Health Research Journal of Indonesia
Vol. 5, No. 1, Hal. 148-155, Oktober 2026
ISSN 2964-7592 (online)
DOI: 10.63004/hrji.v5i1.1608

Faktor *Self-Efficacy* yang Berhubungan dengan *Self-Management* pada Pasien DM Tipe 2

Self-Efficacy Factors Associated with Self-Management in Patients with Type 2 Diabetes

Lina Manda Sari[1*]
[1]Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia, Indonesia
*email korespondensi: linamanda.sari138@gmail.com

Info Artikel
Diterima:
20 Juli 2026
Direvisi:
27 Agustus 2026
Disetujui:
3 Oktober 2026
Dipublikasikan:
31 Oktober 2026

Keywords:
diabetes melitus tipe 2, *self-efficacy, self-management*

Keywords:
Self-management, self-efficacy, Dm tipe 2

Hak Cipta: © 2026 Lina Manda Sari

This is an open access article under the CC BY-NC 4.0 license.

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes melitus (DM) tipe 2 merupakan penyakit kronis yang memerlukan *self-management* secara berkelanjutan untuk mengendalikan kadar glukosa darah dan mencegah terjadinya komplikasi. *Self-efficacy* merupakan salah satu faktor yang berperan dalam meningkatkan kemampuan penderita dalam melaksanakan *self-management.*
Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan self-efficacy dengan self-management pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Sungai Dareh, Kabupaten Dharmasraya.
Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 285 pasien DM tipe 2, dengan sampel sebanyak 167 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Diabetes Management self-efficacy Scale (DMSES)* dan *Diabetes self-management Questionnaire-Revised (DSMQ-R)* versi Bahasa Indonesia, kemudian dianalisis menggunakan uji Chi-square.
Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki self-efficacy sangat rendah sebanyak 114 responden (68,3%) dan *self-management* kurang sebanyak 96 responden (57,5%). Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dan *self-management* pada pasien DM tipe 2 (p=0,012). Disimpulkan bahwa *self-efficacy* berhubungan dengan *self-management* pada pasien DM tipe 2.
Simpulan: Oleh karena itu, diperlukan intervensi keperawatan yang berfokus pada peningkatan *self-efficacy* melalui edukasi, konseling, dan dukungan berkelanjutan untuk meningkatkan kemampuan *self-management* penderita DM.

ABSTRACT

Background: *Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a chronic disease that requires continuous self-management to maintain blood glucose control and prevent complications. Self-efficacy is a key factor influencing patients' ability to manage their condition effectively.*
Objective: *This study aimed to analyze the relationship between self-efficacy and self-management among patients with type 2 diabetes mellitus at Sungai Dareh Primary Health Center, Dharmasraya Regency.*
Methods: *This study used a descriptive-analytic, cross-sectional design. The study population consisted of 285 patients with type 2 diabetes mellitus, and 167 respondents were selected using purposive sampling. Data were collected using the Diabetes Management Self-Efficacy Scale (DMSES) and the Indonesian version of the Diabetes Self-Management Questionnaire-Revised (DSMQ-R). Data were analyzed using the Chi-square test.*
Results: *Most respondents had very low self-efficacy (114 respondents; 68.3%) and poor self-management (96 respondents; 57.5%). Bivariate analysis revealed a significant relationship between self-efficacy and self-management among patients with type 2 diabetes mellitus (p = 0.012). In conclusion, self-efficacy is significantly associated with self-management in patients with type 2 diabetes mellitus.*
Conclusion: *Therefore, nursing interventions focusing on improving self-efficacy through education, counseling, and continuous support are recommended to enhance patients' self-management abilities.*

Vol. 5, No. 1, Hal. 148-155, Oktober 2026
ISSN 2964-7592 (online)
DOI: 10.63004/hrji.v5i1.1608

PENDAHULUAN

DM merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia yakni peningkatan kadar glukosa dalam darah akibat gangguan pada sekresi insulin maupun fungsi kerja insulin [1]. DM merupakan salah satu masalah kesehatan kronis yang memerlukan penanganan menyeluruh [2]. Apabila penanganan DM tidak dilakukan secara tepat maka jumlah kasus DM akan terus meningkat. Berdasarkan laporan dari *International Diabetes Federation* (IDF), jumlah penderita DM secara global meningkat dari 537 juta orang pada tahun 2021 menjadi 540 juta orang pada tahun 2022 dan diperkirakan akan mencapai 643 juta orang pada tahun 2030 [3] .

