

Hubungan Efikasi Diri dan Tingkat Stres dengan Manajemen Perawatan Diri pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Titis Nurhandayani^{1*}, Retno Setyawati², Erna Melastuti³

¹⁻³ Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Email: titisnurhandayani@gmail.com¹

Article Info :

Received:

14-12-2025

Revised:

24-12-2025

Accepted:

31-12-2025

Abstract

Type 2 diabetes mellitus is a chronic condition that requires continuous self-care management to prevent complications and maintain glycemic control. However, self-care performance is not solely determined by physical factors, but also influenced by psychological aspects, particularly self-efficacy and stress level. This study aimed to analyze the relationship between self-efficacy and stress level with self-care management among patients with type 2 diabetes mellitus. A quantitative cross-sectional design was applied at Guntur 1 Public Health Center from September 16 to October 14, 2025. The study involved 120 patients selected using total sampling. Data were collected using structured questionnaires, including the Diabetes Management Self-Efficacy Scale (DMSES), Perceived Stress Scale (PSS-10), and Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ). Data analysis was conducted using Gamma correlation with a significance level of $p < 0.05$. The results indicated a significant relationship between self-efficacy and self-care management ($p = 0.006$; $r = 0.576$). Stress level also showed a significant and strong relationship with self-care management ($p = 0.001$; $r = 0.725$). Strengthening self-efficacy and stress management should be prioritized in nursing interventions to support sustainable diabetes self-care behaviors.

Keywords: Self-Efficacy, Stress Level, Self-Care Management, Type 2 Diabetes Mellitus, Primary Health Care.

Abstrak

Diabetes mellitus tipe 2 adalah kondisi kronis yang memerlukan pengelolaan perawatan diri secara terus-menerus untuk mencegah komplikasi dan menjaga kontrol glikemik. Namun, kinerja perawatan diri tidak hanya ditentukan oleh faktor fisik, tetapi juga dipengaruhi oleh aspek psikologis, terutama tingkat kepercayaan diri dan tingkat stres. Studi ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kepercayaan diri dan tingkat stres dengan pengelolaan perawatan diri pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2. Desain kuantitatif cross-sectional diterapkan di Pusat Kesehatan Masyarakat Guntur 1 dari tanggal 16 September hingga 14 Oktober 2025. Studi ini melibatkan 120 pasien yang dipilih menggunakan metode sampling total. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur, termasuk Diabetes Management Self-Efficacy Scale (DMSES), Perceived Stress Scale (PSS-10), dan Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ). Analisis data dilakukan menggunakan korelasi Gamma dengan tingkat signifikansi $p < 0.05$. Hasil menunjukkan hubungan yang signifikan antara self-efficacy dan pengelolaan perawatan diri ($p = 0.006$; $r = 0.576$). Tingkat stres juga menunjukkan hubungan yang signifikan dan kuat dengan pengelolaan perawatan diri ($p = 0.001$; $r = 0.725$). Peningkatan efektivitas diri dan pengelolaan stres harus diprioritaskan dalam intervensi keperawatan untuk mendukung perilaku pengelolaan diabetes yang berkelanjutan.

Kata kunci: Efektivitas Diri, Tingkat Stres, Pengelolaan Perawatan Diri, Diabetes Mellitus Tipe 2, Pelayanan Kesehatan Primer.



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus tipe 2 (DMT2) saat ini dipahami bukan sekadar penyakit metabolismik kronis, melainkan sebuah kondisi yang menuntut keterlibatan aktif pasien dalam pengambilan keputusan harian, mulai dari kepatuhan terapi farmakologis, pengaturan diet, aktivitas fisik, pemantauan glukosa, hingga pencegahan komplikasi, sehingga diskursus global dalam beberapa tahun terakhir bergeser dari fokus klinis berbasis layanan menuju paradigma manajemen penyakit berbasis perilaku dan self-care sebagai determinan utama luaran kesehatan. Dalam kerangka ini, efikasi diri dan stres menjadi dua konstruk psikologis yang semakin dianggap strategis karena beroperasi sebagai penggerak internal sekaligus penghambat perilaku, terutama pada pasien DMT2 yang menghadapi tuntutan perawatan

jangka panjang dengan beban emosional tinggi. Literatur mutakhir juga menegaskan bahwa keberhasilan manajemen perawatan diri tidak hanya ditentukan oleh akses layanan dan edukasi, melainkan oleh kapasitas psikologis pasien untuk mempertahankan konsistensi perilaku dalam kondisi tekanan dan ketidakpastian, sehingga hubungan antara efikasi diri, stres, dan manajemen perawatan diri muncul sebagai agenda penelitian yang semakin relevan untuk konteks pelayanan primer, termasuk di Indonesia (Kandira & Suarya, 2025; Natasha et al., 2023).

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan bahwa efikasi diri secara konsisten berkorelasi dengan kualitas perilaku self-care, baik melalui mekanisme keyakinan terhadap kemampuan mengelola regimen perawatan maupun melalui penguatan motivasi untuk bertahan dalam perubahan gaya hidup yang sulit. Bukti empiris di tingkat layanan primer memperlihatkan bahwa pasien dengan efikasi diri lebih tinggi cenderung memiliki kepatuhan lebih baik dan lebih mampu mengintegrasikan perilaku perawatan diri dalam rutinitas harian, sedangkan efikasi diri yang rendah sering terkait dengan ketidakmampuan mempertahankan diet, pengobatan, dan aktivitas fisik secara stabil (Adinata et al., 2022; Listiana & Colin, 2025). Secara paralel, literatur juga menempatkan dukungan sosial dan keluarga sebagai faktor yang mempengaruhi efikasi diri sekaligus mengkondisikan keberhasilan self-management, sehingga efikasi diri tidak dapat dipandang sebagai atribut individual murni, melainkan sebagai konstruk yang terbentuk dalam jaringan relasi sosial pasien (Nurhayati et al., 2022; Novitasari et al., 2025). Dalam perspektif yang lebih luas, temuan-temuan ini mengarah pada pemahaman bahwa efikasi diri berperan sebagai mediator psikologis yang menjembatani intervensi edukasi, dukungan sosial, dan perilaku manajemen diri, meskipun arah dan kekuatan pengaruhnya dapat bervariasi menurut konteks layanan dan karakteristik pasien (Akoit et al., 2025; Mutiara et al., 2023).

Meskipun demikian, literatur yang ada masih menunjukkan keterbatasan yang signifikan ketika menempatkan efikasi diri sebagai penjelas tunggal manajemen perawatan diri, karena faktor psikologis lain—khususnya stres—sering kali muncul sebagai pengganggu yang mereduksi konsistensi perilaku bahkan pada pasien yang memiliki pengetahuan memadai. Studi tentang mekanisme coping menegaskan bahwa stres yang tidak terkelola dapat menurunkan kualitas hidup dan melemahkan kemampuan pasien untuk memelihara perilaku perawatan diri, sehingga hubungan efikasi diri-self-care tidak selalu linear dan dapat dipengaruhi oleh beban emosional yang dialami pasien (Natasha et al., 2023; Hikmah & Yuwono, 2025). Di sisi lain, beberapa penelitian masih cenderung memusatkan perhatian pada luaran seperti kualitas hidup atau kepatuhan, tanpa secara tajam menguji interaksi antara efikasi diri dan stres dalam menjelaskan manajemen perawatan diri sebagai konstruk perilaku yang lebih komprehensif (Adinata et al., 2022; Hikmah & Yuwono, 2025). Keterbatasan lainnya tampak pada dominasi pendekatan yang mengabaikan faktor klinis-kognitif, padahal kemampuan kognitif lansia, misalnya, terbukti berhubungan dengan kepatuhan manajemen diri, yang secara teoritis dapat memperlemah efek efikasi diri maupun memperberat stres akibat kesulitan menjalankan regimen (Lestari, 2022).

Celah konseptual yang paling tajam terletak pada kurangnya penelitian yang memposisikan stres bukan sekadar konsekuensi psikologis penyakit, melainkan sebagai variabel yang secara aktif memengaruhi kapasitas self-regulation dan pada akhirnya menentukan kualitas manajemen perawatan diri. Beberapa studi memang menyuguhkan bahwa pasien dapat mengalami hambatan emosional, tetapi tidak banyak yang menguji hubungan stres sebagai determinan yang berdampingan dengan efikasi diri dalam satu model analitik, sehingga pemahaman ilmiah tentang bagaimana kedua variabel ini berinteraksi untuk menjelaskan variasi manajemen perawatan diri masih terbatas. Ketidakselarasan temuan juga muncul ketika efikasi diri diperlakukan sebagai konstruk statis, padahal bukti menunjukkan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh durasi menderita DMT2 dan dinamika pengalaman penyakit, yang mengindikasikan bahwa pasien dengan durasi penyakit tertentu dapat memiliki profil efikasi diri berbeda dan, pada gilirannya, profil stres yang berbeda pula (Fajriansi & Yusnaeni, 2025). Lebih jauh, literatur intervensi berbasis efikasi diri menunjukkan potensi peningkatan perilaku pencegahan komplikasi dan kualitas hidup, tetapi belum cukup menjelaskan apakah efek tersebut tetap kuat ketika pasien berada dalam kondisi stres tinggi yang berkelanjutan, terutama pada setting puskesmas dengan keterbatasan dukungan psikososial terstruktur (Akoit et al., 2025; Mutiara et al., 2023).

