

## HUBUNGAN *SELF EFFICASY* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II

Zakiah Rahman<sup>(1)</sup>, Andi Rizka Juniawati<sup>(2)</sup>, Mawar Eka Putri<sup>(3)</sup>, Linda Widiastuti<sup>(4)</sup>

(1), (2) Prodi S1 Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

(3) Prodi D3 Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

(4) Prodi Profesi Ners Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

### ARTICLE INFO

#### *Artikel history*

Submitted : 16 April 2025

Accepted : 5 Mei 2025

Publish : 30 Juni 2025

#### **Kata Kunci:**

Diabetes Melitus Tipe II,  
kualitas hidup, Self efficacy

#### **Keywords:**

Diabetes Mellitus Type II,  
quality of life, Self- efficacy

### ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kondisi atau gangguan metabolik yang berlangsung lama, yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang tinggi akibat dari resistensi insulin. DM dapat menimbulkan komplikasi yang berdampak negatif terhadap kehidupan pasien. Salah satu yang mempengaruhi kualitas hidup pasien DM adalah self efikasi. Self efikasi yang kurang pada pasien DM mengenai kondisi dan kesehatan dapat menyebabkan perilaku yang sesuai kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self efikasi dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas Kota Tanjungpinang. Metode penelitian adalah korelasional dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel 70 orang menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 56,3% orang DM tipe 2 memiliki self efikasi cukup, dan kualitas hidup kategori sedang 54,9% . Hasil uji Spearman Rank diperoleh nilai p value sebesar 0,001 (<0,05), dengan nilai  $r=0,0462$ , menunjukkan ada hubungan positif self efikasi dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas Kota Tanjungpinang. Diharapkan pasien DM tipe 2 dapat meningkatkan kesadaran dalam menerapkan enam pilar pengelolaan DM serta memperkuat self efikasi untuk meningkatkan kualitas hidup melalui pola hidup sehat.

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus (DM) is a long-lasting metabolic condition or disorder characterized by high blood glucose levels due to insulin resistance. DM can cause complications that negatively impact the patient's life. One factor that affects the quality of life of DM patients is self-efficacy. Low self-efficacy in DM patients regarding their condition and health can lead to unhealthy behaviors. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and quality of life of type 2 diabetes mellitus patients at the Tanjungpinang City community health center. The research method is correlational with a cross-sectional approach. The sample size was 70 people using a purposive sampling technique. Data analysis was performed using the Spearman*

---

*Rank test. The results showed that 56.3% of type 2 DM patients had sufficient self- efficacy, and 54.9% had a moderate quality of life. The Spearman Rank test obtained a p-value of 0.001 (<0.05), with an r value of 0.0462, indicating a positive relationship between self-efficacy and quality of life of type 2 diabetes mellitus patients at the Tanjungpinang City community health center. It is hoped that type 2 DM patients can increase awareness in implementing the six pillars of DM management and strengthen self-efficacy to improve the quality of life through a healthy lifestyle.*

---

✉ **Corresponding Author:**

Zakiah Rahman

Prodi S1 Keperawatan Stikes Hang Tuah Tanjungpinang

Telp. 081361022849

Email: faizazka2@gmail.

---

## **PENDAHULUAN**

Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu penyakit atau kelainan metabolisme jangka panjang yang ditandai oleh meningkatnya kadar gula darah akibat masalah pada insulin (Sulastrri, 2022). Penyakit ini bukan hanya merupakan faktor penyebab kematian utama secara global, tetapi merupakan penyebab signifikan dari kebutaan, penyakit jantung, dan kerusakan ginjal. Selain itu, DM tipe II dapat menyerang lanjut usia dan terjadi ketika tubuh tidak merespons insulin atau tidak memproduksi cukup insulin. Dimana penyakit ini membutuhkan pengobatan jangka panjang dalam mengatur kadar glukosa dalam darah agar dapat meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus (Basri et al., 2021).

Menurut International Diabetes Federation (IDF), (2021) prevalensi penderita Diabetes melitus sebanyak 537 juta di seluruh dunia dan diperkirakan jumlah akan terus bertambah mencapai 783 juta pada tahun 2045. Sedangkan Indonesia termasuk 10 negara yang menduduki posisi ke-2 dengan kasus DM terbanyak di Dunia dengan jumlah 19.465.100 juta orang. DM yang tidak terdiagnosis 73,7%, terdiagnosis 1,5% serta dengan gejala DM sebanyak 2,1% (Kemenkes RI, 2023).