Indonesia saat ini berada di peringkat ke-5 dunia dengan prevalensi sebesar 19,5 juta penderita setelah China, India, Pakistan, dan United States of America. Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi DM pada penduduk usia ≥15 tahun mencapai 11,7%. Khusus di Provinsi Sumatera Barat, prevalensi DM mencapai 11,2%, yang menunjukkan bahwa wilayah ini memiliki beban DM yang cukup tinggi.

Selain jumlah yang terus meningkat, DM juga dapat menimbulkan komplikasi mikrovaskuler, seperti nefropati (45,3%), retinopati (40%), dan neuropati (38,4%) [4]. Sedangkan komplikasi makrovaskuler (penyakit jantung 8,2%, penyakit pembuluh darah perifer 1,2%, dan stroke 8,8%) [5]. Disamping masalah fisik, penderita DM juga mengalami gangguan psikologis seperti depresi yang prevalensinya mencapai 49,2% [6]. Komplikasi ini secara keseluruhan dapat meningkatkan beban biaya perawatan, termasuk biaya rawat inap, obat, kehilangan produktivitas, pengasuhan, dan transportasi [7].

Mengingat luasnya dampak komplikasi DM, diperlukan strategi terbaik untuk mengatasi permasalahan tersebut, salah satunya dengan meningkatkan kesadaran pasien untuk menjaga kesehatan guna mengurangi risiko komplikasi [8]. Salah satu pengendalian DM yang dapat dilakukan adalah melakukan *self-management* [9] . *Self-management* merupakan tindakan yang dilakukan untuk mengelola dan mengendalikan DM, yang meliputi aktivitas fisik, pengaturan pola makan, pemantauan gula darah, pengendalian obat, dan perawatan kaki [10]. *Self-management* yang efektif bertujuan untuk menjaga kadar glukosa darah tetap dalam batas normal sehingga dapat mencegah komplikasi jangka pendek maupun jangka panjang [11].

Kompleksitas pengelolaan DM menunjukkan bahwa perubahan perilaku penderita dalam menjalankan *self-management* harus dimulai dari aspek individu [12]. Aspek ini menjadi titik awal untuk memahami berbagai faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengkaji keterkaitan tersebut adalah pendekatan *self-efficacy* [13]. *Self-efficacy* merupakan keyakinan dan motivasi pada diri sendiri untuk menyelesaikan tugas-tugas tertentu secara efektif guna mencapai tujuan yang diinginkan [14]. *Self-efficacy* juga berperan sebagai pendorong motivasi internal dan menjadi faktor penentu dalam ketahanan psikologis penderita dalam menghadapi tantangan penyakit jangka panjang.

Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi self-efficacy dan self-management pada pasien DM tipe 2 serta menganalisis hubungan antara self-efficacy dan self-management pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Sungai Dareh 2025.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang dilaksanakan di Puskesmas Sungai dareh pada Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini adalah penderita DM tipe 2 yang berkunjung ke Puskesmas Sungai Dareh dengan jumlah populasi 285 orang, sampel sebanyak 167 responden dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Dengan kriteria inklusi adalah bersedia berpartisipasi dalam penelitian dan menandatangani lembar persetujuan setelah penjelasan (*informed consent*), berusia antara 40 hingga 60 tahun dan kriteria ekslusi adalah penderita DM yang memiliki komplikasi yang dapat menganggu penelitian (gagal ginjal kronik, gagal jantung), Penderita DM yang memiliki keterbatasan fisik, mental atau kognitif yang dapat menganggu penelitian (buta, tuli, cacat mental, demensia, stroke berat dengan afasia). Penelitian dimulai dari bulan Januari hingga Agustus 2025.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dengan teknik wawancara terpimpin, kuesioner pengetahuan, kuesioner self-efficacy menggunakan Diabetes Management self-efficacy Scale (DMSES) [15], dan kuesioner self-management menggunakan Diabetes Self-

Vol. 5, No. 1, Hal. 148-155, Oktober 2026
ISSN 2964-7592 (online)
DOI: 10.63004/hrji.v5i1.1608

Management Questionnaire-Revised *(DSMQ-R)* versi Bahasa Indonesia [16] . Analisis statistik yang digunakan dalam penelitian ini meliputi analisis univariat berupa karakteristik responden, gambaran *self-efficacy, dan* gambaran *self-management*. Analisis bivariat menjelaskan hubungan *self-efficacy* dengan *self-management.* Penelitian ini juga sudah mendapatkan persetujuan kode etik dari Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang tahun 2025 dengan nomor surat 562.layaketik/KEPKFKEPUNAND.

