

Hubungan *Self Efficacy* Dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di RSUD Dr. Rasidin Padang 2025

Taufiq Anugrah¹

¹Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi, Universitas Alifah Padang, Padang, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Februari 19, 2026

Revised Februari 20, 2026

Accepted Februari 25, 2026

Kata Kunci;

Diabetes Melitus Tipe 2,
Kepatuhan Diet,
Self Efficacy

Keywords:

Dietary Adherence ,
Self Efficacy,
Type 2 diabetes mellitus

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 adalah penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat di Indonesia. Salah satu cara untuk mengelola penyakit ini adalah dengan mematuhi pola makan yang sesuai anjuran. Namun, kepatuhan terhadap diet sering dipengaruhi oleh keyakinan diri disebut dengan *self efficacy*, yaitu kemampuan individu dalam mengelola penyakit. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe II di RSUD Dr. Rasidin Padang tahun 2025. Jenis penelitian *kuantitatif* pendekatan analitik dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Juni – Agustus 2024. Pengumpulan data tanggal 26 Agustus s/d 30 Agustus 2024. Populasi penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024 berjumlah 1557 orang dengan sampel 43 orang. Teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Penelitian menggunakan kuesioner dengan cara wawancara. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik Chi-Square. Hasil penelitian dari 43 responden hampir dari separoh (48,8%) pasien diabetes melitus tipe 2 memiliki tidak patuh melaksanakan diet diabetes melitus. Lebih dari separoh (53,5%) pasien diabetes melitus tipe 2 memiliki *self efficacy* kurang baik. Ada hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Dr. Rasidin Padang 2025 ($p\text{ value}=0,000$). Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2. Saran kepada tenaga kesehatan untuk meningkatkan *self efficacy* pasien melalui edukasi dan dukungan, sehingga dapat meningkatkan kepatuhan diet dan mencegah komplikasi diabetes melitus.

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a chronic disease with increasing prevalence in Indonesia. One way to manage this disease is to adhere to a recommended diet. However, adherence to diet is often influenced by self-confidence, called self efficacy, namely the individual's ability to manage disease. This study aims to examine the relationship between self-efficacy and dietary compliance in type II diabetes mellitus sufferers at Dr. RSUD. Rasidin Padang in 2024. Type of quantitative research analytic approach with cross sectional design. This research will be carried out in June - August 2024. Data collection on August 26 to August 30, 2024. The population of this study were all patients with type 2 diabetes mellitus at RSUD dr. Rasidin Padang in 2024, totaling 1557 people with a sample of 43 people. Accidental sampling technique. The study used a questionnaire by interview. Data were analyzed univariately and bivariately using the Chi-Square statistical test. The results of the study, involving 43 respondents, revealed that nearly half (48.8%) of type 2 diabetes mellitus patients were non-adherent to their diabetes diet. More than half (53.5%) of type 2 diabetes mellitus patients demonstrated

low self-efficacy. A significant relationship was found between self-efficacy and dietary adherence in type 2 diabetes mellitus patients at RSUD Dr. Rasidin Padang in 2024 ($p\text{-value}=0.000$). Based on the study results, it can be concluded that there is a relationship between self-efficacy and dietary adherence in type 2 diabetes mellitus patients. It is recommended that healthcare providers improve patients' self-efficacy through education and support to enhance dietary adherence and prevent diabetes mellitus complications.

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



Corresponding Author:

Taufiq Anugrah
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi, Universitas Alifah Padang,
Padang, Indonesia
Email: fiqtaufiqanugrah30@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Diabetes melitus tipe 2 merupakan diabetes yang paling sering terjadi yaitu sekitar 90-95% dan ADA menyebutnya juga sebagai diabetes onset dewasa. DM tipe 2 berkaitan dengan usia dan gaya hidup. Umumnya DM tipe 2 terjadi pada usia menengah atau lanjut (>40 tahun). Penderita DM tipe 2 biasanya pada awalnya memiliki pankreas yang mampu memproduksi insulin hanya saja sel tubuh kurang sensitive terhadap insulin tersebut. DM tipe 2 bisa cepat terjadi jika penderita tidak mengatur pola makan, aktivitas, dan berat badan [1].

