

## Hubungan *Self-Management* dan *Self-Efficacy* Pada Pasien Diabetes Melitus di Kota Bandung

Citra Windani Mambang Sari<sup>1</sup>, Ahmad Yamin<sup>2</sup>, M. Budi Santoso<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas Padjadjaran, ners\_citra@yahoo.com

<sup>2</sup>Univeristas Padjadjaran, ahmad.yamin@unpad.ac.id

<sup>3</sup>Stikes Jenderal Achmad Yani, rj\_mbs@yahoo.co.id

### ABSTRAK

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang memiliki komplikasi. Jumlah pasien Diabetes Melitus meningkat karena keterbatasan dalam mengelola Diabetes Melitus (*self-management Diabetes Melitus*). Konsep *self-efficacy* efektif dapat merubah perilaku kesehatan. Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi hubungan antara *self-management* Diabetes Melitus dengan *self-efficacy* pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Kota Bandung. Sampel sebanyak 62 pasien Diabetes Melitus dari 8 Puskesmas di Kota Bandung yang mempunyai angka kunjungan Diabetes Melitus tertinggi dengan teknik *purposive*. Pengukuran *self-management* menggunakan kuesioner modifikasi dari *Summary of Diabetes Self Care Activity and Diabetes Self-Management Instrument*, sedangkan *Self-efficacy* dikembangkan dari *Standford Patients Education Research Center*. Kedua kuesioner terdiri dari 5 komponen yaitu nutrisi, olahraga, aktivitas, pengobatan dan monitor gula darah. Data dianalisis menggunakan Pearson. Hubungan antara *self-management* dan *self-efficacy* bermakna ( $r = 0.538$ ,  $p = 0.00$ ). Ada hubungan positif dengan kekuatan korelasi sedang antara *self-management* Diabetes Melitus dengan *self-efficacy* pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Kota Bandung. Saran dari penelitian bagi perawat komunitas agar dapat meningkatkan *self-efficacy* pada pasien Diabetes Melitus sehingga dapat meningkatkan *self-management* Diabetes Melitus dengan cara mengembangkan program edukasi yang terstruktur.

**Kata Kunci** : Diabetes Melitus, *self-management*, *self-efficacy*

### ABSTRACT

*Diabetes Mellitus is a chronic disease that has complications. The number of Diabetes Mellitus patients increased due to limitations in managing Diabetes Mellitus (self-management of Diabetes Mellitus). The concept of self-efficacy can effectively change health behavior. The purpose of this study was to identify the relationship between self-management of Diabetes Mellitus and self-efficacy in patients with type 2 diabetes mellitus in Bandung. Samples of 62 Diabetes Mellitus patients from 8 Puskesmas in Bandung City had the highest number of Diabetes Mellitus visits with purposive technique. The self-management measurements used a modified questionnaire from the Summary of Diabetes Self Care Activity and Diabetes Self-Management Instrument, while Self-efficacy was developed from the Standford Patients Education Research Center. Both questionnaires consist of 5 components namely nutrition, exercise, activity, medication and blood sugar monitoring. Data were analyzed using Pearson. The relationship between self-management and self-efficacy was significant ( $r = 0.538$ ,  $p = 0.00$ ). There is a positive correlation with moderate correlation strength between self-management of Diabetes Mellitus and self-efficacy in type 2 Diabetes Mellitus patient in Bandung City. Suggestions from research for community nurses to improve self-efficacy in Diabetes Mellitus patients so as to improve self-management of Diabetes Mellitus by developing a structured education program.*

**Keywords** : Diabetes, *Self-management*, *self-efficacy*

Diterima: 04 November 2018, Direvisi: 11 Januari 2018, Diterbitkan: 15 April 2018

## PENDAHULUAN

Seiring dengan kemajuan teknologi di dunia kesehatan, telah terjadi pola pergeseran penyakit di dunia. Salah satunya adalah jumlah penyakit yang diakibatkan pola hidup semakin bertambah dibandingkan dengan jumlah penyakit infeksi atau penyakit lainnya. Salah satu penyakit yang diakibatkan karena pola hidup adalah Diabetes Melitus. Berdasarkan data Depkes RI (2010), jumlah penderita DM di dunia adalah 8,4 juta jiwa dan Indonesia menempati urutan ke-empat terbesar dalam jumlah penderita DM di dunia. Secara epidemiologi, WHO memperkirakan bahwa pada tahun 2030 prevalensi DM di Indonesia mencapai 21,3 juta orang (Depkes RI, 2009). Berdasarkan data *Internasional Diabetic Federation* (IDF) tahun 2011, Indonesia menduduki peringkat ke-9 terbanyak di dunia. Berdasarkan data Riskesdas (2013) Provinsi Jawa Barat mengalami peningkatan menjadi prevalensi 2 %.