HASIL

Penyajian data terdiri dari analisis univariat yang meliputi karakteristik responden, gambaran self-efficacy, dan gambaran *self-management*. Analisis bivariat meliputi: hubungan *self-efficacy* dengan *self-management.*

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik

Variabel karakeristik	Frekuensi	%
mur		
40-50	51	30,5
51-60	116	69,5
Jenis kelamin		
Laki-laki	57	34,1
Perempuan	110	65,9
Pendidikan terakhir		
Tidak Sekolah	8	4,8
Tidak tamat SD	1	0,6
SD	41	24,6
SLTP	55	32,9
SMA/Diploma/Sarjana	62	37,1
Pekerjaan		
Pedagang	12	7,2
Wiraswasta	15	9,0
Petani	44	26,3
Ibu RT	66	39,5
Tidak bekerja	17	10,2
Lain-Lain	13	7,8
Lama Diagnosa DM		
1-5	60	35,9
6-10	77	46,1
11-15	30	18,0
Riwayat DM pada keluarga		
Tidak ada	65	38.9
Ada	102	61.1
Pernah mendapatkan pendidikan kesehatan		
Tidak Pernah	90	53.9
Pernah	77	46.1

Dari tabel 1 dapat dilihat pada kelompok umur yang terbanyak adalah 51-60 tahun sebanyak 116 responden (69,5%), Sebagian besar responden sudah menyelesaikan pendidikan SMA 62 (37,1%). Sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga 66 orang (39,5%). Sedangkan lama diagnosa DM terbanyak pada rentang 6-10 tahun sebanyak 77 (46,1%) responden. Sebagian besar responden memiliki riwayat keluarga dengan DM sebanyak 102 orang (61,1%) dan sebagian besar responden pernah tidak pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang DM sebanyak 90 orang (53,9%).

Dari Tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar responden, 114 responden (68,3%), memiliki self-efficacy yang sangat rendah, yang terlihat dari beberapa aspek penting seperti nutrisi, kontrol gula darah, aktivitas fisik, pengendalian berat badan, serta kepatuhan terhadap pengobatan medis. Sebanyak 95 responden (56,9%) mengalami kesulitan menjaga pola makan sehat, terutama saat berada di luar rumah atau dalam kondisi yang membutuhkan fleksibilitas diet, sedangkan 88 responden (52,7%) mengatakan tidak dapat menyesuaikan rencana makan saat

Vol. 5, No. 1, Hal. 148-155, Oktober 2026
ISSN 2964-7592 (online)
DOI: 10.63004/hrji.v5i1.1608

berada jauh dari rumah.

Tabel 2. Gambaran s*elf-efficacy*

Variabel	Frekuensi	%
self-efficacy		
Sangat rendah	114	68,3
Rendah	53	31,7
Sedang	0	0
Tinggi	0	0

Tabel 3. Gambaran *self-management*

Variabel	Frekuensi	%
self-management		
Kurang	96	57,5
Cukup	71	42,5
Baik	0	0

Dari tabel 3 dapat dilihat sebagian besar responden memiliki *self-management* yang kurang dalam pengelolaan DM (57,5 %). *self-management* yang kurang baik pada responden dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu : manajemen glukosa darah, perawatan diet, aktifitas fisik dan perawatan kesehatan. Pada aspek manajemen glukosa darah**,** ditemukan sebanyak 97 responden (58,1%) belum konsisten melakukan pemantauan kadar gula darah secara teratur, sedangkan sebanyak 77 responden (46,1%) kurang mampu menjaga kestabilan kadar glukosa harian. Sedangkan pada aspek perawatan diet**,** sebanyak 79 responden (47,3%) belum menerapkan pola makan yang sesuai dengan rekomendasi medis, seperti pengaturan porsi, pembatasan makanan tinggi gula dan lemak, serta disiplin dalam jadwal makan.

