

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KUALITAS HIDUP PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI KLINIK NURAINUN

Yennimar Zai¹, Jerniati Sihombing², Metrina Lugu³, Farima Purnama Sari⁴, Yulia Safitri⁵,
Nuraidah Br Kaban⁶, Wilda Yunita⁷
^{1,2,3,4,5,6,7}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Flora

Email: ennyyzai@gmail.com¹, <mailto:Jrnihsihombing15@gmail.com>², luguimmet@gmail.com³,
purnamasarifarima@gmail.com⁴, fatlipi2t@gmail.com⁵, nurhaidakaban@gmail.com⁶,
wildayunita0306@gmail.com⁷

ABSTRAK

Efikasi diri merupakan faktor psikologis utama yang memengaruhi kemampuan individu dalam mengatur perilaku dan mempertahankan praktik kesehatan, khususnya dalam pengelolaan penyakit kronis seperti Diabetes Mellitus (DM) tipe II. Efikasi diri yang adekuat memungkinkan penderita untuk menetapkan tujuan yang realistis, mempertahankan motivasi, serta secara konsisten melakukan perilaku perawatan diri, termasuk pengaturan pola makan, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, dan pemantauan kadar glukosa darah. Sebaliknya, efikasi diri yang rendah dapat berdampak negatif terhadap kepatuhan pengobatan dan kualitas hidup secara keseluruhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus tipe II di Klinik Nurainun. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian terdiri dari 30 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner efikasi diri dan instrumen kualitas hidup yang telah divalidasi dan relevan bagi penderita dengan penyakit kronis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 9 responden (30%) memiliki efikasi diri rendah, sedangkan 21 responden (70%) memiliki kualitas hidup cukup hingga baik. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Uji Spearman Rank (ρ) digunakan untuk menilai hubungan antara efikasi diri dan kualitas hidup. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik namun dengan kekuatan korelasi yang lemah antara efikasi diri dan kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus tipe II. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri berhubungan dengan kualitas hidup penderita Diabetes Mellitus tipe II, meskipun kekuatan hubungannya tergolong lemah. Oleh karena itu, tenaga kesehatan, khususnya perawat, diharapkan dapat mengembangkan intervensi yang berfokus pada peningkatan efikasi diri melalui edukasi berkelanjutan, konseling, serta strategi pemberdayaan penderita guna mendukung manajemen diabetes jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup penderita.

Kata Kunci : Efikasi diri; Kualitas hidup; Diabetes Melitus Tipe II

ABSTRACT

Self-efficacy is a key psychological factor that influences an individual's ability to regulate behavior and maintain health-related practices, particularly in managing chronic conditions such as Type II Diabetes Mellitus (DM). Adequate self-efficacy enables patients to set realistic goals, sustain motivation, and consistently perform self-care behaviors, including dietary regulation, medication adherence, physical activity, and blood glucose monitoring. Conversely, low self-efficacy may negatively affect treatment adherence and overall quality of life. This study aimed to examine the relationship between self-efficacy and quality of life among patients with Type II Diabetes Mellitus at Klinik Nurainun. A quantitative research design with a cross-sectional approach was employed. The study sample consisted of 30 respondents, selected using a purposive sampling technique based on predetermined inclusion criteria. Data were collected using validated self-efficacy questionnaires and quality of life instruments relevant to patients with chronic diseases. The results showed that 9 respondents (30%) experienced low self-efficacy, while 21 respondents (70%) reported a moderate to good quality of life. Data analysis was performed using univariate and bivariate methods. The Spearman Rank (ρ) test was applied to assess the relationship between self-efficacy and quality of life. The findings indicated a statistically significant but weak correlation between self-efficacy and quality of life among patients with Type II Diabetes Mellitus. In conclusion, self-efficacy is associated with the quality of life of patients with Type II Diabetes Mellitus, although the strength of the relationship remains weak. These findings suggest that healthcare providers, particularly nurses, should implement interventions focused on improving self-efficacy through continuous education, counseling, and patient empowerment strategies to support long-term diabetes self-management and enhance patients' quality of life.