Penyandang DM tipe 2 pada umumnya sudah mengetahui anjuran pola makan dan perilaku hidup sehat, namun tidak menuruti anjuran tersebut karena menganggap makanan diet DM cenderung tidak enak, sehingga memakan makanan sesuai keinginan. Pengetahuan dan efikasi diri (*self efficacy*) tentang DM merupakan sarana penting untuk membantu pengobatannya, sehingga pengetahuan dan *self efficacy* yang lebih baik tentang DM dapat berdampak pada pengelolaan perilaku makannya [2].

Diabetes Melitus sebagai permasalahan global terus meningkat prevalensinya dari tahun ke tahun baik di dunia maupun di Indonesia. Berdasarkan data International Diabetes Federation (IDF) prevalensi DM global pada tahun 2019 diperkirakan 9,3% (463 juta orang), naik menjadi 10,2% (578 juta) pada tahun 2030 dan 10,9% (700 juta) pada tahun 2045 (IDF, 2019). Pada tahun 2015, Indonesia menempati peringkat 7 sebagai negara dengan penyandang DM terbanyak di dunia, dan diperkirakan akan naik peringkat 6 pada tahun 2040 [3].

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menyebutkan bahwa persentase kematian akibat penyakit tidak menular sebesar 63% dibandingkan dengan penyakit menular. Trend kematian akibat PTM di Indonesia meningkat dari 37% di tahun 1990 menjadi 57% di tahun 2018. Penyakit tidak menular menyumbang 38 juta (68%) dari total 56 juta kematian di dunia antara lain penyakit kardiovaskular (46,2%), kanker (21,7%), penyakit pernafasan termasuk asma dan penyakit paru obstruktif kronis (10,7%) dan diabetes (4%).

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat dalam Kemenkes (2021), jumlah kasus Diabetes Melitus di Sumatera Barat dari tahun ke tahun juga mengalami peningkatan. Pada tahun 2013 berjumlah 24.432 jiwa lalu mengalami peningkatan pada tahun 2021 yang berjumlah 44.280 kasus, dengan kasus tertinggi berada di Padang dengan 12.231 kasus. Penderita DM yang sudah menjalankan program diet ternyata belum mampu mengendalikan glukosa darah dengan baik yang dapat dilihat dari kadar glukosa darah harian yang tetap tinggi. Diet Diabetes Melitus adalah usaha untuk mengendalikan

kadar gula darah yang melalui pemilihan dan waktu menyantap makanan.

Penelitian ini membahas tentang pengelolaan diabetes melitus yaitu kejenuhan pasien dalam mengikuti diet. Rekomendasi diet Diabetes Melitus yaitu dengan makan teratur, kurangi asupan gula, lemak dan alkohol, menghindari makanan tertentu, meningkatkan asupan serat, kurangi berat badan dan lebih banyak mengonsumsi makanan sehat [4].

Pelaksanaan manajemen diri pasien DM dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah *self efficacy*. *Self efficacy* adalah penilaian diri, apakah dapat melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang dipersyaratkan. *Self efficacy* memberikan landasan untuk keefektifan *self management* pada Diabetes Melitus karena berfokus pada perubahan perilaku [5].

DM tipe 2 merupakan jenis DM yang paling sering dari pada jenis DM lain, Orang yang terdiagnosis DM 2 mengalami keadaan resisten insulin yang dominan dengan defisiensi insulin relatif. Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 dapat mempengaruhi seluruh aspek kehidupan penderitanya dan penderita diabetes mellitus tipe 2 memiliki peningkatan risiko terjadinya komplikasi dan dapat mengancam jiwa apabila tidak segera di tangani dan dilakukan pengontrolan tepat. Risiko DM yang tertinggi pada penduduk Indonesia disebabkan oleh diet yang tidak seimbang yaitu mengonsumsi makanan atau minuman manis lebih dari satu kali perhari (53,1%), mengonsumsi makanan atau minuman asin lebih dari satu kali perhari (26,2%), mengonsumsi makanan atau minuman berlemak lebih dari satu kali perhari (40,7%) [6].