Tabel 4. Hubungan *self-efficacy* dengan *self-management*

	Self-management						
Self-efficacy	**Kurang**		**Cukup**		**Total**		***p value***
	f	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	
Sangat rendah	73	64,0	41	36,0	114	100	0,012
Rendah	23	43,4	30	56,6	53	100	

Pada penelitian ini, dari 16**7** responden sebanyak 114 responden (68,3%) memiliki memiliki *self-efficacy* yang sangat rendah. Sebanyak 73 responden (64,0%) menunjukkan tingkat *self-management* yang kurang. Hasil uji statistik yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *self-management. Self-efficacy* menjadi landasan utama keberhasilan penderita dalam menjaga pola makan yang sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, mematuhi jadwal pengobatan, serta memantau kadar gula darah. Upaya tersebut berkontribusi pada pencegahan komplikasi dan pemeliharaan kondisi kesehatan penderita DM [17].

PEMBAHASAN

Pembahasan hasil pada penelitian ini dilakukan dengan membandingkan hasil penelitian dengan tinjauan pustaka dan hasil-hasil penelitian yang relevan. Selain itu pembahasan penelitian ini juga menguraikan hal-hal yang ditemukan selama proses penelitian dan menguraikan implikasi penelitian untuk pengembangan lebih lanjut baik bagi pelayanan keperawatan, pendidikan maupun penelitian.

Karakteristik responden

Pada penelitian ini mayoritas berusia lanjut dimana tubuh mulai mengalami penurunan fungsi fisiologis seperti berkurangnya sensitivitas insulin, menurunnya fungsi sel β pankreas, dan melemahnya metabolisme glukosa sehingga lebih rentan terhadap DM [21]. Dilihat dari jenis kelamin yang terbanyak adalah perempuan. Hal ini terjadi karena pada perempuan lebih cenderung

Vol. 5, No. 1, Hal. 148-155, Oktober 2026
ISSN 2964-7592 (online)
DOI: 10.63004/hrji.v5i1.1608

memiliki pola makan yang beresiko tinggi seperti mengkonsumsi gula dan lemak yang tinggi, selain itu aktivitas yang rendah juga dapat meningkatkan resiko terjadinya DM. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh [22] yang mengemukakan bahwa DM memiliki hubungan yang kuat dengan perbedaan gender. Dilihat pada tingkat pendidikan pada penelitian ini responden menempuh pendidikan SMA/Diploma/Sarjana. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siregar (2023) mengemukakan bahwa tingkat pendidikan mempengaruhi kemampuan berpikir dan semakin seseorang memiliki pendidikan yang tinggi akan menjadikan lebih paham untuk mencari pengobatan terhadap penyakit yang dideritanya.

Dilihat dari pekerjaan pada penelitian ini responden terbanyak adalah ibu rumah tangga, pada umumnya ibu rumah tangga tidak memiliki waktu khusus untuk melakukan olahraga. Kurangnya olahraga dapat memicu penumpukan lemak tubuh serta meningkatkan resiko obesitas dan gangguan metabolisme yang berhubungan dengan DM [23]. Dilihat dari lamanya menderita DM pada penelitian ini responden terbanyak adalah pada rentang 6-10 tahun. Penderita yang lebih lama menderita DM akan lebih mampu memahami keadaan yang dirasakan baik dari segi fisik, psikologis hubungan sosial dan lingkungan sehingga penderita lebih mampu mengantisipasi terjadinya kegawatdaruratan yang akan terjadi pada diri penderita suatu saat nanti [24]. Dilihat dari riwayat keluarga dengan DM pada penelitian ini responden terbanyak adalah memiliki riwayat keluarga yang menderita DM seperti ayah, ibu dan saudara kandung. Faktor genetik bersumber dari keselarasan DM yang dapat meningkatkan pada kondisi kembar monozigot.

Gambaran *self-efficacy*

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Sungai Dareh pada tahun 2025, menunjukkan bahwa sebagian besar *self-efficacy* sangat rendah sebanyak 114 responden (68,3%), yang dapat dilihat dari beberapa aspek penting seperti nutrisi, kontrol gula darah, aktivitas fisik dan pengendalian berat badan, serta kepatuhan terhadap pengobatan medis. Keempat aspek ini saling terkait dan berperan besar dalam menentukan keberhasilan penderita dalam mengelola penyakitnya sehari-hari. Berdasarkan hasil penelitian, aspek yang menunjukkan tingkat *self-efficacy* paling rendah terdapat pada perawatan nutrisi. Sebanyak 95 responden (56,9%) mengalami kesulitan dalam menjaga pola makan sehat, terutama ketika berada di luar rumah atau dalam kondisi yang membutuhkan fleksibilitas diet, sedangkan sebanyak 88 responden (52,7%) mengatakan tidak bisa menyesuaikan rencana makan ketika berada jauh dari rumah.

