

## Self-efficacy and Determinants of Self-Management Behaviors in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus: A Cross-Sectional Study

### Efikasi Diri dan Determinan Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2: Studi Cross-Sectional

Victor Trismanjaya Hulu<sup>1\*</sup>, Cynthia Theofani Marpaung<sup>1</sup>, Kristina Waty Br Manullang<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Prima Indonesia, Jl. Sampul No. 3-4, Sekip, Kecamatan Medan Petisah, Kota Medan, Sumatera Utara, 20118, Indonesia.

\*Corresponding author email: [victortrismanjayahulu@unprimdn.ac.id](mailto:victortrismanjayahulu@unprimdn.ac.id)

#### Abstract

The ability of patients with type 2 diabetes mellitus (T2DM) to engage in self-care practices, including dietary control, exercise, medication adherence, and foot care, is crucial for diabetes management. This study aims to analyze self-efficacy and the determinants of self-management behaviors in patients with T2DM. A cross-sectional design was used in this study, conducted at UPT Puskesmas Martubung, Medan, from November 2025 to December 2025. The research population consists of all patients with T2DM in 2024, totaling 453 individuals. The research sample comprised 113 individuals obtained using a simple random sampling technique. Data were collected by distributing questionnaires to research subjects, and analyzed using the Chi-Square and Logistic Regression tests. The research results show that the duration of suffering from diabetes mellitus with OR = 5.08 (95% CI: 2.247-11.518), attitude with OR = 3.11 (95% CI: 1.432-6.776), self-motivation with OR = 4.28 (95% CI: 1.917-9.588), self-efficacy with OR = 8.80 (95% CI: 3.719-20.823), and family support with OR = 3.20 (95% CI: 1.453-7.090) are related to the self-management behavior of T2DM. Furthermore, education (elementary/middle school) with OR = 1.05 (95% CI: 0.397- 2.799), secondary education (high school/vocational school) with OR = 0.54 (95% CI: 0.171-1.706), and knowledge with OR = 1.20 (95% CI: 0.565-2.548) are not related to the self-management behavior of T2DM. In conclusion, low self-efficacy, with an AOR of 8.24 (95% CI: 2.811-24.150), is a substantial risk factor for self-management behavior.

**Keywords:** self-management behavior, type 2 diabetes mellitus, self-efficacy, duration of suffering, self-motivation.

#### Abstrak

Kemampuan pasien diabetes melitus (DM) tipe 2 untuk melakukan praktik perawatan diri, termasuk pengendalian pola makan, olahraga, kepatuhan minum obat, dan perawatan kaki, sangat penting untuk pengelolaan diabetes. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efikasi diri, dan determinan perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2. Desain *cross-sectional* digunakan dalam studi ini, dan dilakukan di UPT Puskesmas Martubung, Medan, pada bulan November 2025 – Desember 2025. Populasi penelitian adalah seluruh pasien diabetes melitus (DM) tipe 2 pada tahun 2024 sebanyak 453 orang. Sampel penelitian sebanyak 113 orang yang diperoleh melalui teknik *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan mendistribusikan kuesioner kepada subjek penelitian, dan dianalisis dengan uji *Chi-Square* dan *Regresi Logistik*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lama menderita DM dengan OR = 5,08 (95% CI: 2,247-11,518), sikap dengan OR = 3,11 (95% CI: 1,432-6,776), motivasi diri dengan OR = 4,28 (95% CI: 1,917-9,588), efikasi diri dengan OR = 8,80 (95% CI: 3,719-20,823), dukungan keluarga dengan OR = 3,20 (95% CI: 1,453-7,090) berhubungan dengan perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2. Selanjutnya, pendidikan (SD/SMP) dengan OR = 1,05 (95% CI: 0,397-2,799), pendidikan menengah (SMA/SMK) dengan OR = 0,54 (95% CI: 0,171-1,706), dan pengetahuan dengan OR = 1,20 (95% CI: 0,565-2,548) tidak berhubungan dengan perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2. Kesimpulannya adalah variabel efikasi diri yang rendah, AOR = 8,24; (95% CI: 2,811-24,150) merupakan faktor risiko substansial untuk perilaku pengelolaan diri.

