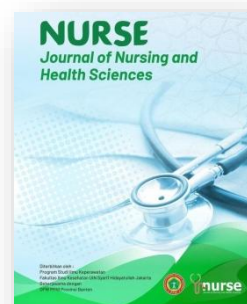


PERSEPSI KESEHATAN, DUKUNGAN SOSIAL, DAN PENGARUHNYA TERHADAP PERILAKU MANAJEMEN DIRI LANSIA DENGAN DIABETES MELLITUS TIPE 2



Nazliansyah Nazliansyah ^{1*}, Sri Yani ¹

¹Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang Prodi Keperawatan Belitung, Indonesia

*Corresponding author: Nazliansyah Nazliansyah

Email: anazfadhlan@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Diabetes mellitus tipe 2 memerlukan manajemen diri yang konsisten untuk mencegah komplikasi, terutama pada lansia yang rentan terhadap progresivitas penyakit. Namun, faktor-faktor yang memengaruhi manajemen diri diabetes di tingkat pelayanan kesehatan primer masih belum banyak dieksplorasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan manajemen diri pada lansia dengan diabetes mellitus tipe 2 di Kabupaten Belitung. **Metode:** Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan potong lintang (cross-sectional) yang melibatkan 127 responden usia 60–69 tahun yang dipilih melalui teknik multistage random sampling dari lima Puskesmas. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang telah tervalidasi dan dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson serta point-biserial. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengobatan ($r = 0,376$; $p < 0,001$), pengetahuan diabetes ($r = 0,260$; $p = 0,003$), persepsi manfaat ($r = 0,183$; $p = 0,039$), efikasi diri ($r = 0,308$; $p < 0,001$), dan dukungan sosial ($r = 0,314$; $p < 0,001$) berhubungan signifikan dengan manajemen diri diabetes. Usia, jenis kelamin, pendidikan, lama menderita diabetes, dan pendapatan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. **Kesimpulan:** Temuan ini menegaskan pentingnya faktor psikososial dan aspek pengobatan dalam meningkatkan manajemen diri diabetes pada lansia di tingkat pelayanan primer.

Kata kunci: Diabetes mellitus Tipe 2, Efikasi Diri, Manajemen diri

Abstract

Background: Diabetes mellitus type 2 requires consistent self-management to prevent complications, particularly among older adults who are vulnerable to disease progression. However, the determinants of diabetes self-management at the primary healthcare level remain insufficiently explored. This study aimed to identify factors associated with self-management among elderly patients with type 2 diabetes mellitus in Belitung District. **Method:** A quantitative cross-sectional design was employed involving 127 participants aged 60–69 years selected through multistage random sampling from five primary health centers. Data were collected using validated questionnaires and analyzed using Pearson and point-biserial correlation tests. **Results:** The results showed that treatment ($r = 0.376$; $p < 0.001$), diabetes knowledge ($r = 0.260$; $p = 0.003$), perceived benefits ($r = 0.183$; $p = 0.039$), self-efficacy ($r = 0.308$; $p < 0.001$), and social support ($r = 0.314$; $p < 0.001$) were significantly associated with diabetes self-management. Age, gender, education, duration of diabetes, and income were not significantly related. **Conclusion:** These findings highlight the importance of psychosocial and treatment-related factors in improving diabetes self-management among elderly patients at the primary care level. Strengthening education, self-efficacy, and social support may enhance sustainable self-management practices

Keywords : Type 2 Diabetic mellitus, Self-management, Self-Efficacy

PENDAHULUAN

Orang yang hidup dengan diabetes melitus memiliki risiko lebih tinggi terkena infeksi. Sebuah studi menunjukkan bahwa diabetes mellitus sangat terkait dengan peningkatan risiko semua penyebab kematian pada pasien dengan kardiomiopati iskemik. Pasien dengan diabetes melitus dan mikro albuminuria lebih resistan terhadap insulin, mengakibatkan percepatan perkembangan penyakit ginjal diabetik (Salsabila & Sjaaf, 2022). Di seluruh dunia, diabetes menyebabkan 5,1 juta kematian pada tahun 2013; dengan kata lain, seseorang meninggal karena diabetes setiap enam detik. Selain itu, diabetes mellitus menyebabkan pengeluaran kesehatan setidaknya USD 548 miliar, sebesar 11% dari total pengeluaran kesehatan pada orang dewasa (Kemenkes RI, 2018).

Jumlah penderita diabetes melitus semakin meningkat di seluruh dunia. Pada tahun 2013, terdapat 382 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, dan diperkirakan akan meningkat menjadi 592 juta pada tahun 2035. Jumlah terbesar dari penderita tersebut adalah antara usia 40 dan 65 tahun (Kemenkes RI, 2023). Terdapat 72,1 juta penderita diabetes di kawasan Asia Tenggara pada tahun 2013, dan diperkirakan akan mencapai 123 juta pada tahun 2035. Indonesia termasuk 10 besar negara penderita diabetes melitus usia 20-75 tahun (Kemenkes RI, 2023). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2014), prevalensi diabetes pada tahun 2007 di Indonesia adalah 1,1% dari total penduduk berusia 15 tahun ke atas, meningkat menjadi

2,1% pada tahun 2013. Berdasarkan laporan Badan Litbang Kemenkes proporsi total penderita diabetes dengan gangguan glukosa puasa sebesar 36,6%, dan proporsi penderita dengan gangguan toleransi glukosa sebesar 29,9%. Badan Litbang Kementerian kesehatan juga melaporkan proporsi masyarakat yang mengonsumsi makanan manis di Indonesia sebesar 53,1% (Kemenkes RI, 2023).