Data dari Dinkes Kota Tanjungpinang (2022) penderita DM sebanyak 4.007, sedangkan pada tahun 2023 penderita DM sebanyak 5.112 (pada bulan desember 2023 sebanyak 217 orang). Terjadi peningkatan DM dari tahun sebelumnya karena kurangnya upaya mendapatkan pelayanan kesehatan. Pada tahun 2024 jumlah DM pada bulan Januari berjumlah 113 orang dan bulan Februari sebanyak 109 orang.

Diabetes melitus tipe II tidak memerlukan insulin karena tubuh masih memproduksinya, namun respons tubuh terhadap insulin berkurang yang disebut resistensi insulin. Akibatnya, glukosa tidak dapat masuk ke dalam sel (Sastra et al., 2020). Kualitas hidup adalah tujuan utama dalam perawatan dan harus dijaga pada pasien diabetes tipe II, karena rendahnya kualitas hidup dapat memperparah masalah metabolik. Meningkatkan kualitas hidup pasien DM bisa dijadikan ukuran keberhasilan pengobatan pasien DM. Kualitas hidup juga dapat diartikan sebagai pandangan psikologis seseorang, sehingga jika kualitas hidup seseorang menurun, maka kondisi penyakit akan semakin parah, dan sebaliknya (Feby Febriany, 2023).

Kualitas hidup adalah perasaan bahagia atau kepuasan yang dirasakan oleh pasien yang mengalami diabetes melitus, sehingga mereka dapat menjalani kehidupan dengan baik. Kualitas hidup erat hubungannya dengan komplikasi yang ditimbulkan oleh

penyakit Diabetes melitus (Hasan et al., 2025). Kualitas hidup pasien diabetes melitus menjadi salah satu fokus utama dalam pengobatan.

Kualitas hidup sangat penting untuk mendapat perhatian serius karena berkaitan erat dengan morbiditas, seperti pasien dengan gangguan emosional lebih mungkin mengalami penurunan kualitas hidup (Gómez-Pimienta et al., 2019). Tingginya jumlah pasien diabetes melitus tipe II dan potensi komplikasi yang muncul, pengelolaan penyakit ini menjadi sangat krusial. Ini mencakup berbagai aspek manajemen diabetes melitus, seperti pendidikan, kontrol kadar glukosa, pola makan yang sehat, aktivitas fisik, pengobatan, dan perhatian khusus untuk kaki. Oleh karena itu, agar komplikasi dapat dicegah, sangat penting bagi pasien diabetes melitus untuk memiliki tingkat self efikasi yang tinggi (PERKENI, 2021).

*Self-efficacy* merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuannya yang tercermin dalam perilakunya (Yamin et al., 2018).

*Self efficacy* harus dimiliki oleh pasien DM khususnya dalam menjalani manajemen diri terkait penyakit yang dideritanya. Efikasi diri dapat mempengaruhi cara seseorang berpikir serta bertindak. *Self-efficacy* adalah keyakinan individu tentang kemampuannya untuk merencanakan dan melaksanakan tugas-tugas tertentu yang diperlukan untuk memperoleh hasil yang diinginkan. Efikasi diri mempengaruhi cara individu berpikir, memotivasi diri, dan bertindak untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Efikasi diri pada individu dengan DM dapat digunakan untuk melakukan transformasi dan menentukan langkah intervensi, dengan maksud untuk memperbaiki kualitas hidup. Peningkatan efikasi diri dapat berkontribusi pada peningkatan kepatuhan terhadap terapi yang dianjurkan untuk penyakit kronis diabetes melitus (Munir et al., 2019).

Efikasi diri yang tinggi dapat meningkatkan pemahaman yang lebih dalam merubah perilaku kesehatan lebih baik, sehingga efikasi diri sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan. Selain itu, individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung mengalami peningkatan dalam melaksanakan aktivitas fisik, pola makan yang sehat, pengendalian glukosa, perawatan kaki, terapi insulin, dan pendidikan (Salendu et al., 2022).