**Kata kunci:** perilaku pengelolaan diri, diabetes melitus tipe 2, efikasi diri, durasi menderita, motivasi diri.

#### Cite this article (APA Style 7):

Hulu, V. T., Marpaung, C. T., & Manullang, K. W. B. (2026). Self-efficacy and Determinants of Self-Management Behaviors in Patients With Type 2 Diabetes Mellitus: A Cross-Sectional Study. *Media Ilmiah Kesehatan Indonesia*, 4(2), 83–91. <https://doi.org/10.58184/miki.v4i2.956>

Submitted: 27 Apr 2026; Received in revised form: 4 May 2026; Accepted: 13 May 2026; Published regularly: 20 May 2026

This is an open access article under [CC-BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Copyright © 2026 The Author(s)

## PENDAHULUAN

Pengelolaan diri yang berpusat pada pasien dalam manajemen diri diabetes merupakan faktor penting dalam meningkatkan hasil kesehatan orang dewasa dengan diabetes mellitus tipe 2 (DM tipe 2), namun bukti pendukungnya masih kurang memadai (Asmat *et al.*, 2022). Manajemen diri DM tipe 2 dapat mengurangi komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup (Okati-Aliabad *et al.*, 2024). Dengan demikian, praktik pengelolaan mandiri DM, sangat penting bagi individu yang ingin meningkatkan kesehatan yang lebih baik (Pan *et al.*, 2023).

Prevalensi DM telah meningkat secara global, dengan DM tipe 2 sebagai jenis DM yang paling sering terjadi (Kumar *et al.*, 2024). Penderita DM meningkat dari 200 juta pada tahun 1990 menjadi 830 juta pada tahun 2022. Lebih dari separuh penderita DM tidak mengonsumsi obat mereka. Negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah memiliki tingkat cakupan pengobatan DM terendah (WHO, 2024). Berdasarkan data *Atlas Diabetes International Diabetes Federation* (IDF) menunjukkan bahwa pada tahun 2011, sebanyak 149,87 ribu warga Indonesia meninggal akibat diabetes pada kelompok usia 20-79 tahun, meningkat menjadi 236,71 ribu pada tahun 2021 (IDF, 2025). Menurut Survei Kesehatan Indonesia 2023, prevalensi DM di Sumatera Utara sebesar 1,4% di seluruh kategori umur dan 1,9% di antara mereka yang berusia  $\geq 15$  tahun (Kemenkes, 2023). Selain itu, berdasarkan data Puskesmas Martubung, terdapat 614 orang yang mengidap DM tipe 2 pada tahun 2023, dan jumlahnya menurun menjadi 453 orang pada tahun 2024 (Puskesmas Martubung, 2025).

Studi sebelumnya mengindikasikan bahwa perilaku pengelolaan diri berkorelasi dengan jenis kelamin, wilayah, tingkat keparahan yang dirasakan, hambatan yang dirasakan, dan manfaat yang dirasakan (Hu *et al.*, 2022). Dukungan sosial yang dirasakan menunjukkan hubungan yang positif dengan perilaku manajemen diri, tetapi pendidikan kesehatan tentang pemeriksaan kaki sendiri dan olahraga menunjukkan hubungan negatif (Alrasasimah & Alsabaani, 2024). Selain itu, Studi lain dengan metode *systematic review* juga mengindikasikan bahwa manajemen perawatan diri bagi orang berpenghasilan rendah dengan DM mencakup hal-hal seperti kurangnya pengetahuan tentang penyakit tersebut, kurangnya aktivitas fisik, kurangnya dukungan sosial, ketidakmampuan untuk mendapatkan layanan, terganggunya kehidupan mereka, penyangkalan bahwa mereka memiliki penyakit, pandangan masyarakat, tanggung jawab, dan biaya pengobatan (Reshma *et al.*, 2021).

