



## **HUBUNGAN SELF EFFICACY DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA DIABETES MELITUS**

**Deta Wahyu Untari, Witriyani\*, Insanul Firdaus**

Fakultas Kesehatan, Universitas Duta Bangsa Surakarta, Jl. Bhayangkara No.55, Tipes, Serengan,  
Surakarta, Jawa Tengah 57154, Indonesia

\*[witriyani@udb.ac.id](mailto:witriyani@udb.ac.id)

### **ABSTRAK**

Diabetes Melitus adalah penyakit kronis yang disebabkan karena adanya kelainan pada hormon insulin, sehingga tubuh dapat mengalami gangguan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak yang dapat berdampak pada peningkatan kadar glukosa darah. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Self Efficacy dengan Kualitas hidup pada penderita Diabetes Melitus. Penelitian ini menggunakan jenis metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 44 responden. Sampling dari penelitian ini adalah dengan menggunakan purposive sampling. Instrumen yang digunakan pada penelitian kuesioner Diabetes Management Self Efficacy Scale (DMSES) dan World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-Bref). Berdasarkan hasil analisa pada penelitian ini menunjukkan data pada Self Efficacy dengan kategori baik 31 (70,5%). Hasil dari data kualitas hidup dengan kategori sangat baik 36 (81,8%). Hasil dari penelitian adalah terdapat Hubungan Self Efficacy dengan Kualitas Hidup pada penderita Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Kedawung 1 Sragen. Didapatkan hasil Uji Spearman Rank nilai p-value 0.000 ( $P < 0,05$ ).

Kata kunci: kualitas hidup; penderita diabetes melitus; self efficacy

### ***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND QUALITY OF LIFE IN PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS***

#### **ABSTRACT**

*Diabetes Mellitus is a chronic disease caused by abnormalities in the insulin hormone, so that the body can experience metabolic disorders of carbohydrates, proteins, and fats which can have an impact on increasing blood glucose levels. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and quality of life in people with diabetes mellitus. This study uses a type of quantitative method with a cross-sectional design. The population in this study were 44 respondents. Sampling of this study was to use purposive sampling. The instruments used in the study were the Diabetes Management Self Efficacy Scale (DMSES) questionnaire and the World Health Organization Quality of Life (WHOQOL-Bref). Based on the results of the analysis in this study showed data on Self Efficacy with 31 (70.5%) good categories. The results of the quality of life data in the excellent category 36 (81.8%). The result of the study is that there is a relationship between Self Efficacy and Quality of Life in people with Diabetes Mellitus in the Kedawung 1 Sragen Health Center work area. The Spearman Rank Test results obtained a p-value of 0.000 ( $P < 0.05$ ).*

*Keywords: patients with diabetes mellitus; quality of life; self efficacy*

### **PENDAHULUAN**

Diabetes Melitus saat ini merupakan salah satu masalah kesehatan pada masyarakat. Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang disebabkan karena adanya kelainan pada hormon insulin, proses kerja insulin maupun keduanya. Sehingga tubuh dapat mengalami gangguan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak yang dapat berdampak pada peningkatan kadar glukosa darah. Diabetes Melitus setiap tahunnya mengalami peningkatan, hal ini terjadi karena bertambahnya jumlah populasi, rendahnya pengetahuan dalam mengelola gaya hidup

yang sehat, obesitas dan juga kegiatan aktifitas fisik yang kurang. Selain itu penyakit ini disebabkan oleh gaya hidup yang tidak baik dan juga ketidakmampuan seseorang dalam mengelola penyakitnya secara mandiri. Hal tersebut juga merupakan penyebab dari Diabetes (Irawan & Adisty Handayani, 2022).

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu penyakit kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah pada tubuh yang terjadi akibat tubuh tidak dapat memproduksi insulin secara efektif. Jika tidak di kelola dengan baik maka Diabetes melitus dapat menyebabkan komplikasi yang serius (Erika, 2023). Penyakit ini ditandai dengan tingginya kadar glukosa dalam darah yang melebihi nilai normal. Kadar glukosa normal pada pagi hari sebelum makan atau puasa adalah 70-110 mg/dl darah. Kadar glukosa normal biasanya kurang dari 120-140 mg/dl pada 2 jam setelah makan atau minum cairan yang mengandung gula atau karbohidrat (Sagita et al., 2020). Klasifikasi Diabetes melitus diantaranya adalah Diabetes melitus tipe 1, Diabetes melitus tipe 2 dan Diabetes melitus gestasional (Marzel, 2020). Menurut (Bachri et al., 2022) terdapat 2 komplikasi dari Diabetes melitus yaitu komplikasi aku dan kronik.

