%) responden, petani 42 orang (27,6%), swasta 15 orang (9,9%), Pedagang 8 orang (5,3%), tidak bekerja 7 orang (4,6%), Pensiun 5 orang (3,3%), Nelayan 1 orang (,7%), PNS 1 orang (0,7%).

Tabel 2: Berdasarkan distribusi frekuensi efikasi diri

Efikasi Diri	Frekuensi	Persen (%)
Baik	90	59.2
Kurang Baik	62	40.8
Jumlah	152	100.0

Sumber: Data Primer 2020

Pada Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa hasil dari 152 responden sebagian besar efikasi diri baik sebanyak 90 (59,2%) responden dan kurang baik sebanyak 62 (40,8%) responden.

Tabel 3 Berdasarkan distribusi manajemen diri

Manajemen diri	Frekuensi	Persen (%)
Buruk	1	.7
Cukup	68	44.7
Baik	83	54.6
Jumlah	152	100.0

Sumber: Data Primer 2020

Pada [Tabel 3](#) di atas menunjukkan bahwa dari 152 responden sebagian besar nilai manajemen diri baik sebanyak 83 (54,6%) responden, cukup sebanyak 68 (44,7%) responden, dan buruk sebanyak 1 (0,7%) responden.

### 3.2 Analisa Bivariat

Tabel 4 : Hubungan Efikasi Diri dengan Manajemen Diri pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda

Efikasi Diri	Manajemen diri						Jumlah		P Value
	Buruk		Cukup		Baik		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
Baik	1	.7	31	20,4	58	38,2	90	59,2	0,005
Kurang Baik	0	0	37	24,3	25	16,4	62	40,8	
Jumlah	1	.7	68	44,7	83	54,6	100	100,0	

Sumber: Data Primer 2020

Hasil analisis dari [Tabel 4](#) dapat diketahui bahwa dari 152 responden yang memiliki efikasi diri baik dengan manajemen diri buruk terdapat 1 (0,7%), manajemen diri cukup terdapat 31 (20,4%) responden, dan manajemen diri baik terdapat 58 (38,2%) responden. Sedangkan yang memiliki efikasi diri yang kurang baik dengan manajemen diri buruk terdapat 0 (0%) responden, manajemen diri cukup terdapat 37 (24,3%), dan manajemen diri baik terdapat 25 (16,4%) responden.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

#### a. Usia

Dari 152 responden didapatkan hasil sebagian besar adalah responden yang ikut serta adalah usia lansia akhir yaitu sebanyak 60 (39,5%) responden, lansia awal sebanyak 39 (25,7%) responden, manula sebanyak 36 (23,7%) responden, dewasa akhir sebanyak 12 (7,9%) responden, dan dewasa awal sebanyak 5 (3,3%) responden. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian ([Sari, Yamin, & Santoso, 2018](#)) dengan responden berjumlah 105 responden dan di dapatkan hasil usia 60-74 tahun sebanyak 55 (52,4 %) responden. Menurut [Sanjaya \(2009\)](#) seiring bertambahnya usia terutama usia >45 tahun memiliki resiko terkena diabetes. Karena pada usia >45 tahun kurangnya kadar gula dalam darah dan proses penuaan mulai terjadi dan menyebabkan sel  $\beta$  pancreas menjadi berkurang dalam memproduksi insulin. Menurut [Smeltzer et al \(2010\)](#) dalam [Muflihatin \(2015\)](#) salah satu faktor resiko penyebab diabetes mellitus tipe II adalah usia, dimana mayoritas penderitanya adalah orang yang berusia >45 tahun dan mulai meningkat >65 tahun. DM Tipe II disebabkan karna terjadinya kemampuan tubuh yang menurun dalam resistensi insulin dan menyebabkan terganggunya sekresi insulin. Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa seiring bertambahnya usia terutama usia >45 tahun orang akan mengalami proses penuaan dan penurunan fungsi tubuh salah satunya pada bagian pancreas sehingga rentan terkena penyakit diabetes mellitus.