Meskipun berbagai studi sebelumnya telah dilakukan terkait perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2, salah satunya adalah bahwa efikasi diri telah ditemukan sebagai faktor terpenting yang memengaruhi bagaimana penderita DM tipe 2 mampu melakukan pengelolaan diri mereka sendiri. Namun, sebagian besar penelitian yang dilakukan sebelumnya hanya mengeksplorasi efikasi diri sebagai prediktor langsung dan tidak mengeksplorasi bagaimana faktor tersebut memengaruhi pasien DM bertindak dalam kehidupan sehari-hari. Kurangnya keyakinan pasien terhadap kemampuan mereka untuk menangani komponen penting perawatan DM, termasuk olahraga, pola makan dan perawatan kaki, menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara pandangan pribadi dan perilaku pengelolaan diri yang optimal. Berdasarkan survei awal yang dilakukan terhadap tujuh pasien DM tipe 2 dengan durasi menderita  $>5$  tahun, ditemukan bahwa sebagian besar responden mengalami kekurangan kepercayaan diri dalam melakukan pengelolaan diri secara optimal. Berdasarkan fenomena tersebut, studi ini dilakukan dengan tujuan untuk menganalisis determinan perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2.

## METODE

Studi ini menggunakan desain *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di UPT Puskesmas Martubung, Kecamatan Medan Labuhan, Kota Medan, pada bulan November 2025 – Desember 2025. Populasi penelitian yaitu pasien DM tipe 2 yang telah didiagnosis oleh dokter berdasarkan data yang tersedia dalam rekam medis Puskesmas Martubung tahun 2024 sebanyak 453 orang. Sampel penelitian terdapat sebanyak 113 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* dengan kriteria inklusi yaitu (1) pasien berusia 40-60 tahun, (2) terdapat data lengkap dalam rekam medis Puskesmas Martubung, dan (3) subjek bersedia menjadi responden selama penelitian. Kemudian, kriteria eksklusi adalah (1) subjek yang tidak dapat diwawancarai karena sedang sakit dan (2) subjek yang tidak bersedia menjadi responden selama penelitian.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2, sedangkan variabel independennya adalah pendidikan, durasi menderita DM, pengetahuan, sikap, motivasi diri, efikasi diri, dukungan keluarga. Variabel usia, jenis kelamin, adalah beberapa karakteristik responden yang diamati. Pengumpulan data dilakukan dengan mendistribusikan kuesioner kepada subjek penelitian. Instrumen penelitian telah melalui tahapan uji validitas dengan ketentuan yaitu ( $r$  hitung  $>$   $r$  tabel;  $r$  tabel = 0,361) dan nilai reliabilitas (*Cronbach alpha*  $>$  0,60). Untuk mengukur pengetahuan, diberikan 10 pernyataan dengan pilihan jawaban benar = 1 dan salah = 0, dengan total skor berkisar 0 hingga 10. Kuesioner sikap terdiri dari 10 pernyataan yang diukur menggunakan skala Likert dengan lima kategori tanggapan, yaitu sangat setuju, setuju, netral, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Untuk mengukur motivasi diri, efikasi diri, dukungan keluarga, dan perilaku pengelolaan diri, masing-masing diberikan 10 pernyataan dengan pilihan jawaban ya = 1 dan tidak = 0, dengan total skor masing-masing berkisar 0 hingga 10. Studi ini telah mendapat persetujuan dari komite etik Universitas Prima Indonesia dengan nomor 001/KEPK/UNPRI/XII/2025.

Proses pengolahan data penelitian dimulai dengan memeriksa data yang diperoleh dari lapangan berupa jawaban responden terhadap kuesioner. Setelah itu, diberikan kode pada kuesioner yang telah diisi, dan data tersebut dipindahkan ke program Microsoft Excel. Data kemudian dipindahkan ke paket program komputer untuk pemeriksaan lebih lanjut guna memastikan tidak ada kesalahan entri. Pada tahap akhir, data disusun sebagai tabel distribusi frekuensi dan tabel silang. Analisis data dimulai dengan menghitung distribusi frekuensi setiap variabel dan kemudian dilanjutkan dengan pengujian hipotesis menggunakan aplikasi STATA-17 dengan uji Chi-Square pada  $\alpha = 0,05$ . Pada tahap akhir, dilakukan analisis multivariat menggunakan uji regresi logistik biner untuk mengidentifikasi variabel dominan yang memengaruhi perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi ini menganalisis faktor determinan yang memengaruhi perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2, dengan jumlah responden sebanyak 113 orang. [Tabel 1](#) menunjukkan bahwa jenis kelamin pasien DM mayoritas perempuan sebanyak 61,9%. Sebanyak 73,5% pasien DM berumur 51-60 tahun. Ditinjau dari pendidikan, sebanyak 54,9% pasien DM berpendidikan SMA/SMK, serta durasi menderita DM  $>$ 5 tahun sebanyak 61,1%. Studi sebelumnya mengindikasikan bahwa jenis kelamin, umur dan pendidikan pasien DM menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap perilaku pengelolaan diri ([Kassie et al., 2024](#)). Selain itu, sebanyak 55,8% pasien DM telah berpengetahuan baik, dan memiliki sikap negatif sebesar 51,3%. Selanjutnya, sebanyak 61,1% pasien DM memiliki motivasi yang rendah, efikasi diri mayoritas rendah sebesar 59,3% dan dukungan