Oleh karena itu, untuk mencegah banyaknya komplikasi yang berkaitan dengan diabetes melitus, diperlukan kadar glukosa darah yang stabil. Untuk mencapai tujuan ini, penting untuk mempromosikan kepatuhan manajemen diri. Penatalaksanaan diabetes difokuskan pada pengarahan diri sendiri, di mana individu bertanggung jawab atas keputusan sehari-hari terkait dengan pengendalian penyakit mereka (Kemenkes RI, 2018). Manajemen diri diabetes menyebabkan kontrol glikemik pada pasien diabetes, yang pada gilirannya menyebabkan hasil kesehatan yang lebih baik (Sudrajat et al., 2023). Sebuah studi sebelumnya menunjukkan bahwa peningkatan perilaku manajemen diri seperti menerapkan pola makan yang sehat, minum obat, dan pemantauan glukosa darah sendiri dikaitkan dengan peningkatan kadar HbA1c (Pranata, 2021).

Perilaku manajemen diri diabetes termasuk penyesuaian insulin dan pengobatan, pemantauan glukosa darah, perubahan waktu, frekuensi, dan isi makanan, perubahan pola olahraga, dan perawatan kaki (Wang et al.,

2018). The American Association of Diabetes Educator juga mengidentifikasi tujuh perilaku perawatan diri yang penting untuk manajemen diri diabetes yang sukses dan efektif, termasuk makan sehat, aktif, memantau kadar glukosa darah, minum obat, pemecahan masalah, koping sehat, dan mengurangi risiko. Namun, metode koping yang sehat dapat diperoleh melalui aktivitas berbasis agama, olahraga, dan bergabung dengan kelompok pendukung. Akibatnya, koping sehat dan pemecahan masalah tidak diuji dalam penelitian ini. Peningkatan self management diabetes di Indonesia khususnya di Kabupaten Belitung masih diperlukan. Sebuah studi cross sectional menemukan bahwa penderita diabetes tipe 2 baik di daerah perkotaan maupun pedesaan di Kabupaten Belitung, Indonesia menunjukkan tingkat perilaku manajemen diri diabetes yang kurang optimal. Menurut penelitian, faktor signifikan yang memprediksi pengelolaan diri diabetes adalah jenis kelamin, pekerjaan, dan pengetahuan diabetes. Prediktor tersebut menjelaskan 15,6% dari varian perilaku manajemen diri diabetes pasien. Untuk menyoroti berbagai faktor yang lebih luas yang dapat memprediksi manajemen diri diabetes, perlu untuk mengidentifikasi lebih banyak faktor yang dapat memprediksi manajemen diri diabetes di Indonesia (Tursina et al., 2022).

Faktor lain yang dapat memengaruhi manajemen diri diabetes adalah pengetahuan diabetes (Tamornpark et al., 2022). Individu memiliki potensi perubahan yang diarahkan pada

diri sendiri karena kemampuan pengambilan keputusan dan pengaturan diri mereka, dan kemampuan mereka untuk memperoleh pengetahuan diri (Nola Pender, 2006). Sementara perbedaan tingkat pengetahuan pasien telah diamati menyebabkan perbedaan dalam praktik manajemen diri mereka, hal ini tidak selalu terjadi. Penelitian mengenai pengetahuan menemukan bahwa pengetahuan diabetes merupakan faktor terkuat dalam pengelolaan diri diabetes pada pasien diabetes komunitas di Indonesia (Sudrajat et al., 2023). Sebaliknya, sebuah studi menemukan bahwa kontribusi pengetahuan terhadap praktik manajemen diri tidak signifikan di antara pasien dewasa asal Afrika-Eropa. Demikian pula, melaporkan bahwa tidak ada korelasi antara pengetahuan diabetes dan manajemen diri diabetes pada wanita Afrika Amerika (Salsabila & Sjaaf, 2022).

