



PENGARUH EDUKASI MANAJEMEN DIRI DIABETES TERHADAP PENGETAHUAN DAN KEYAKINAN DIRI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RUMAH SAKIT MURNI TEGUH MEMORIAL MEDAN

Maria Uli Marselina Saragih¹, Siti Zahara Nasution², Evi Karota Bukit^{3✉}

^{1,2,3} Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Sumatera Utara
siti.zahara@usu.ac.id

Abstrak

Peningkatan jumlah penderita diabetes melitus tipe 2 di Indonesia menimbulkan tantangan dalam pengelolaan penyakit kronik. Edukasi mandiri berbasis Diabetes Self-Management Education (DSME) dipandang efektif dalam meningkatkan kemampuan pasien dalam mengelola penyakitnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh DSME terhadap peningkatan pengetahuan dan self-efficacy pasien diabetes melitus tipe 2. Metode penelitian menggunakan desain quasi eksperimen dengan pendekatan pretest-posttest dan kelompok kontrol. Sebanyak 66 pasien dibagi ke dalam kelompok intervensi dan kontrol. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pengetahuan dan self-efficacy yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Hasil menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan pada nilai pengetahuan dan self-efficacy kelompok intervensi setelah diberikan edukasi DSME, dibandingkan dengan kelompok kontrol. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 65,21 menjadi 85,45, dan self-efficacy dari 60,45 menjadi 88,12. Edukasi DSME terbukti efektif dalam memperkuat pemahaman dan keyakinan pasien dalam pengelolaan diri. Hasil ini mengindikasikan pentingnya integrasi DSME dalam praktik keperawatan untuk pasien dengan penyakit kronis.

Kata Kunci: Diabetes melitus tipe 2, edukasi mandiri, DSME, pengetahuan, self-efficacy.

Abstract

The increasing number of patients with type 2 diabetes mellitus in Indonesia poses challenges in chronic disease management. Diabetes Self-Management Education (DSME) is considered effective in enhancing patients' abilities to manage their conditions. This study aimed to determine the effect of DSME on improving knowledge and self-efficacy among patients with type 2 diabetes mellitus. A quasi-experimental design with a pretest-posttest approach and control group was employed. A total of 66 patients were divided into intervention and control groups. Validated questionnaires were used to assess knowledge and self-efficacy. The results showed a significant improvement in both variables in the intervention group after receiving DSME compared to the control group. The average knowledge score increased from 65.21 to 85.45, and self-efficacy from 60.45 to 88.12. DSME was proven to be effective in strengthening patients' understanding and confidence in self-care. These findings support the integration of DSME into nursing practice for chronic disease management.

Keywords: Type 2 diabetes mellitus, self-education, DSME, knowledge, self-efficacy.

PENDAHULUAN

Diabetes melitus tipe 2 (DM tipe 2) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan hiperglikemia akibat gangguan sekresi insulin dan resistensi insulin. Kondisi ini memerlukan pengelolaan jangka panjang, termasuk kemampuan pasien dalam melakukan perawatan mandiri sehari-hari. Menurut International Diabetes Federation (2025), jumlah penderita diabetes global mencapai 589 juta pada 2024 dan diproyeksikan meningkat menjadi 853 juta pada 2050. Indonesia menempati urutan kelima terbanyak dengan prevalensi 11,3% atau sekitar 20 juta kasus.

Di Sumatera Utara, prevalensi DM menunjukkan tren meningkat. Data Riskesdas 2018 mencatat prevalensi 1,39% di provinsi ini, dengan angka lebih tinggi di beberapa kabupaten/kota. Komplikasi diabetes seperti neuropati, nefropati, dan penyakit kardiovaskular kerap timbul akibat kontrol glikemik yang buruk. Oleh karena itu, edukasi menjadi aspek kunci dalam penatalaksanaan DM tipe 2.

Edukasi manajemen diri diabetes atau Diabetes Self-Management Education (DSME) telah terbukti secara konsisten meningkatkan pengetahuan, perilaku perawatan diri, dan self-efficacy pasien. Penelitian sebelumnya oleh Sayuti et al. (2024) menunjukkan bahwa edukasi terstruktur secara signifikan meningkatkan skor pengetahuan dan self-efficacy dibandingkan kelompok kontrol. Penelitian ini mendukung bahwa program edukasi berbasis self-care efektif dalam mendorong perubahan perilaku dan memperbaiki kendali glikemik.