keluarga mayoritas tinggi sebesar 54,9%. Berdasarkan perilaku pengelolaan diri, terdapat sebanyak 57,5% dengan kategori kurang baik.

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik, Lama Menderita DM, Pengetahuan, Sikap, Motivasi Diri, Efikasi Diri, Dukungan Keluarga dan Perilaku Pengelolaan Diri Pasien DM 2

Variabel	Frekuensi (F)	Total (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	43	38,1
Perempuan	70	61,9
<b>Umur</b>		
40-50 tahun	30	26,5
51-60 tahun	83	73,5
<b>Pendidikan</b>		
Rendah (SD/SMP)	22	19,5
Sedang (SMA/SMK)	62	54,9
Tinggi (D-III/S1)	29	25,7
<b>Lama Menderita Diabetes</b>		
>5 Tahun	69	61,1
≤5 Tahun	44	38,9
<b>Pengetahuan</b>		
Kurang Baik	50	44,2
Baik	63	55,8
<b>Sikap</b>		
Negatif	58	51,3
Positif	55	48,7
<b>Motivasi Diri</b>		
Rendah	69	61,1
Tinggi	44	38,9
<b>Efikasi Diri</b>		
Rendah	67	59,3
Tinggi	46	40,7
<b>Dukungan Keluarga</b>		
Rendah	51	45,1
Tinggi	62	54,9
<b>Perilaku Pengelolaan Diri</b>		
Kurang Baik	65	57,5
Baik	48	42,5

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tingkat pendidikan rendah (SD/SMP) (OR = 1,05; 95% CI: 0,397-2,799), pendidikan menengah (SMA/SMK) (OR = 0,54; 95% CI: 0,171-1,706), dan pengetahuan (OR = 1,20; 95% CI: 0,565-2,548) secara statistik tidak berhubungan dengan perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2 (Tabel 2). Namun, studi sebelumnya mengindikasikan bahwa tingkat pendidikan pasien berkorelasi signifikan terhadap perilaku manajemen diri yang dilakukan (Habibi Soola *et al.*, 2022). Studi lain juga mengindikasikan bahwa tingkat pendidikan dasar (AOR = 2,62; 95% CI 1,20-5,70) secara signifikan berhubungan dengan praktik perawatan diri yang tidak optimal (Aschalew *et al.*, 2019). Ditinjau dari pengetahuan, para peserta memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai manajemen pengelolaan diri pasien DM tipe 2. Pengetahuan ini tercermin dari kemampuan mereka dalam mengidentifikasi pola makan yang sesuai, penggunaan obat yang tepat, serta aktivitas fisik yang dianjurkan. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat

pemahaman yang baik dapat memberikan kontribusi terhadap penerapan perilaku perawatan diri yang lebih efektif (Kumar *et al.*, 2024).