Kekosongan pengetahuan ini memiliki urgensi ilmiah dan praktis karena manajemen perawatan diri pada DMT2 merupakan fondasi utama pencegahan komplikasi, sementara kegagalan self-care sering berakar pada faktor psikologis yang tidak terdeteksi dalam layanan rutin. Temuan bahwa

dukungan keluarga dan dukungan sosial berhubungan dengan self-management dan efikasi diri menunjukkan adanya ruang intervensi yang besar, namun intervensi yang tidak mempertimbangkan stres berisiko menghasilkan perubahan perilaku yang tidak berkelanjutan, terutama ketika pasien menghadapi beban ekonomi, kekhawatiran komplikasi, atau kelelahan menjalani perawatan jangka panjang (Nurhayati et al., 2022; Novitasari et al., 2025). Perspektif ini sejalan dengan argumen bahwa edukasi yang efektif tidak cukup hanya meningkatkan pengetahuan, melainkan harus memperkuat efikasi diri sekaligus menurunkan stres agar pasien mampu mempertahankan self-care sebagai kebiasaan, bukan sekadar respons sementara terhadap anjuran tenaga kesehatan (Akoit et al., 2025; Mutiara et al., 2023). Secara klinis, puskesmas sebagai garda terdepan pengelolaan penyakit tidak menular membutuhkan bukti kontekstual yang mampu menjelaskan faktor psikologis utama yang paling menentukan kualitas manajemen perawatan diri, sehingga program pengendalian DMT2 dapat dirancang lebih presisi.

Penelitian ini menempatkan diri dalam lanskap keilmuan yang memandang manajemen perawatan diri sebagai luaran perilaku kompleks yang dibentuk oleh keyakinan kompetensi personal dan kondisi psikologis, dengan fokus menguji hubungan efikasi diri dan tingkat stres secara simultan pada pasien DMT2 di setting pelayanan primer. Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Guntur 1 pada 29 April 2025, tercatat 172 pasien DMT2 aktif menjalani pengobatan, dan wawancara awal pada 10 pasien menunjukkan bahwa 6 pasien mengalami stres dalam menjalani perawatan serta beberapa pasien mengaku kurang percaya diri dalam mengelola pola makan, minum obat, dan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan efikasi diri dan tingkat stres dengan manajemen perawatan diri pada pasien DMT2 di Puskesmas Guntur 1, dengan kontribusi teoretis berupa penguatan pemahaman mengenai peran konstruk psikologis ganda (efikasi diri dan stres) sebagai determinan perilaku self-care, serta kontribusi metodologis berupa pemetaan empiris berbasis konteks layanan primer yang dapat menjadi dasar pengembangan intervensi edukasi dan dukungan psikososial yang lebih terarah.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan data empiris dengan pendekatan kuantitatif dan desain cross-sectional, yang dilaksanakan di Puskesmas Guntur 1 pada periode 16 September–14 Oktober 2025. Populasi penelitian adalah seluruh pasien diabetes mellitus tipe 2 yang terdaftar dan aktif mengikuti program Prolanis, dengan teknik pengambilan sampel total sampling sehingga diperoleh 120 responden. Kriteria inklusi meliputi pasien terdiagnosis DM tipe 2, terdaftar sebagai pasien aktif di Puskesmas Guntur 1, bersedia menjadi responden, serta mampu berkomunikasi dan mengisi kuesioner secara mandiri atau dengan pendampingan terbatas; sementara kriteria eksklusi mencakup pasien dengan kondisi akut yang menghambat partisipasi, gangguan kognitif berat, gangguan psikiatri yang tidak terkontrol, atau ketidaklengkapan pengisian kuesioner. Prosedur pengumpulan data dilakukan melalui pembagian kuesioner terstruktur secara langsung kepada responden pada saat kunjungan layanan, setelah peneliti menjelaskan tujuan penelitian dan memberikan lembar persetujuan, dengan memastikan kerahasiaan identitas serta kenyamanan responden selama proses pengisian.

Instrumen penelitian meliputi Diabetes Management Self-Efficacy Scale (DMSES) untuk mengukur efikasi diri, Perceived Stress Scale (PSS-10) untuk mengukur tingkat stres, dan Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ) untuk menilai manajemen perawatan diri, dengan seluruh instrumen dinyatakan valid dan reliabel berdasarkan uji terdahulu. Analisis data dilakukan melalui analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi variabel, kemudian analisis bivariat menggunakan uji korelasi Gamma untuk menilai hubungan antara efikasi diri dan manajemen perawatan diri, serta antara tingkat stres dan manajemen perawatan diri, dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik, serta hasil disajikan dalam bentuk ukuran korelasi (r) dan nilai signifikansi. Penelitian ini dilaksanakan dengan mematuhi prinsip etika penelitian kesehatan, meliputi informed consent, anonimitas, kerahasiaan data, hak menolak atau menghentikan partisipasi kapan pun tanpa konsekuensi layanan, serta persetujuan etik dari komite etik penelitian kesehatan yang berwenang sebelum pengumpulan data dimulai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden dan Gambaran Klinis-Psikososial Pasien DM Tipe 2

Distribusi umur dan lama menderita DMT2 pada penelitian ini menegaskan bahwa responden berada pada fase kehidupan yang secara biologis dan sosial rentan terhadap penurunan kapasitas adaptasi terhadap penyakit kronis, terutama ketika tuntutan self-care harus dipertahankan dalam jangka panjang. Rata-rata umur 53,93 tahun menunjukkan bahwa mayoritas pasien berada pada rentang dewasa akhir yang sering kali disertai perubahan fungsi fisik, peran keluarga, serta dinamika pekerjaan yang dapat memengaruhi konsistensi perilaku perawatan diri. Lama menderita rata-rata 8,12 tahun menandakan bahwa responden tidak berada pada fase awal diagnosis, sehingga pengalaman penyakit telah membentuk pola keyakinan, persepsi risiko, serta kebiasaan pengelolaan penyakit. Pada fase ini, tantangan utama biasanya bergeser dari sekadar memahami informasi medis menuju mempertahankan ketekunan perilaku, yang secara teoritis menuntut efikasi diri tinggi dan kontrol stres yang stabil. Pola tersebut selaras dengan argumentasi bahwa durasi penyakit menjadi variabel yang secara tidak langsung dapat memengaruhi efikasi diri melalui akumulasi pengalaman keberhasilan maupun kegagalan dalam menjalankan regimen terapi (Fajriansi & Yusnaeni, 2025; Zainal & arna Arbar, 2023).

Secara statistik, variasi umur responden yang berkisar antara 45 hingga 64 tahun menunjukkan adanya heterogenitas kebutuhan dan hambatan self-care, karena pasien pada usia lebih tua berpotensi menghadapi keterbatasan kognitif, sedangkan pasien yang lebih muda lebih sering menghadapi tekanan produktivitas dan peran ekonomi. Dalam literatur, aspek kognitif sering diposisikan sebagai prasyarat tidak langsung bagi kepatuhan manajemen diri, sebab proses pengambilan keputusan terkait diet, obat, dan aktivitas fisik memerlukan pemahaman instruksi dan kemampuan monitoring diri. Temuan Lestari (2022) memperlihatkan bahwa skor MMSE memiliki hubungan dengan kepatuhan manajemen diri pada lansia diabetes, yang mengindikasikan bahwa pada populasi dewasa akhir, kognisi dapat menjadi faktor yang memperkuat atau melemahkan efek efikasi diri terhadap perilaku. Konsekuensinya, pada desain cross-sectional seperti penelitian ini, hubungan efikasi diri dan stres terhadap manajemen perawatan diri harus dibaca dalam konteks umur dan potensi penurunan fungsi, bukan semata-mata sebagai hubungan psikologis yang berdiri sendiri. Perspektif ini memperkuat kebutuhan analisis yang menempatkan karakteristik responden sebagai konteks interpretasi, bukan sekadar deskripsi demografis.

Pada dimensi klinis, lama menderita yang mencapai maksimum 15 tahun memberi sinyal bahwa sebagian responden telah berada pada fase penyakit yang berpotensi mengalami komplikasi mikro maupun makrovaskular, meskipun variabel komplikasi tidak diukur dalam penelitian ini. Durasi penyakit yang panjang sering berkorelasi dengan akumulasi beban perawatan, meningkatnya kelelahan menjalani terapi, dan munculnya diabetes distress yang dapat memicu stres psikologis serta menurunkan motivasi perawatan diri. Bukti empiris menunjukkan bahwa distress terkait diabetes memiliki hubungan dengan efikasi diri, karena tekanan emosional dapat menggerus keyakinan pasien dalam mengelola penyakit secara efektif. Prasetya et al. (2024) menegaskan adanya hubungan efikasi diri dengan diabetes distress pada pasien DMT2, yang secara konseptual menjelaskan mengapa pasien yang telah lama sakit dapat mengalami fluktuasi efikasi diri meskipun telah mendapatkan informasi medis berulang. Pola ini mengarah pada asumsi bahwa stres dalam penelitian ini bukan sekadar respons sementara, melainkan berpotensi menjadi fenomena kronis yang menempel pada perjalanan penyakit.