#### b. Jenis Kelamin

Dari 152 responden didapatkan hasil sebagian besar adalah berjenis kelamin perempuan sebanyak 104 (68,4%) responden dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 48 (31,6%) responden. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Anindita, Diani, & Hafifah, 2019) dengan jumlah responden sebanyak 60 responden dan didapatkan hasil yang berjenis kelamin perempuan yaitu 45 (70%) responden lebih banyak dari responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 18 (30%) responden. Menurut (Hassanein et al, 2016) Perbedaan komposisi tubuh, perbedaan kadar hormone seksual antara perempuan dan laki-laki dewasa, gaya hidup dan tingkat stress menyebabkan tingginya kejadian DM pada perempuan. Terdapat perbedaan dalam melakukan semua aktifitas dan gaya hidup sehari-hari antara perempuan dengan laki-laki yang dapat mempengaruhi terjadinya suatu penyakit dan hal tersebut merupakan salah satu faktor resiko terjadinya DM. Jumlah lemak pada laki-laki dewasa rata-rata berkisar antara 15-20% dari berat total sedangkan perempuan sekitar 20-25%. Hal ini menyebabkan peningkatan kadar lemak dalam darah pada perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki sehingga faktor resiko terjadinya DM pada perempuan tiga sampai tujuh kali lebih tinggi dibanding laki-laki yang hanya dua sampai tiga kali. Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi perempuan lebih beresiko terkena DM dikarenakan perempuan memiliki banyak faktor diantaranya perempuan memiliki siklus bulanan atau siklus menstruasi yang membuat distribusi lemak dalam tubuh menjadi mudah terkumpul akibat proses hormonal, serta setelah menopause yang membuat terkumpulnya distribusi lemak tubuh.

#### c. Pendidikan Terakhir

Berdasarkan hasil penelitian dari 152 responden didapatkan hasil pendidikan terakhir responden paling banyak terdapat pada pendidikan SD sebanyak 77 (50,7%) responden, SMP sebanyak 34 (22,4%) responden, SMA sebanyak 28 (18,4%) responden, tidak sekolah sebanyak 11 (7,2%) responden, dan sarjana sebanyak 2 (1,3%) responden. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Luthfa & Fadhilah, 2019) dengan responden berjumlah 167 didapatkan hasil sebagian besar pendidikan terakhir responden adalah pendidikan SD sebanyak 78 (63,3%) responden. Menurut Notoadmodjo (2012) dalam (Ningrum, Alfatih & Siliapantur, 2019) tingkat pendidikan adalah indikasi bahwa seseorang telah menyelesaikan jenjang pendidikan formal dibidang tertentu, namun bukan hal yang menunjukkan bahwa seseorang menguasai dibidang ilmu.

Menurut Pradono & Sulistyowati (2016) dalam Luthfa & Fadhilah (2019) orang yang berpendidikan tinggi akan mempunyai banyak pengetahuan dan pemahaman mengenai kesehatan, maka orang tersebut mengerti dalam hal memelihara kesehatannya. Sedangkan pada tingkat pendidikan lebih rendah, akses terhadap informasi tentang kesehatannya minimal, sehingga kadang-kadang tidak menyadari gejala awal DM. Namun karena berkembangnya teknologi digital, saat ini informasi mengenai penyakit DM dan cara perawatannya tersedia secara online. Hal ini memberi peluang kepada siapapun baik yang berpendidikan tinggi ataupun berpendidikan rendah untuk mengakses dan mempelajarinya.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa semua orang dapat mendapatkan banyak informasi tentang kesehatan diabetes mellitus tipe II dimana saja baik dari teknologi langsung ataupun penyuluhan langsung dari pelayanan kesehatan baik di rumah sakit ataupun yang ke masyarakat langsung, sehingga pendidikan rendah tidak mempengaruhi mereka untuk dapat mengetahui, menjaga dan memelihara penyakit diabetes mellitus tipe II yang dialami.

#### d. Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian dari 152 responden didapatkan hasil bahwa pekerjaan terbanyak dilakukan adalah pekerjaan IRT sebanyak 73 (48,0%) responden, petani 42 orang (27,6%), swasta 15 orang (9,9%), Pedagang 8 orang (5,3%), tidak bekerja 7 orang (4,6%), Pensiun 5 orang (3,3%), Nelayan 1 orang (,7%), PNS 1 orang (0,7%). Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Mustarim, Nur, Azzam, 2019) dengan jumlah responden 105 didapatkan hasil pekerjaan responden terbanyak adalah wiraswasta yaitu sebanyak 43 (41%) responden. Menurut (Adnan, Mulyati, & Isworo, 2013) Banyak DM terjadi pada perempuan terutama kelompok ibu rumah tangga karena sedikit memerlukan tenaga dan sedikit melakukan aktifitas fisik sehingga dapat menimbulkan penimbunan lemak dalam tubuh yang dapat mengakibatkan resistensi insulin dan terjadi peningkatan kadar gula darah penderita diabetes mellitus tipe 2. Menurut (Trisnawati & Setyorogo, 2013) dalam (Hariawan, Fathoni, & Purnamawati, 2019) Seseorang yang aktifitas fisiknya berat tidak beresiko untuk menderita diabetes mellitus dibandingkan dengan orang yang aktifitas fisiknya rendah. Berdasarkan uraian tersebut peneliti berasumsi bahwa meningkatnya kadar gula dalam darah yang terjadi pada penderita diabetes mellitus tipe 2 dikarenakan kurangnya aktifitas fisik seseorang sehingga memiliki resiko lebih tinggi terkena diabetes mellitus tipe 2.

