



**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN KUALITAS HIDUP
PADA LANSIA DENGAN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS RASIMAH AHMAD DAN PUSKESMAS MANDIANGIN,
KOTA BUKITTINGGI, TAHUN 2025**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-EFFICACY AND QUALITY OF
LIFE AMONG ELDERLY PEOPLE WITH DIABETES MELLITUS IN THE
WORKING AREAS OF RASIMAH AHMAD AND MANDIANGIN HEALTH
CENTERS, BUKITTINGGI CITY, 2025***

Rahmat Ferdian^{1*}, Dian Anggraini², Dewi Kurniawati³

Fakultas Ilmu Kesehatan, Prodi Ners, Universitas Mohammad Natsir Bukittinggi

Email: rahmatferdian412@gmail.com^{1*}, dian.10060519@gmail.com², dewi.bahanajar@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 09-09-2026

Revised : 11-09-2026

Accepted : 13-09-2026

Published : 15-09-2026

Abstract

Diabetes mellitus is a chronic disease that can affect the physical, psychological, and social dimensions of the elderly, thereby impacting their quality of life. Self-efficacy is a crucial factor in a patient's ability to manage diabetes and maintain health-promoting behaviors. This study aimed to determine the relationship between self-efficacy and the quality of life of elderly individuals with diabetes mellitus in the working areas of the Rasimah Ahmad and Mandiangin Community Health Centers (Puskesmas) in Bukittinggi City in 2025. A quantitative correlational design with a cross-sectional approach was employed. The study sample consisted of 146 elderly individuals with diabetes mellitus, selected using a total sampling technique. Data were collected using the Diabetes Management Self-Efficacy Scale (DMSES) and the Diabetes Quality of Life (DQOL) questionnaire, and subsequently analyzed using the Spearman Rank test. The majority of respondents demonstrated high self-efficacy (64.4%) and good quality of life (62.3%). The analysis revealed a significant positive relationship between self-efficacy and quality of life ($p=0.000$; $r=0.691$), with a moderate strength of association. Higher self-efficacy was associated with better quality of life among the elderly with diabetes mellitus. Continuous education, guidance, and family support are recommended to strengthen self-efficacy in elderly individuals with diabetes mellitus.

Keywords: DM, self-efficacy, quality of life

Abstrak

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang dapat memengaruhi dimensi fisik, psikologis, dan sosial lansia sehingga berdampak pada kualitas hidup. Self efficacy merupakan salah satu faktor penting dalam kemampuan pasien mengelola diabetes dan mempertahankan perilaku kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self efficacy terhadap kualitas hidup lansia dengan penyakit diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Rasimah Ahmad dan Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi tahun 2025. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 146 lansia dengan diabetes melitus yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan Diabetes Management Self-Efficacy Scale (DMSES) dan kuesioner



Diabetes Quality of Life (DQOL), kemudian dianalisis menggunakan uji Spearman Rank. Sebagian besar responden memiliki self efficacy tinggi (64,4%) dan kualitas hidup baik (62,3%). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara self efficacy dan kualitas hidup ($p=0,000$; $r=0,691$) dengan kekuatan hubungan sedang. Semakin tinggi self efficacy, semakin baik kualitas hidup lansia dengan diabetes melitus. Edukasi berkelanjutan, pendampingan, dan dukungan keluarga direkomendasikan untuk memperkuat self efficacy pada lansia dengan diabetes melitus.

Keywords: DM, *self efficacy*, kualitas hidup

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah dan prevalensinya terus meningkat di seluruh dunia. International Diabetes Federation melaporkan bahwa diperkirakan 589 juta orang dewasa usia 20–79 tahun hidup dengan diabetes pada tahun 2024, dan jumlah tersebut diproyeksikan terus meningkat pada tahun-tahun mendatang (IDF, 2025). Di Indonesia, diabetes melitus menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat, terutama pada kelompok lanjut usia. Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 menunjukkan bahwa diabetes melitus tipe 2 banyak ditemukan pada kelompok usia lanjut.

