

**HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DENGAN KONTROL GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI UPTD PUSKESMAS CILACAP TENGAH I**

**Abdullah<sup>1</sup>, Mika Tri Kumala Swandari<sup>2</sup>, Yuhansyah Nurfauzi<sup>3</sup>, D.A.S Permana<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Al-Irsyad Cilacap, Cilacap, Jawa Tengah, Indonesia  
e-mail: [abdullahbajuber1128@gmail.com](mailto:abdullahbajuber1128@gmail.com)

***ABSTRACT***

*Patients with type 2 Diabetes Mellitus (DM) need self-efficacy so that patients have a commitment to self-care for diabetes. Self-efficacy can be increased through education about how to manage diabetes self-care and lifestyle changes, so that patients can control blood sugar levels. This study aims to analyze the relationship between self-efficacy and blood sugar control in patients with type 2 diabetes mellitus at UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I. This study used a purposive sampling method with 50 respondents from prolans patients at UPTD Puskesmas Cilacap Tengah*

*I. The measuring instrument used was in the form of questionnaire DMSES (Diabetes Management Self Efficacy Scale) and the value of blood sugar control from the results of laboratory tests. Data analysis used the Chi Square test which was used to determine the relationship between self-efficacy and blood sugar control in patients with type 2 diabetes mellitus at UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I.*

***Keywords:*** *Diabetes Mellitus, Self Efficacy, Cilacap*

## PENDAHULUAN

Diabetes mellitus (DM) berupa penyakit kelainan heterogen yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa darah. DM terjadi ketika pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau ketika tubuh tidak secara efektif menggunakan insulin. Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* diperkirakan ada 422 juta orang dewasa dengan diabetes mellitus (WHO, 2019). *Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF)* pada tahun 2019 juga mengatakan sedikitnya 463 juta orang kelompok usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3%. Indonesia menempati peringkat ketiga di wilayah Asia Tenggara dengan prevalensi sebesar 11,3%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (*Riskesdas*) yang dilakukan pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi DM mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2013. Data yang didapatkan pada tahun 2013 sebesar 6,9% sedangkan pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi 8,5%. Angka ini menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita diabetes yang mengetahui bahwa dirinya menderita diabetes (*Riskesdas*, 2018). Prevalensi diabetes melitus Jawa Tengah berada di urutan 12 setelah Sulawesi Tengah. Berdasarkan hasil rekapitulasi data penyakit tidak menular Dinas Kesehatan Jawa Tengah 2019 menyebutkan estimasi penderita diabetes melitus di Jawa Tengah sebanyak 652.822 orang. Sedangkan prevalensi menurut diagnosa tenaga kesehatan yang terjadi di Kabupaten Cilacap masih cukup besar yaitu (82,7%). Diabetes melitus tipe 2 di Kabupaten Cilacap tahun 2020 yaitu sebanyak 7.840 kasus. Penyebaran kasus diabetes melitus tipe 2 di Kabupaten Cilacap terbanyak terjadi di wilayah Puskesmas Cilacap Tengah I (*DinKes Cilacap*, 2020).

*Self-efficacy* berupa teori sosial kognitif yang menggambarkan tentang keyakinan atas kemampuan individu dalam menghadapi situasi tertentu (*Alfinuha*, 2021). *Self-efficacy* merujuk pada perasaan rilek dan menjadi prediktor yang baik dalam kesehatan mental (*Zamani et al.*, 2017). Sementara diabetes *self-efficacy* merujuk pada keyakinan terhadap kemampuan dalam menjalani tuntutan pengelolaan diri sebagai penderita diabetes. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa *self-efficacy* berkaitan dengan tugas atau tuntutan, pengetahuan tentang diabetes, *quality of life*, dan *self care* sebagai penderita diabetes. Rendahnya *self-efficacy* berkaitan dengan *psychological distress*. Tingkat *self-efficacy* yang tinggi merujuk pada kontrol gula darah yang baik sehingga dapat menghasilkan kadar gula darah mendekati normal (*Aflakseir et al.*, 2014)

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode non-eksperimental yang bersifat korelasional dengan pendekatan *cross sectional* dan teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *purposive sampling*. Data diambil dari data rekam medis pasien prolans diabetes melitus TIPE 2 di UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I sebanyak 100 orang periode Februari-April 2022

### 2.1 Alat dan Bahan

Alat yang di gunakan dalam penelitian adalah Lembar Kuisisioner *Self Efficacy* yang berisi pertanyaan terkait *self efficacy* yang terdapat pada yang di adopsikan dari (*Rondhianto*, 2012), Sistem pengolahan data menggunakan perangkat lunak (software), Tes pemeriksaankontrol gula darah pasien Diabetes melitus dilakukan oleh petugas laboratorium UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I. Bahan yang digunakan dalam penelitian ini adalah data rekam medik yang berisi data pasien DM di Puskesmas Cilacap Tengah I periode Februari-April 2022.