Pengendalian Diabetes melitus dilakukan dengan menggunakan 5 pilar diantaranya adalah edukasi, perencanaan makan, latihan jasmani, intervensi farmakologis dan pemeriksaan mandiri kadar glukosa darah yang teratur (Khasanah, 2018). Penderita diabetes sering kali tidak menyadari tentang adanya tanda dan gejala yang dialami seperti poliuria, polidipsia, polifagia. Kebanyakan penderita akan menanggapi hal tersebut merupakan masalah sepele (Widiasari et al., 2021). International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2021 prevalensi penderita Diabetes melitus sebanyak 537 juta di seluruh dunia dan diperkirakan jumlah akan terus bertambah mencapai 783 juta pada tahun 2045. Indonesia sebagai negara urutan ke-7 di dunia dalam jumlah penderita Diabetes melitus. Jumlah penderita Diabetes melitus di Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 tercatat sebanyak 618.546 jiwa dan 91,5 persen telah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai dengan standar. Berdasarkan jumlah pasien yang di periksa di seluruh Puskesmas Kabupaten Sragen pada tahun 2021 yaitu sebanyak 86.6% jiwa didiagnosa Diabetes melitus (Jateng Dinkes, 2021). Jumlah penderita Diabetes Melitus di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2021 tercatat sebanyak 618.546 jiwa. 91,5% telah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai dengan standar kesehatan.

Kualitas hidup adalah perasaan bahagia atau perasaan puas yang dimiliki oleh pasien yang menderita Diabetes melitus, sehingga pasien mampu menjalankan kehidupan sebagaimana mestinya. Kualitas hidup sangat berkaitan dengan komplikasi dari penyakit Diabetes melitus (Hasan et al., 2023). Dengan tidak terpeliharanya kualitas hidup pada pasien diabetes maka dapat mengakibatkan terjadinya komplikasi dan dapat menjadikan penyebab meningkatnya angka kematian pada penderita Diabetes melitus (Saragih et al., 2022). Terdapat 4 dimensi kualitas hidup diantaranya adalah dimensi fisik, psikologis, sosial dan lingkungan (Suwanti et al., 2019). Self efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang di wujudkan dalam perilakunya (Yamin et al., 2018). Terdapat 4 pengembangan Self efficacy, yang dimana kepercayaan diri dalam pandangan seseorang dapat mempengaruhi perilaku orang (Bandura, 1994) dalam (Gerbino, 2020).

Hasil survey dengan metode observasi dan wawancara dengan beberapa penderita Diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Kedawung 1, terdapat 204 populasi yang menderita Diabetes melitus, beberapa penderita Diabetes melitus saat dilakukan wawancara mengatakan bahwa belum bisa memajemen penyakitnya. Penderita mengatakan bahwa jarang sekali melakukan pemeriksaan gula darah, penderita juga mengabaikan luka yang berada pada kaki karena menganggap luka tersebut akan sembuh dengan sendirinya. Hal ini menunjukkan

bahwa Self efficacy dan kualitas hidup pada penderita Diabetes melitus terdapat beberapa yang masih kurang, namun sebagian dari penderita Diabetes di wilayah tersebut dapat mengontrol penyakitnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang hubungan Self efficacy dengan kualitas hidup pada penderita Diabetes melitus.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan yaitu Deskriptif Correlational dengan pendekatan Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Kedawung 1 Sragen sebanyak 204 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah purposive sampling, dengan jumlah sampel 44 responden. Menggunakan kuesioner Diabetes Management Self Efficacy Scale (DMSE) yang dikembangkan oleh Van Der Bijl (1999) untuk menilai self efficacy pada penderita Diabetes melitus. Kuesioner DMSES ini diterjemahkan oleh (Rondhianto, 2012) yang terdiri dari 20 pertanyaan. Semakin tinggi nilai total Self efficacy maka semakin tinggi efikasi diri pada pasien (Kurnia, 2018). dan kuesioner World Health Organization of Life (WHOQOL) yang merupakan kuesioner valid dari kualitas hidup. Kuesioner WHOQOL-Bref terdiri dari 26 pertanyaan yang terbagi menjadi 4 domain, yaitu kesehatan fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Terdapat hubungan antara Self efficacy dengan kualitas hidup pada penderita Diabetes melitus dengan signifikansi 0,00 ( $p < 0,05$ ).