Lansia rentan mengalami diabetes melitus karena proses penuaan disertai perubahan fisiologis, seperti penurunan fungsi metabolisme, penurunan sensitivitas insulin, dan peningkatan risiko komplikasi. Komplikasi diabetes dapat melibatkan sistem kardiovaskular, ginjal, saraf, mata, dan kaki sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup. Kualitas hidup menggambarkan persepsi individu terhadap kesejahteraan fisik, psikologis, sosial, dan fungsi kehidupan sehari-hari serta menjadi salah satu luaran penting dalam pengelolaan penyakit kronis.

Self efficacy merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasikan dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk menghadapi suatu situasi (Bandura, 1997). Pada penderita diabetes melitus, self efficacy yang tinggi dapat mendorong kepatuhan terhadap pola makan, aktivitas fisik, pemantauan glukosa darah, penggunaan obat, dan perilaku perawatan diri lainnya. Sebaliknya, self efficacy yang kurang dapat menurunkan kepercayaan diri dan motivasi dalam mengelola penyakit sehingga berpotensi menyebabkan kualitas hidup yang lebih rendah.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan adanya hubungan antara self efficacy dan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus. Namun, bukti yang secara khusus melibatkan lansia dengan diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Rasimah Ahmad dan Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi masih terbatas. Hasil wawancara awal terhadap 10 lansia dengan diabetes melitus juga menunjukkan adanya masalah terkait kepuasan terhadap pola makan, aktivitas fisik, pemantauan kadar glukosa darah, pemeriksaan kaki, dan keyakinan dalam mengelola diabetes. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan self efficacy terhadap kualitas hidup lansia dengan penyakit diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Rasimah Ahmad dan Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi tahun 2025.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Rasimah Ahmad dan Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi pada tanggal 3–19 Juli 2025. Populasi penelitian terdiri dari 146



lansia dengan diabetes melitus yang memenuhi kriteria inklusi dan seluruh populasi dijadikan sampel dengan teknik total sampling, sehingga diperoleh 146 responden. Self efficacy diukur menggunakan Diabetes Management Self-Efficacy Scale (DMSES), sedangkan kualitas hidup diukur menggunakan kuesioner Diabetes Quality of Life (DQOL). Data diolah dan dianalisis menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$. Prinsip etika penelitian yang diterapkan meliputi informed consent, anonimitas, kerahasiaan, keadilan, serta keseimbangan manfaat dan risiko selama penelitian berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1 karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
60 – 74 (Eldery)	129	88,4
75 – 90 (Old)	17	11,6
Jenis kelamin		
Laki-laki	50	34,2
Perempuan	96	65,8
Pendidikan		
SD	35	24
SLTP	50	34,2
SLTA	54	37
Perguruan Tinggi	7	4,8
Pekerjaan		
Bekerja	69	47,3
Tidak bekerja	77	52,7
Lama menderita		
1 -5 tahun	56	38,4
6 - 10 tahun	69	47,3
11 - 15 tahun	21	14,4
Total	146	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 60–74 tahun (88,4%), berjenis kelamin perempuan (65,8%), berpendidikan SMA (37,0%), tidak bekerja (52,7%), dan telah menderita diabetes melitus selama 6–10 tahun (47,3%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Self Efficacy

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Self efficacy tinggi	94	64,4
Self efficacy cukup	52	35,6
Self efficacy rendah	0	0
Total	146	100



Tabel 2 menunjukkan bahwa sebanyak 94 responden (64,4%) memiliki self efficacy tinggi, sedangkan 52 responden (35,6%) memiliki self efficacy sedang. Tidak terdapat responden yang termasuk dalam kategori self efficacy rendah.

Tabel 3 Distribusi kualitas hidup

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Kualitas hidup baik	91	62,3
Kualitas hidup kurang baik	55	37,7
Total	146	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebanyak 91 responden (62,3%) memiliki kualitas hidup baik, sedangkan 55 responden (37,7%) memiliki kualitas hidup kurang baik.

Analisis Bivariat

Tabel 4 Hubungan Self Efficacy dengan Kualitas Hidup

Kualitas hidup								
Self efficacy	Baik		Kurang baik		Total		p	r
	f	%	f	%	f	%	value	
Self efficacy tinggi	82	87,2	12	12,8	94	100	0	0,691
Self efficacy cukup	9	17,3	43	82,7	52	100		
Self efficacy rendah	0	0	0	0	0	0		
Jumlah	91	62,3	55	37,7	146	100		

Tabel 4 menunjukkan bahwa pada responden dengan self efficacy tinggi, sebanyak 82 orang (87,2%) memiliki kualitas hidup baik. Sementara itu, pada responden dengan self efficacy sedang, sebanyak 43 orang (82,7%) memiliki kualitas hidup kurang baik. Hasil analisis Spearman Rank menunjukkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) dan $r=0,691$, yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan dengan kekuatan hubungan sedang. Dengan demikian, semakin tinggi self efficacy maka semakin baik kualitas hidup lansia dengan diabetes melitus.

PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 60–74 tahun. Kondisi ini sesuai dengan meningkatnya beban diabetes melitus tipe 2 pada kelompok usia lanjut. Proses penuaan berkaitan dengan penurunan fungsi metabolisme dan peningkatan resistensi insulin yang dapat mempersulit pengelolaan diabetes. Proporsi perempuan yang lebih besar dapat berkaitan dengan perubahan hormonal dan metabolik yang terjadi selama proses penuaan, terutama setelah menopause. Sebagian besar responden berpendidikan SMA dan tidak bekerja. Tingkat pendidikan dapat memengaruhi akses terhadap informasi kesehatan dan kemampuan memahami anjuran pengelolaan penyakit, sedangkan tidak bekerja dapat berkaitan dengan tingkat aktivitas fisik yang lebih rendah (Fatmona et al., 2023; Oktavia et al., 2022).

Self efficacy

Sebagian besar responden memiliki self efficacy tinggi (64,4%). Temuan ini dapat berkaitan dengan pengalaman responden dalam menjalani kehidupan dengan diabetes melitus, terutama



karena hampir setengah responden telah menderita diabetes selama 6–10 tahun. Lama menderita penyakit dapat memberikan kesempatan bagi individu untuk belajar dan beradaptasi dengan pengelolaan diabetes. Pendidikan dan pengalaman sebelumnya dapat memperkuat keyakinan dalam melakukan perawatan diri. Bandura (1997) menjelaskan bahwa self efficacy memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, memotivasi diri, dan bertindak. Oleh karena itu, self efficacy yang tinggi dapat mendukung ketekunan dalam menjalankan perilaku pengelolaan diabetes yang dianjurkan.

Kualitas hidup

Lebih dari setengah responden memiliki kualitas hidup baik (62,3%). Kualitas hidup lansia dengan diabetes melitus dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, sosial, dan kemampuan fungsional. Pendidikan dapat mempermudah akses terhadap informasi dan pengambilan keputusan kesehatan yang tepat, sedangkan pengalaman hidup dengan diabetes yang lebih lama dapat meningkatkan pemahaman mengenai pengendalian gejala dan pencegahan komplikasi. Meskipun demikian, kekhawatiran terhadap komplikasi dan sifat diabetes yang kronis tetap dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis dan fungsi sehari-hari.

Hubungan self efficacy dengan kualitas hidup

Hubungan positif yang signifikan dalam penelitian ini ($p=0,000$; $r=0,691$) sejalan dengan penelitian Sunandar et al. (2024), Nellisa (2022), dan Hasanah et al. (2024) yang menunjukkan bahwa self efficacy yang lebih kuat berkaitan dengan kualitas hidup yang lebih baik pada penderita diabetes melitus. Self efficacy yang tinggi dapat mendorong pasien untuk mematuhi pola makan, melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi obat, memantau kadar glukosa darah, serta melakukan perawatan diri lainnya. Perilaku tersebut dapat membantu mencegah komplikasi, mempertahankan kemampuan fungsional, dan mendukung kesejahteraan psikologis. Kekuatan korelasi yang sedang juga menunjukkan bahwa self efficacy bukan satu-satunya faktor yang menentukan kualitas hidup. Tingkat pendidikan, lama menderita penyakit, komplikasi, dukungan sosial, kondisi psikologis, serta faktor klinis dan sosial ekonomi lainnya juga dapat berkontribusi.

