



HUBUNGAN SELF EFFICACY DAN SELF CARE DENGAN STABILITAS KADAR GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI DESA KETOMPEN

Umi Wardana¹ Dodik Hartono² Alwin Widhiyanto³

^{1,2,3} Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Hafshawaty Zainul Hasan Probolinggo, Indonesia

Email Korespondensi: ummiwardana428@gmail.com

Abstrak

Diabetes mellitus tipe 2 merupakan penyakit metabolic kronis yang di tandai dengan tingginya kadar glukosa darah akibat gangguan penggunaan insulin, Self Efficacy pada pasien diabetes melitus akan mempengaruhi pasien dalam berperilaku dan berkomitmen, sehingga dengan Self Efficacy yang kuat memiliki harapan yang besar terhadap suksesnya pencapaian tujuan, sedangkan individu dengan Self efficacy yang rendah memiliki keraguan dalam mencapai tujuannya. Kadar gula darah yang tidak normal dapat dipengaruhi beberapa faktor antara lain self care, setiap penderita DM dapat melakukan self care dengan baik sebagai usaha untuk menurunkan resiko terjadinya komplikasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self efficacy dan self care dengan stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di desa ketompen. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain metode Korelatif dengan pendekatan cross-sectional. Menggunakan populasi 38 responden menggunakan teknik total sampling, menggunakan alat ukur kuesioner (General Perceived Self Efficacy Scale oleh Prasetyo, 2014), kuesioner DMSQ serta melakukan pemeriksaan gula darah dengan menggunakan alat easy touch. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden mempunyai nilai Self Efficacy baik sebanyak 33 responden (86.8%), self care sebagian besar responden mempunyai nilai Self care baik sebanyak 33 responden (86.8%), dan di dapatkan data stabilitas kadar glukosa darah Sebagian besar responden yang stabil ada 33 orang (86.8%) berdasarkan hasil penelitian di desa ketompen. Meningkatkan self efficacy dan self care sangat penting untuk penderita DM tipe 2 karena dengan self efficacy yang baik akan memiliki keyakinan maupun kesadaran diri akan sembuh dari penyakitnya sehingga kadar glukosa darah nya akan tetap stabil.

Kata kunci: Self Efficacy, Self Care, Glukosa Darah, Diabetes Mellitus Tipe 2.

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a chronic metabolic disease characterized by high blood glucose levels due to impaired insulin use, Self Efficacy in patients with diabetes mellitus will affect patients in behavior and commitment, so that with strong Self Efficacy has great expectations for the successful achievement of goals, while individuals with low Self efficacy have doubts in achieving their goals. Abnormal blood sugar levels can be influenced by several factors including self care, every DM patient can do good self care as an effort to reduce the risk of complications. This study aims to determine the correlation between self

efficacy and self care with the stability of blood glucose levels in patients with type 2 diabetes mellitus in Ketompen village. This study is a quantitative study with a correlative method design with a cross-sectional approach. Using a population of 38 respondents using total sampling technique, using a questionnaire measuring instrument (General Perceived Self Efficacy Scale by Prasetyo, 2014), DMSQ questionnaire and checking blood sugar using easy touch tool. The results of this study showed that most of the respondents had a good Self Efficacy value as many as 33 respondents (86.8%), self care most of the respondents had a good Self care value as many as 33 respondents (86.8%), and obtained blood glucose level stability data Most of the stable respondents were 33 people (86.8%) based on the results of research in Ketompen village. Improving self efficacy and self care is very important for people with type 2 DM because with good self efficacy they will have confidence and self-awareness that they will recover from their disease so that their blood glucose levels will remain stable.

Keywords: *Self efficacy, self care, blood glucose, type 2 diabetes mellitus.*

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus (DM) adalah suatu kondisi medis yang ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi karena tubuh tidak dapat memproduksi insulin yang cukup atau tidak dapat menggunakan insulin dengan efektif. Diabetes melitus dibagi menjadi dua tipe yaitu diabetes melitus tipe 1 dan tipe 2. Pada penderita diabetes melitus tipe 2 diakibatkan karena ketidakmampuan tubuh dalam menggunakan insulin secara efektif sehingga dapat menyebabkan masalah berat badan berlebih, , Gejala yang muncul pada penderita DM umumnya terdapat 5 gejala awal, yaitu peningkatan frekuensi berkemih, rasa haus, bertambahnya nafsu makan, infeksi atau luka yang sukar sembuh dan lesu, dan terkadang diikuti dengan penglihatan yang kabur (Yulina Amry et al. 2024).