## 2. Analisis Univariat

### a. Efikasi Diri

Berdasarkan hasil penelitian dari 152 responden sebagian besar memiliki efikasi diri yang baik sebanyak 90 (59,2%) responden dan yang kurang baik sebanyak 62 (40,8%) responden. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Katuuk & Kallo, 2019) dengan responden berjumlah 137 responden didapatkan hasil Efikasi diri yang baik sebanyak 22 (64,7%) responden dan efikasi yang kurang baik sebanyak 12 (35,3%). Menurut (Damayanti, dkk, 2015) dalam (Handayani, Putra, & Laksmi, 2019) efikasi diri adalah pemicu sikap dan perilaku seseorang untuk memulai tugas yang dimiliki, besarnya usaha yang dilakukan dalam menjalankan tugas dan lamanya waktu seseorang tersebut akan memenuhi tugasnya. Penelitian tentang peran efikasi diri dalam perawatan diabetes menunjukkan hasil bahwa efikasi diri merupakan faktor prnting dalam mengubah perilaku Diabetes Mellitus sesuai dengan yang diharapkan (Mohebi. S. at all, 2013) Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa efikasi diri sangat mempengaruhi individu dalam melakukan perawatan diabetes mellitus, jika seseorang memiliki nilai keyakinan yang baik maka ia yakin dapat melakukan perawatan dan pemeliharaan kesehatannya

dengan baik, sebaliknya jika seseorang tersebut memiliki nilai keyakinan yang kurang baik maka ia tidak dapat melakukan perawatan dan pemeliharaan kesehatannya dengan baik. Di Puskesmas Palaran Samarinda banyak responden yang mempunyai efikasi diri yang baik dengan kemampuan yang dimiliki untuk dapat mengontrol kondisi mereka dengan mengatur pola makan yang sehat, patuh minum obat, melakukan aktifitas fisik, mengontrol gula darah secara berkala dan memeriksakan kesehatan secara rutin ke Puskesmas hal ini juga dipengaruhi karna adanya dorongan dari keluarga yang dapat menimbulkan rasa kepercayaan diri yang baik bagi penderita untuk dapat mengontrol kondisi mereka dengan baik. Adapun beberapa responden yang memiliki efikasi diri yang kurang baik terhadap kemampuan yang dimiliki untuk dapat mengontrol kondisi mereka hal ini dikarenakan pada saat diwawancara responden mengatakan pasrah dengan kondisinya dan lebih memilih untuk menjalankan pola hidup yang dibangun seperti biasa dan hanya bergantung pada rutin mengecek kadar gula darah secara berkala dan rutin memeriksakan kesehatan ke Puskesmas atau PROLANIS.

#### b. Manajemen Diri

Berdasarkan hasil penelitian dari 152 responden didapatkan hasil sebagian besar tingkat manajemen diri yang baik adalah 83 (54,6%) responden, cukup sebanyak 68 (44,7) responden, dan buruk sebanyak 1 (0,7%) responden. Penelitian ini tidak sejalan dengan

penelitian (Zuqni & Bahri, 2019) dengan responden berjumlah 130 didapatkan hasil sebagian besar manajemen diri pasien Diabetes Mellitus Tipe II adalah cukup sebanyak 94 (72,3%) responden. Menurut (Carlton et al, 2010) Manajemen diri adalah perilaku individu yang dilakukan secara mandiri untuk meningkatkan kualitas hidup, mencegah terjadinya komplikasi. Perilaku manajemen diri pasien diabetes mellitus diantaranya, mengatur pola makan sehat, latihan aktifitas fisik, pengecekan kadar gula darah secara berkala, menggunakan obat/insulin dan penggunaan pelayanan kesehatan. (Schmitt et al, 2013) dalam (Zuqni & Bahri, 2019).