Hasil penelitian dari Alamsah (2023), *self efficacy* mempunyai hubungan yang signifikan dengan (nilai  $p=0,001$ ) pada kualitas hidup pasien DM tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Kabupaten Sukabumi (Alamsah, 2023). Sejalan dengan penelitian Harb et al (2025) individu yang didiagnosis dengan DMT2 menunjukkan skor efikasi diri yang menurun terkait dengan manajemen diabetes. Penurunan efikasi diri ini berdampak langsung pada kualitas hidup secara keseluruhan, secara signifikan ada korelasi negatif antara tingkat efikasi diri dan kualitas hidup. Sebaliknya terdapat hubungan positif antara efikasi diri dan kualitas hidup, yang menunjukkan bahwa tingkat efikasi diri yang lebih tinggi dikaitkan dengan peningkatan Kualitas Hidup di antara individu dengan DM tipe 2 (Harb et al., 2025).

Hasil studi awal yang dilaksanakan di Puskesmas Kota Tanjungpinang, di mana 8 pasien diwawancarai, ditemukan bahwa 5 dari 8 pasien menyatakan sering tidak melakukan diet, jarang berolahraga, tidak konsisten dalam mengonsumsi obat, serta jarang memeriksa kadar gula darah. menyebabkan kadar glukosa dalam darah tidak menurun atau berada dalam kondisi normal, dan mereka belum mengelola *self-efficacy* dengan baik.

Selain itu, urgensi penelitian ini sangat tinggi mengingat semakin tingginya prevalensi DM Tipe 2 di Indonesia dan dampaknya yang signifikan terhadap kualitas

hidup pasien. Tujuan penelitian ini menganalisis hubungan *self efikasi* dengan kualitas hidup pasien DM tipe 2.

**METODE**

Jenis penelitian yang digunakan analitik korelasi dengan metode *cross sectional*. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel independen (*Self Efficacy*) dan variabel dependen (kualitas hidup) Pasien Diabetes Melitus Tipe II. Lokasi penelitian dilaksanakan di Puskesmas Kota Tanjungpinang Kepulauan dan waktu penelitian dilakukan bulan April - Mei 2024. Populasi dalam penelitian sebanyak 247 orang dengan jumlah sampel 71 responden dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Kriteria inklusi dalam pengambilan sampel ini adalah pasien dengan DM tipe II, pasien berusia 26- 59 tahun yang berobat rawat jalan di Puskesmas Kota Tanjungpinang. Pengumpulan Data: sebelum melakukan penelitian, peneliti menjelaskan dahulu tujuan penelitian kepada responden, serta responden menandatangani informed consent sebagai persetujuan. Peneliti melakukan wawancara sesuai kuisisioner Diabetes Management Self Efficacy Scale (DMSES) dan WHOQOL-BREF (World Health Organization Quality of Life BREF) kepada responden. Analisis data dalam penelitian ini diolah dengan menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan uji Spearman-Rank.

**HASIL**

**Karakteristik Responden**

**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden: Usia, Jenis Kelamin, Lama Menderita, Pekerjaan dan Pendidikan Pasien Diabetes Melitus Tipe II (n=71)**

Karakteristik	<i>f</i>	%
<b>Usia</b>		
26-35 tahun	35	49,3
36-45 tahun	25	35,2
46-59 tahun	11	15,5
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	33	46,5
Perempuan	38	53,5
<b>Lama menderita diabetes melitus</b>		
2-5 tahun	69	97,2
6-9 tahun	2	2,8
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak bekerja	32	45,1
Bekerja	39	54,9
<b>Pendidikan</b>		
SD SMP SMA	2	2,8
Sarjana	5	7,0
	45	63,4
	19	26,8
<b>Total</b>	71	100

*Sumber: Hasil Penelitian, 2024*

Tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi karakteristik responden berusia pada rentang 26-35 tahun 35 orang (49,3%), berjenis kelamin perempuan 38 orang (53,5%), lama menderita diabetes melitus 2-5 tahun sebanyak 69 orang (97,2%), bekerja 54,9% dan berpendidikan SMA 63,4%.

**Tabel 2. Self Efficacy Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Kota Tanjungpinang (n-71)**

<i>Self Efficacy</i>	<i>f</i>	<i>%</i>
Baik	23	32,4
Cukup Kurang	40	56,3
	8	11,3
<b>Total</b>	71	100

Sumber: Hasil Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel.2 di atas didapatkan hasil sebagian besar responden *self efficacy* cukup sebanyak 56,3%.