Tingginya jumlah penderita DM tipe 2 yang terus meningkat dan risiko terjadinya komplikasi meliputi makrovaskuler, mikrovaskuler dan diabetik retinopati, nephropathy, ulkus kaki diabetes, neuropathy atau kerusakan saraf. Terdapat 4 pilar pengendalian kadar gula darah dapat dilakukan melalui edukasi dilakukan untuk menambah pengetahuan, kepatuhan diet diabetes sudah menjadi kewajiban bagi anda untuk mengontrol setiap asupan makanan yang akan konsumsi, aktifitas fisik dalam olahraga yang teratur menjadikan tubuh bereaksi lebih sensitif peka terhadap insulin, dan akan membuat kadar gula darah menjadi terlalu rendah dan keteraturan minum obat dilakukan untuk mengatasi kekurangan produksi insulin serta menurunkan resistensi insulin [3].

Cara untuk mengurangi resiko terjadinya komplikasi dan kekambuhan dari DM adalah dengan cara penerapan kepatuhan diet DM. penderita harus memperhatikan kepatuhan terhadap diet DM, karena salah satu faktor untuk menstabilkan kadar gula dalam darah menjadi normal dan mencegah terjadinya komplikasi adalah dengan cara mematuhi diet [7].

Melakukan diet yang merupakan pengaturan pola makan yang tepat ditentukan dari 3J yaitu jadwal makan, jumlah makan, dan jenis makan. Dalam menjalankan terapi tersebut penderita diabetes melitus harus memiliki sikap yang positif Apabila penderita diabetes melitus memiliki sikap yang positif, maka dapat mendukung terhadap kepatuhan diet diabetes melitus itu sendiri [8].

Diet tepat jumlah, jadwal dan jenis yang dimaksud adalah jumlah kalori yang diberikan harus habis, jangan dikurangi atau ditambah sesuai dengan kebutuhan jadwal diet harus sesuai dengan dengan intervalnya yang dibagi menjadi 6 waktu makan, yaitu 3 kali makanan utama dan 3 kali makanan selingan, jenis makanan yang manis harus dihindari karena dapat meningkatkan jumlah kadar gula darah. Melalui cara demikian diharapkan insiden diabetes melitus dapat ditekan serendah mungkin [9]

Ketidakpatuhan diabetes mellitus terhadap diet dapat berdampak negatif terhadap kesehatannya. Jika makanan yang dikonsumsi tidak dikontrol, komplikasi-komplikasi diabetes melitus yang timbul misalnya pada mata, jantung, saraf dan dapat terjadi komplikasi yang akut seperti hipoglikemi dan ketoasidosis Diabetikum (KAD) dimana jika tidak segera ditangani komplikasi tersebut dapat membahayakan klien [10].

Diabetes bukan suatu penyakit yang ringan karena setiap tahun ada 3,2 juta kematian yang disebabkan langsung oleh Diabetes Melitus. Salah satu penyebab kematian diabetes melitus ini

dikarenakan belum mematuhi diet diabetes (60%). Tidak mengurangi konsumsi makanan yang manis meskipun telah menggunakan gula pengganti, jarang mengkonsumsi buah, tidak berolahraga dan tidak mengontrol berat badan {11}

Faktor yang mempengaruhi kepatuhan termasuk kepatuhan dalam melaksanakan program diet yaitu pemahaman tentang intruksi, kualitas interaksi, serta keyakinan, sikap dan kepribadian pasien [12]. Saat menjalankan diet diabetes dibutuhkan suatu keyakinan diri (*self efficacy*) dari seseorang untuk menjalankannya, jika pasien memiliki keyakinan bahwa dengan melakukan pengelolaan DM tipe 2 maka akan mampu mengontrol kondisi tetap stabil, dan merasa memiliki kemampuan untuk mengikuti program diet Diabetes Mellitus .