Menurut (Heinrich, Schaper, & Vries, 2010) dalam (Laili, 2017) manajemen diri merupakan aktifitas yang kompleks termasuk kemampuan dalam mengontrol suatu kondisi dan afek kognitif, perilaku, dan respon emosional dalam mempertahankan kebutuhan kualitas hidup. Pasien memainkan peranan penting dalam pengaturan diabetesnya, mereka melakukan pengaturan diet, latihan fisik, pengaturan obat-obatan, pengontrolan glukosadarah dan pemeriksaan kesehatan. Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa manajemen diri yang baik dapat mengubah perilaku individu dengan meningkatkan dan mempertahankan kualitas hidup individu dan mencegah terjadinya komplikasi pada diabetes.

### 3. Analisis Bivariat

Dari hasil penelitian terdapat hubungan Efikasi Diri dengan Manajemen Diri pada Penderita DM Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda. Berdasarkan hasil penelitian dari 152 responden didapatkan hasil yang memiliki tingkat efikasi diri kurang baik dengan manajemen diri buruk sebanyak 0 orang (0%) dan yang memiliki tingkat efikasi diri yang kurang baik dengan manajemen diri baik sebanyak 25 orang (16,4%). Dikarenakan manajemen diri yang baik pada penderita diabetes mellitus dapat dicapai dengan kepatuhan dan kedisiplinan penderita diabetes mellitus dalam mengelola perilaku. Namun didapatkan juga hasil yang memiliki tingkat efikasi diri kurang baik dengan manajemen diri cukup 37 orang (24,3%), hal ini menunjukkan bahwa kurangnya tingkat efikasi diri responden tidak selalu memperburuk manajemen diri pada penderita DM Tipe II, dikarenakan adanya dukungan lain dari eksternal yang dapat menyesuaikan diri responden dalam melakukan manajemen diri. Responden yang memiliki tingkat efikasi diri yang baik dengan manajemen diri yang buruk sebanyak 1 orang (0,7%), responden yang memiliki tingkat efikasi diri yang baik dengan manajemen diri yang cukup sebanyak 31 orang (20,4%), dan responden yang memiliki tingkat efikasi diri yang baik dengan manajemen diri yang baik sebanyak 58 orang (38,2%) hal ini menunjukkan bahwa keyakinan diri mereka terhadap kemampuan dalam mengelola perilaku kesehatan dengan baik akan menghasilkan manajemen diri yang baik pada penderita DM sehingga dapat mengontrol dan mengurangi dampak penyakit atau mencegah terjadinya komplikasi pada diabetes mellitus. Diperoleh P value  $0,005 < \alpha (0,05)$  dari hasil Uji Mann Whitney dengan demikian dapat dinyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti terdapat hubungan bermakna antara tingkat efikasi diri dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sari, Yamin, & Santoso, 2018) Dari penelitian tersebut dapat dikatakan bahwa ada hubungan positif dengan kekuatan korelasi yang sedang antara manajemen diri dan efikasi diri pada pasien DM Tipe 2 di Kota Bandung sebagaimana ditunjukkan oleh hasil data analisa Pearson, maka didapatkan p value = 0,000 dengan nilai  $r = 0,538$ . (Sari, Yamin, & Santoso, 2018) menyatakan bahwa Kepercayaan diri (Self-efficacy) mempunyai kontribusi penting dalam meningkatkan perilaku manajemen diri pada pasien Diabetes Mellitus.

Menurut (Bandura, 1982 dalam Kusuma & Hidayati, 2013) efikasi diri baik yang dimiliki seseorang akan berpegang teguh pada tujuannya dan menentukan tujuan yang tinggi. Begitu juga pada seseorang yang memiliki efikasi diri kurang baik akan menghasilkan tujuan yang lemah, dengan begitu akan menyebabkan seseorang tidak patuh terhadap perawatan dirinya. Efikasi diri mendorong proses control diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola perawatan diri pada pasien DM. Menurut (Friedman, H & Schustack, W. 2008) dalam (Anindita, Diani, & Hafifah, 2019) seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan cenderung untuk memilih terlibat langsung dalam menjalankan suatu tugas, walaupun tugas tersebut adalah suatu tugas yang sulit. Sebaliknya, seseorang yang memiliki efikasi diri yang rendah akan menjauhi tugas-tugas yang sulit karena mereka menganggapnya sebagai suatu beban.