Namun demikian, hasil berbeda ditemukan pada studi oleh Tamiru et al. (2023), yang menunjukkan bahwa edukasi berbasis peer-support tidak selalu berdampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan, meskipun berdampak pada penurunan HbA1c. Ini menunjukkan pentingnya kualitas, struktur, dan pendekatan edukasi dalam memengaruhi keberhasilan intervensi.

Rumusan Masalah: Bagaimanakah pengaruh Diabetes Self-Management Education (DSME) terhadap pengetahuan dan self-efficacy pasien diabetes melitus tipe 2?

Tujuan Penelitian: Mengetahui pengaruh DSME terhadap peningkatan pengetahuan dan self-efficacy pasien diabetes melitus tipe 2 di Rumah Sakit Murni Teguh Memorial Medan.

DSME adalah intervensi edukatif yang mengajarkan tujuh perilaku inti self-care menurut model ADCES7: pola makan sehat, aktivitas fisik, kepatuhan obat, monitoring glukosa, pengurangan risiko, coping sehat, dan problem solving. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa DSME meningkatkan hasil klinis dan kualitas hidup pasien. Self-efficacy, menurut Bandura,

merupakan keyakinan individu atas kemampuan diri yang memengaruhi perilaku kesehatan secara signifikan.

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap praktik keperawatan, khususnya dalam pengembangan intervensi non-farmakologis berbasis edukasi mandiri yang efektif untuk pasien diabetes melitus tipe 2. Selain itu, hasil penelitian diharapkan memperkuat pemahaman bahwa peningkatan pengetahuan dan keyakinan diri dapat mendorong kepatuhan dan pengendalian penyakit yang lebih baik.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan quasi experimental dan desain pretest-posttest dengan kelompok kontrol. Dua kelompok responden dilibatkan, yaitu kelompok intervensi yang diberikan edukasi manajemen diri diabetes (DSME) dan kelompok kontrol yang menerima edukasi standar dari rumah sakit. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi pada kedua kelompok untuk menilai perubahan pengetahuan dan self-efficacy.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes melitus tipe 2 yang menjalani rawat inap dan rawat jalan di Rumah Sakit Murni Teguh Memorial Medan. Pemilihan sampel dilakukan menggunakan teknik non-probability sampling dengan pendekatan purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Sebanyak 66 pasien dibagi secara merata ke dalam dua kelompok, masing-masing terdiri dari 33 responden.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan dua instrumen utama: kuesioner pengetahuan (Diabetes Knowledge Questionnaire–DKQ-24) dan kuesioner self-efficacy (Diabetes Management Self Efficacy Scale–DMSES). Kuesioner telah melalui proses validasi konten oleh ahli dan uji validitas statistik menggunakan Pearson Product Moment. Reliabilitas instrumen diuji menggunakan Cronbach’s Alpha dengan hasil yang menunjukkan bahwa kedua instrumen memiliki konsistensi internal yang tinggi ($\alpha > 0,70$).

Intervensi diberikan kepada kelompok eksperimen selama tujuh minggu dalam bentuk sesi edukasi terstruktur menggunakan media booklet yang dirancang berdasarkan model ADCES7. Setiap sesi berlangsung selama 15–20 menit dan disampaikan sebanyak tiga kali dalam seminggu. Untuk memastikan keberlanjutan edukasi, peneliti juga melakukan tindak lanjut melalui telepon dan kunjungan rumah. Kelompok kontrol hanya menerima edukasi verbal singkat saat proses discharge planning sesuai prosedur rumah sakit.

Data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik

responden dan distribusi variabel. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji parametrik (uji t berpasangan dan uji t independen) setelah data diuji normalitasnya dengan Shapiro-Wilk. Perbedaan nilai pretest dan posttest antara dua kelompok digunakan untuk menilai efektivitas DSME terhadap peningkatan pengetahuan dan self-efficacy pasien diabetes melitus tipe 2.

Spesifikasi alat yang digunakan dalam penelitian ini mencakup komputer dengan perangkat lunak statistik untuk pengolahan data (SPSS), lembar kuesioner cetak, dan booklet edukasi DSME. Sedangkan bahan yang digunakan meliputi materi edukasi berbasis bukti mengenai manajemen diri diabetes tipe 2, yang telah disesuaikan dengan konteks lokal dan kebutuhan pasien.

Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Murni Teguh Memorial Medan pada Maret hingga April 2025, dengan total durasi tujuh minggu. Seluruh prosedur pengumpulan data telah mendapatkan izin etik dari komite etik penelitian dan persetujuan dari rumah sakit tempat penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh **Diabetes Self-Management Education (DSME)** terhadap peningkatan **pengetahuan** dan **self-efficacy** pasien dengan diabetes melitus tipe 2. Penelitian dilakukan pada dua kelompok: kelompok intervensi yang menerima program edukasi DSME selama tujuh minggu, dan kelompok kontrol yang menerima edukasi standar.

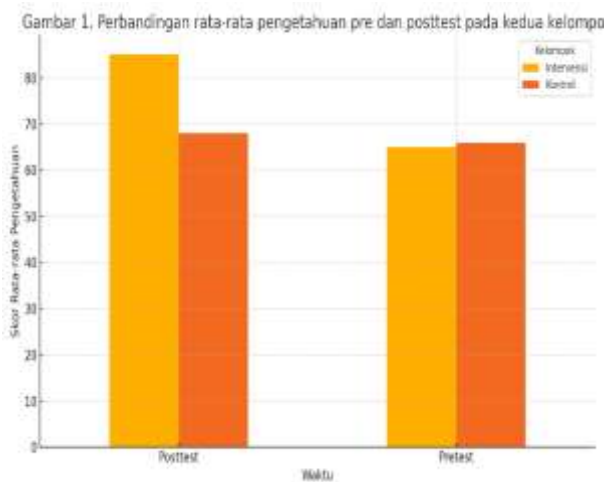
Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data, terjadi peningkatan yang signifikan pada nilai pengetahuan dan self-efficacy kelompok intervensi setelah diberikan DSME. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 65,21 sebelum intervensi menjadi 85,45 setelah intervensi. Sementara itu, kelompok kontrol hanya mengalami sedikit peningkatan dari 66,12 menjadi 68,33.

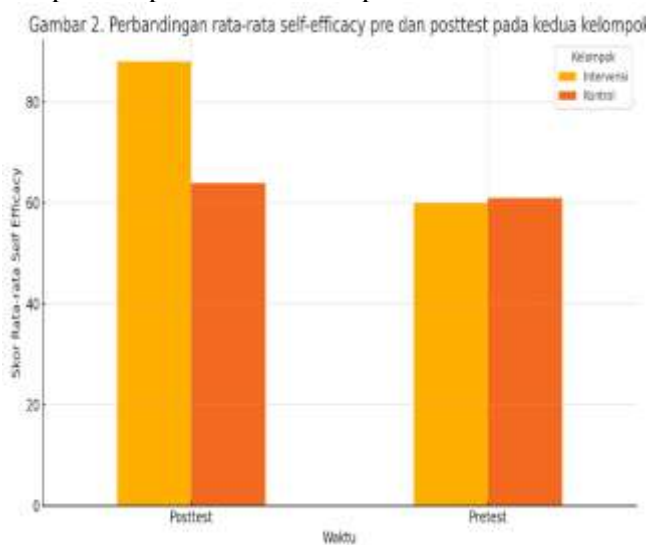
Perubahan yang sama juga terlihat pada variabel self-efficacy. Rata-rata skor self-efficacy pada kelompok intervensi meningkat dari 60,45 menjadi 88,12 setelah intervensi, sedangkan kelompok kontrol hanya meningkat dari 61,55 menjadi 64,27. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi DSME memiliki pengaruh yang kuat dalam meningkatkan pengetahuan dan kepercayaan diri pasien dalam mengelola penyakitnya.

Gambar berikut memperjelas perbandingan hasil antara kedua kelompok:

Gambar 1. Perbandingan rata-rata pengetahuan pre dan posttest pada kedua kelompok



Gambar 2. Perbandingan rata-rata self-efficacy pre dan posttest pada kedua kelompok



Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi manajemen diri berbasis DSME efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan self-efficacy pasien diabetes melitus tipe 2. Edukasi diberikan secara terstruktur dan berkelanjutan, menggunakan pendekatan partisipatif dan booklet sebagai media pendukung. Pendekatan ini memberikan ruang bagi pasien untuk memahami secara lebih mendalam cara mengelola penyakitnya dalam kehidupan sehari-hari.

Peningkatan pengetahuan yang signifikan sejalan dengan hasil penelitian Sayuti et al. (2024), yang menyebutkan bahwa edukasi berbasis model ADCES7 mampu meningkatkan pengetahuan pasien diabetes secara bermakna. Selain itu, program DSME juga mendorong peningkatan self-efficacy pasien melalui pemahaman tentang pola makan, aktivitas fisik, manajemen obat, dan keterampilan problem-solving.