## HASIL

Tabel 1.  
Karakteristik Responden (n=44)

Karakteristik	Kategori	f	%
Usia	45-59 tahun	19	43,2
	60-74 tahun	23	52,3
	75-90 tahun	2	4,5
Jenis kelamin	Laki-laki	18	40,9
	Perempuan	26	59,1
Pendidikan	Tidak tamat SD	4	9,1
	SD	15	34,1
	SMP	10	22,7
	SMA	10	22,7
	Perguruan Tinggi	5	11,4
Pekerjaan	Petani	17	38,6
	IRT	9	20,5
	Wiraswasta	5	11,4
	Swasta	8	18,2
	PNS	5	11,4

Tabel 1 distribusi usia responden dengan mayoritas 60-74 tahun dengan jumlah 23 (43,2%). Berdasarkan jenis kelamin responden sebagian besar adalah perempuan dengan jumlah 26 (59,1%). Berdasarkan pendidikan terakhir responden sebagian besar adalah SD dengan jumlah 15 (34,1%). Selain itu dilihat dari status pekerjaan, sebagian besar adalah petani dengan jumlah 17 (38,6%).

Tabel 2.  
Skor Self Efficacy

Skor Self Efficacy	f	%
Cukup	13	29,5
Baik	31	70,5

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan hasil sebagian besar responden memiliki Self Efficacy yang baik 70,5%.

Tabel 3.  
Skor Kualitas Hidup

Skor Kualitas Hidup	f	%
Baik	8	18,2
Sangat Baik	36	81,8

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan hasil sebagian besar responden memiliki kualitas hidup sangat baik (81,8%).

Tabel 4.  
Hubungan *Self Efficacy* dengan Kualitas Hidup pada penderita Diabetes Melitus

Variabel	Koefiesien Korelasi (t)	P Value
<i>Self Efficacy</i> dengan Kualitas Hidup pada penderita Diabetes Melitus	,764	,000

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji statistik dengan *spearman rank* didapatkan ( $p < 0.05$ )

## PEMBAHASAN

Mayoritas responden berdasarkan hasil dari penelitian diatas adalah rata-rata didapatkan hasil bahwa penderita Diabetes Melitus dengan usia 60-74 tahun sebanyak 23 (52,3%) Faktor penyebab Diabetes Melitus salah satunya adalah usia. Semakin bertambahnya usia maka seseorang akan mengalami perubahan fisiologis, anatomis, dan juga biokimiawi. Kondisi tersebut akan sangat mempengaruhi kemampuan penderita dalam merawat diri terutama pada penyakit yang dideritanya (Nisa & Kurniawati, 2022). Faktor lain dari usia lansia adalah faktor sosial ekonomi, status penyakit dan juga faktor perilaku kepatuhan perawatan. Pada kondisi ini akan berpengaruh terhadap kemampuan dalam merawat diri terutama pada penyakit yang dideritanya sehingga berdampak pada kualitas hidup (Witriyani, 2023). Semakin tua seseorang akan semakin beresiko mengalami Diabetes Melitus (Sani et al., 2023) Responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan 59,1%, perempuan lebih beresiko terkena Diabetes Melitus karena pada perempuan banyak berada di dalam rumah dan jarang berolahraga atau beraktivitas fisik (Rahmawati et al., 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian (Munir & Solissa, 2021) dimana penderita Diabetes Melitus lebih beresiko adalah perempuan.