Dukungan sosial adalah salah satu pengaruh interpersonal yang menentukan kecenderungan individu untuk terlibat dalam perilaku promosi kesehatan (Nola Pender, 2006). Sebuah studi sebelumnya menemukan bahwa dukungan sosial merupakan prediktor penting dari perilaku perawatan diri pada pasien dengan diabetes tipe 2 (Kurtanty et al., 2023). Studi lain menemukan bahwa peserta yang menerima dukungan sosial dari anggota keluarga menunjukkan praktik manajemen diri diabetes yang positif dengan diabetes tipe 2 (Tursina et al., 2022). Kontribusi yang timbal balik antara dukungan sosial dan perilaku promosi kesehatan atau hasil kesehatan pada rejimen perawatan diri

diabetes merupakan faktor penting yang perlu dipertahankan secara menerus untuk menjaga perilaku manajemen diri diabetes tetap menjadi perilaku yang diharapkan (Soelistijo, 2021). Dalam kerangka *Health Promotion Model*, pengaruh interpersonal ini tidak berdiri sendiri, tetapi berinteraksi dengan faktor kognitif individu yang tercermin dalam persepsi kesehatan. Persepsi kesehatan mencakup bagaimana individu memaknai kondisi kesehatannya, menilai manfaat dari suatu tindakan kesehatan (*perceived benefits*), serta keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam melakukan perilaku tersebut (*perceived self-efficacy*). Individu yang memiliki persepsi positif terhadap manfaat manajemen diri diabetes dan memiliki keyakinan diri yang tinggi cenderung menunjukkan komitmen yang lebih kuat dalam menjalankan perilaku pengelolaan penyakit secara konsisten. Oleh karena itu, dalam konteks lansia dengan diabetes melitus tipe 2, persepsi kesehatan dan dukungan sosial menjadi dua komponen penting yang secara simultan dapat memengaruhi perilaku manajemen diri sebagai bentuk perilaku promosi kesehatan.

Penting untuk menyelidiki faktor-faktor yang memprediksi kepatuhan manajemen diri pasien diabetes. Analisis teori perilaku menjelaskan bahwa faktor pribadi, manfaat yang dirasakan dari tindakan, hambatan tindakan yang dirasakan, efikasi diri yang dirasakan, pengaruh terkait aktivitas, pengaruh interpersonal dan dukungan sosial merupakan elemen penting dalam perubahan perilaku (Green et al., 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi manajemen diri diabetes tipe 2 dan faktor-faktor yang berpengaruh serta memprediksi manajemen diri penderita Diabetes tersebut.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode cross-sectional. Ukuran sampel dihitung dengan menggunakan perangkat lunak analisis G Power versi 3.1.9.2 (Erdfelder et al., 2009). Perhitungan besar sampel didasarkan pada power level statistik, alpha, effect size dan jumlah variabel faktor. Penelitian ini menggunakan power level = 0.80, effect size = 0.15 untuk medium effect (Erdfelder et al., 2009), alpha = 0.05 dan jumlah variabel = 11. Berdasarkan perhitungan, ukuran sampel untuk penelitian ini terdiri dari 127 peserta.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan multistage sampling. Pada tahap pertama, seluruh Puskesmas di lima kecamatan Kabupaten Belitung (Tanjungpandan, Sijuk, Membalong, Badau, dan Selat Nasik) ditetapkan sebagai lokasi penelitian berdasarkan jumlah pasien diabetes mellitus tipe 2 yang terdata pada tahun terakhir, dengan total populasi masing-masing sebesar 310, 471, 296, 272, dan 280 pasien. Pada tahap kedua, jumlah sampel dari masing-masing Puskesmas ditentukan secara proporsional sesuai dengan besaran populasi pasien. Tahap ketiga dilakukan pemilihan partisipan menggunakan teknik *simple random sampling* hingga diperoleh total sampel sebanyak 127 responden yang tersebar secara representatif di seluruh wilayah penelitian.

Teknik sampling pada penelitian ini adalah multistage sampling technique. Langkah pertama peneliti menggunakan purposive sampling untuk mengidentifikasi 5 kecamatan di Kabupaten Belitung dan jumlah pasien diabetes mellitus tipe 2 yang terdata di masing-masing puskesmas kecamatan. Puskesmas Tanjungpandan sebanyak 310 pasien, Puskesmas Sijuk sebanyak 471 pasien, Membalong sebanyak 296 pasien, Puskesmas Badau sebanyak 272 pasien. Puskesmas Selat Nasik sebanyak 280 pasien. Langkah kedua peneliti menggunakan proportionate sampling untuk mendapatkan jumlah sampel yang representative atau mewakili dari tiap puskesmas di masing-masing kecamatan. Langkah ketiga peneliti menggunakan simple random sampling technique untuk menentukan pasien yang menjadi partisipan pada penelitian ini sehingga didapatkan sampel representatif dari masing-masing puskesmas yaitu 24 partisipan dari Puskesmas Tanjungpandan, 37 partisipan dari Puskesmas Sijuk, 23 partisipan dari Puskesmas Membalong, 21 partisipan dari Puskesmas Badau, dan 22 partisipan dari Puskesmas Selat Nasik.