**Tabel 3. Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Kota Tanjung Pinang (n-71)**

<b>Kualitas Hidup</b>	<i>f</i>	<i>%</i>
Tinggi Sedang	19	26,8
Rendah	39	54,9
	13	18,3
<b>Total</b>	71	100

Sumber: Hasil Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel.3 di atas didapatkan hasil sebagian besar responden kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe II sedang sebanyak 54,9%.

**Tabel 4. Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Militus Tipe II di Puskesmas Kota Tanjungpinang (n-71)**

<b>Variabel Independen</b>	<b>Variabel Dependen</b>	<b>r</b>	<b>P Value</b>
<i>Self efficacy</i> pasien DM tipe II	Kualitas hidup pasien DM tipe II	0,462	0,001

Sumber: Hasil Penelitian, 2024

Hasil uji statistik diperoleh hasil  $pvalue=0,001$  dimana  $\rho < \alpha$  ( $\alpha=0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Kota Tanjungpinang. Nilai  $r = 0,462$  menunjukkan bahwa arah hubungan positif dan memiliki hubungan sedang.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian sebagian besar responden berusia pada rentang 26-35 tahun 49,3%, berjenis kelamin perempuan 53,5%, lama menderita diabetes melitus 2 -5 tahun sebanyak 97,2%, Sebagian besar bekerja 54,9% dan berpendidikan SMA 63,4%. Hasil penelitian sebagian besar responden *self efficacy* cukup sebanyak 56,3%, dan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe II sedang sebanyak 54,9%. Hasil uji statistik diperoleh hasil  $pvalue=0,001$  dimana  $\rho < \alpha$  ( $\alpha=0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Kota Tanjungpinang. Nilai  $r = 0,462$  menunjukkan bahwa arah hubungan positif dan memiliki hubungan sedang. Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian Abu-Shennar & Bayraktar (2022) adanya hubungan korelasi positif antara efikasi diri dan kualitas hidup.

Penyakit diabetes akan mempengaruhi kesehatan pasien, hal ini dapat di akibatkan karena memburuknya kontrol glukosa yang disebabkan kerusakan sel beta pankreas yang terjadi, seiring dengan bertambah lamanya seseorang menderita penyakit DM (Astuti et al., 2024). Kualitas hidup pasien diabetes melitus merupakan salah satu fokus utama dalam pengobatan, sebisa mungkin kualitas hidup yang baik harus

dipertahankan (Winahyu et al., 2019). Kualitas hidup pada pasien diabetes melitus merupakan masalah penting karena penyakit kronis dapat mengganggu beberapa aspek kehidupan pasien. Kualitas hidup merupakan konsep yang berkaitan dengan kesejahteraan pasien dalam hal fisik, psikologis, sosial dan lingkungan (WHO, 2019).

Kualitas kehidupan seseorang dapat dinilai melalui tingkat kedamaian yang pasien DM rasakan. Ada banyak aspek yang perlu diperhatikan, karena penilaian kualitas hidup tidak dapat ditentukan hanya oleh satu faktor penyebab. Beberapa aspek yang penting untuk diperhatikan mencakup usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status sosial ekonomi, dan keberadaan penyakit kronis. Faktor-faktor ini berperan sebagai risiko dalam menilai kualitas hidup seseorang. Perubahan atau gangguan pada salah satu dari poin-poin di atas dapat berdampak negatif terhadap kualitas hidup (Safitri & Syafiq, 2018). Kualitas hidup individu yang mengalami diabetes juga dipengaruhi oleh durasi mereka mengidap diabetes, usia, indeks massa tubuh, serta adanya komplikasi. Faktor-faktor ini berpengaruh signifikan terhadap berbagai aspek kualitas hidup, termasuk kesehatan fisik, lingkungan, hubungan sosial, dan aspek psikologis. Komplikasi yang ada dapat berdampak pada kemampuan fisik individu untuk menjalankan kegiatan sehari-hari (Gebremedhin et al., 2019).

Pasien diabetes yang lebih muda cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan pasien lansia. Kondisi kesehatan pasien DM yang berusia 60-74 tahun lebih buruk dibandingkan dengan yang berusia 25 -39 tahun (Nurhayati, 2022.). Proses penuaan dapat mengurangi fungsi fisik yang dapat membatasi kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari (Gebremedhin et al., 2019).