Temuan ini juga mengindikasikan bahwa variabel lama menderita DM secara signifikan berhubungan dengan perilaku pengelolaan diri pasien (OR = 5,08; 95% CI: 2,247-11,518). Pasien DM dengan lama menderita DM >5 tahun cenderung 5,08 kali lebih berisiko menunjukkan perilaku pengelolaan diri yang kurang baik dibandingkan dengan pasien dengan lama menderita DM ≤5 tahun. Temuan ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa pasien dengan durasi diabetes <6 tahun (AOR = 41,023; 95% CI = 7,373-228,257, p < 0,001), secara signifikan berhubungan dengan praktik perawatan diri yang tidak optimal (Dedefo *et al.*, 2019). Kurangnya praktik pengelolaan diri pada pasien dengan durasi DM yang lebih singkat mungkin dipengaruhi oleh keterbatasan akses terhadap konseling dan rendahnya frekuensi interaksi dengan tenaga kesehatan, yang berkontribusi pada rendahnya kesadaran akan pentingnya pengelolaan diri (Dedefo *et al.*, 2019). Temuan kami mengindikasikan bahwa salah satu kemungkinan penjelasan untuk rendahnya tingkat perawatan diri pada pasien DM tipe 2 yang telah menderita penyakit ini selama lebih dari lima tahun adalah bahwa mereka lelah dengan rutinitas harian pengobatan, diet, obat-obatan, dan olahraga.

**Tabel 2.** Determinan Perilaku Pengelolaan Diri Pasien DM tipe 2

Variabel	Perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2						P	OR (95%CI)
	Kurang baik		Baik		Total			
	n	%	n	%	n	%		
<b>Pendidikan</b>								
Rendah (SD/SMP)	12	54,5	10	45,5	22	100	0,915	1,05 (0,397-2,799)
Sedang (SMA/SMK)	33	53,2	29	46,8	62	100	0,294	0,54 (0,171-1,706)
Tinggi (D-III/S1)	20	69,0	9	31,0	29	100		Ref
<b>Lama Menderita DM</b>								
>5 Tahun	50	72,5	19	27,5	69	100	<0,001	5,08 (2,247-11,518)
≤5 Tahun	15	34,1	29	65,9	44	100		Ref
<b>Pengetahuan</b>								
Kurang Baik	30	60,0	20	40,0	50	100	0,703	1,20 (0,565-2,548)
Baik	35	55,6	28	44,4	63	100		Ref
<b>Sikap</b>								
Negatif	41	70,7	17	29,3	58	100	0,004	3,11 (1,432-6,775)
Positif	24	43,6	31	56,4	55	100		Ref
<b>Motivasi Diri</b>								
Rendah	49	71,0	20	29,0	69	100	<0,001	4,28 (1,917-9,588)
Tinggi	16	36,4	28	63,6	44	100		Ref
<b>Efikasi Diri</b>								
Rendah	52	77,6	15	22,4	67	100	<0,001	8,80 (3,719-20,823)
Tinggi	13	28,3	33	71,7	46	100		Ref
<b>Dukungan Keluarga</b>								
Rendah	37	72,5	14	27,5	51	100	0,004	3,20 (1,453-7,090)
Tinggi	28	45,2	34	54,8	62	100		Ref

Studi ini juga menunjukkan bahwa sikap pasien DM secara signifikan berhubungan dengan perilaku pengelolaan diri pasien DM (OR = 3,11; 95% CI: 1,432-6,776). Pasien dengan sikap negatif cenderung 3,11 kali lebih berisiko menunjukkan perilaku pengelolaan diri yang kurang baik dibandingkan dengan pasien yang memiliki sikap positif. Temuan ini konsisten dengan studi

sebelumnya yang mengindikasikan bahwa sikap pasien berkontribusi secara signifikan terhadap perawatan diri pasien DM tipe 2 ( $P = <0,001$ ) (Amelia, 2018). Selain itu, temuan kami juga menunjukkan bahwa rendahnya motivasi diri diidentifikasi sebagai variabel yang signifikan untuk perilaku pengelolaan diri pasien DM (OR = 4,28; 95% CI: 1,917-9,588). Pasien DM dengan motivasi diri yang rendah cenderung 4,28 kali lebih berisiko menunjukkan perilaku pengelolaan diri yang kurang baik dibandingkan dengan pasien yang memiliki motivasi diri yang tinggi. Studi sebelumnya mengindikasikan bahwa faktor motivasi terbukti sebagai prediktor utama yang berkontribusi terhadap perilaku perawatan diri pada pasien DM tipe 2 (Amelia, 2018). Motivasi otonom dalam menjalankan perilaku pengelolaan diri terkait diet memberikan kontribusi positif terhadap kualitas hidup secara keseluruhan melalui kompetensi dan implementasi perilaku tersebut, sementara tidak terdapat hubungan dengan kualitas hidup yang terkait langsung dengan diabetes (Morinishi *et al.*, 2025).