Penelitian ini dilaksanakan menggunakan prinsip etik berdasarkan ketentuan dari komite etik penelitian Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang dengan nomor izin kaji etik NO. 10/EC/KEPK-PKP/VIII/2024. Pengukuran validitas instrument dilakukan setelah mendapat izin dari pemilik instrumen, kuesioner diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dengan menggunakan teknik *back translation*. Uji validitas instrument

penelitian melibatkan 3 (tiga) orang ahli dalam bidang keperawatan komunitas, pengelola program promosi kesehatan puskesmas, dan dosen akademisi. Tiga ahli tersebut diminta untuk memberikan penilaian dan konfirmasi kejelasan instrument menggunakan *Content Validity Index Item* (CVI – I). Selanjutnya panel ahli memberikan nilai relevansi masing-masing item kuisisioner dengan skala rating 1(tidak relevan), 2 (item perlu direvisi), 3 (item relevan tetapi perlu revisi minor), dan 4 (valid atau sangat jelas). *Content Validity index* diterima atas pertimbangan jika 80% panel ahli tersebut memberikan nilai skala 3 atau 4 (Yusoff, 2019). Hasil validitas yang diberikan oleh panel ahli adalah 97% untuk konten validitas kuisisioner dengan skala 3 dan 4 yang menjelaskan bahwa instrumen yang dipakai dalam penelitian ini sesuai atau valid.

Pengumpulan data dilakukan setelah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Poltekkes Kemenkes Pangkalpinang serta izin dari instansi terkait dan masing-masing Puskesmas. Partisipan yang telah terpilih melalui proses sampling diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian, kemudian diminta memberikan persetujuan tertulis sebelum pengisian kuesioner.

Analisis data dilakukan menggunakan *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) versi 23. Uji normalitas dilakukan terhadap variabel penelitian dan menunjukkan bahwa variabel pengetahuan diabetes, persepsi manfaat, efikasi diri, dukungan sosial, dan manajemen diri

berdistribusi normal. Variabel demografi disajikan dalam bentuk frekuensi dan persentase, sedangkan variabel utama penelitian disajikan dalam nilai rerata dan standar deviasi. Uji korelasi Pearson digunakan untuk menganalisis hubungan antar variabel numerik, dan korelasi point-biserial digunakan untuk variabel kategorik dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Dalam penelitian ini, manajemen diri diabetes ditetapkan sebagai variabel dependen. Variabel independen meliputi faktor demografi (usia, jenis kelamin, pendidikan, pendapatan, lama menderita diabetes, dan jenis pengobatan) serta faktor psikososial (pengetahuan diabetes, persepsi manfaat, efikasi diri, dan dukungan sosial). Hubungan antara variabel dependen dan variabel independen numerik dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson. Sementara itu, hubungan antara manajemen diri diabetes dengan variabel independen yang berskala nominal (jenis kelamin dan pengobatan) dianalisis menggunakan korelasi point-biserial dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis deskriptif pada tabel 1 menunjukkan karakteristik demografi peserta yaitu sebagian besar peserta (70,1%) adalah perempuan. Mayoritas peserta menggunakan kombinasi diet dan pengobatan (78%). Mayoritas usia peserta (75,6%) adalah 60 tahun. Lebih dari separuh pendapatan peserta (67,7%) adalah kurang dari Rp. 2.000.000.

Tabel 1. Jumlah dan Persentasi Data Demografi Partisipan (n=127)

Karakteristik demografi	Jumlah	Persentase
Jenis kelamin		
Laki-laki	38	29.9
perempuan	89	70.1
Perawatan DM		
Diet	20	15.7
Diet + penggunaan obat	107	84.3
Usia		
68	2	1.6
67	3	2.3
65	26	20.5
60	96	75.6
Lamanya menderita DM		
<1 year	14	11
1 – 5.9 years	83	65.4
6 – 10 years	20	15.7
>10 years	10	7.9
pendidikan		
Sekolah dasar	47	37
SLTP	24	18.9
SLTA	35	27.6
Universitas	21	16.5
Pendapatan perbulan		
< 2.000.000	86	67.7
≥ 2.000.000	41	32.3

Pengetahuan diabetes partisipan digambarkan pada tabel 2 yang menjelaskan bahwa pengetahuan mengenai diabetes berkisar antara 2-21 dari total skor 21, dengan rata-rata skor 13,75 dan standar deviasi 3,59. Skor pengetahuan diabetes diklasifikasikan menjadi: baik (≥ 17), cukup (16-13), dan kurang (< 13). Sekitar 47% peserta memiliki tingkat pengetahuan cukup, diikuti dengan tingkat pengetahuan kurang (31,5%). Pengetahuan peserta mengenai diabetes secara detail menunjukkan bahwa beberapa pertanyaan hanya dijawab dengan benar kurang dari 50%. Pertanyaan-pertanyaan tersebut merujuk pada apakah diabetes melitus kemungkinan dapat disembuhkan dengan pengobatan (32,3%) dan

dimana insulin diproduksi (18,9%). Namun, sebagian besar peserta memahami bahwa stres dapat menyebabkan peningkatan kadar gula darah (84,3%), pengendalian gula darah yang buruk dapat menyebabkan mati rasa pada tangan dan kaki (81,9%), dan pengendalian gula darah yang baik biasanya mengurangi terjadinya komplikasi diabetes (85%). Mayoritas partisipan juga menyadari dampak negatif dari konsumsi terus-menerus makanan kaya gula bersamaan dengan penggunaan obat antidiabetes (83,5%).