## 2.2 Jalannya Penelitian

Melakukan penyeleksian rekam medis dan pengambilan data rekam medis yang sesuai dengan kriteria inklusi yang sudah ditetapkan sebanyak 100 sampel rekam medis pasien Prolanis Diabetes melitus. Kemudian Melakukan wawancara dengan pasien menggunakan kuesioner *Self Efficacy* yaitu (*DMSES*) *Diabetes Management Self Efficacy Scale* selama 10-15 menit. Selanjutnya Pasien melakukan pemeriksaan kontrol gula darah yang dilakukan oleh petugas laboratorium serta pengambilan data hasil pemeriksaan kontrol guladarah pasien dari rekam medis.

## 2.3 Analisis Data

Teknik analisis data dalam kegiatan ini disajikan dalam bentuk analisis deskriptif dan analisis bivariat. Analisis deskriptif ini berdasarkan hasil pengumpulan data meliputi umur, jenis kelamin, pekerjaan, lama menderita DM. Data yang dikumpulkan melalui kuisisioner *Self Efficacy* (*DMSES*) *Diabetes Management Self Efficacy Scale* untuk tingkat *self efficacy* dan hasil pemeriksaan kontrol gula darah untuk tingkat kontrol gula darah. Data yang diperoleh diolah dengan menghitung persentase dari jumlah pasien. Pengukuran tingkat *self efficacy* dan tingkat kontrol gula darah menggunakan uji statistik *chi square* dengan  $\alpha = 0,05$

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data rekam medik jumlah pasien diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I terdiri dari pasien prolanis 100 pasien setiap bulan. Jumlah responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak 100 responden dari pasien prolanis yang dilakukan pada bulan Februari dan April 2022. Data yang terkumpul berupa data jenis kelamin, usia, pekerjaan, nilai tingkat *Self Efficacy*, dan nilai tingkat kontrol guladarah pada pasien Diabetes melitus Tipe 2.

### A. Data Karakteristik Responden

Data karakteristik responden dilakukan untuk melihat frekuensi berdasarkan karakteristik responden yaitu: jenis kelamin, usia, pekerjaan, nilai tingkat *Self Efficacy*, nilai tingkat kontrol gula darah pada pasien diabetes melitus dan hubungan kontrol gula darah responden dengan *self efficacy* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I.

#### Berikut Data Karakteristik Responden

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persen (%)
1	Perempuan	64	64,0
2	Laki – laki	36	36,0
Total		100	100,0
<b>Usia</b>			
1	Lansia Awal (46-55 tahun)	27	27,0
2	Lansia Akhir (56-65 tahun)	73	73,0
<b>Pekerjaan</b>			
1	IRT	48	48,0
2	Buruh	14	14,0
3	Wiraswasta	4	4,0

4	Pensiunan Petani	34	34,0
5	Pegawai Swasta	0	0
6		0	0
Total		100	100,0
<b>Tingkat KGD</b>			
1	Normal	53	53,0
2	Tinggi	47	47,0
Total		100	100,0
<b>Tingkat Self efficacy</b>			
1	Baik	54	54,0
2	Buruk	46	46,0
Total		100	100,0
<b>Uji Kolerasi</b>			
1	Self Efficacy	0,000	0,779
2	Diabetes		

Jenis kelamin berpengaruh pada terjadinya penyakit diabetes melitus. Responden mayoritas berjenis kelamin perempuan dikarenakan perempuan mengalami siklus bulanan dan menopause yang berperan dalam meningkatkan jumlah lemak tubuh menjadi mudah terkumpul. Lemak dalam tubuh sering dikaitkan dengan resistensi insulin. Resistensi insulin menyebabkan gula sulit masuk ke sel sehingga gula tetap bertahan dalam darah. kadar lemak darah pada perempuan lebih tinggi dibanding laki-laki, akibatnya perempuan berisiko menderita diabetes mellitus 3-7 kali lebih tinggi dibanding laki-laki yang 2-3 kali (Rahmadanti *et al.*, 2020). Menurut *American Diabetes Association* (2019), salah satu faktor risiko utama diabetes adalah usia. Umumnya manusia mengalami perubahan fisiologis yang secara drastis menurun dengan cepat setelah 40 tahun. Penurunan ini akan berisiko pada penurunan fungsi endokrin pankreas untuk memproduksi insulin dan berpengaruh terhadap kepekaan reseptor berkurang sehingga glukosa dalam darah meningkat.

Kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian secara global. Pengaruh aktivitas fisik seperti olahraga secara langsung berhubungan dengan peningkatan kecepatan pemulihan glukosa otot. Saat beraktivitas, otot menggunakan glukosa yang tersimpan dalam otot dan jika glukosa berkurang, otot mengisi kekosongan dengan mengambil glukosa dari darah. Hal ini akan mengakibatkan menurunnya glukosa darah sehingga memperbesar pengendalian glukosa darah (Barnes, 2011).