Menurut (Katuuk & Kallo, 2019) Efikasi diri mendorong proses control diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola perawatan diri pada pasien diabetes mellitus. Keberhasilan pengelolaan diabetes mellitus

tergantung pada informasi tentang Diabetes Mellitus tipe 2, motivasi, dan efikasi diri pasien untuk melakukan perawatan diri yang dirancang untuk mengontrol gejala psikologis maupun komplikasi. Efikasi diri pada pasien DM tipe 2 merupakan suatu kemampuan individu dalam membuat suatu keputusan yang tepat, meliputi ketepatan dalam merencanakan, memonitor, dan melaksanakan perawatan sepanjang hidup individu tersebut yang berfokus pada keyakinan pasien untuk mampu melakukan perilaku yang dapat mendukung penyembuhan penyakitnya dan meningkatkan manajemen diri individu seperti diet, latihan fisik, pengobatan, pengecekan kadar gula darah secara berkala, dan perawatan kaki.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa efikasi diri yang baik sangat mempengaruhi manajemen diri penderita karna yakin mampu meningkatkan manajemen diri penderita tersebut dengan mematuhi perilaku seperti diet, latihan fisik, pengobatan, pemantauan kadar gula dalam darah secara berkala, dan perawatan kaki dengan baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin baik tingkat efikasi diri penderita maka semakin baik juga manajemen diri penderita tersebut.

#### 4. KESIMPULAN

Karakteristik responden di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Samarinda didapatkan hasil yaitu usia sebagian besar responden berada dalam golongan usia lansia akhir yaitu sebanyak 60 (39,5%) responden, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 104 (68,4) responden, sebagian besar responden berpendidikan SD yaitu sebanyak 77 (50,7%) responden, dan sebagian besar responden bekerja sebagai IRT yaitu sebanyak 78 (48,0%) responden. Efikasi diri didapatkan hasil yaitu sebagian besar responden memiliki tingkat efikasi diri yang baik yaitu sebanyak 90 (59,2%) responden dan yang memiliki efikasi diri yang kurang baik sebanyak 62 (40,8%) responden. Manajemen diri didapatkan hasil yaitu sebagian besar responden memiliki tingkat manajemen diri yang baik sebanyak 83 (54,6 %) responden, yang memiliki manajemen diri cukup sebanyak 68 (44,7 %) dan manajemen diri buruk sebanyak 1 (0,7 %) responden. Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan uji mann whitney diperoleh P value  $0,005 < \alpha (0,05)$  sehingga dapat dinyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya terdapat hubungan bermakna antara tingkat efikasi diri dengan manajemen diri pada penderita Diabetes Mellitus Tipe II. tes Mellitus Tjep II.

#### SARAN DAN REKOMENDASI

Penelitian ini memiliki keterbatasan khususnya pada uji validitas dan reliabilitas karena tidak melakukan uji validitas dan reliabilitas pada kuesioner DMSES (Diabetes Mellitus Self-Efficacy Scale) di daerah penelitian. Diharapkan untuk penelitian selanjutnya dapat dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada Kuesioner DMSES di wilayah penelitian khususnya daerah Samarinda untuk mencegah terjadinya bias pada penelitian.

#### REFERENSI

- Akdon dan Ridwan. 2009. Aplikasi Statistika dan Metode Penelitian Untuk Administrasi dan Manajemen. Bandung: Dewi Ruci
- Adnan, M., Mulyati, T., Isworo, T.J. 2013. Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan Di RS Tugurejo Semarang. *Jurnal Gizi Universitas Muhammadiyah Semarang*
- Anindita, Diani, & Hafifah., 2019. Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Melakukan Latihan Fisik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Nusantara Medical Science Journa*. <https://doi.org/10.20956/nmsj.v4i1.5956>
- Bandura, A. 1997. *Self Efficacy – The Exercise Of Control* (Fifth Printing, 2002). New York: W.H. Freeman & Company
- Carlton, Cooke, Bunting, Dave & John, O’Hara. 2010. *Mountaineering : training and preparation*. United States: Human Kinetics.
- Damayanti, I.P, dkk. (2015). *Panduan Lengkap Keterampilan Dasar Kebidanan II*. Yogyakarta : Deepublish
- Friedman, H., S & Schustack. M., W. (2008). *Kepribadian, teori klasik dan riset modern*. Surabaya: Penerbit Erlangga.
- Ghufron, M. Nur dan Risnawati S, Rini. 2010. *TEORI-TEORI PSIKOLOGI*. Yogyakarta: Ar – Ruzz Media.
- Handayani, Putra, & Laksmi., 2019. Efikasi Diri Berhubungan Dengan Kepatuhan Manajemen Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Buleleng III. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan, Vol 7, No. 1*, September 2019. ISSN: 2338-9190
- Hariawan, Fathoni, & Purnamawati, 2019. Hubungan Gaya Hidup (Pola Makan dan Aktifitas) dengan Kejadian Diabetes di Rumah Sakit Umum Provinsi NTB. *Jurnal Keperawatan Terpadu* <http://jkt.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/index>
- Hassanein, M., Bravis, V., Hui, E. & Devendra, D. 2009. Ramadan-Focused Education And Awareness In Type 2 Diabetes. *Diabetologia*, 52, 367-368.
- Heinrich, E., Schaper, N. C., Vries, N. K. De. (2010). Self-management interventions for type 2 diabetes : a systematic review. *EDN Autumn* 7(2). Doi.10.1002/edn.160
- Katuuk, M.E., Kallo, V.D., 2019. Hubungan Motivasi dengan Efikasi Diri pada Pasien dengan Diabetes Melitus Tipe II Di Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado.e-journal Keperawatan (e.Kp) Volume 7 Nomor 1, 22 Februari 2019
- Kusuma, H., Hidayati, W., 2013. Hubungan antara motivasi dengan efikasi diri pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di persadia salatiga. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*.Vol.1(2), November 2013; 132-141
- Laili, N., 2017. Hubungan Diabetes SelfManagement dengan Kualitas Hidup Pasien DM Tipe 2 di RSAeia Pare Kendari