Peran perawat sangat penting dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien salah satunya adalah sebagai konselor untuk meningkatkan *self efficacy*. Peran perawat dalam hal ini sangat berpengaruh untuk mengubah perilaku pasien dengan meningkatkan keyakinan diri (*self efficacy*) untuk mematuhi diet yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan.

Berdasarkan data laporan tahun 2024 di Rumah sakit RSUD dr. Rasidin Padang di dapatkan bahwa penyumbang penyakit terbanyak adalah Diabetes sebanyak 1557 orang (RSUD dr. Rasidin Padang, 2024). Rumah sakit RSUD dr. Rasidin Padang dengan jumlah pasien DM tipe 2 sebanyak 519 pasien berdasarkan rekap data rekam medis yang didapat peneliti maka dari April hingga Juni 2024.

Survey awal peneliti pada tanggal 14 Juni 2024 melalui wawancara langsung dengan 10 orang pasien yang berusia antara 35 – 65 tahun DM tipe 2 di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2024 diperoleh hasil bahwa sebanyak 6 orang masih ada penderita Diabetes Melitus yang mengkonsumsi makanan pantangannya seperti sering melakukan makan lebih tiga kali setiap harinya, setiap hari mengkonsumsi makanan berlemak, tidak pernah makan makanan yang sesuai anjuran dokter atau tenaga kesehatan dan selalu mengatakan berat untuk mengikuti jadwal aturan makan atau diet yang dianjurkan.

2. METODE

Jenis desain yang digunakan dalam penelitian ini *cross-sectional* yaitu dimana peneliti menetapkan tujuan penelitian, mengidentifikasi populasi, memilih sampel, dan menghubungi responden untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan, semua dilakukan pada titik waktu tertentu.

2.1 Populasi dan Sampel

2.1.1 Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh penderita diabetes melitus tipe 2 yang datang berkunjung ke di RSUD dr. Rasidin Padang pada tahun 2024 berjumlah 1557 orang.

2.1.2 Sampel

Sampel adalah individu, objek, atau benda lainnya yang dipilih menggunakan rencana sampling atau menggunakan metode samplin.. Besar sampel dihitung dengan menggunakan rumus:

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

Jadi jumlah sampel yang diambil (Setiadi, 2017):

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

$$n = \frac{1557}{1 + 1557(0,15^2)}$$

$$n = \frac{1557}{1 + 1557(0,0225)}$$

$$n = \frac{1557}{1 + 35,03}$$

$$n = \frac{1557}{36,03}$$

$$n = 43,21$$

$$n = 43$$

Jadi sampel pada penelitian ini berjumlah 43 orang.

2.2 Teknik Pengambilan Sampel

Menurut Sugiyono teknik *accidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui cocok dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti.

Penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* untuk meneliti hubungan antara *self-efficacy* dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Dr. Rasidin Kota Padang Tahun 2024. Teknik ini dipilih karena sifatnya yang praktis dan efisien dalam mengumpulkan data dari populasi yang besar, seperti pasien diabetes melitus tipe 2.

2.3 Jenis Penelitian

a. Data Primer

Data primer yang diperoleh sendiri oleh peneliti dari hasil pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan cara wawancara berupa kuesioner kepatuhan diet dan *self efficacy*.

b. Data Sekunder

Data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Padang berupa cakupan penderita diabetes melitus tipe 2 yang terbanyak dan data dari RSUD dr. Rasidin Padang berupa angka kunjungan penderita diabetes melitus pada tahun 2024 sebanyak 1557 orang.

2.4 Teknik Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan setelah data terkumpul, kemudian data di olah dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Penyusunan dan Pemeriksaan Data (*Editing*).