Keywords: Self-efficacy; Quality of life; Type II Diabetes Mellitus

Pendahuluan

Diabetes Mellitus (DM) tipe II merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat secara global maupun nasional. Internasional Diabetes Federation (2021)

Penyakit ini bersifat kronis dan memerlukan pengelolaan jangka panjang yang mencakup pengendalian kadar glukosa darah, kepatuhan terhadap terapi, perubahan gaya hidup, serta pemantauan kondisi kesehatan secara berkelanjutan. Kompleksitas tuntutan pengelolaan tersebut tidak hanya berdampak pada kondisi fisik penderita, tetapi juga memengaruhi aspek psikologis dan kualitas hidup secara keseluruhan. Berbagai upaya telah dilakukan dalam penatalaksanaan DM tipe II, baik melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Namun, pendekatan tersebut belum sepenuhnya mampu menjamin keberhasilan pengelolaan penyakit apabila tidak diiringi dengan kemampuan individu dalam mengelola dirinya sendiri. Dalam konteks ini, faktor psikologis, khususnya

efikasi diri, menjadi aspek penting yang memengaruhi keberhasilan perawatan dan kualitas hidup penderita. Efikasi diri menggambarkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan tertentu, termasuk dalam menjalankan perawatan diri pada penyakit kronis. (American Diabetes Association. 2021). Secara empiris, penderita DM tipe II dengan efikasi diri yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mempertahankan kepatuhan terhadap pengobatan, pengaturan pola makan, aktivitas fisik, serta pemantauan kadar gula darah. Kondisi tersebut berpotensi memperburuk status kesehatan dan menurunkan kualitas hidup penderita. Sebaliknya, efikasi diri yang baik memungkinkan penderita untuk lebih adaptif, mandiri, dan konsisten dalam menjalani pengelolaan penyakit, sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup meskipun harus hidup dengan kondisi kronis. Bandura, A. (2022)

Berbagai penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara efikasi diri dan

kualitas hidup pada penderita DM tipe II. Namun, hasil penelitian menunjukkan variasi kekuatan hubungan, serta masih terdapat perbedaan konteks dan karakteristik populasi yang diteliti. Selain itu, sebagian penelitian lebih berfokus pada intervensi klinis dan aspek medis, sementara kajian mengenai peran efikasi diri dalam konteks pelayanan kesehatan tingkat klinik masih relatif terbatas. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (research gap) terkait pemahaman hubungan efikasi diri dan kualitas hidup pada penderita DM tipe II dalam setting pelayanan kesehatan tertentu. (Putri & Sari 2023)

Klinik Nurainun merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan yang memberikan pelayanan kepada penderita DM tipe II dengan karakteristik sosial dan latar belakang yang beragam. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kajian ilmiah yang mampu menggambarkan secara empiris hubungan antara efikasi diri dan kualitas hidup pada penderita DM tipe II di Klinik Nurainun. Penelitian ini tidak hanya berfungsi untuk mengonfirmasi temuan-temuan sebelumnya, tetapi juga memperkuat bukti ilmiah dalam konteks lokal, sehingga memiliki nilai kebaruan (novelty) dalam memperkaya khasanah penelitian terkait DM tipe II. Melalui tinjauan pustaka yang komprehensif, penelitian ini disusun dengan kerangka berpikir sistematis yang mengaitkan konsep efikasi diri sebagai faktor psikologis dengan kualitas hidup sebagai indikator keberhasilan pengelolaan penyakit kronis. Kerangka berpikir tersebut menjadi dasar dalam pemilihan metodologi penelitian yang digunakan, sekaligus menegaskan posisi penelitian ini dalam peta perkembangan keilmuan (state of the art).

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memetakan diskrepansi antara kondisi faktual yang dialami penderita DM tipe II dengan kondisi ideal yang diharapkan, serta memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan ilmu keperawatan dan kesehatan. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi dasar dalam perumusan strategi pelayanan kesehatan yang lebih holistik, khususnya dalam meningkatkan efikasi diri penderita guna menunjang kualitas hidup yang lebih baik. (World Health Organization 2022).