Diabetes melitus tipe 2 disebabkan oleh kombinasi faktor genetik yang berhubungan dengan gangguan sekresi insulin, resistensi insulin dan faktor lingkungan seperti obesitas, makan berlebihan, kurang makan, olahraga dan stres, serta penuaan (Denggoss 2023). Pemeliharaan kesehatan pada penderita diabetes mellitus dapat dilakukan dengan cara menjaga kadar glukosa darah agar tetap stabil dan dapat mencegah terjadinya hiperglikemia. Jika glukosa darah tidak terkontrol maka akan menimbulkan berbagai macam komplikasi seperti kerusakan sistem saraf (neuropati), kerusakan sistem ginjal (nefropati) dan kerusakan mata (Ezalina et al. 2023). Oleh karena itu munculah self efficacy pada penderita diabetes mellitus Efikasi diri membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha untuk maju, serta kegigihan dan ketekunan dalam mempertahankan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka. Self-efficacy berguna dalam merencanakan dan mengkaji intervensi edukasi serta baik untuk memprediksi modifikasi perilaku self-care.

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2022, sekitar 422 juta orang di dunia menderita diabetes mellitus, dengan mayoritas di antaranya merupakan penderita diabetes tipe 2. Sementara itu, berdasarkan data International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2021, jumlah penderita diabetes di dunia mencapai 537 juta dan diprediksi akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 serta 783 juta pada tahun 2045.

Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia berdasarkan Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2022, menunjukkan bahwa untuk usia di atas 15 tahun sebesar 6,9%. Provinsi Jawa Timur masuk 10 besar prevalensi penderita diabetes se-Indonesia atau menempati urutan ke Sembilan dengan prevalensi 6,8% (Dinkes, 2022).

Di Kabupaten Probolinggo pada tahun 2020 prevalensi diabetes mellitus sebanyak 3842 jiwa DM tipe 2. Berdasarkan data Dinas Kesehatan (DINKES) Provinsi Jawa Timur tahun

2022, DM Tipe2 menempati posisi ke-2 sebagai lima besar Penyakit Tidak Menular (PTM) di Jawa Timur dengan angka kejadian sebanyak 25.951 kasus (DINKES, 2022).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan di desa ketompen pada tanggal 4 desember 2024 bahawasannya di dapatkan 38 responden orang yang menderita dm tipe 2. Kemudian dilakukan wawancara terhadap sebanyak 10 responden yang menderita diabetes mellitus tipe 2 dari hasil data di dapatkan terdapat sebanyak hasil 5 responden (50%) tidak melakukan self care dengan baik seperti lupa meminum obat, malas berolahraga, pola makan tidak terkontrol dan tidak rutin pergi ke kantor desa untuk melakukan pengecekan gula darah, serta self efficacy atau kepercayaan pada diri nya yang buruk dengan rata- rata hasil pemeriksaan GDA yaitu berkisar 450 mg/dL . Sebanyak 3 responden (30%) meminum obat secara teratur, dan rutin pergi ke kantor desa untuk melakukan pemeriksaan gula darah, tetapi pasien tidak berolahraga dan sulit untuk mengatur pola makannya hasil pemeriksaan GDA yaitu berkisar 350 mg/dL. Sebanyak 2 responden (20%) melakukan self care dengan baik, meminum obat secara teratur, melakukan olahraga ringan seperti jalan kaki, mengatur pola makan, dan rutin ke kantor desa untuk melakukan pengecekan gula darah, beserta self efficacy atau sistem keyakinan nya yang tinggi akan keyakinan sembuh dari DM hasil pemeriksaan GDA berkisar 200 mg/dL.