Dalam penelitian ini, gambaran kuantitatif mengenai umur dan lama menderita menjadi penting karena kedua variabel tersebut membentuk latar yang menentukan intensitas tuntutan perawatan diri yang dialami pasien. Jika pasien berada pada usia dewasa akhir dengan durasi penyakit yang panjang, maka perilaku perawatan diri tidak lagi sekadar soal kepatuhan, melainkan kemampuan mempertahankan self-regulation secara berkelanjutan di bawah tekanan fisiologis dan emosional. Literatur review mengenai lama menderita dan kualitas hidup juga menekankan bahwa semakin panjang durasi penyakit, semakin besar potensi penurunan kualitas hidup yang pada gilirannya dapat memengaruhi motivasi dan kemampuan pasien dalam menjalankan self-care (Zainal & arna Arbar, 2023). Hal ini memberi dasar bahwa hasil penelitian yang menunjukkan dominasi manajemen perawatan diri kategori kurang tidak dapat dilepaskan dari karakteristik responden yang relatif lama hidup dengan penyakit. Dalam konteks pelayanan primer, kondisi ini menjadi indikator bahwa strategi intervensi tidak cukup berbasis edukasi sesaat, melainkan memerlukan pendekatan psikososial yang berulang dan adaptif. Artinya, karakteristik responden pada penelitian ini bukan hanya data latar, melainkan petunjuk struktural mengenai tingkat kesulitan implementasi self-care.

Berikut adalah ringkasan hasil univariat umur dan lama menderita yang menjadi dasar interpretasi klinis pada bagian ini, yang juga menunjukkan rentang variasi yang cukup luas di antara responden.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur dan Lama Menderita (n = 120)

Variabel	Mean ± SD	Median	Min	Max	CI 95% Lower	CI 95% Upper
Umur (tahun)	53,93 ± 5,252	54,00	45	64	52,98	54,87
Lama menderita (tahun)	8,12 ± 4,279	8,00	1	15	7,34	8,89

Sumber: Data primer penelitian, 2025.

Secara analitik, data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa responden cenderung berada pada kelompok usia yang secara teoritis membutuhkan dukungan sistemik lebih kuat untuk mempertahankan perilaku perawatan diri, terutama ketika terdapat kemungkinan penurunan stamina, daya tahan, dan fungsi kognitif. Pada saat yang sama, lama menderita rata-rata lebih dari delapan tahun memperlihatkan bahwa responden telah lama berada dalam siklus pengelolaan penyakit, yang sering kali menimbulkan kejemuhan dan menurunkan kepuasan terhadap regimen. Dalam kerangka teori sosial-kognitif, efikasi diri dibentuk melalui pengalaman keberhasilan dan dukungan sosial, namun pengalaman kegagalan yang berulang pada pasien kronis juga dapat menurunkan keyakinan diri dan memperkuat stres. Temuan ini relevan dengan argumen bahwa efikasi diri bukan sekadar konstruk psikologis internal, melainkan hasil interaksi antara pengalaman klinis dan konteks sosial pasien (Kandira & Suarya, 2025; Widiantingtyas et al., 2020). Dengan demikian, pembacaan data umur dan durasi penyakit memberi fondasi untuk memahami mengapa variabel psikologis menjadi determinan penting dalam penelitian ini.

Konteks pelayanan Prolanis yang menjadi basis populasi penelitian juga memiliki implikasi terhadap interpretasi hasil, karena partisipasi dalam program kronis biasanya memberikan akses pada edukasi rutin dan pemantauan berkala. Secara teoritis, program seperti Prolanis dapat meningkatkan efikasi diri melalui peningkatan pengetahuan, pengalaman terstruktur, dan dukungan tenaga kesehatan, sehingga diharapkan mendorong self-care yang lebih baik. Widiantingtyas et al. (2020) menunjukkan bahwa keikutsertaan Prolanis berhubungan dengan tingkat efikasi diri pasien DMT2, yang menyiratkan bahwa layanan primer memiliki kapasitas untuk membangun keyakinan diri pasien secara sistematis. Namun, temuan penelitian ini yang menunjukkan dominasi efikasi diri kategori kurang mengindikasikan bahwa akses program saja tidak otomatis menghasilkan internalisasi kemampuan self-management. Artinya, terdapat kemungkinan bahwa kualitas edukasi, frekuensi pendampingan, atau faktor stres yang tidak terkelola menghambat transformasi pengetahuan menjadi perilaku. Dalam perspektif praktik keperawatan, hal ini menegaskan pentingnya mengintegrasikan asesmen psikologis sebagai bagian dari layanan kronis.

Gambaran demografis pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah perempuan, dengan dominasi pendidikan dasar dan pekerjaan sebagai petani atau wiraswasta, yang secara sosiologis dapat memengaruhi dinamika stres dan efikasi diri. Dalam konteks pekerjaan sektor informal seperti pertanian, jam kerja tidak teratur dan beban fisik dapat mengurangi kesempatan untuk melakukan pemantauan glukosa, pengaturan diet, atau aktivitas fisik terencana. Pada sisi lain, keterbatasan pendidikan dapat memengaruhi literasi kesehatan, sehingga pasien mungkin memahami anjuran secara parsial, yang kemudian menurunkan keyakinan diri saat gagal menerapkan instruksi. Literatur menekankan bahwa dukungan keluarga dan dukungan sosial berperan dalam memperkuat efikasi diri pasien, terutama ketika pasien memiliki keterbatasan pendidikan dan akses informasi (Prasetyaningsih et al., 2022; Wijaya et al., 2024). Konsekuensinya, karakteristik demografis tidak hanya berfungsi sebagai latar, tetapi juga menjadi variabel struktural yang memperbesar risiko efikasi diri rendah dan stres tinggi. Hal ini menguatkan argumentasi bahwa manajemen perawatan diri merupakan hasil interaksi multidimensi, bukan sekadar keputusan individu.

Dalam penelitian ini, lebih dari separuh responden melaporkan pernah menerima edukasi tentang diabetes, namun proporsi manajemen perawatan diri yang kurang tetap dominan, yang mengindikasikan adanya kesenjangan antara paparan informasi dan implementasi perilaku. Pada level teori perilaku kesehatan, edukasi merupakan faktor enabling, sedangkan efikasi diri merupakan faktor motivational yang menentukan apakah informasi akan diterjemahkan menjadi tindakan. Akoit et al. (2025) menunjukkan bahwa edukasi berbasis self-efficacy dan self-reliance dapat memengaruhi perilaku pencegahan komplikasi dan kualitas hidup, yang menegaskan bahwa konten edukasi perlu dirancang untuk membangun keyakinan dan kemandirian, bukan hanya menyampaikan pengetahuan. Mutiara et al. (2023) juga menegaskan bahwa peran perawat sebagai edukator memiliki hubungan dengan perawatan diri pasien DMT2, sehingga kualitas interaksi edukatif menjadi faktor penting dalam layanan primer. Artinya, dominasi manajemen perawatan diri kategori kurang pada penelitian ini dapat dibaca sebagai sinyal bahwa edukasi yang diterima pasien belum cukup menguatkan aspek psikologis yang menopang self-care. Pola ini relevan dengan temuan bahwa efikasi diri pasien sering kali dipengaruhi oleh dukungan keluarga dan sosial, sehingga edukasi perlu melibatkan lingkungan pasien secara lebih luas.

Berikut adalah ringkasan karakteristik demografis dan edukasi responden yang memperkuat pembacaan struktural mengenai kondisi psikososial pasien dalam penelitian ini.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan, dan Edukasi Diabetes (n = 120)

Karakteristik	Frekuensi	Percentase (%)
Jenis kelamin		
Perempuan	98	81,7
Laki-laki	22	18,3
Pendidikan		
SD	45	37,5
SMP	45	37,5
SMA	18	15,0
Tidak sekolah	12	10,0
Pekerjaan		
Buruh	5	4,2
Ibu rumah tangga	7	5,8
Pedagang	2	1,7
Petani	55	45,8
Wiraswasta	51	42,5
Edukasi tentang DM		
Tidak	55	45,8
Ya	65	54,2

Sumber: Data primer penelitian, 2025.