Jenis kelamin berpengaruh terhadap kualitas hidup. Wanita terbukti memiliki kualitas hidup yang jauh lebih buruk dalam domain fisik dan psikologis (Hasan et al., 2025). Diabetes Melitus lebih banyak diderita oleh perempuan dibanding laki-laki. Peningkatan tingkat lipid (lemak dalam darah) pada kaum hawa lebih signifikan dibandingkan dengan kaum pria, sehingga kemungkinan risiko terjadinya diabetes mellitus pada perempuan adalah 3 -7 kali lipat lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki yang hanya 2-3 kali. Kemungkinan keadaan ini muncul karena pria cenderung lebih banyak bekerja atau aktivitas fisik lebih intensif daripada wanita (Irawan, 2021).

Seseorang semakin lama menderita DM, risiko terjadi masalah kesehatan lainnya akan semakin tinggi diakibatkan karena semakin menurunnya kemampuan sel beta pankreas dalam menghasilkan insulin yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh, keadaan tersebut tentunya akan menyebabkan penurunan kualitas hidup (Nisa & Kumiawati, 2022). Kualitas hidup pada pasien diabetes juga dikaitkan dengan lamanya menderita DM, indeks massa tubuh, sertanya terdapatnya komplikasi, faktor tersebut relatif mempengaruhi semua domain kualitas hidup antara lain domain kesehatan fisik, lingkungan, sosial dan psikologis. Komplikasi dapat mempengaruhi kemampuan fisik seseorang untuk melakukan aktivitas rutin (Gebremariam et al., 2022).

Pasien yang bekerja sebagai IRT biasanya memiliki waktu senggang yang lebih, sehingga tidak menambah stres dan tidak memperburuk keadaan hidup mereka. Di sisi lain, pasien yang memiliki pekerjaan merasakan tekanan dari tugas-tugas mereka, yang ditambah dengan kekhawatiran mengenai penyakit diabetes yang mereka alami, sehingga kualitas hidup mereka dapat terganggu. Keterbatasan aktivitas fisik meningkatkan kemungkinan terjadinya diabetes mellitus karena kebutuhan insulin yang rendah, yang menyebabkan peningkatan kadar glukosa. Seseorang yang tidak bekerja cenderung kurang melakukan aktivitas fisik, yang berdampak negatif pada proses metabolisme dan pembakaran kalori yang seharusnya terjadi (Amalia et al., 2024).

Tingkat pendidikan mempengaruhi kualitas hidup pasien DM Tipe 2 kualitas hidup yang buruk lebih banyak terjadi pada mereka yang berpendidikan lebih rendah (Natarajan & Mokoboto-Zwane, 2022). Sedangkan mereka yang berpendidikan tinggi memiliki kualitas hidup lebih tinggi (Barua et al., 2021). Selain itu, tingkat pendidikan yang lebih tinggi dikaitkan dengan peningkatan kualitas hidup, khususnya di bidang kesejahteraan mental dan emosional. Pasien berpendidikan tinggi mungkin memiliki kepatuhan pengobatan yang lebih kuat dan kualitas hidup yang lebih baik karena mereka cenderung memiliki pandangan positif terhadap kesehatan mereka, memahami penyakit mereka, rencana pengobatan, dan potensi hasil diabetes, serta lebih memperhatikan pengobatan dan nutrisi mereka (Abedini et al., 2020) ; Gebremariam et al., 2022).

DM merupakan penyakit seumur hidup, karena itu tak jarang penderita DM mengarah pada kualitas hidup yang rendah d(Asnaniar & Safrudin, 2019). Kualitas hidup menurut disingkat dengan WHOQOL dapat diartikan sebagai persepsi individu mengenai posisi mereka dalam kehidupan dimana dalam konteks budaya dan sistem nilai memiliki suatu tujuan, harapan, serta standar dalam hidup (World Health Organization, 2019).

Kualitas hidup pasien DM tipe 2 adalah salah satu hasil penting yang digunakan untuk mengevaluasi efek manajemen penyakit kronis terhadap kesehatan, dan mencerminkan beban penyakit fisik dan psikososial pasien. Indikator kualitas hidup merupakan prediktor yang kuat terhadap kemampuan pasien untuk menjaga kesehatan, kesejahteraan, dan produktivitas jangka panjang. Peningkatan kualitas hidup sebagai tujuan utama dari semua intervensi kesehatan termasuk program manajemen DM (Alshayban & Joseph, 2020).