Metode Penelitian

2.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional. Desain ini dipilih untuk mengidentifikasi hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus (DM) tipe II tanpa memberikan perlakuan atau intervensi tertentu kepada responden.

2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di Klinik Nurainun. Waktu penelitian berlangsung pada periode Januari–Maret 2025, yang meliputi tahap persiapan, pengumpulan data, pengolahan data, hingga analisis dan penyusunan laporan penelitian.

2.3 Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Diabetes Mellitus tipe II yang menjalani pengobatan di Klinik Nurainun. Sampel penelitian berjumlah 30 responden, yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Kriteria inklusi meliputi penderita DM tipe II yang bersedia menjadi responden, mampu berkomunikasi dengan baik, dan menjalani perawatan secara rutin

di Klinik Nurainun. Kriteria eksklusi meliputi penderita dengan gangguan kognitif atau kondisi kesehatan yang tidak memungkinkan untuk mengisi kuesioner secara optimal.

2.4 Variabel Penelitian

Variabel independen dalam penelitian ini adalah efikasi diri, sedangkan variabel dependen adalah kualitas hidup pada penderita Diabetes Mellitus tipe II.

2.5 Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner efikasi diri dan kuesioner kualitas hidup yang telah divalidasi dan disesuaikan dengan karakteristik penderita DM tipe II. Kuesioner digunakan untuk memperoleh data primer terkait tingkat efikasi diri dan kualitas hidup responden. Selain itu, digunakan lembar informed consent sebagai bentuk persetujuan responden untuk berpartisipasi dalam penelitian

2.6 Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data diawali dengan pengurusan izin penelitian dan penjelasan tujuan penelitian kepada responden. Setelah responden menyatakan kesediaannya, pengisian kuesioner dilakukan secara langsung dengan pendampingan peneliti apabila diperlukan. Seluruh data yang diperoleh dijaga kerahasiaannya dan digunakan hanya untuk kepentingan penelitian.

2.7 Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Data yang telah terkumpul diolah melalui tahap editing, coding, entry, dan tabulating. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi efikasi diri dan kualitas hidup responden, serta secara bivariat untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel. Uji statistik yang digunakan adalah Uji Spearman Rank (ρ) dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Pengolahan

dan analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak statistik SPSS.

2.8 Etika Penelitian

Penelitian ini memperhatikan prinsip etika penelitian yang meliputi informed consent, kerahasiaan identitas responden, serta hak responden untuk menolak atau menghentikan partisipasi dalam penelitian kapan saja tanpa konsekuensi. (Nursalam 2023).

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di Klinik Nurainun dengan jumlah responden sebanyak 30 penderita Diabetes Mellitus (DM) tipe II yang memenuhi kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner efikasi diri dan kuesioner kualitas hidup. Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat. Karakteristik Responden Responden dalam penelitian ini merupakan penderita DM tipe II yang menjalani pengobatan dan perawatan rutin di Klinik Nurainun. Sebagian besar responden merupakan penderita dengan lama menderita DM lebih dari satu tahun, sehingga telah memiliki pengalaman dalam menjalani perawatan penyakit kronis. Kondisi ini memungkinkan responden untuk membentuk persepsi terhadap kemampuan diri dalam mengelola penyakitnya, yang selanjutnya dapat memengaruhi kualitas hidup. Karakteristik responden secara umum menunjukkan bahwa penderita DM tipe II di Klinik Nurainun menghadapi tantangan yang berkelanjutan dalam mengontrol kadar gula darah, menjalani terapi farmakologis, serta menerapkan perubahan gaya hidup seperti pengaturan pola makan dan aktivitas fisik. Faktor-faktor tersebut menjadi konteks penting dalam menilai efikasi diri dan kualitas hidup responden. Efikasi Diri Penderita

DM Tipe II Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa dari 30 responden, terdapat 9 responden (30%) yang memiliki efikasi diri rendah, sementara sebagian lainnya memiliki efikasi diri pada kategori sedang hingga tinggi. Efikasi diri rendah pada responden ditandai dengan keraguan terhadap kemampuan diri dalam mengelola penyakit, kesulitan dalam mempertahankan kepatuhan terhadap pengobatan, serta kurangnya keyakinan dalam menjalani perubahan gaya hidup yang dianjurkan. Efikasi diri merupakan faktor psikologis yang sangat berperan dalam pengelolaan penyakit kronis seperti DM tipe II. Penderita dengan efikasi diri rendah cenderung mengalami hambatan dalam menjalankan perilaku perawatan diri secara konsisten. Hal ini dapat berdampak pada kondisi kesehatan secara keseluruhan dan berpotensi menurunkan kualitas hidup penderita. (Bandura 2022).