Penderita Diabetes Melitus menyebar di seluruh provinsi. Jawa Barat merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang mempunyai jumlah penderita diabetes yang cukup tinggi. Pasien Diabetes Melitus yang melakukan rawat jalan di beberapa rumah sakit di Jawa Barat pada tahun 2007 berjumlah 39.853 orang, sedangkan yang menjalani rawat inap sebanyak 6.668 orang (Dinkes Jabar, 2008). Sebagai ibukota dari Jawa Barat, Bandung merupakan salah satu kota di Jawa Barat dimana terdapat 10 persen penduduknya mengidap penyakit Diabetes Melitus (Tandra, 2008). Penyakit Diabetes Melitus juga menempati sepuluh terbesar pola penyakit di Kota Bandung (Dinkes Kota Bandung, 2010). Data laporan bulanan (LB1) per Puskesmas Kota Bandung dari Dinas Kesehatan Kota Bandung tahun 2010, pasien yang menjalani rawat jalan dengan diagnosa Diabetes Melitus dengan tipe tidak spesifik adalah sebanyak 10.575 orang (Dinkes Kota Bandung, 2010).

Diabetes Melitus adalah gangguan metabolisme karbohidrat, protein dan lemak yang ditandai oleh hiperglikemia. Hiperglikemia terjadi akibat kekurangan insulin atau menurunnya kerja insulin (American Association of Diabetes Ed, 2009). Insulin adalah hormon yang dihasilkan

oleh pankreas yang berfungsi untuk menyalurkan glukosa dalam darah masuk ke dalam sel. Oleh sebab itu, jika insulin tidak ada atau kurang jumlahnya maka akan menyebabkan peningkatan kadar glukosa dalam darah. Tingginya glukosa darah inilah yang berdampak buruk pada berbagai macam organ tubuh seperti neuropati diabetik, ulkus kaki, retinopati diabetik, dan nefropati diabetik, dan gangguan pembuluh darah (Gavin, Petterson & Warren-Boulton, 2003). Penyakit ini akan diderita seumur hidup, sehingga diharapkan penderita DM tipe-2 mampu melakukan perawatan diri dengan membentuk perilaku yang relevan terhadap penyakitnya untuk menghindari ketidakstabilan kadar glukosa darah yang dapat menimbulkan komplikasi yang lebih parah. Menurut Konsensus Pengendalian dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia tahun 2011, perilaku sehat yang merepresentasikan *self-management* pada pasien DM antara lain mengikuti pola makan sehat, meningkatkan kegiatan jasmani, menggunakan obat diabetes dan obat-obat pada pada keadaan khusus secara aman dan teratur, melakukan pemantauan kadar gula darah serta melakukan perawatan kaki secara berkala (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia [PERKENI], 2011). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-management* Diabetes Melitus dengan *self-efficacy* pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Kota Bandung.

## KAJIAN LITERATUR

Menurut Teori Sosial Kognitif Bandura, perilaku merupakan konseptualisasi dari fungsi lingkungan, personal dan faktor biologis (Perrin, Swerissen, & Payne, 2009). Dasar teori ini adalah bahwa individu secara proaktif terlibat dalam perkembangan, adaptasi dan perubahan yang ada dalam hidupnya. Cara untuk melalui semuanya itu diperlukan adanya kepercayaan diri (*self-efficacy*). Kepercayaan diri (*self-efficacy*) adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya yang diwujudkan dalam perilakunya (Passer & Smith, 2004).

**METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Variabel dalam penelitian ini adalah perilaku *self-management* dan *self-efficacy* pada pasien DM di Kota Bandung. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien Diabetes Melitus di 8 Puskesmas Kota Bandung. Sampel dijarung dengan teknik Purposive, dengan kriteria pernah didiagnosa Diabetes Melitus, masih melakukan aktivitas secara mandiri. Sampel didapatkan dengan cara didatangi satu persatu ke rumah.