Gaya hidup tidak sehat yang disebabkan oleh peningkatan kemakmuran di negara dari tahun ke tahun mengakibatkan prevalens penyakit degenerative seperti Diabetes Mellitus tipe 2 meningkat. Diabetes Melitus atau kencing manis definisikan sebagai suatu penyakit gangguan metabolisme kronis Penyakit ini ditandai dengan kenaikan kadar glukosa didalam darah yang disebabkan karena defisiensi insulin atau kerja insulin yang tidak adekuat. Tubuh juga tidak mampu untuk melakukan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein awal. Tanda gejala diabetes mellitus tipe 2 tidak hanya dilihat dari kadar glukosa darah saja yang tinggi, Namun bisa dilihat dari keseharian yang dialami seperti sering buang air kecil, sukar merasa kenyang, sering merasa haus, pandangan kabur, mudah lelah, lemas, mulut kering, dan mudah mengalami infeksi atau luka (Widiasari et al., 2021).

Penderita diabetes mellitus juga sering mengalami kesemutan dan kebas. Tanda gejala yang dapat mengganggu keseharian ini jika terus dibiarkan akan menyebabkan penurunan kualitas hidup seseorang, serta akan menyebabkan komplikasi yang berbahaya yaitu: Serangan jantung, stroke, gagal ginjal, kerusakan saraf yang dapat menyebabkan kesulitan berjalan, kelemahan otot, sulit mengatur kandung kemih, luka yang sulit sembuh (Palewo et al., 2021).

Self-efficacy (efikasi diri) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan individu akan kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tugas-tugas tertentu yang dibutuhkan untuk mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. Efikasi diri membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha untuk maju, serta kegigihan dan ketekunan dalam mempertahankan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka (Nur Wahyuni munir, 2021).

Self-efficacy pada manajemen diri pasien DM, terdiri dari diet, aktifitas fisik, kontrol glikemik, pengobatan, dan perawatan kaki. Self-efficacy merupakan hal penting yang harus dimiliki oleh pasien DM, khususnya dalam melakukan manajemen diri terkait penyakitnya. (Nur Wahyuni munir, 2021).

Self care diabetes merupakan tindakan membantu mengendalikan gula darah yang dapat menghasilkan kondisi kesehatan yang lebih baik (Karimi et al., 2017). Caring merupakan sifat dasar manusia untuk membantu, memperhatikan, mengurus, dan menyediakan bantuan, serta memberi dukungan kepada individu (Hutahaeen, 2020). Penderita DM melakukan self care dengan memperhatikan dan membantu dirinya dalam menjaga kesehatannya. Peningkatan kadar gulah darah dapat dicegah dengan melakukan self

care dengan terdiri dari pengaturan diet, olah raga, terapi obat, perawatan kaki, dan pemantauan gula darah. (Nur Wahyuni munir, 2021).

Berdasarkan penelitian Nur Wahyuni munir tahun 2021 adanya hubungan self-efficacy dan self care pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar pasien memiliki self-efficacy baik (85,4%) dan self care baik (83%). Hasil uji Fisher Exact dengan $\alpha < 0,05$ menunjukkan ada hubungan antara self-efficacy dengan self care pada pasien diabetes melitus ($p=0,005$). Upaya promosi kesehatan mengenai self care diabetes melitus perlu ditingkatkan agar dapat menambah pengetahuan pasien dalam pelaksanaan self care diabetes melitus. Self-efficacy berguna dalam merencanakan dan mengkaji intervensi edukasi serta baik untuk memprediksi modifikasi perilaku self-care.

Berdasarkan penelitian Deni irawan tahun 2022 adanya hubungan self efficacy dan self care management penderita diabetes mellitus tipe 2. Didapatkan tingkat self efficacy cukup baik, sebesar 88 responden (71%), dan tingkat self care management cukup baik sebesar 74 responden (59,7%).

Berdasarkan penelitian Khusnul khotimah tahun 2024 adanya Gambaran Self Efficacy pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Dari hasil penelitian didapatkan mayoritas karakteristik responden berdasarkan usia 40-64 tahun sebesar (74,4%), jenis kelamin perempuan sebesar (65,1%), lama menderita DM ≥ 5 tahun sebesar (57,0%) dan self efficacy kategori cukup sebesar (41,9%).