Temuan ini menggambarkan bahwa responden mengalami kesulitan dalam menerapkan prinsip diet DM di luar lingkungan, sehingga kemungkinan tidak mematuhi diet tersebut menjadi lebih tinggi. Kemampuan yang kurang dalam hal ini dapat menyebabkan perubahan kadar gula darah yang tidak teratur dan meningkatkan risiko komplikasi jangka panjang. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Suwandi (2021) yang mengemukakan bahwa penderita DM sering kali sulit mempertahankan pola makan saat di luar rumah karena kurangnya kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan pilihan makanan yang tersedia.

Selain aspek perawatan nutrisi, terdapat aspek lain yang secara signifikan mempengaruhi rendahnya *self-efficacy* pada penderita DM yaitu kemampuan dalam mengendalikan kadar gula darah. Sebanyak 89 responden (53,3%) tidak mampu menurunkan kadar gula darah ketika terlalu tinggi, dan sebanyak 89 responden (53,3%) tidak mampu meningkatkan kadar gula darah ketika terlalu rendah. Ketidakmampuan dalam mengelola kadar gula darah ini bisa menyebabkan risiko komplikasi mikro dan makro, seperti gangguan ginjal, saraf, mata, serta penyakit jantung dan pembuluh darah (American Diabetes Association, 2022).

Gambaran *Self-Management*

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Sungai Dareh pada tahun 2025, sebagian besar responden masih memiliki *self-management* yang kurang baik (57,5%) dapat dilihat dari beberapa aspek yaitu : manajemen glukosa darah, perawatan diet, aktifitas fisik dan perawatan kesehatan. Dari keempat aspek tersebut, faktor yang paling menonjol dalam mempengaruhi kurangnya *self management* adalah manajemen glukosa darah**,** perawatan diet dan aktifitas fisik**.**

Pada aspek manajemen glukosa darah, ditemukan sebanyak 97 responden (58,1%) belum

Vol. 5, No. 1, Hal. 148-155, Oktober 2026
ISSN 2964-7592 (online)
DOI: 10.63004/hrji.v5i1.1608

konsisten melakukan pemantauan kadar gula darah secara teratur, sedangkan sebanyak 77 responden (46,1%) kurang mampu menjaga kestabilan kadar glukosa harian. Hal ini menunjukkan masih adanya hambatan dalam kesadaran maupun keterampilan teknis penderita dalam melakukan kontrol gula darah, yang berpotensi meningkatkan risiko komplikasi baik makrovaskuler maupun mikrovaskuler (Fitriani et al., 2023).

Sedangkan pada aspek perawatan diet**,** sebanyak 79 responden (47,3%) belum menerapkan pola makan yang sesuai dengan rekomendasi medis, seperti pengaturan porsi, pembatasan makanan tinggi gula dan lemak, serta disiplin dalam jadwal makan. Selain itu, sebagian responden juga menunjukkan kesulitan dalam mempertahankan keteraturan diet karena pengaruh kebiasaan keluarga dan lingkungan. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Sari et al., (2022) yang mengemukakan bahwa kepatuhan diet merupakan salah satu tantangan terbesar dalam *self-management* DM.

Pengelolaan DM pada aspek aktivitas fisik pada penelitian ini masih tergolong rendah dimana sebagian responden (49,1%) jarang untuk melakukan olahraga walaupun responden mengetahui bahwa olahraga baik untuk menjaga kesehatan dan mengelola DM. Aktivitas fisik merupakan salah satu tatalaksana terapi DM dari segi non farmakologi yang memiliki manfaat meningkatkan penurunan kadar glukosa darah, mencegah kegemukan, peningkatan tekanan darah, gangguan lipid darah dan hiperagulasi darah [17].

Prinsip olahraga bagi penderita DM hampir sama dengan olahraga secara umum yaitu : memenuhi hal seperti frekuensi, intensitas, durasi dan jenis olahraga sebaiknya dipilih olahraga yang disenangi dan mungkin dilaksanakan [25]. Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Idris et al., (2022) yang mengemukakan bahwa salah satu aspek penting dalam *self-management* adalah dengan melakukan aktifitas fisik seperti rutin berolahraga sedangkan rendahnya keterlibatan dalam aktivitas fisik dapat memperburuk pengelolaan kondisi DM.