Tabel 2 Jumlah Dan Persentasi Tingkat Pengetahuan Diabetes Mellitung (n=127)

Pengetahuan	Jumlah	persentase
Baik	27	21.3
cukup	60	47.2
kurang	40	31.5

Berdasarkan hasil analisis manfaat manajemen diri, skor manfaat yang dirasakan dari manajemen mandiri diabetes berkisar antara 24-45 dengan skor rata-rata 34,9 dan standar deviasi 4,89. Manfaat yang dirasakan dari manajemen mandiri diabetes diklasifikasikan menjadi tiga tingkatan yaitu tinggi (≥ 36), sedang (35-27), dan rendah (< 27). Sekitar separuh peserta (51,2%) memiliki persepsi yang sedang tentang manfaat manajemen mandiri diabetes. Manfaat yang dirasakan peserta secara rinci menunjukkan bahwa sekitar setengah dari peserta menganggap bahwa manfaat diet diabetes (51,2%), minum obat oral (52,0%), dan pemantauan kadar glukosa darah (48,0%) sangat

penting untuk mengontrol glukosa darah. Demikian pula, lebih dari separuh peserta menyatakan manfaat olahraga (59,1%) dalam mengendalikan kadar glukosa darah. Sekitar lebih dari separuh peserta melaporkan pentingnya manfaat diet diabetes (59,1%), olahraga (56,7%), dan pemantauan glukosa darah (57,5%) untuk mencegah komplikasi diabetes. Selain itu, setengah dari peserta melaporkan pentingnya manfaat minum obat oral (52,8%) untuk mencegah komplikasi diabetes. Sebaliknya, kurang dari separuh peserta (40,9%) melaporkan pentingnya pemeriksaan kaki untuk mencegah komplikasi diabetes.

Table 3 Jumlah Dan Persentase Persepsi Manfaat Manajemen Diri Diabetes (n=127)

Persepsi manfaat	jumlah	persentase
Tinggi	59	46.5
Sedang	65	51.2
Rendah	3	2.4

Skor persepsi efikasi diri diklasifikasikan menjadi tiga tingkatan yaitu kepercayaan diri tinggi (≥ 4), kepercayaan diri sedang (3,9-3), dan kepercayaan diri rendah (< 3). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sekitar 66% peserta memiliki persepsi efikasi diri yang cukup percaya diri dalam pengelolaan diri diabetes. Persepsi efikasi diri peserta secara rinci menunjukkan bahwa lebih dari separuh peserta percaya diri dalam makan setiap 4 hingga 5 jam setiap hari (55,9%), memilih makanan yang tepat untuk

dimakan saat lapar (57,5%), mencegah kenaikan kadar gula darah dengan berolahraga (56,7%), mengetahui apa yang harus dilakukan saat kadar gula darah naik atau turun (61,4%), menilai kapan sebaiknya mengunjungi dokter (63,8%), dan mengontrol diabetes (55,1%). Namun, sekitar 8% peserta merasa tidak percaya diri untuk mengikuti pola makannya ketika harus menyiapkan makanan dan membaginya dengan orang lain yang tidak menderita diabetes. Sekitar 7% peserta tidak percaya diri untuk berolahraga 15 hingga 30 menit 4 hingga 5 kali seminggu.

Table 4 Jumlah dan persentase persepsi efikasi diri (n=127)

Persepsi efikasi diri	Jumlah	persentase
Tinggi	31	24.4
Sedang	84	66.1
rendah	12	9.4

Nilai dukungan sosial berkisar antara 14-45 dengan rerata skor 27,79 dan standar deviasi 5,56. Dukungan sosial diklasifikasikan menjadi tiga tingkatan yaitu tinggi (≥ 36), sedang (35-27) dan rendah (< 27). Penelitian ini menunjukkan bahwa separuh dari peserta (52,8%) memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang yang mereka terima. Namun, sekitar 40% peserta memiliki dukungan sosial yang rendah.

Table 5 jumlah dan persentase dukungan sosial (n=127)

Dukungan sosial	jumlah	persentase
Tinggi	10	7.9
sedang	67	52.8
Rendah	50	39.4

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan lebih dari separuh peserta merawat kaki dengan baik secara rutin mencuci (66,9%), merendam (63,8%) dan mengeringkan (51,2%). Sekitar 44% peserta memiliki kedisiplinan yang baik dalam minum obat. Namun, beberapa perilaku yang berkaitan dengan pola makan dan olahraga harus ditingkatkan. Sekitar 38,5% peserta tidak mengikuti rencana makan sehat dan 44% peserta tidak melakukan aktivitas fisik rutin minimal 30 menit setiap hari.

Hasil penelitian menunjukkan korelasi antara pengobatan, pengetahuan diabetes, manfaat yang dirasakan dari manajemen mandiri diabetes, persepsi efikasi diri, dukungan sosial, dan manajemen mandiri diabetes. Korelasi positif yang signifikan ditemukan antara pengobatan, pengetahuan diabetes, manfaat yang dirasakan, efikasi diri yang dirasakan, dukungan sosial, dan manajemen diri. Variabel lain seperti usia, jenis kelamin, durasi diabetes, pendidikan, dan pendapatan, tidak memiliki korelasi signifikan dengan manajemen mandiri diabetes. Variabel yang menunjukkan korelasi paling kuat terhadap manajemen diri diabetes pada penelitian ini adalah pengobatan, disusul variabel dukungan sosial.