- Lunenburg, F.C (2011). "self-efficacy in the workplace : international journal of management, business, and administration. Vol. 14 No. 1 p.1-6.
- Luthfa & Fadhilah., 2019. Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus. Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan, Vol 4(2) Juni 2019 (397-405).  
<http://ejournal.kopertis10.or.id/index.php/endurance>
- Mohebi S, Azadbakht L, Feizi A, Sharifirad G, Kargar M. Review the key role of self-efficacy in diabetes care. Jouenal Education Health Promotion. 2013: 2, 36
- Muflihatin, S.K., 2015, Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Glukosa Darah Pasien DM Tipe 2 Di RSUD Abdul Wahab Syahrane Samarinda, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Samarinda
- Mustarim, S.W., Nur, B.M., Azzam, R., 2019. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Self Management pada Pasien DM Tipe II. Journal of Telenursing. Vol 1(2), 2019
- Ningrum, Alfatih & Siliapantur., 2019. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Manajemen Diri Pasien DM Tipe 2. Jurnal Keperawatan BSI, Vol.7 No.2 September 2019
- Notoatmodjo. (2012) . Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (Perkeni). (2015). Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2015. Jakarta: PB. PERKENI.
- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (Perkeni). (2011). Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia 2011. Jakarta: PB. PERKENI.
- Putri DSR, Yudianto K, Kurniawan T. (2013). Perilaku Manajemen diri Pasien Diabetes Mellitus (DM). Jurnal Keperawatan. 1,1,30-38.
- Pradono, J., & Sulistyowati, N., 2016. Hubungan antara tingkat pendidikan, pengetahuan tentang kesehatan lingkungan, perilaku hidup sehat dengan status kesehatan studi korelasi pada penduduk umur 10 – 24 tahun di Jakarta pusat. Buletin Penelitian Kesehatan, 17(1), 89-95
- Sanjaya.2009. (Online)(:<http://ktiptk.blogspot.com/archive/2009/01/26/tgt.html>)diakses 15 Nopember 2012
- Sari, Yamin, & Santoso., 2018. Hubungan Manajemen diri dan Self-Efficacy Pada Pasien Diabetes Mellitus di Kota Bandung. Jurnal Keperawatan BSI, Vol. VI No.1 April 2018 <http://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk>
- Schmitt A, Gahr A, Hermanns N, Kulz er B, Huber J, Haak T. (2013). The Diabetes Manajemen diri Questionnaire (DSMQ): Development And Evaluation Of An Instrument To Assess Diabetes Self-Care Activities Associated With Glycaemic Control. Health And Quality Of Life Outcomes. 11,138,1-14.
- Smeltzer, et al. (2010). Brunner, & Suddarth's Text book for medical Surgical nursing. America : Wolters Kluwer Health.
- Teirisnawati, S.K dan Setyorogo, S. 2013. Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Kecaatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 5(1): pp. 6-11
- WHO. Adherence to long-term therapies, Geneva: WHO:2003
- Woropinasti. 2010. Journal: Self Efficacy During Childhood and Adolescence. 339-367.
- Zuqni & Bahri. 2019. Self-Management dengan Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, Vol 4, No 1(2019)