Kualitas hidup yang menurun dapat mengakibatkan semakin memburuknya penyakit yang diderita oleh pasien. Dengan tidak terpeliharanya kualitas hidup pada pasien DM dapat mengakibatkan terjadinya komplikasi dan dapat menjadi penyebab meningkatnya angka kematian (Asnaniar & Safruddin, 2019). Pengelolaan diabetes, diperlukan modifikasi perilaku hidup sehat, mencakup kebiasaan hidup dan pola makan. Salah satu elemen yang dapat mendukung tercapainya perubahan perilaku tersebut adalah *self efficacy* (Damayantie et al., 2021).

Mengingat bahwa T2DM merupakan kondisi kronis, efikasi diri dan praktik perawatan diri pasien memainkan peran penting dalam mengelola penyakit ini. Mengevaluasi efikasi diri, perawatan diri, dan pemantauan glukosa darah pasien dapat menjadi teknik diagnostik yang berguna untuk menentukan apakah mereka bersedia melakukan penyesuaian perilaku untuk mengelola diabetes atau tidak (Harb et al., 2025).

*Self efficacy* atau keyakinan diri yang positif memungkinkan pasien untuk mengelola gejala penyakit secara efektif, mengikuti rencana pengobatan yang direkomendasikan, memahami dampak fisik, mempertahankan interaksi sosial-psikososial, serta mengelola perubahan gaya hidup dengan baik dan dapat membuat pilihan yang benar. *Efikasi diri* merupakan prediktor kualitas hidup pada mereka yang hidup dengan DM tipe 2. Tingkat efikasi diri yang lebih tinggi dikaitkan dengan kualitas hidup yang lebih tinggi (Sari et al., 2021).

Pasien yang menderita DM dan menjalani pengobatan jangka panjang sering menghadapi tantangan besar, yaitu rasa jenuh karena harus berobat seumur hidup. Hal ini sering mengakibatkan turunnya *self-efficacy* pasien DM (Irawan et al., 2022). Efikasi diri yang dimiliki oleh penderita diabetes melitus baik maupun buruk dapat dibentuk oleh individu itu sendiri. Adanya keyakinan pada pasien diabetes melitus dapat ditunjukkan dari suatu perilaku tertentu dan mengubah pola pikir tertentu sehingga dapat mengelola

dan meminimalisir gejala yang dialaminya serta meningkatkan kualitas hidupnya. (Galih Puspita & Wijayanti, 2024).

Efikasi diri berperan penting dalam mempengaruhi cara pasien bertindak dan tingkat komitmen mereka, sehingga dengan adanya efikasi diri yang positif, tujuan perubahan perilaku dapat terwujud. Efikasi diri yang optimal sangat berpengaruh dalam penanganan diabetes mellitus, termasuk dalam menjaga berat badan, perawatan kaki, pengaturan pola makan, pemeriksaan kadar gula darah, pengembalian kadar gula darah ke tingkat normal, serta aktivitas fisik (Wahyuni, 2021).