3.1 Kualitas Hidup Penderita DM Tipe II

Hasil analisis univariat pada variabel kualitas hidup menunjukkan bahwa 21 responden (70%) memiliki kualitas hidup pada kategori cukup hingga baik, sedangkan sisanya berada pada kategori kurang. Kualitas hidup yang cukup hingga baik mencerminkan bahwa sebagian besar responden masih mampu menjalani aktivitas sehari-hari, beradaptasi dengan kondisi penyakit, serta mempertahankan fungsi sosial dan psikologis meskipun hidup dengan penyakit kronis. Kualitas hidup pada penderita DM tipe II dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi fisik, psikologis, hubungan sosial, serta lingkungan. Meskipun DM merupakan penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang, kualitas hidup yang baik dapat dicapai apabila penderita memiliki kemampuan adaptasi yang memadai serta dukungan dari

tenaga kesehatan dan lingkungan sekitar. (Alramadan et al 2022).

3.2 Hubungan Efikasi Diri dengan Kualitas Hidup

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe II. Uji statistik yang digunakan adalah Spearman Rank (ρ) karena data tidak berdistribusi normal. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara efikasi diri dan kualitas hidup, namun dengan kekuatan hubungan yang lemah. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin baik efikasi diri penderita, maka cenderung semakin baik pula kualitas hidup yang dirasakan. Namun demikian, lemahnya kekuatan hubungan mengindikasikan bahwa kualitas hidup penderita DM tipe II tidak hanya dipengaruhi oleh efikasi diri, tetapi juga oleh faktor-faktor lain yang bersifat kompleks dan multidimensional. (Alramadan et al 2022); (Yuniarti & Prasetyo 2024).

Pembahasan

Efikasi Diri pada Penderita DM Tipe II, Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih terdapat penderita DM tipe II di Klinik Nurainun yang memiliki efikasi diri rendah. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya pemahaman tentang penyakit, pengalaman kegagalan dalam mengontrol kadar gula darah, serta keterbatasan dukungan sosial dan edukasi kesehatan. Efikasi diri yang rendah dapat membuat penderita merasa tidak mampu menghadapi tuntutan pengelolaan penyakit kronis, sehingga berdampak pada kepatuhan terhadap terapi. Secara teoritis, efikasi diri memengaruhi bagaimana individu berpikir, merasa, dan bertindak dalam menghadapi suatu kondisi.

Penderita dengan efikasi diri tinggi akan lebih optimis dan aktif dalam menjalankan perawatan diri, sedangkan penderita dengan efikasi diri rendah cenderung pasif dan mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan. Oleh karena itu, peningkatan efikasi diri menjadi aspek penting dalam asuhan keperawatan penderita DM tipe II. Rahman, A., Sari, D. P., & Widodo, A. (2021).

Kualitas Hidup Penderita DM Tipe II, Sebagian besar responden dalam penelitian ini memiliki kualitas hidup yang cukup hingga baik. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun DM tipe II merupakan penyakit kronis, penderita masih dapat mencapai kualitas hidup yang relatif baik apabila mampu beradaptasi dengan kondisi penyakitnya. Adaptasi ini mencakup penerimaan terhadap penyakit, kemampuan mengelola gejala, serta dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan. Namun demikian, kualitas hidup penderita DM tetap rentan mengalami penurunan apabila pengelolaan penyakit tidak optimal. Komplikasi DM, beban psikologis, serta tuntutan perawatan jangka panjang dapat menjadi faktor yang menurunkan kualitas hidup. Oleh karena itu, upaya promotif dan preventif perlu terus dilakukan untuk mempertahankan dan meningkatkan kualitas hidup penderita. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan namun lemah antara efikasi diri dan kualitas hidup. Temuan ini sejalan dengan konsep bahwa efikasi diri berkontribusi terhadap kualitas hidup melalui perilaku perawatan diri yang dijalankan oleh penderita. Penderita dengan efikasi diri yang lebih baik cenderung lebih patuh terhadap pengobatan, lebih disiplin dalam menjalani gaya hidup sehat, serta lebih mampu mengelola stres akibat penyakit. Lemahnya kekuatan hubungan