Seseorang yang memiliki Self Efficacy yang tinggi percaya bahwa mereka mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian - kejadian sekitarnya, sedangkan seseorang dengan Self Efficacy rendah menganggap dirinya pada dasarnya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada di sekitarnya dan cenderung akan mudah menyerah (M. Nur Ghufron dan Rini Risnawita, 2020). Self Efficacy pada pasien diabetes melitus akan mempengaruhi pasien dalam berperilaku dan berkomitmen , sehingga dengan Self Efficacy yang kuat memiliki harapan yang besar terhadap suksesnya pencapaian tujuan, sedangkan individu dengan Self efficacy yang rendah memiliki keraguan dalam mencapai tujuannya (Walia, 2023). Mengenai self care diabetes melitus perlu ditingkatkan agar dapat menambah pengetahuan pasien dalam pelaksanaan self care diabetes melitus. Selain itu, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang upaya pasien terhadap pelaksanaan self care dan self efficacy penderita diabetes melitus .

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik meneliti adakah hubungan self efficacy dan self care dengan stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di desa ketompen kecamatan pajarak kabupaten probolinggo..

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain metode Korelatif dengan pendekatan cross-sectional. Menggunakan populasi 38 responden menggunakan teknik total sampling, menggunakan alat ukur kuesioner (General Perceived Self Efficacy Scale oleh Prasetyo, 2014), kuesioner DMSQ serta melakukan pemeriksaan gulda darah dengan menggunakan alat easy touch..

HASIL PENELITIAN

Tabel 1: Karakteristik responden berdasarkan Data umum dari penelitian ini meliputi karakteristik responden yang terdiri dari jenis kelamin, usia, status pernikahan, pekerjaan, Pendidikan, lama menderita Diabetes mellitus. Sedangkan, data khusus Data khusus menampilkan karakteristik responden yaitu terhadap karakteristik berdasarkan self efficacy,

self care dan stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di desa ketompen. Kemudian hasil penelitian tersebut di tampilkan dalam bentuk table.

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki laki	6	15,8
Perempuan	32	84,2
Total	38	100,0
Usia	Frekuensi	Presentase (%)
36-40 tahun	17	44,7
40-45 tahun	12	31,6
46-50 tahun	2	5,3
> 50 tahun	7	18,4
Total	38	100,0
Status pernikahan	Frekuensi	Presentase (%)
Belum kawin	2	5,3
Kawin	31	81,6
Duda	1	2,6
Janda	4	10,5
Total	38	100,0
Status pernikahan	Frekuensi	Presentase (%)
Belum kawin	2	5,3
Kawin	31	81,6
Duda	1	2,6
Janda	4	10,5
Total	38	100,0
Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
PNS	6	15,8
Swasta	19	50,0
Wiraswasta	3	7,9
Tidak bekerja	10	26,3
Total	38	100,0
Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
SD	12	31,6
SLTP	8	21,1
SMA	11	28,9
Sarjana	7	18,4
Total	38	100,0
Lama DM	Frekuensi	Presentase (%)
2-5 tahun	35	89,7
6-9 tahun	1	2,6
10-13 tahun	1	2,6
> 13 tahun	1	2,6
Total	38	100,0
Self Efficacy	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	33	86,8
Cukup	0	0,0
Kurang	5	13,2
Total	38	100,0
Self Care	Frekuensi	Presentase (%)

Baik	33	86.8
Cukup	0	0.0
Kurang	5	13.2
Total	38	100,0
Stabilitas GDA	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Stabil	5	13,2
Stabil	33	86,8
Total	38	100,0

Sumber : Data Primer Lembar Observasi Penelitian Juli 2025

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa yang menjadi responden terbanyak berjenis kelamin laki laki 6 orang (15,8%), jenis kelamin perempuan 32 orang (84,2%). dapat diinterpretasikan bahwa yang menjadi responden terbanyak berusia antara 36-40 tahun 17 orang (44,7%), usia 40-45 tahun 12 orang (31,6%), dan paling sedikit usia 46-50 tahun 2 orang (5,3%), usia > 50 tahun 7 orang (18,4%). dapat diinterpretasikan bahwa yang menjadi responden belum kawin 2 orang (5,3%), kawin 31 orang (81,6%), duda 1 orang (2,6%), janda 4 orang (10,5%). dapat diinterpretasikan bahwa yang menjadi responden pekerja PNS 6 orang (15,8%), pekerja swasta 19 orang (50,0%), pekerja wiraswasta 3 orang (7,9%), tidak bekerja 10 orang (26,3%). dapat diinterpretasikan bahwa yang menjadi responden SD 12 orang (31,6%), SLTP 8 orang (21,1%), SMA 11 orang (28,9%), Sarjana 7 orang (18,4%). dapat diinterpretasikan bahwa yang menjadi responden 2-5 tahun 35 orang (89,7%), 6-9 tahun 1 orang (2,6%), 10-13 tahun 1 orang (2,6%), > 13 tahun 1 orang (2,6%). dapat diinterpretasikan bahwa tingkat self efficacy terbanyak sebagian besar responden yang baik ada 33 orang (86,8%), dan paling sedikit kategori kurang yaitu 5 responden (13,2%). dapat diinterpretasikan bahwa tingkat self care Sebagian besar responden terbanyak kategori baik ada 33 orang (86,8%), dan paling sedikit kategori kurang yaitu 5 responden (13,2%). dapat diinterpretasikan bahwa tingkat stabilitas kadar glukosa darah Sebagian besar responden yang stabil sebanyak 33 orang (87,5%) dan tidak stabil sebanyak 5 responden (13,2%).