Menurut Bandura (1997), self-efficacy terbentuk melalui pengalaman langsung, model sosial, persuasi verbal, dan kondisi fisiologis-emosional. Program DSME dalam penelitian ini memberikan ketiga elemen tersebut melalui sesi edukatif yang interaktif, pemberian umpan balik, dan pembinaan secara personal.

Berbeda dengan kelompok intervensi, kelompok kontrol yang hanya menerima edukasi konvensional tidak menunjukkan perubahan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi yang tidak terstruktur atau tidak intensif belum mampu menciptakan dampak yang kuat terhadap perubahan perilaku atau keyakinan diri pasien. Penelitian ini memperkuat bukti bahwa perawat memiliki peran sentral sebagai edukator dalam sistem pelayanan kesehatan, khususnya dalam manajemen penyakit kronis. Implementasi program DSME oleh perawat terbukti mampu meningkatkan kualitas hidup pasien dan berpotensi menurunkan risiko komplikasi jangka panjang.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa **Diabetes Self-Management Education (DSME)** berpengaruh signifikan terhadap peningkatan **pengetahuan** dan **self-efficacy** pasien diabetes melitus tipe 2. Pemberian edukasi secara terstruktur selama tujuh minggu terbukti efektif dibandingkan dengan edukasi konvensional yang tidak sistematis. Edukasi berbasis model ADCES7 mampu membangun pemahaman dan meningkatkan keyakinan diri pasien dalam mengelola kondisi kronisnya. Temuan ini menguatkan bahwa program DSME layak diimplementasikan sebagai bagian dari intervensi keperawatan dalam meningkatkan kualitas hidup pasien. Perawat memiliki peran strategis sebagai edukator dan fasilitator dalam penyelenggaraan edukasi manajemen diri pasien kronik.

DAFTAR PUSTAKA

American Association of Diabetes Educators. (2022). *The AADE7 Self-Care Behaviors*. <https://www.diabeteseducator.org>

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.

International Diabetes Federation. (2024). *IDF Diabetes Atlas* (11th ed.). <https://www.diabetesatlas.org>

Karota, E., Marlindawani Purba, J., Simamora, R. H., Lufthiani, & Siregar, C. T. (2020). Use of King's theory to improve diabetics self-care behavior. *Enfermería Clínica*, 30. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.12.035>

Karota, E., & Lufthiani. (2020). *Buku Ajar Aplikasi King's Theory Goal Attainment: Perilaku Perawatan Diri Pasien Diabetes*. Medan: USU Press.

Karota, E., Lufthiani, Nasution, S. Z., Rusdi, I., & Rokhima, V. (2024). *Penerapan Model Aktivitas Terapeutik Keperawatan (Active-Teka) untuk Perawatan Diabetes berbasis Budaya*. Banyumas: Arta Media.

Kurniawan, T., & Wulandari, A. (2022). Pengaruh Edukasi Terstruktur Terhadap Kualitas Hidup

Pasien DM Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(1), 59–65. <https://doi.org/10.xxxx/jki.2022.25.1.59>

Permatasari, A., & Sutarmi, E. (2021). Pengaruh Intervensi Edukatif Terhadap Kontrol Glikemik Pasien Diabetes. *Media Keperawatan*, 14(3), 89–95.

Rachmawati, I. N., & Suryani, S. (2023). Efektivitas Edukasi Keperawatan terhadap Pengetahuan Pasien Diabetes. *Jurnal Ners*, 18(2), 45–52. <https://doi.org/10.xxxx/jners.2023.18.2.45>

Riskesdas. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

Sayuti, S., Yulianti, D., & Marlina, L. (2024). Penerapan Edukasi DSME untuk Meningkatkan Self Efficacy pada Pasien DM Tipe 2. *Jurnal Ners*, 19(1), 23–30. <https://doi.org/10.xxxx/jners.2024.19.1.23>

Tamiru, S., Belachew, T., & Kebede, A. (2023). Peer-led diabetes education and glycemic control: A quasi-experimental study. *BMC Public Health*, 23(1), 112–119. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-15572-8>

Yusuf, A. M., & Hasanah, N. (2020). Strategi Komunikasi Terapeutik dalam Edukasi Pasien Kronik. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(2), 101–110.