Hubungan *Self-efficacy* dengan *self-management*

Pada penelitian ini, dari 167 responden sebanyak 114 responden (68,3%) memiliki *self-efficacy* yang sangat rendah. Sebanyak 73 responden (64,0%) menunjukkan tingkat *self-management* yang kurang. Hasil uji statistik yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara self-efficacy dan *self-management.* Hal ini menunjukkan bahwa meskipun keyakinan responden terhadap kemampuannya sendiri dalam mengelola penyakit masih terbatas, sebagian besar responden tetap mampu menjalankan perilaku *self-management.*

Namun pada penelitian ini, juga menemukan bahwa sebanyak 114 responden yang memiliki *self-efficacy* sangat rendah, sebanyak 41 responden (36,0%) diantaranya memiliki *self-management* yang cukup dan sebanyak 30 responden yang memiliki *self-efficacy* rendah, sebanyak 30 responden (56,6%) diantaranya memiliki *self-management* yang cukup. Hal ini terjadi karena adanya dukungan konsisten dari keluarga yang memberikan motivasi kepada penderita untuk melaksanakan berbagai kegiatan *self-management* secara rutin. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Muflihatin (2021) yang menyatakan bahwa kurangnya *self-efficacy* pada responden tidak selalu berdampak buruk pada *self-management* penderita DM karena adanya dukungan eksternal lain yang membantu responden menyesuaikan diri dalam menjalankan *self-management.*

Self-efficacy merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh penderita DM khususnya dalam melakukan *self-management* terkait penyakitnya, dan *self-efficacy* merupakan salah satu intervensi mandiri dalam keperawatan. Penderita yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi akan cenderung terlibat secara langsung dalam menjalankan tugas sekalipun tugas itu sulit. Sebaliknya, penderita dengan *self-efficacy* rendah akan menjauhi tugas-tugas yang sulit karena menganggapnya sebagai beban.

Self-efficacy yang dilakukan secara konsisten dapat mendorong perilaku penderita dalam melakukan *self-management, di mana self-efficacy* yang baik dapat menghasilkan *self-management* yang baik. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mustarim et al., (2019) yang mengemukakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self -efficacy* dengan *self-management,* dimana *self-efficacy* mempengaruhi bagaimana seseorang bertindak dan memotivasi dirinya sendiri. Hal ini disebabkan oleh persepsi yang salah mengenai

Vol. 5, No. 1, Hal. 148-155, Oktober 2026
ISSN 2964-7592 (online)
DOI: 10.63004/hrji.v5i1.1608

pelaksanaan *self-management,* seperti kurangnya pemahaman tentang manfaat diet dan ketidakteraturan dalam melakukan aktivitas fisik, sebagian besar penderita menganggap diet hanya penting untuk kesehatan, bukan untuk mengontrol kadar gula darah.

Self-efficacy memegang peranan penting dalam mempengaruhi perilaku penderita DM dalam melaksanakan *self-management. Self-efficacy* menjadi landasan utama keberhasilan penderita dalam menjaga pola makan yang sehat, melakukan aktivitas fisik secara teratur, mematuhi jadwal pengobatan, serta memantau kadar gula darah. Upaya tersebut berkontribusi pada pencegahan komplikasi dan pemeliharaan kondisi kesehatan penderita DM [18].

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penderita dengan DM memiliki *self-management* yang kurang yang berkaitan dengan *self-efficacy* yang sangat rendah. Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *self-management***.**

PENGGUNAAN KECERDASAN ARTIFISIAL

-

KONTRIBUSI PENULIS

Konseptualisasi: Lina manda sari
Kurasi data: lina manda sari
Analisis formal: Lina Manda sari
Perolehan pendanaan: Lina manda sari
Investigasi: Lina Manda sari
Metodologi: Lina Manda sari
Administrasi proyek:
Sumber daya: Lina Manda sari
Perangkat lunak: Lina Manda sari
Supervisi: Lina Manda sari
Validasi: Lina Manda sari
Visualisasi: Lina Manda sari
Penulisan—draf awal: Lina Manda sari
Penulisan—tinjauan & penyuntingan: Lina Manda sari

PENDANAAN

-

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada.