Data pada Tabel 2 memperlihatkan bahwa struktur sosial responden didominasi oleh kelompok dengan pendidikan rendah dan pekerjaan sektor informal, yang dalam literatur sering dikaitkan dengan keterbatasan literasi kesehatan, akses informasi, dan ketidakstabilan waktu untuk mempraktikkan perawatan diri. Ketika pasien memiliki pendidikan dasar, proses memahami instruksi diet, jadwal obat, serta interpretasi gejala sering menjadi lebih kompleks, sehingga pasien lebih rentan mengalami ketidakpastian dan stres dalam menjalankan perawatan. Dalam konteks ini, dukungan keluarga menjadi faktor protektif yang dapat memperkuat efikasi diri, sebab keluarga dapat membantu mengingatkan jadwal obat, menyiapkan makanan sesuai rekomendasi, serta menyediakan dukungan emosional. Penelitian Nurhayati et al. (2022) dan Adinata et al. (2022) menunjukkan bahwa dukungan keluarga berkaitan dengan self-management pasien DMT2, sehingga profil responden pada penelitian ini menegaskan kebutuhan intervensi yang tidak hanya individual tetapi juga berbasis keluarga. Implikasi praktisnya adalah bahwa layanan primer perlu memetakan konteks sosial pasien untuk memastikan intervensi efikasi diri tidak terputus dari realitas kehidupan pasien.

Karakteristik responden juga memberi penjelasan mengapa stres dapat muncul sebagai variabel dominan, karena tekanan ekonomi, beban kerja fisik, serta keterbatasan pendidikan dapat memperbesar beban psikologis dalam menjalankan regimen terapi. Dalam kerangka coping, stres muncul ketika tuntutan situasi dinilai melampaui sumber daya individu, sehingga pasien dengan keterbatasan sosial-ekonomi lebih mungkin menilai self-care sebagai beban yang sulit dipenuhi. Natasha et al. (2023) menegaskan bahwa mekanisme coping, efikasi diri, dan kualitas hidup saling berhubungan pada pasien DMT2, yang berarti bahwa stres dan efikasi diri beroperasi dalam satu ekosistem psikologis. Ketika coping tidak adaptif, stres meningkat dan efikasi diri menurun, yang pada akhirnya menurunkan perilaku perawatan diri. Kondisi ini juga dapat memunculkan diabetes distress yang secara spesifik terkait dengan tekanan pengelolaan penyakit, sebagaimana ditunjukkan dalam temuan Prasetya et al. (2024). Dengan demikian, profil demografis pada penelitian ini bukan sekadar karakteristik sampel, tetapi juga indikator struktural yang dapat memperbesar risiko stres dan efikasi diri rendah.

Bukti univariat mengenai distribusi efikasi diri, stres, dan manajemen perawatan diri memperlihatkan pola yang konsisten dengan konteks demografis dan klinis responden, yaitu dominasi kategori kurang pada efikasi diri dan manajemen perawatan diri, serta dominasi stres sedang. Secara teoritis, pola ini menunjukkan adanya masalah pada tingkat self-regulation, sebab manajemen perawatan diri merupakan perilaku kompleks yang memerlukan keyakinan kompetensi, pengendalian emosi, dan dukungan lingkungan. Kandira dan Suarya (2025) menegaskan bahwa efikasi diri berperan dalam manajemen penyakit pada individu DMT2, yang berarti rendahnya efikasi diri pada sampel ini dapat menjelaskan lemahnya implementasi self-care. Hikmah dan Yuwono (2025) serta Rahman et al. (2025) juga menunjukkan bahwa efikasi diri berkaitan dengan kualitas hidup pasien DMT2, sehingga rendahnya efikasi diri pada penelitian ini dapat menjadi indikator risiko penurunan kualitas hidup yang lebih luas. Pada level klinis, dominasi manajemen perawatan diri kategori kurang memberi sinyal bahwa pasien belum mampu menjalankan regimen perawatan secara konsisten, meskipun sebagian telah menerima edukasi.

Berikut adalah distribusi kategori efikasi diri, stres, dan manajemen perawatan diri yang menjadi fokus utama penelitian ini, karena ketiga variabel tersebut menjadi dasar analisis korelasional.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Efikasi Diri, Tingkat Stres, dan Manajemen Perawatan Diri (n = 120)

Variabel	Kategori	Frekuensi	Percentase (%)
Efikasi diri	Baik	10	8,3
	Cukup	37	30,8
	Kurang	73	60,8
Tingkat stres	Ringan	9	7,5
	Sedang	83	69,2
	Berat	28	23,3
Manajemen perawatan diri	Baik	10	8,3
	Cukup	15	12,5
	Kurang	95	79,2

Sumber: Data primer penelitian, 2025.

Distribusi pada Tabel 3 memperlihatkan bahwa lebih dari setengah responden berada pada efikasi diri kategori kurang, yang secara teoretis menunjukkan lemahnya keyakinan pasien dalam menjalankan tugas-tugas spesifik seperti pengaturan diet, kepatuhan obat, dan aktivitas fisik. Temuan ini sejalan dengan argumentasi bahwa efikasi diri merupakan prediktor penting perilaku self-care, karena individu cenderung menghindari tugas yang dianggap sulit dan memilih strategi coping yang lebih pasif ketika keyakinan kompetensi rendah. Listiana dan Colin (2025) menunjukkan adanya hubungan self-efficacy dengan self-care pada pasien DMT2, yang memberi dasar bahwa proporsi efikasi diri rendah pada penelitian ini berpotensi menjelaskan dominasi manajemen perawatan diri kategori kurang. Pada konteks layanan primer, rendahnya efikasi diri juga dapat mencerminkan kurangnya pengalaman keberhasilan pasien dalam mengontrol gula darah, sehingga pasien menilai upaya self-care tidak efektif. Perspektif ini juga relevan dengan temuan Usman (2023) yang mengaitkan efikasi diri dengan kejadian

luka pada pasien DMT2, yang menegaskan bahwa rendahnya efikasi diri bukan hanya isu psikologis, tetapi dapat berkonsekuensi pada luaran klinis yang serius. Dengan demikian, distribusi efikasi diri rendah pada penelitian ini memiliki makna klinis yang kuat.

Pada variabel stres, dominasi kategori sedang menunjukkan bahwa mayoritas pasien berada pada tingkat tekanan psikologis yang cukup untuk mengganggu regulasi emosi dan pengambilan keputusan, tetapi mungkin belum mencapai kondisi disorganisasi total. Dalam kerangka coping dan self-regulation, stres sedang yang berlangsung kronis sering lebih berbahaya dibanding stres berat episodik, karena dapat mengikis motivasi secara perlahan dan mengarah pada perilaku menghindar. Natasha et al. (2023) menegaskan bahwa coping dan efikasi diri berkaitan dengan kualitas hidup, yang berarti stres sedang yang dominan dapat menjadi penjelas mengapa manajemen perawatan diri rendah meskipun sebagian responden telah menerima edukasi. Penelitian Yuliana dan Wantoro (2023) juga menekankan pentingnya peningkatan efikasi diri dalam manajemen emosional pada masyarakat dengan diabetes, yang mengindikasikan bahwa stres perlu dikelola sebagai bagian dari strategi perawatan. Dalam konteks penelitian ini, stres tidak hanya dipandang sebagai variabel psikologis umum, tetapi sebagai indikator beban perawatan yang dapat menghambat implementasi perilaku. Hal ini memperkuat posisi bahwa pengukuran stres melalui PSS-10 relevan untuk menjelaskan variasi manajemen perawatan diri.

Dominasi manajemen perawatan diri kategori kurang pada hampir empat perlama responden menunjukkan bahwa perawatan diri belum menjadi perilaku yang terinternalisasi sebagai kebiasaan stabil, melainkan masih bersifat sporadis dan rentan terhadap gangguan situasional. Dalam literatur keperawatan komunitas, self-care pada DMT2 dipengaruhi oleh kombinasi edukasi, dukungan sosial, efikasi diri, dan kondisi emosional, sehingga rendahnya self-care biasanya menandakan kegagalan pada lebih dari satu komponen sistem. Adinata et al. (2022) menunjukkan hubungan efikasi diri, kepatuhan, dan dukungan keluarga dengan manajemen diri, sehingga dominasi kategori kurang pada penelitian ini dapat menandakan bahwa pasien tidak hanya memiliki efikasi diri rendah, tetapi juga mungkin memiliki dukungan keluarga yang belum optimal, meskipun variabel tersebut tidak diukur. Vitaliati et al. (2023) juga menegaskan hubungan dukungan keluarga dan efikasi diri dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes, yang mengindikasikan bahwa rendahnya self-care berpotensi berdampak pada kualitas hidup pasien di Puskesmas Guntur 1. Secara klinis, hasil ini memperlihatkan bahwa pelayanan primer membutuhkan pendekatan yang lebih terintegrasi, karena edukasi saja tidak cukup untuk meningkatkan manajemen perawatan diri. Dengan demikian, bagian hasil univariat ini memberi fondasi untuk memahami hubungan korelasional pada bagian bivariat.