Kuesioner yang digunakan ada tiga yaitu pertama, data demografi yang mengkaji usia, jenis kelamin, status perkawinan, pekerjaan, pendidikan, riwayat merokok, lama diabetes, gejala, penyakit penyerta, BMI. Kedua, *self-management* yang menggunakan hasil kuesioner dari penelitian Putri dkk (2012). Jumlah pertanyaan terdiri dari 29 dengan pilihan jawaban selalu, kadang, jarang dan tidak pernah dengan nilai skor 0,1,2,dan 3. Untuk kuesioner ini paling tinggi 87 dan paling rendah 0. Ketiga, *self-efficacy* (dimodifikasi dari *diabetes self-efficacy questionnaire* yang dikembangkan oleh *Standford Patients Education Research Center*). Kuesioner ini terdiri dari 12 pernyataan dengan 5 pilihan jawaban sangat percaya diri, percaya diri,ragu, tidak percaya diri, sangat tidak percaya diri dengan skor nilai 0-4. Jadi, skor tertinggi 36 dan terendah 0. Kedua kuesioner meliputi 5 dimensi yaitu nutrisi, olahraga, pengobatan, dan monitor gula darah. Analisis data menggunakan Pearson.

**PEMBAHASAN**

**Tabel 1**  
**Karakteristik Sampel**

Variabel	N	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	18	29
Perempuan	44	71
<b>Status Pernikahan</b>		
Menikah	48	77.4
Cerai	1	1.6
Orang Tua tunggal	8	12.9
Belum menikah	5	8.1
<b>Usia</b>		

40-59	40	64.5
60-69	22	35.5
<b>Suku</b>		
Sunda	56	90.3
Jawa	6	9.7
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	47	75.8
Bekerja	15	24.2
<b>Pendidikan</b>		
Tidak sekolah	3	4.8
SD	33	53.2
SMP	11	17.7
SMA	14	22.6
Universitas	1	1.6
<b>Riwayat merokok</b>		
Ya	7	11.3
Pernah	9	14.5
Tidak	46	74.2
<b>Olahraga</b>		
Bersepeda	1	1.6
Jalan	3	4.8
Senam	42	67.7
Tidak pernah	16	25.8
<b>Penyakit penyerta</b>		
Ya	41	67.7
Tidak	20	32.3
<b>Lama Diabetes</b>		
<3 tahun	26	41.9
>3 tahun	36	58.1
<b>BMI (kg/m2)</b>		
<b>Kurus</b>		
Normal	12	19.4
Gemuk	36	58.1
Obesitas	9	14.5
Obesitas	5	8.1
<b>Glukosa Darah</b>		
<b>Sewaktu</b>		
Tinggi	53	85.5
Normal	8	12.9
Rendah	1	1.6
<b>Di</b>		
<b>et</b>		
Ya	9	14.5
Tidak	53	85.5
<b>Kontrol ke pelayanan</b>		
<b>kesehatan</b>		
Tidak	28	54.2
Ya	34	54.8

**Tabel 2**  
**Rata-rata *Self-Efficacy* and *Self-Management* pada Pasien Diabetes Mellitus**

Variable	Mean (SD)	Min	Max
Self-Efficacy	28.79 (6.4)	14	42
Self-Management	33.11 (12.7)	10	68

Dari hasil analisa Pearson dengan dua variable diatas, maka didapatkan  $p\ value = 0.000$  dengan  $r = 0.538$ .

Dari hasil di atas, secara signifikan ada hubungan antara *self-management* dan *self-efficacy* pada pasien Diabetes Mellitus di Kota Bandung. Kepercayaan diri (*Self-efficacy*) mempunyai kontribusi penting dalam meningkatkan perilaku *self-management* pada pasien Diabetes Mellitus. Hal ini sesuai dengan teori *self-efficacy* dari Bandura, dengan adanya keyakinan terhadap kemampuan dirinya, responden dapat mengatur atau menunjukkan perilaku yang dianggap sebagai tujuan (Passer & Smith, 2004). Ini sesuai dengan hasil penelitian kohort yang telah dilakukan oleh Lorig, Sobel, Ritter et al (2001) tentang pengaruh dari program manajemen diri pada 613 pasien dengan penyakit kronis melaporkan hasil peningkatan yang signifikan pada perilaku sehat, *self-efficacy*, status kesehatan dan sedikitnya kunjungan ke pelayanan kesehatan. Hasil penelitian yang sama juga dilaporkan Dongbo et al., (2003) yang melakukan penelitian pada 954 pasien penyakit kronis di China, salah satunya adalah Diabetes Mellitus. Menurut Menurut (Bodenheimer, Davis, & Holman, 2007), fokus dari *SM Program* adalah *self-efficacy* (kepercayaan diri), yang mana merupakan hal yang penting untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Bean, Cundy dan Petrie (2007) juga melaporkan dalam studi penelitiannya pada etnik Eropa, Asia Selatan dan Islandia Pasifik, *self-efficacy* berhubungan dengan perawatan mandiri. Selain itu, studi yang dilakukan Perrin et al., (2009) dengan tujuan mengukur hubungan *self-efficacy* perawatan kaki dengan perilaku perawatan kaki

dilaporkan ada hubungan antara *self-efficacy* dengan perilaku pencegahan dalam perawatan kaki.