Mayoritas pendidikan terakhir responden adalah SD dengan jumlah 34,1%. Seseorang dengan tingkat pendidikan yang rendah bukan menjadi alasan kurangnya pengetahuan begitu juga sebaliknya. Pada dasarnya pengetahuan tidak hanya didapatkan dari pendidikan yang formal, tetapi didapatkan dari mana saja (Nisa & Kurniawati, 2022). Berdasarkan penelitian responden dengan pekerjaan paling banyak adalah sebagai petani yang berjumlah 38,6%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sutomo & Purwanto, 2023) dimana pekerjaan paling banyak dari responden adalah sebagai petani. Penelitian ini tidak sejalan dengan (Nisa & Kurniawati, 2022) dimana pada penderita Diabetes Melitus yang berpenghasilan rendah tetap dapat melakukan pemantauan pada kadar glukosa darah dengan adanya jaminan kesehatan, dan juga dapat mengakses kesehatan dengan jarak yang mudah dijangkau dan obat secara gratis yang diberikan Puskesmas. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian dari (Raditya et al., 2022) dimana responden berdasarkan pendidikan paling banyak adalah responden dengan pendidikan SD yaitu sebanyak 35 (34,1%).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden mayoritas responden memiliki *Self efficacy* yang baik 70,5%. *Self Efficacy* merupakan hal yang sangat penting dalam pengobatan Diabetes Melitus, seseorang dengan keyakinan diri yang baik akan mampu melakukan aktivitas perawatan diri sehingga kadar gula darah akan tetap terkontrol dalam batas normal. Hasil ini didukung oleh penelitian (Munir & Solissa, 2021) tentang *Self*

Efficacy baik diperoleh 85,4%. Self Efficacy merupakan bentuk perilaku kesehatan yang muncul dari diri seseorang dengan dipengaruhi oleh dua stimulus faktor luar dan dalam diri seseorang yang bersangkutan. Efikasi atau keyakinan juga dapat membantu seseorang untuk menentukan apa yang akan dilakukan dengan pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki oleh dirinya sendiri (Septia Nurbayanti et al., 2023).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas hidup yang sangat baik sebesar 81,8%. Kualitas hidup adalah derajat kepuasan seorang wanita atau pria. Kualitas hidup meliputi kesehatan fisik, keadaan psikologi, tingkat keluasaan, hubungan sosial serta keterkaitan pada keinginan di masa depan (Sani et al., 2023). World Life Health Organization Quality of Life (WHQOL) mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem yang ada terkait dengan tujuan, harapan, standar dan perhatian (Print et al., 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Taswin et al., 2022) dimana seseorang dengan kualitas hidup yang baik akan membuat penderita merasa nyaman dan lebih baik. Pada penderita dengan kualitas hidup yang rendah dapat memperburuk komplikasi pada penyakit bahkan dapat berakhir kecacatan ataupun kematian.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan Self Efficacy dengan kualitas hidup pada penderita Diabetes Melitus dapat disimpulkan bahwa responden sebagian besar berusia 60-74 tahun, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, dengan tingkat pendidikan paling banyak adalah SD. Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai petani. Responden sebagian besar memiliki Self Efficacy baik 70,5% dan Kualitas hidup sangat baik 81,8%.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Bachri, Y., Prima, R., & Putri, S. A. (2022). Faktor-Faktor Resiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Ulkus Kaki Diabetik Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rsud Prof. Dr. Ma.Hanafiah, Sm Batusangkar Tahun 2022. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(1), 4739–4750.
- Erika, E. (2023). Meningkatkan Pemahaman Masyarakat Pentingnya Deteksi Dini Diabetes Melitus Melalui Penyuluhan Dan Pengukuran Gula Dan Tekanan Darah. *EJOIN : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(7), 685–697. <https://doi.org/10.55681/ejoin.v1i7.1228>
- Gerbino, M. (2020). Self-efficacy. *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 1994, 387–391. <https://doi.org/10.1002/9781118970843.ch243>
- Hasan, M. N., Permana, I., Wahyudin, D., Studi, P., Keperawatan, S., Tinggi, S., Kesehatan, I., Kunci, K., & Pendahuluan, I. (2023). Pasien Diabetes Melitus Di Desa Cibaregbeg Wilayah. 12(1), 7–15.
- Irawan, D., & Adisty Handayani, P. (2022). Hubungan self efficacy dengan self care management penderita DM Tipe 2 di wilayah binaan Puskesmas Karangayu. *Jurnal Perawat Indonesia*, 6(3), 1234–1248.
- Jateng Dinkes. (2021). Jawa Tengah Tahun 2021. Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2021, i–123.
- Khasanah, U. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Penatalaksanaan Pengelolaan Diabetes Mellitus Pada Lansia Klub Prolanis Di Puskesmas Kecamatan