Temuan univariat juga memperlihatkan adanya kesenjangan yang tajam antara proporsi responden yang pernah menerima edukasi diabetes dan proporsi responden dengan manajemen perawatan diri baik, yang menunjukkan bahwa faktor psikologis berperan sebagai hambatan transformasi informasi menjadi tindakan. Dalam model perilaku kesehatan, pengetahuan merupakan prasyarat, namun efikasi diri menentukan apakah individu mampu melakukan perilaku, sedangkan stres menentukan apakah individu mampu mempertahankan perilaku tersebut dalam kondisi tekanan. Akoit et al. (2025) menegaskan bahwa edukasi berbasis self-efficacy dapat meningkatkan perilaku pencegahan komplikasi, yang berarti bahwa konten edukasi perlu diarahkan pada penguatan keyakinan diri, bukan hanya pengetahuan. Dalam konteks penelitian ini, dominasi efikasi diri kurang mengindikasikan bahwa edukasi yang diterima pasien mungkin lebih bersifat informatif daripada transformatif, sehingga tidak menghasilkan peningkatan kemampuan perilaku. Temuan ini juga selaras dengan argumen bahwa peran perawat sebagai edukator berhubungan dengan perawatan diri pasien, sehingga kualitas komunikasi terapeutik dapat menentukan hasil perilaku (Mutia et al., 2023). Dengan demikian, profil univariat menegaskan pentingnya menguji hubungan efikasi diri dan stres terhadap manajemen perawatan diri, karena keduanya tampak sebagai determinan yang lebih proximal dibanding edukasi.

Secara konseptual, pola univariat pada penelitian ini juga memperlihatkan bahwa efikasi diri rendah dan stres sedang–berat muncul bersamaan pada populasi yang mayoritas memiliki pendidikan rendah dan bekerja di sektor informal, yang menunjukkan adanya potensi hubungan struktural antara kondisi sosial dan beban psikologis. Dalam literatur, dukungan keluarga dan sosial sering berfungsi sebagai buffer terhadap stres sekaligus meningkatkan efikasi diri, sehingga pasien yang memiliki dukungan lemah akan lebih rentan mengalami stres dan efikasi diri rendah. Prasetyaningsih et al. (2022) menunjukkan pengaruh dukungan keluarga terhadap efikasi diri pada penyandang DMT2, sedangkan Novitasari et al. (2025) menunjukkan hubungan dukungan sosial dengan efikasi diri pada pasien DMT2.

Temuan tersebut memberi dasar bahwa rendahnya efikasi diri pada penelitian ini dapat mencerminkan adanya dukungan sosial yang tidak memadai, meskipun variabel dukungan tidak diukur langsung. Wijaya et al. (2024) juga menegaskan hubungan dukungan keluarga dan self-efficacy pada pasien DMT2, yang menguatkan asumsi bahwa lingkungan keluarga menjadi determinan penting dalam membangun keyakinan diri pasien. Implikasi praktisnya adalah bahwa program layanan primer perlu mengintegrasikan keluarga dalam strategi peningkatan self-care.

Pada sisi lain, hasil univariat juga memberi petunjuk bahwa sebagian kecil responden memiliki efikasi diri baik dan manajemen perawatan diri baik, yang menandakan adanya variasi internal dalam populasi yang dapat dijelaskan oleh faktor protektif tertentu. Variasi ini penting karena menunjukkan bahwa dalam konteks sosial-ekonomi yang sama, sebagian pasien mampu membangun self-care yang efektif, yang secara teori dapat terjadi melalui dukungan keluarga kuat, pengalaman keberhasilan klinis, atau interaksi edukatif yang lebih intensif. Studi Sinaga et al. (2022) pada konteks penyakit kronis lain menunjukkan hubungan efikasi diri dengan manajemen perawatan diri, yang memperkuat generalisasi bahwa efikasi diri merupakan determinan perilaku pada kondisi kronis. Artinya, pasien yang memiliki efikasi diri baik dapat mempertahankan manajemen perawatan diri lebih baik meskipun berada pada kondisi yang menuntut. Penelitian ini tidak mengukur faktor-faktor protektif secara langsung, namun keberadaan kelompok kecil dengan hasil baik menunjukkan peluang intervensi yang realistik untuk meningkatkan efikasi diri dan menurunkan stres. Hal ini juga mendukung argumen bahwa perubahan perilaku memungkinkan dicapai melalui intervensi yang tepat.

Jika ditinjau dari perspektif kualitas hidup, rendahnya efikasi diri dan rendahnya manajemen perawatan diri yang dominan pada penelitian ini berpotensi berkonsekuensi pada penurunan kualitas hidup pasien, karena perilaku self-care merupakan mekanisme utama pencegahan komplikasi dan stabilisasi kondisi klinis. Hikmah dan Yuwono (2025) serta Rahman et al. (2025) menunjukkan hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup pasien DMT2, yang menegaskan bahwa efikasi diri bukan hanya prediktor perilaku, tetapi juga berkaitan dengan kesejahteraan subjektif pasien. Vitaliati et al. (2023) juga menegaskan hubungan dukungan keluarga dan efikasi diri dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes, yang mengindikasikan bahwa intervensi berbasis keluarga dapat meningkatkan luaran psikososial. Dalam konteks ini, dominasi stres sedang–berat dapat memperburuk kualitas hidup melalui gangguan tidur, kecemasan, dan penurunan motivasi. Natasha et al. (2023) menekankan bahwa mekanisme coping dan efikasi diri berhubungan dengan kualitas hidup, sehingga stres yang tidak terkelola dapat menghambat coping adaptif dan menurunkan self-care. Konsekuensinya, hasil univariat pada penelitian ini menegaskan urgensi intervensi yang memadukan aspek psikologis dan edukasi.

Secara metodologis, temuan univariat pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa data kategori yang digunakan untuk efikasi diri, stres, dan manajemen perawatan diri memungkinkan analisis korelasional menggunakan uji Gamma, yang tepat untuk data ordinal. Penggunaan Gamma relevan karena variabel dikategorikan menjadi tingkat, sehingga hubungan yang diuji adalah hubungan monotonic antar tingkat kategori. Dalam konteks hasil univariat, dominasi kategori kurang pada efikasi diri dan manajemen perawatan diri memberi dasar bahwa hubungan yang ditemukan pada analisis bivariat tidak terjadi pada distribusi yang seimbang, melainkan pada distribusi yang berat pada kategori tertentu. Hal ini penting karena interpretasi korelasi Gamma harus mempertimbangkan distribusi kategori yang tidak merata, meskipun signifikansi statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna. Dengan kata lain, univariat berfungsi sebagai konteks statistik yang menjelaskan mengapa hubungan antarvariabel dapat muncul kuat, karena sebagian besar responden berada pada level efikasi diri rendah dan self-care rendah. Perspektif ini menjaga konsistensi interpretasi dengan desain cross-sectional yang bersifat snapshot, bukan kausal.

Secara substantif, profil univariat dalam penelitian ini mengarah pada satu premis penting, yaitu bahwa masalah utama pada pasien DMT2 di Puskesmas Guntur 1 bukan hanya keterbatasan informasi, tetapi keterbatasan kapasitas psikologis untuk mengelola penyakit secara mandiri. Temuan ini konsisten dengan argumen bahwa efikasi diri berperan sebagai determinan utama manajemen penyakit kronis, karena pasien harus percaya pada kemampuannya untuk mempertahankan perilaku yang sulit. Kandira dan Suarya (2025) menekankan peran efikasi diri terhadap manajemen penyakit pada individu DMT2, yang memberi dukungan teoritis pada interpretasi penelitian ini. Pada saat yang sama, stres yang dominan pada kategori sedang–berat menunjukkan adanya beban emosional yang perlu dikelola secara klinis, bukan hanya secara informal. Yuliana dan Wantoro (2023) menekankan peningkatan efikasi diri dalam manajemen emosional, yang berarti intervensi psikososial dapat dirancang untuk menurunkan

stres sekaligus meningkatkan keyakinan diri. Keseluruhan profil ini menjadi dasar logis untuk memasuki pembahasan hubungan antarvariabel pada analisis bivariat pada sub-bagian berikutnya.

Hubungan Efikasi Diri dengan Manajemen Perawatan Diri pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2

Temuan bivariat pada penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki hubungan yang bermakna dengan manajemen perawatan diri pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Guntur 1. Nilai korelasi Gamma sebesar 0,576 dengan p-value 0,006 menandakan adanya hubungan positif dengan kekuatan sedang, sehingga peningkatan efikasi diri berkaitan dengan peningkatan kualitas manajemen perawatan diri. Secara konseptual, efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan mengorganisasi dan menjalankan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan kesehatan tertentu, sehingga menjadi determinan penting perilaku self-care pada penyakit kronis. Kondisi ini relevan karena manajemen perawatan diri pada diabetes mellitus tipe 2 memerlukan konsistensi jangka panjang pada diet, aktivitas fisik, kepatuhan obat, pemantauan gejala, serta kontrol risiko komplikasi. Temuan ini memperkuat posisi efikasi diri sebagai faktor psikologis utama yang memediasi transisi dari pengetahuan menuju perilaku kesehatan yang berkelanjutan (Kandira & Suarya, 2025; Listiana & Colin, 2025).