#### PENUTUP

Secara umum *self-management* yang dilakukan pasien Diabetes Mellitus berkaitan dengan kepercayaan dirinya melakukan perilaku tersebut.

Hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya membentuk program edukasi yang dilaksanakan perawat Komunitas untuk selalu melakukan kunjungan rumah, mengingatkan kembali dan memberikan motivasi kepada pasien DM tentang pentingnya melakukan pengelolaan DM, sehingga kepercayaan diri pasien Diabetes bisa meningkat dan dapat meningkatkan perilaku *self-management*

#### REFERENSI

- American Association of Diabetes Ed. (2009). AADE Guidelines for the Practice of Diabetes Self-Management Education and Training (DSME/T). *The Diabetes Educator*, 35(3\_suppl), 85S-107S.  
<https://doi.org/10.1177/0145721709352436>
- Bean D, Cundy T, Petrie KJ. (2007). Ethnic Differences in illness perceptions, self-efficacy and Diabetes Self-Care. *Psychology and Health*. October; 22 (7) : 787-811.
- Bodenheimer, T., Davis, C., & Holman, H. (2007). Helping Patients Adopt Healthier Behaviors. *Clinical Diabetes*, 25(2), 66-70.  
<https://doi.org/10.2337/diaclin.25.2.66>
- Dongbo, F., Hua, F., McGowan, P., Yi-e, S., Lizhen, Z., Huiqin, Y., ... Zhihua, W. (2003). Implementation and quantitative evaluation of chronic disease self-management programme in Shanghai, China: randomized controlled trial. *Bulletin of the World Health Organization*, 9.
- Depkes RI. (2009). *Tahun 2030 Prevalensi Diabetes Mellitus di Indonesia Mencapai 213 juta Orang Tahun* (online). Available : <http://www.depkes.go.id/index.php/berita/press-release/414-tahun-2030->

- prevalensi-diabetes-melitus-di-indonesia-mencapai-213-juta-orang.html
- Depkes RI. (2010). Diabetes Melitus dapat Dicegah (online). Available : <http://www.depkes.go.id/index.php/berita/press-release/1314-diabetes-melitus-dapat-dicegah.html>
- Dinas Kesehatan kota Bandung. (2011). *Profil Dinas Kesehatan kota Bandung tahun 2010*. Tidak dipublikasikan.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. 2008. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2007*. Tidak dipublikasikan.
- Gavin JR, Petterson K, Warren-Boulton E. 2003. Reducing Cardiovascular Disease Risk in Patients with Type 2 Diabetes: A Message from the National Diabetes Education Program. *Am Fam Physician*. 2003 Oct 15;68(8):1569-1574. Available : <http://www.aafp.org/afp/2003/1015/p1569.html>
- Lorig KR, Sobel DS, Ritter PL et al. (2001). Effect of self management Program on Patients with Chronic Disease. *Effective Clinic Practice* Nov-Dec 4(6): 256-62. From Pubmed database. Available : <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/11769298/>
- Passer MW, Smith RE. 2004. *Psychology The Science of Mind & Behavior*. Mc Graw Hill : New York
- Perrin, B. M., Swerissen, H., & Payne, C. (2009). The association between foot-care self efficacy beliefs and actual foot-care behaviour in people with peripheral neuropathy: a cross-sectional study. *Journal of Foot and Ankle Research*, 2(1). <https://doi.org/10.1186/1757-1146-2-3>
- Putri, D. S. R., Yudianto, K., & Kurniawan, T. (2014). Perilaku Self-Management Pasien Diabetes Melitus ( DM ) Self-Management Behaviour of Patient with Diabetes Mellitus ( DM ), 1(April 2013), 30–38.
- Perkeni, 2011. *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus tipe 2 di Indonesia 2011*. PB. Perkeni : Jakarta
- Riskesdas. (2013). *Laporan Nasional Kesehatan 2013*. Available at : [google.com](http://google.com) (diakses 06 Desember 2012)
- Tandra, H. 2008. *Segala Seseatu yang Anda Harus Ketahui tentang Diabetes*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.

#### **BIODATA PENULIS**

Penulis merupakan staf Departemen Komunitas Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran yang aktif dalam meneliti tentang Diabetes mellitus di masyarakat dan lansia.