Penelitian ini melakukan pengecekan data yang sudah dikumpulkan untuk melihat dan memastikan data terisi lengkap dan benar.

2. Mengkode Data (*Coding*)

Penelitian ini melakukan pengodean dengan memberi tanda (kode) berupa angka. Untuk variabel kepatuhan diet jika patuh diberi kode 1 dan jika Selalu (SL) diberi kode 4, Sering (SR) diberi kode 3, Jarang (JR) diberi kode 2 dan Tidak Pernah (TP) diberi kode 1 dan untuk variable *self efficacy* jika Tidak Mampu (TM) diberi kode 1, Kadang Mampu (KM) diberi kode 2 dan Mampu (M) diberi kode 3.

3. Memasukkan Data (*Entry*)

Peneliti memasukkan data ke program komputerisasi dan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi proses ini menggunakan proses komputerisasi.

4. Membersihkan Data (*Cleaning*)

Peneliti memeriksa kembali data yang sudah benar-benar bersih dari kesalahan.

2.5 Teknik Analisis Data

2.5.1 Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi baik variabel independen (kepatuhan diet) maupun variabel dependen (*self efficacy*).

2.5.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara dua variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$). Hasil penelitian menunjukkan *p-value* 0,000 ($\leq 0,05$) berarti ada hubungan yang signifikan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Dr. Rasidin Padang 2024.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Analisis Univariat

3.1.1 Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Tipe II

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan 43 responden terlihat bahwa diketahui bahwa hampir separoh (48,8%) responden menyatakan tidak patuh dalam melaksanakan diet diabetes melitus tipe II di RSUD Dr. Rasidin Padang 2024.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jabbar (2024) tentang hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di Lampung Selatan ditemukan hasil kepatuhan diet tidak patuh (63,8%). Penelitian lain dilakukan oleh Udiyani et al (2020) tentang hubungan antara dukungan keluarga dan *self efficacy* dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 ditemukan hasil tidak patuh diet DM (21,2%).

Kepatuhan adalah tingkat perilaku pasien yang tertuju terhadap intruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi apapun yang ditentukan, baik diet, latihan, pengobatan atau menepati janji pertemuan dengan dokter. Diet memiliki makna yang luas bukan hanya sekedar membatasi makanan. Diet yaitu pengaturan jumlah makanan dan waktu makanan untuk berproses. Kepatuhan diet penderita diabetes melitus mempunyai fungsi yang sangat penting yaitu mempertahankan berat badan normal, menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik, menurunkan kadar glukosa darah, memperbaiki profil lipid, meningkatkan sensitivitas reseptor insulin dan memperbaiki sistem koagulasi darah (Supriyadi, 2017).

Analisa peneliti tentang ketidakpatuhan penderita diabetes melitus tipe 2 dalam menjalankan diet terlihat dari hasil penelitian sebanyak 58,1% jarang mengganti gula jagung pada saat ingin mengkonsumsi makanan dan minuman yang manis, 34,9% suka makanan yang asin-asin, 58,1% sibuk dengan urusan sehingga makan tidak tepat waktu, 58,1% tidak mencatat makanan setiap hari dan 44,2% jarang setiap bulan menimbang berat badan.

Asumsi peneliti bahwa ketidakpatuhan responden dalam menjalankan kepatuhan diet disebabkan masih ada responden yang bekerja sebagai wiraswasta (37,2%), pekerjaan dapat mempengaruhi perilaku penderita diabetes melitus dalam melaksanakan diet, dimana informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan tentang diet diabetes melitus tipe 2 tidak diaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Usia juga mempengaruhi kepatuhan terhadap diet, terutama pada orang yang berusia > 60 tahun keatas (51,2%) seiring bertambahnya usia kepatuhan terhadap diet cenderung menurun akibat penurunan fungsi kognitif. Orang tua sering membutuhkan bantuan orang lain untuk memenuhi kebutuhannya. Makanan dan minuman biasanya disediakan oleh keluarga, dan kurangnya perhatian terhadap diet membuat orang tua menerima apa saja makanan yang disediakan.