- Ciracas Jakarta Timur. *Indonesian Journal of Nursing Sciences and Practice*, 1(2), 70–82.
- Kurnia, A. (2018). Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Diabetes Management Self Efficacy Scale ( DMSES ). *Journals of Ners Community*, 09(02), 156–160.
- Marzel, R. (2020). Terapi pada DM Tipe 1. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(1), 51–62. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i1.297>
- Munir, N. W., & Solissa, M. D. (2021a). Hubungan Self-Efficacy Dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(1), 9. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i1.1972>
- Nisa, H., & Kurniawati, P. (2022). Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Dan Faktor Determinannya. *Medical Technology and Public Health Journal*, 6(1), 72–83. <https://doi.org/10.33086/mtphj.v6i1.3438>
- Print, I., Online, I., Retaningsih, V., & Kora, F. T. (2022). Informasi Kesehatan dan Administrasi Rumah Sakit Peningkatan kualitas hidup pasien dm dengan menjaga kadar gula darah. 02, 50–52.
- Raditya, I. G. A. S., Mertha, I. M., Wedri, N. M., & Ngurah, I. G. K. G. (2022). Hubungan selfcare dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe II. *Jurnal Gema Keperawatan*, 15(2).
- Rahmawati, R., Nurlita, S. P., & Widiyati, E. (2022). Gambaran Kualitas Hidup Pada Wanita Dengan Diabetes Mellitus. *Journal of Pharmaceutical And Sciences*, 5(2), 170–173. <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v5i2.113>
- Rondhianto. (2012). Keterkaitan Diabetes Self Management Education Terhadap Self Efficacy Pasien Diabetes Mellitus. *Rondhianto JURNAL KEPERAWATAN*, Dm, 216–229.
- Sagita, P., Apriliana, E., Mussabiq, S., & Soleha, T. (2020). Pengaruh pemberian daun sirsak terhadap penyakit diabetes. *Jurnal Medika Utama*, 3(1), 1266–1272.
- Sani, F. N., Widiastuti, A., Ulkhasanah, M. E., & Amin, N. A. (2023). Gambaran Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Fakhrudin. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1151–1158. <https://ejournal.helvetia.ac.id/jdg%0Ahttp://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Saragih, H., Sari, M., Simanullang, D., Florentina, L., & Karo, B. (2022). Hubungan Self Care Dengan Kualitas Hidup Pasien. 8(2), 147–154.
- Septia Nurbayanti, M., Saeful Alamsyah, M., & Abdillah, H. (2023). Hubungan Self Efficacy Dan Self Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi. *SikontanJournal*, 2(2), 185–198.
- Sutomo, S., & Purwanto, N. H. (2023). Pengaruh Konsumsi Tisane Daun Belimbing Wuluh Terhadap Perubahan Kadar Gula Dalam Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus .... *Jurnal Keperawatan*, 1–15. <http://ejournal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/228>

- Suwanti, S., Wakhid, A., & Taufikurrahman, T. (2019). Gambaran Kualitas Hidup Pasien Gagal Ginjal Kronis Yang Menjalani Terapi Hemodialisa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 107. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.2.2017.107-114>
- Taswin, T., Nuhu, R. M. A., Amirudin, E. E., & Subhan, M. (2022). Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Bungi di Kota Baubau. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 12(2), 109–115. <http://journal.stikeshb.ac.id/index.php/jurkessia/article/view/399>
- Widiasari, K. R., Wijaya, I. M. K., & Suputra, P. A. (2021). Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana. *Ganesha Medicine*, 1(2), 114. <https://doi.org/10.23887/gm.v1i2.40006>
- Witriyani, W. (2023). The Correlation Stress Level Toward Quality of Life in Elderly People with Hypertension. *Holistic Nursing Plus*, 1(2), 57–66. <https://doi.org/10.58439/hnp.v1i2.136>
- Yamin, A., Sari, C. W. M., & Santoso, M. B. (2018). Hubungan self management dan self-efficacy pada pasien diabetes melitus di kota bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 6(1), 64–68.