Berdasarkan efikasi diri, pasien DM dengan efikasi diri yang rendah cenderung 8,80 kali lebih berisiko menunjukkan perilaku pengelolaan diri yang kurang baik dibandingkan dengan pasien yang memiliki efikasi diri yang tinggi (OR: 8,80; 95% CI: 3,719-20,823). Sebagai konsep psikologis umum, efikasi diri menggambarkan kesan atau keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk melaksanakan tugas-tugas tertentu (Alshaikh *et al.*, 2024). Kemampuan seseorang untuk melakukan suatu tindakan dengan sukses atau keyakinannya bahwa mereka memiliki kendali atas keadaan dikenal sebagai efikasi diri. Kesejahteraan pasien dapat dipengaruhi oleh pendapat mereka tentang kemampuan mereka sendiri untuk mengelola diabetes mereka (Calli & Kartal, 2021).

**Tabel 3.** Analisis Multivariat

Variables	AOR (95% CI)	P-Value
<b>Pendidikan</b>		
Rendah (SD/SMP)	1,59 (0,417-6,084)	0,496
Sedang (SMA/SMK)	1,13 (0,230-5,586)	0,877
Tinggi (D-III/S1)	Ref	
<b>Lama menderita DM</b>		
>5 tahun	4,75 (1,897-8,415)	0,007
≤5 tahun	Ref	
<b>Pengetahuan</b>		
Kurang baik	0,95 (0,471-4,428)	0,998
Baik	Ref	
<b>Sikap</b>		
Kurang baik	2,36 (0,735-7,581)	0,149
Baik	Ref	
<b>Motivasi diri</b>		
Rendah	3,65 (1,426-8,423)	0,008
Tinggi	Ref	
<b>Efikasi diri</b>		
Rendah	8,24 (2,811-24,150)	<0,001
Tinggi	Ref	
<b>Dukungan keluarga</b>		
Rendah	3,30 (0,969-11,238)	0,056
Tinggi	Ref	

Selain itu, pasien dengan dukungan keluarga yang rendah secara signifikan terkait dengan perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2. Pasien DM dengan dukungan keluarga yang rendah

cenderung 3,20 kali lebih berisiko menunjukkan perilaku pengelolaan diri yang kurang baik dibandingkan dengan pasien yang memiliki dukungan keluarga yang tinggi (OR = 3,20; 95% CI: 1,453-7,090). Studi sebelumnya mengindikasikan bahwa dukungan sosial dan keluarga menunjukkan hubungan yang signifikan (AOR = 2,65; 95% CI: 1,4-5,1) terhadap perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2. Pasien DM dengan dukungan sosial yang rendah cenderung 2,65 kali lebih berisiko menunjukkan perilaku pengelolaan diri yang kurang baik dibandingkan dengan pasien yang memperoleh dukungan sosial yang baik (Kassie *et al.*, 2024). Studi lain juga menunjukkan bahwa memiliki dukungan sosial yang kuat (AOR = 0,31; 95% CI 0,15-0,62) secara signifikan berhubungan dengan praktik perawatan diri yang tidak optimal (Aschalew *et al.*, 2019). Sebuah studi *systematic review* mengindikasikan bahwa dukungan keluarga dan sosial memiliki peran penting dalam menciptakan perubahan perilaku yang baik pada pasien diabetes (Hamidi *et al.*, 2022).