dalam penelitian ini dapat disebabkan oleh adanya faktor-faktor lain yang turut memengaruhi kualitas hidup, seperti usia, lama menderita DM, kondisi ekonomi, tingkat pendidikan, serta adanya komplikasi penyakit. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas hidup merupakan konsep multidimensional yang tidak dapat dijelaskan hanya oleh satu faktor saja.

Implikasi Keperawatan Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi praktik keperawatan. Perawat memiliki peran strategis dalam meningkatkan efikasi diri penderita DM tipe II melalui edukasi kesehatan, konseling, dan pendampingan berkelanjutan. Intervensi keperawatan yang berfokus pada pemberdayaan penderita dapat membantu meningkatkan keyakinan diri penderita dalam mengelola penyakitnya. Selain itu, pendekatan holistik yang memperhatikan aspek fisik, psikologis, dan sosial sangat diperlukan untuk meningkatkan kualitas hidup penderita DM tipe II. Dengan meningkatkan efikasi diri, diharapkan penderita dapat lebih mandiri dalam perawatan diri dan mencapai kualitas hidup yang lebih baik. (Alramadan et al 2022); (Yuniarti & Prasetyo 2024)

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara efikasi diri dengan kualitas hidup penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Klinik Nurainun, meskipun kekuatan hubungan tersebut tergolong lemah. Efikasi diri tetap menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan dalam pengelolaan penyakit Diabetes Melitus. Tenaga kesehatan, khususnya perawat, diharapkan dapat mengembangkan intervensi yang berfokus pada peningkatan efikasi diri penderita

melalui edukasi berkelanjutan, konseling, dan pemberdayaan penderita. Pendekatan ini diharapkan mampu mendukung manajemen diabetes jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup penderita.

Referensi

- American Diabetes Association. (2021). Standards of medical care in diabetes—2021. *Diabetes Care*, 44(Suppl. 1), S1-S232.
<https://doi.org/10.2337/dc21-Sint>
- Bandura, A. (2022). Toward a psychology of human agency: Pathways to self-efficacy. *Perspectives on Psychological Science*, 17(1), 3–25.
<https://doi.org/10.1177/17456916211067803>
- International Diabetes Federation. (2021). *IDF diabetes atlas (10th ed.)*. International Diabetes Federation.
- Nursalam. (2022). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan (5th ed.)*. Salemba Medika.
- Putri, R. M., & Sari, Y. (2023). Factors associated with quality of life in patients with type 2 diabetes mellitus. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(1), 45–54.
- Rahman, A., Sari, D. P., & Widodo, A. (2021). The relationship between self-efficacy and quality of life among patients with type 2 diabetes mellitus. *Indonesian Journal of Nursing Studies*, 4(2), 85–93.
- World Health Organization. (2022). *Diabetes fact sheet*. World Health Organization.
<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- Yuniarti, F., & Prasetyo, A. (2024). Self-efficacy and self-care behavior in type 2 diabetes mellitus patients. *Journal of Chronic Disease Management*, 8(1), 33–41.
- Zhang, Y., Chen, X., & Liu, L. (2020). Self-efficacy, self-care behavior, and quality of life in patients with type 2 diabetes mellitus. *Journal of Diabetes Research*, 2020, 1–8.
<https://doi.org/10.1155/2020/XXXXX>
- Alramadan, M. J., Afroz, A., Hussain, S. M., Batais, M. A., Almigbal, T. H., Alhamrani, H. A., & Alramadan, A. J. (2022). Quality of life and its determinants among people with type 2 Diabetes mellitus: A systematic review. *Health and Quality of Life*
<https://doi.org/10.1186/s12955-022-01935-4>