Tabel 2 : Analisis Hubungan Self Efficacy Dan Self Care Dengan Stabilitas Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Type 2 Di Desa Ketompen

Test Statistics		
	Self Efficacy	Self Care
Chi-Square	38.000 a	38.000 a
Df	1	1
Asymp.Sig.	.000	.000
a. 5 cells (83.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .16.		

Berdasarkan tabel 2 hasil uji analisis chi-square menggunakan SPSS didapatkan hasil Sig.(2 tailed) adalah 0.000 Hasil analisa didapatkan $\chi^2 = 0,000$ sehingga $\chi^2 = 0,000 < \alpha = 0,05$. Dari hasil analisa tersebut dapat disimpulkan H1 di terima artinya ada hubungan Self Efficacy Dan Self Care dengan Stabilitas Kadar Glukosa Darah di Desa Ketompen Pajajaran Kabupaten Probolinggo.

PEMBAHASAN

Self efficacy pada penderita diabetes mellitus tipe 2

Berdasarkan hasil penelitian table 1 yang dilakukan pada tanggal 9 juni 2025 sampai 23 juni 2025 didapatkan data diatas menunjukkan bahwa kategori terbanyak yaitu self efficacy baik sebanyak 33 responden (86.8%). Self efficacy merupakan keyakinan atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Self Efficacy dapat membawa pada perilaku yang berbeda di antara individu dengan kemampuan yang sama karena Self Efficacy mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha (Ghufron, 2020). Mereka yang memiliki Self efficacy tinggi biasanya akan mengerjakan tugas tugas tertentu dan lebih sulit. Mereka tidak menganggap tugas atau pekerjaan yang mereka kerjakan sebagai beban atau ancaman untuk mereka. Disamping itu pula, mereka akan memilih untuk mengembangkan passion-passion mereka terhadap suatu aktivitas untuk dapat mencapai goals mereka. Sebaliknya, untuk mereka yang memiliki Self Efficacy rendah akan menghindari segala tugas yang mereka emban. Mereka menganggap bahwa tugas merupakan suatu beban dan ancaman untuk mereka. Seorang Self Efficacy rendah memiliki motivasi yang rendah serta komitmen yang lemah pula, mereka merasa tidak yakin dengan kemampuan diri mereka untuk dapat mencapai tujuan mereka (Adinda, 2022).

Menurut peneliti sebagian besar responden memiliki nilai self efficacy baik. Sesuai dengan hasil penelitian yaitu sebagian besar responden berpendidikan SD, hal tersebut merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi self efficacy karena semakin tinggi pendidikan semakin mudah menerima informasi sehingga pengetahuan yang dimilikinya semakin baik. Mayoritas responden yang memiliki pendidikan rendah memiliki pengetahuan yang kurang. Pengetahuan dapat menjadikan seseorang memiliki kesadaran sehingga berperilaku sesuai dengan pengetahuan yang dimilikinya.