Hasil evaluasi regresi logistik biner multivariat (Tabel 3) mengidentifikasi tiga variabel dengan potensi tertinggi untuk memengaruhi perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2, yaitu efikasi diri, lama menderita DM, dan motivasi diri. Temuan ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa pasien dengan durasi diabetes 6-10 tahun (AOR = 0,74, 95% CI: 0,34-1,58), durasi 11-15 tahun (AOR = 0,87; 95% CI: 0,34-2,21), dan durasi >16 tahun (AOR = 0,85; 95% CI = 0,23-3,18) secara signifikan berhubungan dengan pengetahuan tentang praktik perawatan diri (Niguse *et al.*, 2019). Temuan kami menunjukkan bahwa variabel yang paling dominan memengaruhi perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2 adalah variabel efikasi diri. Efikasi diri yang rendah (AOR = 8,24; 95% CI: 2,811-24,150) merupakan faktor risiko substansial untuk perilaku pengelolaan diri. Peluang berperilaku kurang baik dalam pengelolaan diri 8,80 kali lebih besar bagi pasien DM dengan efikasi diri yang rendah dibandingkan dengan rekan mereka dengan efikasi diri yang tinggi. Temuan ini konsisten dengan studi sebelumnya yang mengindikasikan bahwa efikasi diri merupakan faktor penentu utama kesejahteraan pasien DM (OR = 1,07; 95% CI: 1,04-1,09; P = 0,0001). Studi lain juga mengindikasikan bahwa cara terbaik untuk memprediksi seberapa baik kondisi penderita DM tipe 2 adalah dengan melihat tingkat efikasi diri mereka dalam mengelola diabetes mereka (Alshaikh *et al.*, 2024).

## SIMPULAN

Studi ini mengidentifikasi perilaku pengelolaan diri pasien DM tipe 2 dan faktor-faktor yang memengaruhinya. Efikasi diri yang rendah merupakan faktor risiko dominan. Lama menderita >5 tahun, sikap negatif, motivasi diri rendah, dan dukungan keluarga rendah berhubungan signifikan dengan perilaku pengelolaan diri, sedangkan pendidikan dan pengetahuan tidak menunjukkan hubungan signifikan. Penelitian lanjutan fokus untuk mengungkap secara mendalam tentang efikasi diri pasien DM tipe 2 terhadap perilaku pengelolaan diri.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada seluruh pasien DM tipe 2 yang telah bersedia dan berpartisipasi selama proses penelitian, serta kepada pihak Puskesmas Martubung, Medan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.

## PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

Penulis menyatakan bahwa kontribusi setiap penulis terhadap pembuatan karya tulis ini adalah, CTM dan KWBM bertanggung jawab untuk mengumpulkan data di lapangan, dan entri

data awal. Sedangkan VTH berperan dalam penyusunan manuskrip, pengolahan, analisis, dan interpretasi data. Penulis telah melampirkan surat pernyataan deklarasi penulis.

#### PERNYATAAN KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis telah menyatakan bahwa tidak ada konflik kepentingan dengan pihak manapun terkait penerbitan artikel ini.