## **SIMPULAN**

Terdapat hubungan positif dan sedang antara self efikasi dengan kualitas hidup pada pasien DM tipe 2. Oleh karena itu, meningkatkan self efikasi sangat penting untuk meningkatkan kualitas hidup pada pasien pasien DM tipe 2 dengan komplikasi kronis. melalui keterlibatan keluarga sebagai sistem dukungan yang membantu pasien dalam meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan untuk merawat dirinya. Tindakan yang dapat diambil adalah memberikan informasi kepada keluarga mengenai kontribusi mereka dalam meningkatkan kepercayaan diri dan menjadikan pasien diabetes lebih aktif sehingga taraf hidupnya menjadi lebih baik.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abedini, M. R., Bijari, B., Miri, Z., Shakhs Emampour, F., & Abbasi, A. (2020). The quality of life of the patients with diabetes type 2 using EQ-5D-5 L in Birjand. *Health and Quality of Life Outcomes*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12955-020-1277-8>
- Abu-Shennar J. A., Bayraktar N. (2022). The effect of educational program on pain management, self-efficacy behavior, and quality of life among adult diabetic patients with peripheral neuropathy pain: A randomized controlled trial. *Experimental and Clinical Endocrinology & Diabetes*, 130(08), 509–518. doi: 10.1055/a-1561-8392.
- Alamsah, M. S. (2023). Relation Between Self Efficacy and Quality of Life in Type II Diabetes Mellitus Patient in Sukabumi District. *Jurnal Eduhealth*, 14(02), 2023. <http://ejournal.seaninstitute.or.id/index.php/health>
- Alshayban, D., & Joseph, R. (2020). Health-related quality of life among patients with type 2 diabetes mellitus in Eastern Province, Saudi Arabia: A cross-sectional study. *PLoS ONE*, 15(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0227573>
- Amalia, M., Oktarina, Y., & Nurhusna, N. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 8(1), 33. <https://doi.org/10.33757/jik.v8i1.808>
- Astuti, A. A., Samidah, I., & Rustandi, H. (2024). Hubungan Karakteristik Demografi Dan Lama Menderita Sakit Dengan Kepatuhan Pasien Dm Type Ii Mengontrol Kadar Gula Darah Di RSUD Rupit Kabupaten Muratara Tahun 2023 Relationship between demographic characteristics and length of illness with adherence of Dm Type Ii patients controlling blood sugar levels at Rsud Rupit, Muratara Regency, 2023. In *Student Scientific Journal* (Vol. 2, Issue 1).
- Barua, L., Faruque, M., Chowdhury, H. A., Banik, P. C., & Ali, L. (2021). Health-related quality of life and its predictors among the type 2 diabetes population of

- Bangladesh: A nation-wide cross-sectional study. *Journal of Diabetes Investigation*, 12(2), 277–285. <https://doi.org/10.1111/jdi.13331>
- 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>
- Damayantie, N., Dewi, M., Rusmimpong, R., & Masnah, C. (2021). Diabetes self-management education effect on family knowledge of hypoglycemia episodes detection on type 2 diabetes mellitus. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9, 1398–1402. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.7275>
- Febby Febriany, F. F. (2023). Kualitas Hidup Peserta Prolanis Diabetes Melitus Tipe II: A Systematic Review. *Jurnal Jaminan Kesehatan Nasional*, 3(2), 56–64. <https://doi.org/10.53756/jjkn.v3i2.169>
- Galih Puspita, W., & Wijayanti, A. C. (2024). *THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND SELF-CARE MANAGEMENT WITH THE QUALITY OF LIFE OF PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS*. <https://doi.org/10.26553/jikm.2024.15.2.258>
- Gebremariam, G. T., Biratu, S., Alemayehu, M., Welie, A. G., Beyene, K., Sander, B., & Gebretekle, G. B. (2022). Health-related quality of life of patients with type 2 diabetes mellitus at a tertiary care hospital in Ethiopia. *PLoS ONE*, 17(2 February 2022). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264199>
- Gebremedhin, T., Workicho, A., & Angaw, D. A. (2019). Health-related quality of life and its associated factors among adult patients with type II diabetes attending Mizan Tepi University Teaching Hospital, Southwest Ethiopia. *BMJ Open Diabetes Research and Care*, 7(1). <https://doi.org/10.1136/bmjdr-2018-000577>
- Gómez-Pimienta, E., González-Castro, T. B., Fresan, A., Juárez-Rojop, I. E., Martínez-López, M. C., Barjau-Madriral, H. A., Ramírez-González, I. R., Martínez-Villaseñor, E., Rodríguez-Sánchez, E., Villar-Soto, M., López-Narváez, M. L., Tovilla-Zárate, C. A., & Genis-Mendoza, A. D. (2019). Decreased quality of life in individuals with type 2 diabetes mellitus is associated with emotional distress. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph16152652>
- Harb, F. S., Algunmeeyn, A., Othman Abu Hasheesh, M., El-Dahiyat, F., Alomar, I., Elrefae, A., & Shnikat, R. A. (2025). Early Predictors of Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus in Southern Jordan. *SAGE Open Nursing*, 11. <https://doi.org/10.1177/23779608251323813>
- Hasan, A. B. M. N., Saleh, A., Khatun, Mst. R., Miah, Md. S. U., Islam, T., Shikha, Mst. T. A., Mahadi, G. M. Y., Basak, P., Rabby, G., & Rabeya, Mst. R. (2025). Quality of Life and Long-Term Complications of Diabetic Patients in Bangladesh: Does Treatment Pattern Differ the Quality of Life of Diabetic Patients? *Journal of Diabetes Mellitus*, 15(01), 71–91. <https://doi.org/10.4236/jdm.2025.151006>
- Irawan, D., Adisty Handayani, P., Program Studi, A. S., & STIKES Telogorejo Semarang, K. (2022). e-ISSN2 548-7051 Persatuan Perawat Nasional Indonesia Jawa Tengah. In *Jurnal Perawat Indonesia* (Vol. 6).
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendagri Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.