Tabel 6 Hubungan variabel independent dan dependent Diabetes Mellitus (n = 127)

Variable independen	r	p
Usia	-.024	.791
Jenis kelamin	.021	.811
Lamanya diabetes	.108	.229
Perawatan dan pengobatan	.376**	<.001

Pendidikan	.044	.622
Pemasukan bulanan	.078	.381
Pengetahuan diabetes	.260**	.003
Persepsi manfaat	.183*	.039
Persepsi efikasi diri	.308**	<.001
Dukungan sosial	.314**	<.001

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan manajemen diri diabetes pada lansia dengan diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Belitung ($p > 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku manajemen diri diabetes pada responden laki-laki dan perempuan relatif tidak berbeda secara statistik dalam penelitian ini.

Hasil analisis menunjukkan bahwa usia tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan manajemen diri diabetes mellitus tipe 2 pada responden penelitian ini ($p > 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa variasi usia dalam kelompok responden tidak berkorelasi secara statistik dengan tingkat manajemen diri diabetes.

Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel pengobatan memiliki hubungan yang signifikan dengan manajemen diri diabetes mellitus tipe 2 ($r = 0,376$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa responden yang menjalani kombinasi diet dan penggunaan obat memiliki tingkat manajemen diri yang lebih baik dibandingkan dengan responden yang hanya menjalani diet.

Lebih lanjut, hasil analisis menunjukkan bahwa pengetahuan diabetes memiliki hubungan yang signifikan dengan manajemen diri diabetes mellitus tipe 2 ($r = 0,260$; $p = 0,003$).

Temuan ini menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pengetahuan yang lebih baik cenderung memiliki tingkat manajemen diri yang lebih tinggi. Persepsi manfaat terhadap manajemen diri diabetes juga menunjukkan hubungan yang signifikan dengan manajemen diri ($r = 0,183$; $p = 0,039$). Hasil ini mengindikasikan bahwa responden yang memiliki persepsi manfaat yang lebih positif terhadap pengelolaan diabetes cenderung menunjukkan perilaku manajemen diri yang lebih baik.

Berdasarkan hasil penelitian, variabel efikasi diri menunjukkan hubungan yang signifikan dengan manajemen diri diabetes ($r = 0,308$; $p < 0,001$). Responden dengan tingkat efikasi diri yang lebih tinggi memiliki kecenderungan untuk menjalankan manajemen diri secara lebih optimal. Dukungan sosial juga memiliki hubungan yang signifikan dengan manajemen diri diabetes ($r = 0,314$; $p < 0,001$). Temuan ini menunjukkan bahwa responden yang menerima dukungan sosial yang lebih baik menunjukkan tingkat manajemen diri yang lebih tinggi.

PEMBAHASAN

Penelitian ini mengidentifikasi beberapa faktor yang berhubungan dengan manajemen diri pada lansia dengan diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kabupaten Belitung. Hasil analisis menunjukkan bahwa pengobatan, pengetahuan diabetes, persepsi manfaat, efikasi diri, dan dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan manajemen diri diabetes. Sebaliknya, variabel usia, jenis kelamin,

pendidikan, lama menderita diabetes, dan pendapatan tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik. Temuan ini memberikan gambaran mengenai faktor-faktor yang berperan dalam perilaku manajemen diri pada populasi lansia dengan diabetes mellitus tipe 2 dan menjadi dasar untuk pembahasan lebih lanjut mengenai implikasi teoritik dan kontekstualnya.

Faktor yang berhubungan dengan manajemen mandiri diabetes pada penderita diabetes mellitus tipe 2 dalam penelitian ini adalah pengetahuan diabetes. Peningkatan pengetahuan tentang perawatan diabetes juga akan meningkatkan upaya manajemen diri diabetes. Individu memiliki potensi perubahan yang diarahkan pada diri sendiri karena kemampuannya dalam pengetahuan diri, pengaturan diri, dan pengambilan Keputusan (Nola Pender, 2006). Hasil penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa pengetahuan diabetes merupakan prediktor terkuat dalam meningkatkan manajemen mandiri diabetes mellitus tipe 2 (Tursina et al., 2022).

Persepsi Manfaat yang dirasakan dari manajemen mandiri diabetes mempunyai hubungan dengan manajemen mandiri diabetes pada penelitian ini. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang melaporkan bahwa persepsi pentingnya manajemen mandiri diabetes dalam mengelola diabetes berhubungan positif dengan manajemen mandiri diabetes (Basri et al., 2021). Hal ini dapat

dijelaskan bahwa individu yang mempunyai persepsi manfaat yang lebih baik dari manajemen diri diabetes dapat berpartisipasi dalam manajemen diri diabetes yang lebih baik. Pender melaporkan bahwa keyakinan terhadap hasil positif secara umum telah terbukti penting untuk terlibat dalam perilaku Kesehatan.