Self care pada penderita diabetes mellitus tipe 2

Berdasarkan hasil penelitian table 1 yang dilakukan pada tanggal 9 juni 2025 sampai 23 juni 2025 data diatas menunjukkan bahwa dapat di interpretasikan tingkat self care baik ada 33 orang (86.8%). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki nilai self care baik, menurut peneliti tingkat self care responden perlu dioptimalkan lagi. Pasien perlu di berikan motivasi dalam meningkatkan pengelolaan diet secara mandiri, membuat perencanaan diet ,menyesuaikan menu makanan dengan jumlah kalori yang dianjurkan, olahraga yang rutin seperti jalan kaki. Pasien perlu membuat perencanaan jadwal kontrol gula darah berkala sesuai anjuran dokter. Hal tersebut sesuai pernyataan Putra Juli Risgian, (2021), dalam penelitiannya tentang Self Care Pada Penderita Diabetes Melitus Dengan penyakit Penyerta Hipertensi Di Puskesmas bahwa Perilaku self care pada penderita Diabetes Melitus perlu ditingkatkan, dalam upaya meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup pasien.

Menurut peneliti Selain hal tersebut dan adanya hubungan penerapan self care dengan kestabilan gula darah pasien diabetes mellitus, dalam kategori hubungan kuat dengan arah hubungan positif yang artinya semakin baik self care maka semakin tinggi tingkat kestabilan gula darah, hal tersebut membuktikan bahwa dengan self care yang baik, gula darah terkontrol dan kualitas hidup semaikin baik, sehingga penerapan self care oleh pasien diabetes mellitus harus terus ditingkatkan.

Stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2

Berdasarkan hasil penelitian table 1 yang dilakukan pada tanggal 9 juni sampai 23 juni 2025 dapat di interpretasikan bahwa tingkat stabilitas kadar glukosa darah Sebagian besar responden yang stabil sebanyak 33 orang (87,5%) dan tidak stabil sebanyak 5 responden (13.2%),

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erwina, 2018) Stabilitas dengan cara Rutin melakukan kontrol kadar glukosa darah merupakan salah satu upaya pencegahan yang dapat dilakukan oleh pasien Diabetes Melitus tipe 2. Melakukan kontrol kadar glukosa darah yang teratur dapat mencegah munculnya komplikasi, baik mikrovaskular maupun makrovaskular. Selain itu, dengan melakukan kontrol kadar glukosa darah secara teratur akan dapat menunjukkan keberhasilan pelaksanaan diet, olah raga, obat dan usaha menurunkan berat badan yang dilakukan oleh pasien Diabetes Melitus. Mayoritas pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 pada saat kontrol kadar gula darah acak selalu tidak stabil dan mereka kontrol tidak sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Kadar gula yang lebih dari batas normal bisa membuat pandangan kabur, badan lemas serta meningkatkan stress.

Menurut peneliti menyatakan bahwa kadar gula darah yang tinggi pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di pengaruhi oleh ketidak teraturan dalam melakukan kontrol kadar gula darah sehingga dapat mengakibatkan kadar gula darah cenderung tinggi dan sulit di kontrol. Dimana hal tersebut sangat berdampak pada self efficacy dan self care yang buruk pada responden. Selain itu, faktor lain yang dapat mempengaruhi peningkatan kadar gula darah adalah jenis kelamin dan usia. Jenis kelamin perempuan lebih beresiko menderita diabetes mellitus tipe 2 dibandingkan jenis kelamin laki-laki,

Analisis hubungan self efficacy dan self care dengan stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di desa ketompen

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa kategori terbanyak yaitu self efficacy baik stabil sebanyak 29 responden (76.3%) tidak stabil 5 responden (13.2%), dan kategori self efficacy Cukup stabil 2 responden (5,3%), kurang tapi stabil sebanyak 2 responden (5,3%), dan data self care di dapatkan self care baik stabil sebanyak 33 responden (86.8%), dan terkecil yaitu kategori self care kurang tidak stabil sebanyak 5 responden (13.2%).