- Sastra, L., Despitasi, L., Keperawatan, P. S., Mercubaktijaya, S., Jamal, P. J., Kopi, J. P., & Padang, S. (2020). *FAKTOR-FAKTOR INTERNAL YANG MEMPENGARUHI SELF CARE MANAGEMENT PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI POLIKLINIK KHUSUS PENYAKIT DALAM RSUP DR. M. DJAMIL PADANG*.  
<http://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/mercusuar>
- Munir, N. W., Munir, N. F., & Syahrul, S. (2019). Self-Efficacy dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(2), 146.  
<https://doi.org/10.33846/sf11208>
- Natarajan, J., & Mokoboto-Zwane, S. (2022). Health-related Quality of Life and Domain-specific Associated Factors among Patients with Type2 Diabetes Mellitus in South India. *Review of Diabetic Studies*, 18(1), 34–41.  
<https://doi.org/10.1900/RDS.2022.18.34>
- Nisa, H., Kurniawati, P., Studi, P., Masyarakat, K., Kesehatan, I., Syarif, U., & Jakarta, H. (2022.). *KUALITAS HIDUP PENDERITA DIABETES MELITUS DAN FAKTOR DETERMINANNYA*.
- Nurhayati, C. (n.d.). *HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG DIABETES MELITUS, SELF MANAGEMENT DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 Correlation Level Of Knowledge About Diabetes Mellitus, Self Management With Quality Of Life In Type 2 Diabetes Mellitus Patients*.  
[www.ejournal.stikes-pertamedika.ac.id/index.php/jnhs](http://www.ejournal.stikes-pertamedika.ac.id/index.php/jnhs)
- Winahyu, K. M., Anggita, R., & Widakdo, G. (2019.). *Characteristics of Patients, Self-Efficacy and Quality of Life among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus*.  
<https://doi.org/10.24198/jkp>
- Penelitian Kesehatan Suara Forikes -----Volume, J., Penelitian Kesehatan
- Suara Forikes -----, J., & Ode Sri Asnaniar, W. (2019). *Hubungan Self Care Management Diabetes dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe*.  
<https://doi.org/10.33846/sf10410>
- PERKENI. (2021). Pedoman Petunjuk Praktis Terapi Insulin Pada Pasien Diabetes Mellitus 2021. *Pb Perkeni*, 32–39.
- Salendu, Y. P., Jaata, J., Effendy, E., & Amir, S. (2022). *Volume 5 Nomor 1 Desember 2022 Nursing Inside Community Hubungan Self Efficacy Terhadap Aktivitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus*.
- Sari, L. A., Astuti, A., & Merdekawati, D. (2021). Knowledge and Self-Efficacy Towards Eating Behaviors by People Living with Diabetes Mellitus. *KnE Life Sciences*, 288–298. <https://doi.org/10.18502/kl.v6i1.8617>
- Wahyuni, Y. (2021). Improving The Quality of Life of Patients with Diabetes Mellitus Type 2 with Treatment Adherence. *Media Keperawatan Indonesia*, 4(3), 234.  
<https://doi.org/10.26714/mki.4.3.2021.234-246>
- WHO23. (2019). WHO Consolidated Guideline on Self-Care Interventions for Health. In *Omega* (Vol. 23, Issue 3).  
<http://dx.doi.org/10.1016/j.ijmedinf.2011.08.007>  
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28348205>  
<http://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC>

[5485](http://jech.bmj.com/lookup/doi/10.1136/jech-2016-208322) [755%0Ahttp://jech.bmj.com/lookup/doi/10.1136/jech-2016-208322%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.a](http://dx.doi.org/10.1016/j.a)

Yamin, A., Windani, C., & Sari, M. (2018). Relationship of Family Support Towards Self- Management and Quality of Life of Patients with Type 2 Diabetes Mellitus. *JKP*, 6. <https://doi.org/10.24198/jkp>