Pada penelitian ini, persepsi efikasi diri mempunyai hubungan yang signifikan dengan manajemen diri diabetes. Efikasi diri memiliki peran yang kuat dalam perubahan pribadi dan landasan motivasi (Nola Pender, 2006). Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa skor efikasi diri yang lebih tinggi memiliki hubungan yang signifikan dalam pengelolaan diri diabetes (Firmansyah & Purwanti, 2021). Dalam penelitian ini melaporkan juga bahwa efikasi diri merupakan faktor penentu dalam perilaku manajemen diri mandiri diabetes mellitus Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kabupaten Belitung

Dukungan sosial mempunyai hubungan yang signifikan dengan manajemen mandiri diabetes. Alasan yang mungkin untuk temuan ini adalah bahwa partisipan dengan diabetes melitus tipe 2 dalam penelitian ini memiliki dukungan keluarga dan teman sebaya yang tinggi, sehingga lebih dari separuh peserta memiliki tingkat manajemen diri diabetes yang baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa dukungan sosial merupakan pendukung penting terhadap perilaku perawatan diri pada pasien diabetes tipe 2 (Bigdeli et al., 2016).

Penelitian ini menjelaskan bahwa pengaruh

situasional mempunyai hubungan yang signifikan dengan manajemen diri diabetes. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa pengaruh situasional, termasuk lingkungan mempunyai korelasi positif dengan perilaku promosi kesehatan pada pasien lanjut usia dengan penyakit degenerative (Garizábalo-Dávila et al., 2021). Pengaruh situasional dapat menjadi penting dalam meningkatkan strategi efektif untuk mendukung perilaku promosi kesehatan berkelanjutan. Pengaruh situasional di lingkungan eksternal mempunyai pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap perilaku promosi kesehatan (Kurtanty et al., 2023)(Pardede Amidos et al., 2022).

Penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan penderita diabetes melitus tipe 2 dengan manajemen mandiri diabetes. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pendidikan dengan perilaku manajemen diri diabetes mellitus (Adithia et al., 2018). Hasil penelitian ini disebabkan bahwa saat ini setiap orang mudah mendapatkan informasi terkait manajemen mandiri diabetes. Media sosial dapat menyampaikan edukasi diabetes melitus melalui berbagai cara, salah satu caranya adalah dengan mempermudah akses terhadap informasi. Orang dewasa dengan diabetes tipe melitus akan memiliki akses mudah terhadap informasi yang mereka butuhkan untuk merasa lebih aman dan percaya diri dalam menjalani kondisinya (Toruan,

2013).

Penelitian ini melaporkan tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dan manajemen diri diabetes. Temuan ini dapat dijelaskan oleh karakteristik responden yang relatif homogen dalam akses layanan kesehatan dan paparan edukasi diabetes di wilayah kerja Puskesmas. Program pengelolaan penyakit kronis di tingkat pelayanan primer umumnya diberikan tanpa membedakan jenis kelamin, sehingga laki-laki dan perempuan memiliki kesempatan yang sama untuk memperoleh informasi, pengobatan, dan pendampingan dalam menjalankan manajemen diri. Kondisi ini dapat meminimalkan perbedaan perilaku berbasis gender dalam pengelolaan diabetes. Demikian pula, tidak signifikannya pendapatan terhadap manajemen diri kemungkinan dipengaruhi oleh sistem pembiayaan kesehatan nasional melalui Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) yang memfasilitasi akses pengobatan dan kontrol rutin tanpa hambatan biaya yang berarti. Dengan tersedianya layanan pengobatan, edukasi, serta pemantauan rutin di Puskesmas, faktor ekonomi tidak menjadi determinan utama dalam pelaksanaan manajemen diri pada populasi ini. Oleh karena itu, dalam konteks penelitian ini, faktor struktural pelayanan kesehatan yang relatif merata dapat menjelaskan mengapa variasi jenis kelamin dan pendapatan tidak menunjukkan pengaruh yang bermakna terhadap perilaku manajemen diri diabetes.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian ini melaporkan bahwa manajemen mandiri diabetes memiliki hubungan yang signifikan dengan pengobatan, pengetahuan diabetes, manfaat yang dirasakan dari manajemen mandiri diabetes, persepsi efikasi diri, dan dukungan sosial.