Pola distribusi data juga memperlihatkan bahwa mayoritas responden berada pada efikasi diri kategori kurang dan manajemen perawatan diri kategori kurang, yang menunjukkan bahwa hambatan perilaku pada populasi ini bersifat sistemik dan bukan fenomena minor. Secara klinis, rendahnya efikasi diri dapat menimbulkan persepsi bahwa tuntutan perawatan diri terlalu berat, sehingga pasien cenderung menunda tindakan, mengurangi ketekunan, atau menjalankan perilaku perawatan secara tidak konsisten. Dalam kerangka teori sosial-kognitif, efikasi diri memengaruhi pemilihan tujuan, intensitas usaha, ketahanan menghadapi hambatan, dan kemampuan mempertahankan perilaku ketika terjadi kegagalan. Pada konteks DMT2, individu dengan efikasi diri rendah sering kali menilai fluktuasi gula darah sebagai bukti ketidakmampuan, sehingga muncul siklus psikologis negatif yang memperburuk motivasi self-care. Temuan ini selaras dengan bukti bahwa efikasi diri merupakan prediktor perilaku manajemen diri pada pasien DMT2, terutama pada populasi layanan primer (Adinata et al., 2022; Kandira & Suarya, 2025).

Hubungan yang ditemukan juga dapat dijelaskan melalui mekanisme self-regulation, karena efikasi diri berperan dalam kemampuan menetapkan target perilaku, memonitor kemajuan, serta melakukan koreksi ketika terjadi penyimpangan. Pasien yang yakin terhadap kemampuannya cenderung memandang hambatan sebagai masalah yang dapat dipecahkan, sedangkan pasien yang meragukan kemampuan dirinya cenderung memandang hambatan sebagai alasan untuk berhenti. Pada DMT2, proses pengelolaan penyakit sangat bergantung pada tindakan yang dilakukan berulang setiap hari, sehingga keyakinan kompetensi menjadi komponen psikologis yang menentukan keberlanjutan perilaku. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa efikasi diri berkaitan dengan kepatuhan, dukungan keluarga, serta manajemen diri, yang memperlihatkan bahwa efikasi diri tidak bekerja secara terisolasi melainkan terhubung dengan sistem dukungan pasien (Adinata et al., 2022; Nurhayati et al., 2022). Dengan demikian, hubungan efikasi diri dan manajemen perawatan diri dalam penelitian ini dapat dipahami sebagai indikator bahwa penguatan keyakinan diri merupakan kebutuhan intervensi yang bersifat fundamental.

Pada perspektif keperawatan komunitas, efikasi diri merupakan target intervensi yang realistik karena dapat ditingkatkan melalui pengalaman keberhasilan kecil, modeling, dukungan verbal, dan manajemen kondisi emosional. Temuan ini penting karena sebagian responden dalam penelitian ini sudah pernah mendapatkan edukasi tentang diabetes, tetapi mayoritas tetap berada pada manajemen perawatan diri kategori kurang. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang bersifat informatif belum tentu menghasilkan perubahan perilaku apabila tidak disertai strategi yang meningkatkan efikasi diri. Intervensi edukasi yang menekankan penguatan self-efficacy terbukti meningkatkan perilaku pencegahan komplikasi dan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2, sehingga temuan penelitian ini memiliki konsistensi dengan bukti intervensi tersebut (Akoit et al., 2025). Dalam konteks ini, peran perawat sebagai edukator tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga membangun rasa mampu pasien melalui komunikasi terapeutik yang terstruktur (Mutiara et al., 2023).

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Gamma Hubungan Efikasi Diri dengan Manajemen Perawatan Diri (n = 120)

Efikasi diri	Manajemen diri: Baik	Manajemen diri: Cukup	Manajemen diri: Kurang	Total	r (Gamma)
Baik	10	0	0	10	0,576
Cukup	0	4	33	37	
Kurang	0	11	62	73	
Total	10	15	95	120	

Sumber: Data primer penelitian, 2025.

Data pada Tabel 4 menunjukkan pola kategorikal yang kuat, karena kelompok efikasi diri baik sepenuhnya berada pada manajemen perawatan diri baik, sedangkan kelompok efikasi diri cukup dan kurang didominasi oleh manajemen perawatan diri kategori kurang. Pola tersebut memberi bukti bahwa hubungan yang teridentifikasi bukan hanya hubungan statistik, tetapi juga memperlihatkan konsistensi distribusi yang relevan secara klinis. Secara interpretatif, pasien dengan efikasi diri baik kemungkinan memiliki kemampuan lebih tinggi dalam mempertahankan perilaku diet, aktivitas fisik, kepatuhan minum obat, serta pemantauan kondisi secara rutin. Sebaliknya, dominasi manajemen perawatan diri kategori kurang pada kelompok efikasi diri kurang menunjukkan bahwa rendahnya keyakinan kompetensi berpotensi menjadi hambatan primer yang memotong jalur implementasi self-care. Temuan ini sejalan dengan bukti empiris bahwa efikasi diri berkaitan dengan self-care pada pasien DMT2, sehingga peningkatan efikasi diri dapat diposisikan sebagai indikator keberhasilan program pengelolaan penyakit kronis (Listiana & Colin, 2025; Kandira & Suarya, 2025).

Kekuatan korelasi yang berada pada kategori sedang juga mengindikasikan bahwa efikasi diri bukan satu-satunya faktor yang menentukan manajemen perawatan diri, meskipun perannya tetap signifikan. Dalam konteks perilaku kesehatan, self-care dipengaruhi oleh faktor individu, interpersonal, dan struktural, sehingga efikasi diri berinteraksi dengan dukungan keluarga, dukungan sosial, akses layanan, dan kondisi pekerjaan. Dukungan keluarga telah dilaporkan berpengaruh terhadap efikasi diri pasien DMT2, yang berarti bahwa efikasi diri dapat dipahami sebagai konstruk yang dibentuk oleh kualitas relasi keluarga dan dinamika rumah tangga (Prasetyaningsih et al., 2022; Wijaya et al., 2024). Dukungan sosial juga berkaitan dengan efikasi diri, sehingga individu dengan jejaring sosial yang mendukung lebih mungkin memiliki keyakinan kompetensi lebih tinggi untuk menjalankan regimen perawatan (Novitasari et al., 2025). Dengan demikian, interpretasi hasil penelitian ini mengarah pada pemahaman bahwa efikasi diri merupakan mekanisme psikologis yang memediasi pengaruh sosial terhadap perilaku manajemen diri.

Temuan ini juga dapat dihubungkan dengan konsep diabetes distress, karena distress sering menurunkan efikasi diri melalui peningkatan beban emosional dan persepsi ketidakmampuan. Hubungan efikasi diri dan diabetes distress telah ditunjukkan pada penelitian sebelumnya, sehingga rendahnya efikasi diri pada sampel ini dapat berkaitan dengan tekanan emosional akibat perjalanan penyakit kronis yang panjang. Ketika distress meningkat, pasien cenderung menghindari pemantauan gula darah atau menurunkan intensitas self-care karena aktivitas tersebut memicu kecemasan atau rasa bersalah. Penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan diabetes distress menunjukkan bahwa pasien dengan efikasi diri lebih tinggi cenderung memiliki distress lebih rendah, sehingga keyakinan kompetensi dapat berfungsi sebagai faktor protektif psikologis (Prasetya et al., 2024). Konsekuensinya, intervensi efikasi diri juga perlu memasukkan strategi pengelolaan distress agar efeknya terhadap self-care lebih stabil.

Dalam perspektif luaran klinis, efikasi diri tidak hanya berkaitan dengan perilaku, tetapi juga dapat berhubungan dengan kejadian komplikasi yang dapat dicegah. Penelitian korelasional menunjukkan bahwa efikasi diri berkaitan dengan kejadian luka pada pasien DMT2, sehingga efikasi diri rendah dapat meningkatkan risiko praktik perawatan kaki yang tidak memadai atau keterlambatan deteksi masalah (Usman, 2023). Hal ini penting karena manajemen perawatan diri merupakan jalur utama pencegahan komplikasi mikroangiopati, termasuk ulkus kaki diabetik. Pada konteks pelayanan primer, identifikasi pasien dengan efikasi diri rendah dapat membantu tenaga kesehatan memprioritaskan pendampingan intensif untuk mencegah komplikasi. Selain itu, hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup juga telah ditunjukkan, sehingga efikasi diri berpotensi memengaruhi

kesejahteraan pasien melalui jalur perilaku dan jalur psikologis secara simultan (Hikmah & Yuwono, 2025; Rahman et al., 2025). Dengan demikian, efikasi diri perlu dipahami sebagai variabel yang memiliki dampak multidimensi pada pasien DMT2.

Temuan ini juga relevan untuk menjelaskan mengapa keikutsertaan dalam program pengelolaan penyakit kronis tidak selalu menghasilkan efikasi diri yang optimal pada sebagian pasien. Keikutsertaan Prolanis berhubungan dengan efikasi diri, namun efektivitasnya dapat dipengaruhi oleh kualitas implementasi program, intensitas edukasi, dan konsistensi pendampingan tenaga kesehatan. Penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan keikutsertaan Prolanis dengan tingkat efikasi diri, sehingga program kronis pada dasarnya memiliki potensi besar sebagai platform peningkatan keyakinan pasien (Widianingtyas et al., 2020). Akan tetapi, dominasi efikasi diri kategori kurang pada penelitian ini mengindikasikan bahwa paparan program belum cukup membentuk internalisasi kompetensi pada mayoritas responden. Dalam konteks ini, edukasi berbasis self-efficacy lebih tepat dibanding edukasi konvensional, karena menekankan pembentukan pengalaman keberhasilan, latihan keterampilan, dan strategi coping yang terukur (Akoit et al., 2025). Oleh sebab itu, temuan penelitian ini memberi dasar empiris untuk evaluasi kualitas pendekatan edukasi dan pendampingan pada layanan primer.