#### REFERENSI

- Alrasasimah, W. A., & Alsabaani, A. (2024). Predictors of diabetes self-management behaviour among type 2 diabetics in Saudi Arabia: a cross-sectional study. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity*, 2371–2384. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S455193>
- Alshaikh, A. A., Al-Qahtani, F. S., Alqahtani, S. A. M., AlFarhan, A. A., Al Nuwayhidh, A. M., Madkhali, A. M., AlQahtani, R. S., AlAsmari, A. F., Alserhani, A. S., & Alqubaisi, H. A. (2024). Exploring the self-efficacy of patients with diabetes: its role as a predictor of diabetes management and well-being. *Frontiers in Endocrinology*, 15, 1347396. <https://doi.org/10.3389/fendo.2024.1347396>
- Amelia, R. (2018). The model of self care behaviour and the relationship with quality of life, metabolic control and lipid control of type 2 diabetes mellitus patients in Binjai city, Indonesia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 6(9), 1762. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2018.363>
- Aschalew, A. Y., Yitayal, M., Minyihun, A., & Bisetegn, T. A. (2019). Self-care practice and associated factors among patients with diabetes mellitus on follow up at University of Gondar Referral Hospital, Gondar, Northwest Ethiopia. *BMC Research Notes*, 12(1), 591. <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4630-4>
- Asmat, K., Dhamani, K., Gul, R., & Froelicher, E. S. (2022). The effectiveness of patient-centered care vs. usual care in type 2 diabetes self-management: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 10, 994766. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.994766>
- Calli, D., & Kartal, A. (2021). The relationship between self-efficacy of diabetes management and well-being in patients with type 2 diabetes. *Nigerian Journal of Clinical Practice*, 24(3), 393–399. [https://doi.org/10.4103/njcp.njcp\\_280\\_18](https://doi.org/10.4103/njcp.njcp_280_18)
- Dedefo, M. G., Ejeta, B. M., Wakjira, G. B., Mekonen, G. F., & Labata, B. G. (2019). Self-care practices regarding diabetes among diabetic patients in West Ethiopia. *BMC Research Notes*, 12(1), 212. <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4258-4>
- Habibi Soola, A., Davari, M., & Rezakhani Moghaddam, H. (2022). Determining the predictors of self-management behaviors in patients with type 2 diabetes: An application of socio-ecological approach. *Frontiers in Public Health*, 10, 820238. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.820238>
- Hamidi, S., Gholamnezhad, Z., Kasraie, N., & Sahebkar, A. (2022). The effects of self-efficacy and physical activity improving methods on the quality of life in patients with diabetes: A systematic review. *Journal of Diabetes Research*, 2022(1), 2884933. <https://doi.org/10.1155/2022/2884933>
- Hu, Y., Liu, H., Wu, J., & Fang, G. (2022). Factors influencing self-care behaviours of patients with type 2 diabetes in China based on the health belief model: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 12(8), e044369. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-044369>
- Internasional Diabetes Federation. (2025). *IDF Diabetes Atlas, Indonesia Diabetes Report 2000-2045*. <https://diabetesatlas.org/data/en/country/94/id.html>

- Kassie, G. A., Dangisso, M. H., & Tesfaye, D. J. (2024). Self-care practices and its associated factors among adult diabetes mellitus patients in public hospitals of Sidama region, Southern Ethiopia: a cross-sectional study. *The Pan African Medical Journal*, 48, 36. <https://doi.org/10.11604/pamj.2024.48.36.41041>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Laporan Survei Kesehatan Indonesia 2023*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/hasil-ski-2023/>
- Kumar, R., Mohammadnezhad, M., & Khan, S. (2024). Perception of Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) patients on diabetes self-care management in Fiji. *PLoS ONE*, 19(5 May), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0304708>
- Morinishi, K., Nakamura, Y., Fujita, Y., Ogura, M., Tanaka, D., Inagaki, N., & Nin, K. (2025). Relationship Between Autonomous Motivation for Dietary Self-Care Behaviors and Quality of Life in People with Type 2 Diabetes: A Structural Equation Modeling Approach. *Asian Nursing Research*, 19(5), 486–493. <https://doi.org/10.1016/j.anr.2025.08.001>
- Niguse, H., Belay, G., Fisseha, G., Desale, T., & Gebremedhn, G. (2019). Self-care related knowledge, attitude, practice and associated factors among patients with diabetes in Ayder Comprehensive Specialized Hospital, North Ethiopia. *BMC Research Notes*, 12(1), 34. <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4072-z>
- Okati-Aliabad, H., Nazri-Panjaki, A., Mohammadi, M., Nejabat, E., & Ansari-Moghaddam, A. (2024). Determinants of diabetes self-care activities in patients with type 2 diabetes based on self-determination theory. *Acta Diabetologica*, 61(3), 297–307. <https://doi.org/10.1007/s00592-023-02186-w>
- Pan, L., Zhang, X., Wang, S., Zhao, N., Zhao, R., Ding, B., Li, Y., Miao, W., & Fan, H. (2023). Determinants associated with self-management behavior among type 2 diabetes patients in China: a structural equation model based on the theory of planned behavior. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 23(1), 100332. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2022.100332>
- Puskesmas Martubung. (2025). *Data Rekam Medik Puskesmas Martubung*.
- Reshma, P., Rajkumar, E., John, R., & George, A. J. (2021). Factors influencing self-care behavior of socio-economically disadvantaged diabetic patients: A systematic review. *Health Psychology Open*, 8(2), 20551029211041428. <https://doi.org/10.1177/20551029211041427>
- World Health Organization. (2024). *Diabetes*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>