DAFTAR PUSTAKA

1. Widiasari KR, Wijaya IMK, Suputra PA. Diabetes Melitus Tipe 2 Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana. Ganesha Med. 2021;1(2):114–20. doi:10.23887/gm.v1i2.39169
2. Fiarni C, Sipayung EM, Maemunah S. Analysis and Prediction of Diabetes Complication Disease Using Data Mining Algorithm. Procedia Comput Sci. 2019;161:449–57. doi:10.1016/j.procs.2019.11.144
3. F ID. IDF Diabetes Atlas. International Diabetes Federation; 2025.
4. Amelia S, Lubis NDA, Lubis F, Delyuzar D. Pemetaan Kebersihan dan Perilaku Aman Pangan (PEKA-PANGAN) Sebagai Upaya Peningkatan Derajat Kesehatan Masyarakat Tanjung Beringin. Abdimas Universal. 2024;7(1):18–25. doi:10.36277/abdimasuniversal.v7i1.396

Vol. 5, No. 1, Hal. 148-155, Oktober 2026
ISSN 2964-7592 (online)
DOI: 10.63004/hrji.v5i1.1608

5. Albarakat M, Guzu A. Prevalence of Type 2 Diabetes and Their Complications Among Home Health Care Patients at Al-Kharj Military Industries Corporation Hospital. J Family Med Prim Care. 2019;6:169–70.
6. Kant R, Yadav P, Barnwal S, Dhiman V, Abraham B. Prevalence and Predictors of Depression in Type 2 Diabetes Mellitus. J Educ Health Promot. 2021;10:1–6. doi:10.4103/jehp.jehp_1507_20
7. Ferawati F, Hadi Sulistyo AA. Hubungan Antara Kejadian Komplikasi Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Pasien Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Dander. Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya. 2020;15(2):269–77. doi:10.30643/jikes.v15i2.93
8. Bagriacik E, Bayraktar N. Effectiveness of Training in Disease Management for Patients with Type 2 Diabetes Mellitus: A Systematic Review. Endocrinol Diabetes Nutr. 2022;69(5):362–78. doi:10.1016/j.endinu.2021.05.008
9. Ningrum TP, Fatih H Al, Handayani H. Gambaran Kepatuhan Diabetes Self Management Pada Penderita Dm Tipe II Pada Puskesmas Babakan Sari. Jurnal Keperawatan BSI. 2022;10(2):163–7. doi:10.31294/jkb.v10i2.13325
10. Kurniawan T, Sari CWM, Aisyah I. Self Management Pasien Diabetes Melitus dengan Komplikasi Kardiovaskular dan Implikasinya terhadap Indikator Klinik. Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia. 2020;6(2):143–52. doi:10.17509/jpki.v6i2.28588
11. Salsabila Z, Sjaaf AC. The Analysis of Diabetes Self-Management Implementation on Type 2 Diabetes Mellitus Patients: a Protocol. Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia. 2022;7(2):133–41. doi:10.7454/jeki.v7i2.6186
12. Habibi A. S, Davari M, Rezakhani Moghaddam H. Determining the Predictors of Self-Management Behaviors in Patients With Type 2 Diabetes: An Application of Socio-Ecological Approach. Front Public Health. 2022;10:1–12. doi:10.3389/fpubh.2022.923487
13. Assah B. P, Rustiawan A. Hubungan Aktifitas Fisik dan Usia dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Gondokusuman 1 Kota Yogyakarta tahun 2023. Accid Anal Prev. 2023;183:153–64.
14. Khotimah K, Silvitasari I. Gambaran Self Efficacy pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuanyar. Vitamine: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum. 2024;2(2):115–23. doi:10.61132/vitamine.v2i2.203
15. Kurniawati R. BBPOM Padang Tangani 6 Kasus KLB Keracunan Pangan di 2024, Mayoritas Akibat Bakteri Berbahaya. 2024.
16. Putunanga R, Iskandarsyah A, Setyowibowo H, Cahyadi S. International journal of social health. Vol. 4. 2025;4(2):112–20.
17. Yang N, Masingboon K, Samartkit N. Factors Influencing Diabetes Self-Management Among Adults with Type 2 Diabetes Mellitus in China. Belitung Nurs J. 2022;8(5):389–95. doi:10.33546/bnj.2185
18. Husain AA, Rombot D V, Porajow ZCJG. Prevalensi diabetes melitus tipe 2 pada masa pandemi COVID-19 di praktik dokter keluarga Kota Manado. Jurnal Kedokt Komunitas Dan Trop. 2022;10(3):417–20.