3.1.2 Self Efficacy

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan 43 responden terlihat bahwa diketahui bahwa lebih dari separoh (53,5%) responden memiliki *self efficacy* cukup di RSUD Dr. Rasidin Padang 2024.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jabbar (2024) tentang hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di Lampung Selatan ditemukan hasil efikasi diri tinggi (45,7%). Penelitian lain dilakukan oleh Udiyani et al (2020) tentang hubungan antara dukungan keluarga dan *self efficacy* dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 ditemukan hasil *self efficacy* tinggi (74,2%).

Self Efficacy adalah persepsi diri sendiri mengenai seberapa bagus diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. Efikasi diri berhubungan dengan keyakinan bahwa diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan (Alwisol, 2018). Efikasi diri membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha untuk maju, serta kegigihan dan ketekunan dalam mempertahankan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka (Ariani, 2016).

Analisa peneliti mengenai *self efficacy* yang kurang baik terlihat dari hasil penelitian menunjukkan bahwa 34,9% tidak mampu dalam memeriksakan darah apabila diperlukan, 34,9% tidak mampu menyesuaikan aturan makan ketika saya berolahraga, 46,5% sangat tidak mampu mengikuti pola makan sehat ketika saya berada di luar rumah, 34,9% sangat tidak mampu memeriksa keadaan kaki saya jika ada luka dan 39,5% sangat tidak mampu menjaga berat badan.

Analisa peneliti *self efficacy* kurang baik pada penderita diabetes melitus tipe II disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya adalah penderita yang bekerja sebagai wiraswasta. Pekerjaan sebagai wiraswasta ini berpengaruh terhadap *self efficacy*, dimana informasi yang diberikan oleh tenaga kesehatan tentang penyakit diabetes melitus tipe II tidak dapat diaplikasikan dengan baik. Selain itu, penderita DM tipe II yang bekerja sebagai wiraswasta cenderung tidak aktif mencari informasi terkait penyakit yang dideritanya.

3.2 Bivariat

3.2.1 Hubungan *Self Efficacy* dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Tipe II

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa proporsi kepatuhan diet yang tidak patuh lebih banyak ditemukan pada responden dengan *self efficacy* yang kurang baik sebanyak 15 responden (88,2%) dibandingkan dengan responden yang memiliki *self efficacy* baik sebanyak 2 responden (66,7%). Hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai *p-value* 0,000 ($p \leq 0,05$) artinya terdapat hubungan yang bermakna *Self Efficacy* dengan Kepatuhan Diet Diabetes Melitus Tipe II di RSUD Dr. Rasidin Padang 2024.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jabbar (2024) tentang hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus di Lampung Selatan ditemukan hasil ada hubungan efikasi diri dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus ($p\text{ value}=0,000$). Penelitian lain yang sejalan dilakukan oleh Udiyani et al (2020) tentang hubungan antara dukungan keluarga dan *self efficacy* dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 ditemukan hasil ada hubungan antara dukungan keluarga dan *self efficacy* dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus tipe 2 ($p\text{ value}=0,001$).

Kepatuhan secara umum didefinisikan sebagai tingkatan perilaku seseorang yang mendapatkan pengobatan, mengikuti diet, dan melaksanakan gaya hidup sesuai dengan rekomendasi pemberi pelayanan kesehatan (Soelistijo dkk., 2015). Individu dengan efikasi diri tinggi akan berusaha lebih keras dan mempunyai daya yang kuat dalam mengerjakan sesuatu dibandingkan dengan individu yang memiliki efikasi diri rendah. Individu dengan efikasi diri yang tinggi akan lebih ulet dan tahan menghadapi situasi sekitarnya. Penderita yang memiliki efikasi diri tinggi cenderung tidak cemas dalam

mengerjakan tugasnya sehingga mampu dalam mengontrol yang ada disekitarnya serta jarang dalam mengalami kesalahan (Brannon & Jeist, 2017). *Self Efficacy* memiliki peran signifikan dalam menjanjani diet pada penderita diabetes melitus, *self efficacy* yang rendah dapat menyebabkan ketidakpatuhan pasien dalam mengikuti terapi diet sehingga dapat meningkatkan risiko komplikasi (Ulum et al., 2015).