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bukti dalam pengembangan promosi kesehatan dan program strategis untuk meningkatkan manajemen diri diabetes pada pasien di wilayah puskesmas. Manajemen diri diabetes dapat ditingkatkan dengan meningkatkan efikasi diri yang dirasakan dalam hal pola makan sehat, olahraga teratur, pemantauan glukosa darah secara aktif, melakukan edukasi. Memberikan dukungan kepada penderita diabetes melitus tipe 2 yang menjalani pengobatan dengan pola makan untuk mengatasi diabetes melitus pada diri sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adithia, F., Asi, E., Saragih, R. E., & Ranimpi, Y. Y. (2018). Persepsi dan Status Kesehatan Mental Penderita Diabetes Melitus Tipe II Suku Dayak. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 96–104. <https://doi.org/10.12928/kesmas.v12i2.10225>
- Basri, M., Rahmatiah, S., Andayani, D. S., K, B., & Dilla, R. (2021). Motivasi dan Efikasi Diri (Self Efficacy) dalam Manajemen Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 695–703. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.683>
- Bigdeli, M. A., Saeed, S., Nazari, H., Khodakarim, S., Brodati, H., Promotion, S., & Prevention, I. (2016). *Factors affecting the self-care in patients with type II diabetes using path analysis*. 4(3), 10–21.
- Erdfelder, E., FAul, F., Buchner, A., & Lang, A. G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41(4), 1149–1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Firmansyah, A., & Purwanti, O. (2021). Gambaran Persepsi Sakit Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2 di Daerah Sukoharjo. *Seminar Nasional Keperawatan Universitas Muhammadiyah Surakarta (SEMNASKEP)*, 2021. <https://publikasiilmiah.ums.ac.id/xmlui/handle/11617/12672>
- Garizábalo-Dávila, C. M., Rodríguez-Acelas, A. L., Mattiello, R., & Cañon-Montañez, W. (2021). Social support intervention for self-management of type 2 diabetes mellitus: Study protocol for a randomized controlled trial. *Open Access Journal of Clinical Trials*, 13, 37–43. <https://doi.org/10.2147/OAJCT.S314030>
- Green, E. C., Murphy, E. M., & Gryboski, K. (2020). The Health Belief Model. *The Wiley Encyclopedia of Health Psychology*, May 2022, 211–214. <https://doi.org/10.1002/9781119057840.ch68>
- Kemendes RI. (2018). Hari diabetes. *Infodatin Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/article/view/19041500002/hari-diabetes-sedunia-2018.html>
- Kemendes RI. (2023). *Laporan Kinerja Semester Litbang Kemendes Tahun 2023*. <https://p2p.kemkes.go.id>
- Kemendes RI. (2023). *Laporan Monitoring Capaian Kinerja Semester 1 Tahun 2023 Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan*.
- Kurtanty, D., Bachtiar, A., Candi, C., Pramesti, A., & Rahmasari, A. F. (2023). Information-

- Motivation-Behavioral Skill in Diabetes Self-management Using Structural Equation Modeling Analysis. *Kesmas*, 18(1), 16–23. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v18i1.6255>
- Nola Pender. (2006). Health Promotion Models. *Rehabilitation*, 131–146. <https://doi.org/10.1016/B978-0-443-10024-6.50010-4>
- Pardede Amidos, J., Simanjuntak, G. V., Simamora, M., & Parapat, M. (2022). Self-Efficacy, Self-Compassion, And Dietary Compliance Of Diabetes Mellitus Patients. *Tour Health Journal*, 1(1), 14–24. <https://tourjournal.akupuntour.com/index.php/tourhealthjournal/article/view/4/4>
- Pranata, S. (2021). Perkembangan Teori Manajemen Diri Menjadi Sebuah Normal Science: Dilihat Melalui Perspektif KUHN. *Jurnal Keperawatan*, 04(June), 28–37. <https://stikesk-kendari.e-journal.id/JK/article/view/456>
- Salsabila, Z., & Sjaaf, A. C. (2022). the Analysis of Diabetes Self-Management Implementation on Type 2 Diabetes Mellitus Patients: a Protocol for Systematic Review and Meta-Analysis. *Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia*, 7(2), 133. <https://doi.org/10.7454/eki.v7i2.6100>
- Soelistijo, S. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. *Global Initiative for Asthma*, 46. www.ginasthma.org.
- Sudrajat, A., S, N. N., Suratun, S., Iriana, P., Wartonah, W., Lusiani, D., Krisanty, P., & Manurung, S. (2023). Motivasi dan Dukungan Keluarga Berpengaruh terhadap Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jkep*, 8(2), 169–177. <https://doi.org/10.32668/jkep.v8i2.1380>
- Tamornpark, R., Utsaha, S., Apidechkul, T., Panklang, D., Yeemard, F., & Srichan, P. (2022). Quality of life and factors associated with a good quality of life among diabetes mellitus patients in northern Thailand. *Health and Quality of Life Outcomes*, 20(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12955-022-01986-y>
- Toruan, K. (2013). Hubungan Motivasi Diri Dengan Kepauhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. 20(3), 36–44.
- Tursina, H. M., Nastiti, E. M., & Sya'id, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Management (Manajemen Diri) pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 3(1), 20–25. <https://doi.org/10.55644/jkc.v3i1.67>
- Wang, C. Y., Neil, D. L., & Home, P. (2018). 2020 vision – An overview of prospects for diabetes management and prevention in the next decade. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 143(August 2018), 101–112. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2018.06.007>
- Yusoff, M. S. B. (2019). ABC of Content Validation and Content Validity Index Calculation. *Education in Medicine Journal*, 11(2), 49–54. <https://doi.org/10.21315/eimj2019.11.2.6>