Hasil penelitian ini juga dapat dipahami melalui konteks durasi menderita diabetes mellitus tipe 2 yang relatif panjang pada responden, karena durasi penyakit dapat memengaruhi efikasi diri melalui pengalaman klinis yang berulang. Hubungan durasi menderita diabetes dengan self-efficacy telah ditunjukkan, sehingga pasien dengan perjalanan penyakit lebih panjang dapat mengalami fluktuasi efikasi diri akibat pengalaman kegagalan, komplikasi, atau kelelahan menjalani terapi. Kondisi tersebut dapat mengarah pada penurunan ketekunan perilaku, meskipun pasien telah memiliki pengetahuan yang memadai. Temuan ini konsisten dengan bukti bahwa lama menderita diabetes berkaitan dengan self-efficacy pada pasien DMT2, yang menegaskan bahwa efikasi diri merupakan konstruk dinamis yang dipengaruhi perjalanan penyakit (Fajriansi & Yusnaeni, 2025). Literatur juga menunjukkan bahwa lama menderita berkaitan dengan kualitas hidup, sehingga durasi penyakit dapat menjadi konteks yang memperkuat dampak psikologis pada perilaku (Zainal & arna Arbar, 2023). Dengan demikian, hasil korelasi pada penelitian ini perlu dibaca dalam kerangka perjalanan penyakit yang panjang dan beban adaptasi jangka panjang.

Pada aspek kualitas hidup, efikasi diri merupakan variabel yang sering diidentifikasi sebagai prediktor kesejahteraan subjektif pasien, karena keyakinan kompetensi berkaitan dengan persepsi kontrol terhadap penyakit. Hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup telah ditemukan pada berbagai penelitian, sehingga pasien yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung melaporkan kualitas hidup yang lebih baik. Mekanisme ini dapat terjadi karena pasien lebih mampu mengendalikan gejala, mengurangi ketidakpastian, dan mempertahankan rutinitas kesehatan yang stabil. Penelitian Hikmah dan Yuwono (2025) serta Rahman et al. (2025) menunjukkan bahwa efikasi diri berhubungan dengan kualitas hidup pasien DMT2, yang memperkuat relevansi temuan penelitian ini dalam konteks outcome yang lebih luas. Selain itu, mekanisme coping juga berkaitan dengan efikasi diri dan kualitas hidup, sehingga efikasi diri berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang memperkuat coping adaptif (Natashia et al., 2023). Oleh karena itu, peningkatan efikasi diri dalam praktik keperawatan dapat diposisikan sebagai strategi promotif dan preventif sekaligus.

Temuan korelasional pada penelitian ini tetap perlu dibaca secara hati-hati karena desain cross-sectional tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausal. Efikasi diri dapat meningkatkan manajemen perawatan diri, namun manajemen perawatan diri yang baik juga dapat meningkatkan efikasi diri melalui pengalaman keberhasilan dan umpan balik positif. Dalam teori efikasi diri, mastery experience merupakan sumber utama pembentukan efikasi diri, sehingga keberhasilan perilaku self-care dapat memperkuat keyakinan diri dan membentuk siklus adaptif. Dengan demikian, hubungan yang ditemukan dapat bersifat dua arah, dan penelitian longitudinal diperlukan untuk menilai arah pengaruh secara lebih akurat. Meski demikian, temuan ini tetap penting karena menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan indikator psikologis yang berkaitan signifikan dengan perilaku perawatan diri, sehingga layak menjadi target intervensi di layanan primer (Adinata et al., 2022; Listiana & Colin, 2025). Pada praktik klinis, hasil ini mengarahkan tenaga kesehatan untuk tidak hanya menilai pengetahuan pasien, tetapi juga menilai keyakinan pasien terhadap kemampuan mengelola penyakit.

Hubungan Tingkat Stres dengan Manajemen Perawatan Diri pada Pasien DM Tipe 2

Hasil uji Gamma menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan kuat antara tingkat stres dan manajemen perawatan diri dengan nilai Gamma 0,725 dan $p = 0,001$, sehingga stres dapat dipandang sebagai determinan psikologis utama yang memengaruhi perilaku self-care. Walaupun tabel menunjukkan arah hubungan positif pada nilai Gamma, interpretasi substantif yang relevan secara klinis adalah bahwa semakin berat stres yang dialami pasien, semakin rendah kemampuan mereka mempertahankan manajemen perawatan diri, karena stres menurunkan kontrol diri, meningkatkan impulsivitas, dan memperburuk regulasi emosi. Pada pasien DM tipe 2, stres juga berpotensi meningkatkan perilaku tidak sehat seperti pola makan emosional, mengabaikan jadwal obat, dan mengurangi aktivitas fisik, sehingga stres memiliki jalur langsung dan tidak langsung terhadap outcome klinis. Literatur keperawatan menegaskan bahwa mekanisme coping, efikasi diri, dan kualitas hidup saling berkaitan, sehingga stres yang tinggi sering disertai coping yang kurang adaptif dan penurunan efikasi diri (Natashia et al., 2023). Temuan penelitian ini menempatkan stres sebagai variabel yang tidak bisa diperlakukan sebagai faktor sekunder, karena kekuatan korelasi yang tinggi menunjukkan stres sebagai hambatan utama dalam implementasi self-care pada populasi layanan primer.

Tabel 5. Hasil Uji Korelasi Gamma Hubungan Tingkat Stres dengan Manajemen Perawatan Diri (n = 120)

Tingkat stres	Manajemen diri: Baik	Manajemen diri: Cukup	Manajemen diri: Kurang	Total	r (Gamma)
Ringan	9	0	0	9	0,725
Sedang	1	12	70	83	
Berat	0	3	25	28	
Total	10	15	95	120	

Sumber: Data primer penelitian, 2025.

Pola distribusi pada Tabel 5 menunjukkan bahwa seluruh responden dengan stres ringan berada pada kategori manajemen diri baik, sementara kelompok stres sedang dan berat terkonsentrasi pada manajemen diri kurang. Struktur ini menunjukkan adanya gradien psikologis yang lebih tajam dibandingkan hubungan efikasi diri, karena pergeseran tingkat stres tampak langsung berasosiasi dengan penurunan kemampuan perawatan diri. Secara klinis, stres pada pasien DM tipe 2 dapat dipahami sebagai respons terhadap tuntutan penyakit, kecemasan komplikasi, tekanan ekonomi, dan ketidakpastian keberhasilan terapi, sehingga stres menjadi faktor yang memengaruhi perilaku harian pasien. Studi mengenai distress diabetes juga menegaskan bahwa distress merupakan bentuk stres spesifik yang memengaruhi motivasi dan efikasi diri, sehingga pasien dengan distress tinggi cenderung memiliki perilaku self-management yang lebih buruk (Prasetya et al., 2024). Temuan ini juga relevan dengan literatur yang menekankan bahwa peningkatan efikasi diri dalam manajemen emosional dapat menjadi strategi untuk menurunkan stres dan meningkatkan kapasitas adaptif pasien (Yuliana & Wantoro, 2023). Dengan demikian, hubungan stres dengan manajemen perawatan diri dalam penelitian ini memperlihatkan bahwa pendekatan edukasi saja tidak cukup tanpa integrasi strategi coping dan intervensi psikologis sederhana di layanan primer.

Secara teoritis, stres dapat menurunkan manajemen perawatan diri melalui mekanisme kognitif, afektif, dan perilaku, sehingga pasien tidak hanya kehilangan motivasi, tetapi juga kehilangan kapasitas perencanaan dan kontrol diri. Ketika stres meningkat, pasien lebih mungkin mengalami kelelahan keputusan (decision fatigue), yang membuat mereka memilih perilaku instan seperti makan tidak terkontrol atau menunda aktivitas fisik. Pada konteks responden yang mayoritas berpendidikan rendah dan bekerja sebagai petani atau wiraswasta, stres juga dapat bersumber dari tekanan ekonomi, sehingga kebutuhan hidup harian bersaing dengan kebutuhan perawatan diri. Literatur menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien DM tipe 2 dipengaruhi oleh efikasi diri dan faktor psikososial, sehingga stres yang tinggi dapat menurunkan kualitas hidup sekaligus menurunkan kepatuhan perawatan (Hikmah & Yuwono, 2025; Rahman et al., 2025). Kondisi ini dapat memperbesar risiko komplikasi, termasuk luka diabetes, karena pasien dengan stres tinggi dan efikasi diri rendah lebih mungkin mengabaikan perawatan kaki dan kontrol rutin (Usman, 2023). Temuan ini memperjelas bahwa intervensi untuk pasien DM tipe 2 harus mengintegrasikan komponen pengelolaan stres, bukan hanya edukasi perilaku.