Berdasarkan hasil uji analisis chi-square menggunakan SPSS didapatkan hasil Sig.(2 tailed) adalah 0.000. Hasil analisa didapatkan $p = 0,000$ sehingga $< \alpha = 0,05$. Dari hasil analisa tersebut dapat disimpulkan H1 di terima artinya ada hubungan Self Efficacy Dan Self Care dengan Stabilitas Kadar Glukosa Darah di Desa Ketompen Pajajaran Kabupaten Probolinggo.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erwina, 2018) Stabilitas dengan cara Rutin melakukan kontrol kadar glukosa darah merupakan salah satu upaya pencegahan yang dapat dilakukan oleh pasien Diabetes Melitus tipeII. Melakukan kontrol kadar glukosa darah yang teratur dapat mencegah munculnya komplikasi, baik mikrovaskular maupun makrovaskular. Selain itu, dengan melakukan kontrol kadar glukosa darah secara teratur akan dapat menunjukkan keberhasilan pelaksanaan diet, olah raga, obat dan usaha menurunkan berat badan yang dilakukan oleh pasien Diabetes Melitus. Mayoritas pasien Diabetes Mellitus Tipe II pada saat kontrol kadar gula darah acak selalu tidak stabil dan mereka kontrol tidak sesuai dengan jadwal yang telah ditentukan. Kadar gula yang lebih dari batas normal bisa membuat pandangan kabur, badan lemas serta meningkatkan stress.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gina, 2019). Faktor lain yang mempengaruhi resiko terjadinya diabetes melitus adalah gaya hidup seseorang. Perilaku tersebut diantaranya yaitu aktivitas fisik yang buruk dan pola makan yang buruk seperti makan makanan tinggi lemak, manis, tidak mengkonsumsi sayur serta buah-buahan. Faktor

tersebut bisa dirubah atau dapat dicegah dengan pengaturan pola makan yang baik dan olahraga secara teratur sehingga dapat menurunkan prevalensi terjadinya diabetes melitus. Jenis diabetes melitus yang paling banyak diderita sekitar 90-95% merupakan diabetes melitus tipe 2 yaitu tipe diabetes yang seharusnya bisa dicegah.

Berdasarkan teori diatas menurut peneliti bahwa semakin tinggi self efficacy dan self care terhadap kesehatan tubuh seperti olahraga maka semakin stabil kadar glukosa darah acak pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2. Hal ini terjadi dikarenakan self efficacy dan self care merupakan salah satu upaya untuk menjaga nilai kadar gula darah yang stabil. Sehingga dapat mengoptimalkan dalam menjalani proses penyembuhan terhadap penyakit yang dialami.

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian Hubungan Self efficacy dan Self care dengan stabilitas glukosa darah pada diabetes mellitus tipe 2 di Desa Ketompen pajarakan probolinggo, didapatkan :

1. Self efficacy pada Diabetes Mellitus tipe 2 Di Desa Kaetompen pajarakan probolinggo sebagian besar kategori baik sebanyak 33 responden (84,6%).
2. Self care pada Diabetes Mellitus tipe 2 Di Desa Ketompen pajarakan probolinggo sebagian besar baik sebanyak 31 responden (79,8%).
3. Stabilitas kadar glukosa darah Di Desa Ketompen pajarakan probolinggo sebagian besar penderita diabetes mellitus tipe 2 yang mengalami kadar glukosa darah stabil sebanyak 33 responden (87,5%)
4. Berdasarkan hasil uji analisis chi-square menggunakan SPSS didapatkan hasil Sig.(2 tailed) adalah 0.000. Hasil analisa didapatkan $p = 0,000$ sehingga $p = 0,000 < \alpha = 0,05$. Dari hasil analisa tersebut dapat disimpulkan H1 di terima artinya ada hubungan Self Efficacy Dan Self Care dengan Stabilitas Kadar Glukosa Darah di Desa Ketompen Pajarakan Kabupaten Probolinggo.

SARAN

Bagi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan perawat mengenai hubungan self efficacy dan self care dengan stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di desa ketompen.

Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu sumber ilmu yang menambah pengetahuan dan wawasan dalam bidang keperawatan mengenai self efficacy dan self care dengan stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di desa ketompen kecamatan pajarakan kabupaten probolinggo

Bagi Responden Penelitian

Untuk responden dapat mengetahui dan diharapkan agar dapat menerapkan self efficacy dan self care dengan stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di desa ketompen kecamatan pajarakan kabupaten probolinggo

Bagi Lahan Penelitian

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan baru bagi tempat lahan penelitian mengenai hubungan self efficacy dan self care dengan stabilitas kadar glukosa darah pada

penderita diabetes mellitus tipe 2 di desa ketompen kecamatan pajarakan kabupaten probolinggo.

Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan wawasan baru mengenai hubungan self efficacy dan self care dengan stabilitas kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di desa ketompen kecamatan pajarakan kabupaten probolinggo.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardiani, Hasnabila Esti, Tria Astika Endah Permatasari, and Sugiatmi Sugiatmi. 2021. "Obesitas, Pola Diet, Dan Aktifitas Fisik Dalam Penanganan Diabetes Melitus Pada Masa Pandemi Covid-19." *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)* 2(1):1. doi: 10.24853/mjnf.2.1.1-12.
- Ariwati, Valentina Dili, Martina Martina, Rori Theresia Ka, Kurnia Kusumawati, Hayatun Nufus, Anggi Anggi, and Bella Ayu Wandira. 2023. "Pendidikan Kesehatan Tentang Diabetes Melitus Pada Masyarakat RT 3 Kelurahan Curug, Kota Depok." *Jurnal ABDIMAS-HIP Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(1):47–54. doi: 10.37402/abdimaship.vol4.iss1.217.
- Basir, Sulistiani Ita, Roswita Nanang Paramatha, and Dwi Fika Agustin. 2022. "Self Care Pasien Diabetes Melitus." *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 4(2):691–98.
- Denggos, Yohanes. 2023. "Penyakit Diabetes Mellitus Umur 40-60 Tahun Di Desa Bara Batu Kecamatan Pangkep." 55–61.
- Desitasari, Lola, and Lenni Sastra. 2020. "Faktor-Faktor Internal Yang Mempengaruhi Self Care Management Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Poli Klinik Khusus Penyakit Dalam Rsup Dr. M. Djamil Padang." *Jurnal Kesehatan Mercusuar* 3(1):54–65. doi: 10.36984/jkm.v3i1.73.
- Erida Silalahi, Lenny, Dewi Prabawati, and Sutanto Priyo Hastono. 2021. "Efektivitas Edukasi Self-Care Terhadap Perilaku Manajemen Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Puskesmas Sukapura Jakarta." *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)* 4(1):15–22. doi: 10.56338/mppki.v4i1.1385.
- Ezalina, Duri Mandasari, Desti Puswati, and Gita Adelia. 2023. "Analysis Of Health Literacy And Self-Care In Diabetes Mellitus Elderly." *Jurnal Kesehatan* 16(1):2023. doi: 10.24252/kesehatan.v16i1.33815.
- Mutiudin, Ade Iwan, Hilman Mulyana, Deni Wahyudi, and Edi Gusdiana. 2022. "Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Perawatan Kaki Pada Penderita Diabetes Tipe 2." *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan* 13(2):512–21. doi: 0.26751/jikk.v13i2.1531.
- Pakaya, Rosalinda, Prodi Ners, / Jurusan, Ilmu Keperawatan, / Fakultas, Ilmu Kesehatan, and Nikmawati Puluhulawa. 2023. "Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Intervensi Pemberian Edukasi Self Care Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. H. Aloei Saboe Kota Gorontalo." *Jurnal Kesehatan Tradisional* 1(2):108–21.
- Purnomo, Romadhani Tri, Kesehatan Dan Teknologi, and Universitas Muhammadiyah Klaten. 2023. "Tingkat Pengetahuan Upaya Pencegahan Diabetes Melitus Pada Pralansia." 10(1):17–21.
- Putri, ndah Pratiwi, Dona Marcelina, and Evi Yulianti. 2024. "Tinjauan Supervised Reinforcement Learning Pada Tindakan Medis Penyakit Diabetes Melitus." *MALCOM: Indonesian Journal of Machine Learning and Computer Science* 4(3):875–84. doi: 10.57152/malcom.v4i3.1363.

- Soelistijo, Soebagio. 2021. "Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia 2021." Global Initiative for Asthma 46.
- Surowiecka, Agnieszka, Jerzy Strużyna, Aleksandra Winiarska, and Tomasz Korzeniowski. 2022. "Hydrogels in Burn Wound Management—A Review." *Gels* 8(2). doi: 10.3390/gels8020122.
- Umayya, Layus Iranna, and Indah Sapta Wardani. 2023. "Hubungan Antara Diabetes Melitus Dengan Glaukoma." *Jurnal Medika Utama* 04(01):3280–91.
- Yulia Amry, Riza, Bety Agustina Rahayu, Fauna Andriani, Debby Yulianthi Maria, Anna Nur Hikmawati, Program Studi Keperawatan, and Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta. 2024. "Upaya Preventif Diabetes Melitus Melalui Foot Self Care Pada Lansia Preventive Efforts for Diabetes Mellitus Through Foot Self Care in the Elderly." *Media Pengabdian Kesehatan Indonesia* 1(1):13–19.