Asumsi peneliti adanya hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe II di RSUD Dr. Rasidin Padang. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa kepatuhan diet yang tidak patuh lebih banyak pada *self efficacy* kurang baik (88,2%). Hal ini disebabkan oleh faktor pekerjaan pada penderita diabetes melitus tipe II salah satunya bekerja sebagai wiraswasta yang sering kali menghadapi tantangan dalam menerapkan diet diabetes melitus seperti cenderung tidak pernah mengganti gula jagung saat mengonsumsi makanan dan minuman manis, suka makanan yang asin-asin, sibuk dengan urusan sehingga makan tidak tepat waktu, tidak mencatat makanan setiap hari dan jarang setiap bulan menimbang berat badan.

Selain itu, ditemukan juga *self efficacy* baik namun tidak patuh melaksanakan diet diabetes melitus tipe II (66,7%). Hal ini dikarenakan tidak mampu dalam memeriksakan darah apabila diperlukan, tidak mampu menyesuaikan aturan makan ketika saya berolahraga, sangat tidak mampu mengikuti pola makan sehat ketika saya berada di luar rumah, sangat tidak mampu memeriksa keadaan kaki saya jika ada luka dan sangat tidak mampu menjaga berat badan.

4. KESIMPULAN

Hampir separoh (48,8%) pasien diabetes melitus tipe 2 memiliki tidak patuh melaksanakan diet diabetes melitus di RSUD Dr. Rasidin Padang 2024. Lebih dari separoh (53,5%) pasien diabetes melitus tipe 2 memiliki *self efficacy* kurang baik di RSUD Dr. Rasidin Padang 2024. Terdapat hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan diet penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Dr. Rasidin Padang 2024 (*p value*=0,000).

REFERENSI

- [1] Aji Prihaningtya, R. (2015). *Hidup Manis Dengan Diabetes*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- [2] Astuti, A., Anita Sari, L., & Merdekawati, D. (2022). *Perilaku Diet Pada Diabetes Mellitus Tipe 2*. Yogyakarta: Zahir Publishing.
- [3] PERKENI. (2019). Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia. In *Perkeni*.
- [4] Simbolon, Y. I., Triyanti, T., & Sartika, R. A. D. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 5(3), 110–117.
- [5] Munir, N. W., Munir, N. F., & Syahrul, S. (2019). Self-Efficacy dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(2), 146.
- [6] Iftita Churrosida. (2023). *Hubungan Self Efficacy Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Siwalankerto Surabaya*. 3(2), 6.
- [7] Simatupang, R. (2020). *Pedoman Diet Pada Penderita Diabetes Melitus*. Banten: Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM).
- [8] Sriwahyuni, Mahu, S., & Sjafaraenan. (2021). Self Efficacy dengan Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Dipuskesmas Waihoka Kota Ambon. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 10(2), 282–290.
- [9] Rahmawati, I. (2019). Hubungan Diet dan Olahraga dengan Kestabilan Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus yang Berobat di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr.M. Yunus Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 7(1), 01–08.
- [10] Fauzia, Y., Sari, E., & Artini, B. (2017). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi

- Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Surabaya. *Jurnal Keperawatan Surabaya*, 1-7. IDF, 2020. Eighth edition. In IDF Diabetes Atlas, 9th edition.
- [11] Purnama, A., & Saleh, R. (2019). Perbedaan Pola Diet dan Stres terhadap Hipertensi Di Rumah Sakit PMI Bogor Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 7(04), 313–321.
- [12] Niven, N. (2016). *Psikologi Kesehatan: Pengantar Untuk Perawat & Profesional Kesehatan Lain. Edisi 2*. Jakarta: EGC.