Beberapa faktor yang diduga mempengaruhi pengendalian kadar gula darah adalah diet, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, dan pengetahuan. Pola makan tidak sehat, dapat meningkatkan terjadinya resistensi insulin sehingga kadar gula darah tidak terkontrol. Kurangnya aktivitas fisik dan ketidakpatuhan penderita DM tipe 2 dalam minum obat anti diabetes serta tingginya konsumsi makanan berlemak jenuh dapat meningkatkan kadar kolesterol dan lemak dalam darah. Hal ini dapat menyebabkan kadar gula darah tidak terkontrol (Johan, 2021).

Efikasi diri berkaitan dengan keyakinan bahwasanya individu mampu melakukan tindakan terhadap perawatan dan pengobatan DM (Dehghan et al., 2017). Efikasi diri pada penelitian ini menunjukkan efikasi diri yang tinggi. Penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian, yaitu penelitian yang dilakukan di Puskesmas 7 Ulu kota Palembang dan di RSUD Adam Malik Medan, bahwa mayoritas penyandang DM tipe-2 memiliki efikasi baik. Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan di Desa Sembiran Kecamatan Tejakula bahwa mayoritas penderita DM memiliki efikasi diri tingkat sedang. Efikasi diri responden menunjukkan tingkat efikasi tinggi pada penelitian ini disebabkan oleh keikutsertaan responden dalam program-program yang ada di Puskesmas Gamping 2, seperti program PROLANIS yang diadakan satu bulan sekali. Dalam program tersebut, pasien DM diberikan penyuluhan terkait dengan DM, dilakukan pemeriksaan fisik dan pemeriksaan gula darah serta dapat berkonsultasi dengan dokter secara gratis.

Efikasi diri juga memungkinkan seseorang untuk meningkatkan kemandirian dan kepercayaan diri dalam menjalankan pengobatan. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri, mereka akan memiliki koping yang sehat dan termotivasi melakukan perubahan perilaku untuk mencapai tujuannya. Hal ini didukung hasil penelitian Hartono (2019) yang mengatakan bahwa efikasi diri dapat menentukan adanya perubahan positif dalam keyakinan pasien tentang mengelola diabetes.

Menurut (Katuuk & Kallo, 2019) Efikasi diri mendorong proses kontrol diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola perawatan diri pada pasien diabetes mellitus. Efikasi diri pada pasien DM tipe 2 merupakan suatu kemampuan individu 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. Hal ini selaras dengan adanya pembentukan Prolanis untuk penyakit DM tipe 2.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tingkat *Self Efficacy* dengan kontrol gula darah di UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I dapat disimpulkan bahwa tingkat *self efficacy* dan tingkat kadar gula darah pada pasien diabetes prolanis melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I menunjukkan pasien terkontrol dengan baik. Adanya hubungan yang signifikan antara tingkat *Self efficacy* dengan kontrol gula darah pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Cilacap Tengah I yaitu dengan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

### DAFTAR PUSTAKA

- ADA (*American Diabetes Association*). 2019. *Standards of Medical Care in Diabetes 2019*. *Diabetes Care*. 32, S13–S61
- Alfakseir, A., & Malekpour, F. (2014). The Role of Self-Efficacy and Social Support in Predicting Depression Symptoms in Diabetic Patients. *Iranian Journal of Diabetic and Obesity*, Volume 6, Number 3, 126-130.
- Alfinuha, S. (2021). *Berdamai dengan Diabete: Pengelolaan Stres untuk Meningkatkan Efikasi Diri Penderita Diabetes*. 13, 83–96.
- Barnes, D. E. (2011). *Program Olahraga Diabetes*. Yogyakarta: Citra Aji Parama.
- Hartono, Dodik. (2019). *Hubungan Self Care dengan Komplikasi Diabetes Mellitus pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Poli Penyakit Dalam RSUD Dokter Mohamad Saleh Kota Probolinggo*. *Jornal of Nurshing Care & Biomolecular*. Vol 4 No 2
- Kabupaten Cilacap. (2020). *Buku Profil Kesehatan Kabupaten Cilacap Tahun 2020*. 0282,155.

- 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
- Notoatmodjo (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. [Nursalam. 2015. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan :Pendekatan Praktis](#) Rahmadanti, Mustika; Noor Diani; & Agianto. (2020). Motivasi *Self Management* Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2.*Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, Volume 8, No. 2: 87-92
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.Dinas Kesehatan
- [Rondhianto. 2012. Keterkaitan Diabetes Self Management Education Terhadap SelfEfficacy Pasien Diabetes Mellitus. \*Jurnal Keperawatan\*. 3 \(2\) : 216- 229.](#)
- World Health Organization. (2019). *Global Report On Diabetes*. journal Annual Report2019