Implikasi praktis dari temuan ini adalah perlunya penguatan peran tenaga kesehatan dalam layanan primer sebagai fasilitator perubahan perilaku yang memperhitungkan faktor psikologis. Peran perawat sebagai edukator terbukti berkaitan dengan peningkatan perawatan diri pasien DM tipe 2, sehingga intervensi yang dirancang untuk menurunkan stres dan meningkatkan efikasi diri dapat diintegrasikan dalam edukasi rutin Prolanis (Mutiara et al., 2023). Keikutsertaan dalam Prolanis juga berkaitan dengan efikasi diri yang lebih baik, sehingga program ini dapat menjadi media untuk memperkuat coping pasien terhadap stres perawatan kronis (Widianingtyas et al., 2020). Dukungan keluarga dan dukungan sosial perlu dilibatkan karena keduanya terbukti berhubungan dengan efikasi diri, sehingga dapat membantu pasien mengurangi stres melalui dukungan emosional dan instrumental (Novitasari et al., 2025; Vitaliati et al., 2023). Penelitian ini menguatkan pandangan bahwa manajemen perawatan diri merupakan hasil interaksi kompleks antara keyakinan diri dan tekanan psikologis, sehingga intervensi tunggal yang hanya fokus pada pengetahuan tidak cukup. Secara akademik, hasil ini memperkaya literatur nasional tentang DM tipe 2 dengan menegaskan bahwa stres memiliki korelasi yang lebih kuat dibandingkan efikasi diri, sehingga stres perlu ditempatkan sebagai target utama dalam desain intervensi berbasis komunitas.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri dan tingkat stres memiliki keterkaitan yang bermakna terhadap manajemen perawatan diri pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Efikasi diri yang lebih baik berhubungan dengan peningkatan kemampuan pasien dalam menjalankan pengelolaan penyakit, termasuk pengaturan pola makan, kepatuhan minum obat, aktivitas fisik, serta pemantauan kondisi kesehatan secara mandiri. Sebaliknya, tingkat stres yang tinggi terbukti berhubungan kuat dengan rendahnya manajemen perawatan diri, yang dapat berdampak pada ketidakstabilan perilaku perawatan dan menurunkan konsistensi pasien dalam menjalankan rekomendasi terapi. Temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan manajemen perawatan diri tidak hanya dipengaruhi oleh faktor klinis, tetapi juga sangat dipengaruhi aspek psikologis yang melekat pada individu. Oleh karena itu, upaya pelayanan kesehatan, khususnya intervensi keperawatan di fasilitas layanan primer, perlu diarahkan pada penguatan efikasi diri serta pengelolaan stres secara terstruktur agar pasien lebih mampu mempertahankan perilaku perawatan diri secara optimal dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinata, A. A., Minarti, M., & Kastubi, K. (2022). Hubungan Efikasi Diri, Kepatuhan Dan Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Diri Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sht*, 17(1), 6-15. <Https://Doi.Org/10.30643/Jiksht.V17i1.160>
- Akoit, E. E., Effendi, F., & Dewi, Y. S. (2025). Pengaruh Edukasi Berbasis Self-Efficacy Dan Self-Reliance Terhadap Perilaku Pencegahan Komplikasi Dan Kualitas Hidup Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Keperawatan*, 14(1), 9-20. <Https://Doi.Org/10.47560/Kep.V14i1.687>
- Fajriansi, A., & Yusnaeni, Y. (2025). Hubungan Durasi Menderita Diabetas Mellitus Dengan Self-Efficacy Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar. *Jukej: Jurnal Kesehatan Jompa*, 4(1), 550-556. <Https://Doi.Org/10.57218/Jkj.Vol4.Iss1.1819>
- Hikmah, N., & Yuwono, P. (2025). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rs Pku Muhammadiyah Gombong. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 21(1), 6-18. <Https://Doi.Org/10.26753/Jikk.V21i1.1449>
- Kandira, A. D., & Suarya, L. M. K. S. (2025). Peran Efikasi Diri Terhadap Manajemen Penyakit Pada Individu Dengan Diabetes Mellitus Tipe 2. *Ethics And Law Journal: Business And Notary*, 3(4). <Https://Doi.Org/10.61292/Eljbn.282>
- Lestari, D. H. (2022). Hubungan Skor Mini Mental State Exam Dengan Kepatuhan Manajemen Diri Lansia Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 10(2), 117-122. <Https://Doi.Org/10.54004/Jikis.V10i2.98>
- Listiana, D., & Colin, V. (2025). Hubungan Self-Efficacy Dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 8(1), 432-443. <Http://Dx.Doi.Org/10.30633/Jsm.V8i1.3318>
- Mutiara, I., Hutapea, S. O., Chalid, R. M., Harefa, L., & Nababan, T. (2023). Hubungan Peran Perawat Sebagai Edukator Dengan Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rs Vita

- Insani Pematang Siantar Tahun 2022. *Abdi Cendekia: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 101-107. <Https://Doi.Org/10.61253/Abdicendekia.V2i1.92>
- Natashia, D., Wanandi, E. W., Fitria, D., & Irawati, D. (2023). Mekanisme Koping, Efikasi Diri Dan Kualitas Hidup Di Antara Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii: Coping Mechanisms, Self-Efficacy And Quality Of Life Among Patients With Type Ii Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal Of Nursing)*, 9(3), 633-643. <Https://Doi.Org/10.33023/Jikep.V9i5.1786>
- Novitasari, M., Manangkot, M. V., Karin, P. A. E. S., & Kamayani, M. O. A. (2025). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Efikasi Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas 2 Denpasar Barat. *Community Of Publishing In Nursing*, 13(4), 383-392. <Https://Doi.Org/10.24843/Coping.2025.V13.I04.P01>
- Nurhayati, C., Veronika, F., Ambarsari, N., Rustini, S. A., & Farida, I. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Self Management Pada Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sht*, 17(1), 38-43. <Https://Doi.Org/10.30643/Jiksht.V17i1.163>
- Prasetya, I. K. W. Y., Manangkot, M. V., & Swedarma, K. E. (2024). Hubungan Efikasi Diri Dengan Diabetes Distress Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Ii Denpasar Barat. *Community Of Publishing In Nursing*, 12(6), 694-702. <Https://Doi.Org/10.24843/Coping.2024.V12.I06.P10>
- Prasetyaningsih, R. A., Hartono, R., & Himawan, F. (2022). Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Efikasi Diri Pada Penyandang Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Srondol Banyumanik Kota Semarang. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 2(1), 25-32. <Https://Doi.Org/10.31983/Juk.V2i1.8760>
- Rahman, Z., Juniwati, A. R., Putri, M. E., & Widiasuti, L. (2025). Hubungan Self Efficacy Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal Of Nursing Sciences)*, 14(1), 66-76. <Https://Doi.Org/10.35328/Keperawatan.V14i1.2910>
- Sinaga, C. Y., Sudirman, S., & Prihandana, S. (2022). Hubungan Efikasi Diri Dengan Manajemen Perawatan Diri Pada Lansia Hipertensi Di Puskesmas Sayung 1 Demak. *Juru Rawat. Jurnal Update Keperawatan*, 2(1), 1-6. <Https://Doi.Org/10.31983/Juk.V2i1.8809>
- Usman, U. (2023). Efikasi Diri Dengan Kejadian Luka Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2: Studi Korelasi. *Masker Medika*, 11(1), 101-107. <Https://Doi.Org/10.52523/Maskermedika.V11i1.523>
- Vitaliati, T., Maurida, N., & Silvanasari, I. A. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dan Efikasi Diri Dengan Kualitas Hidup Lansia Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sht*, 18(1), 30-36. <Https://Doi.Org/10.30643/Jiksht.V18i1.232>
- Widianingtyas, A., Purbowati, M. R., & Dewantoro, L. (2020). *Hubungan Keikutsertaan Prolanis (Program Pengelolaan Penyakit Kronis) Dengan Tingkat Efikasi Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas I Kembaran*. 1(2), 33-39. <Https://Doi.Org/10.24853/Mujg.1.2.33-39>
- Wijaya, C. S., Wijayanti, A. C., & Maulita, N. R. (2024). Family Support And Self Efficacy Of Type 2 Diabetes Patients At Puskesmas Sangkrah: Dukungan Keluarga Dan Self Efficacy Penderita Dm Tipe 2 Di Puskesmas Sangkrah. *Radiant: Journal Of Applied, Social, And Education Studies*, 5(3), 213-225. <Https://Doi.Org/10.52187/Rdt.V5i3.288>
- Yuliana, Y., & Wantoro, G. (2023). Peningkatan Efikasi Diri Dalam Management Emosional Untuk Masyarakat Dengan Diabetes Mellitus. In *Prosiding Seminar Kesehatan Nasional* (Vol. 2, No. 1, Pp. 158-162). <Https://Doi.Org/10.36565/Prosiding.V2i1.198>
- Zainal, S., & Arna Arbar, E. (2023). Literature Review Lama Menderita Diabetes Melitus Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jimpk: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(4), 10-18. <Https://Doi.Org/10.35892/Jimpk.V3i4.912>