Temuan bahwa sebagian responden dengan self efficacy tinggi masih memiliki kualitas hidup kurang baik dan sebagian responden dengan self efficacy sedang memiliki kualitas hidup baik semakin menunjukkan bahwa kualitas hidup bersifat multifaktorial. Oleh karena itu, tenaga kesehatan tidak hanya perlu berfokus pada peningkatan keyakinan diri pasien, tetapi juga menilai gejala fisik, komplikasi, beban pengobatan, dukungan keluarga, fungsi sosial, dan akses terhadap pelayanan kesehatan. Edukasi berkelanjutan dan pendampingan yang disesuaikan dengan kebutuhan individu dapat memperkuat self efficacy sekaligus menangani faktor lain yang memengaruhi kualitas hidup.

KESIMPULAN

Sebagian besar responden merupakan lansia berusia 60–74 tahun, berjenis kelamin perempuan, berpendidikan SMA, tidak bekerja, dan telah menderita diabetes melitus selama 6–10 tahun. Sebagian besar responden memiliki self efficacy tinggi (64,4%) dan kualitas hidup baik (62,3%). Terdapat hubungan positif yang signifikan antara self efficacy dan kualitas hidup lansia dengan penyakit diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Rasimah Ahmad dan Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi dengan nilai $p=0,000$ dan $r=0,691$ yang menunjukkan kekuatan



hubungan sedang. Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan edukasi berkelanjutan, pendampingan, dan dukungan keluarga untuk memperkuat self efficacy serta mempertahankan kualitas hidup lansia dengan diabetes melitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Fatmona, F. A., Permana, D. R., & Sakurawati, A. (2023). Gambaran tingkat pengetahuan masyarakat tentang pencegahan Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Perawatan Siko. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(12), 4166–4178. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i12.12581>
- Hasanah, N., Rahman, H. F., & Khotimah, H. (2024). Hubungan family support, self care, dan self efficacy dengan kualitas hidup pada pasien DM di Puskesmas Kraksaan. *TRILOGI: Jurnal Ilmu Teknologi, Kesehatan, dan Humaniora*, 5(3). <https://doi.org/10.33650/trilogi.v5i3.8755>
- IDF. (2021). *IDF Diabetes Atlas (10th ed.)*. International Diabetes Federation.
- IDF. (2025). *IDF Diabetes Atlas / diabetes statistics*.
- Kemenkes RI. (2024). *Diabetes Melitus Tipe 2*.
- Komalasari, T., Astika, T., Permatasari, E., et al. (2020). [Kajian lansia di UPTD Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka].
- Ma, dkk. (2022). The effect of diabetes exercise on the quality of life of type 2 diabetes mellitus patients. *Jurnal Keolahragaan*, 10(1), 63–70. <https://doi.org/10.21831/jk.v10i1.46115>
- Mpila, D. A., Wiyono, W. I., & Lolo, W. A. (2023). Hubungan tingkat kepatuhan minum obat dengan kadar gula darah dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di Klinik Imanuel Manado. *Medical Scope Journal*, 6(1), 116–123. <https://doi.org/10.35790/msj.v6i1.51696>
- Munir, N. W., & Solissa, M. D. (2021). Hubungan self-efficacy dengan self care pada pasien diabetes mellitus. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(1).
- Nellisa, D. (2022). Hubungan self efficacy dengan kualitas hidup lansia dengan diabetes mellitus di Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(1).
- Nurbayanti, dkk. (2023). Hubungan self efficacy dan self management dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Lembursitu Kota Sukabumi. <https://doi.org/10.47353/sikontan.v2i2.1310>
- Oktavia, S., Budiarti, E., Masra, F., Rahayu, D., & Setiaji, B. (2022). Faktor-faktor sosial demografi yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2.
- Oktorina, R., Juwita, L., Wahyuni, A., et al. (2024). Pendidikan kesehatan tentang Gerakan Peduli Diabetes Melitus di Puskesmas Kota Bukittinggi. *Journal of Community Health Development*.
- Panjaitan, B. S., & Agustina Br Perangin-Angin, M. (2020). Hubungan dukungan keluarga dengan kualitas hidup lansia, 2(2).
- Rahman, Z., Juniawati, R., Putri, M. E., & Widiastuti, L. (2025). Hubungan self efficacy dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe II. *Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan*, 14(1).
- Rosdina, S., Saputra, B., & Roslita, R. (2024). Hubungan self efficacy terhadap kepatuhan latihan fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 13(1).



-
- Sri Rahmi, A., Syafrita, Y., & Susanti, R. (2022). Hubungan lama menderita DM tipe 2 dengan kejadian neuropati diabetik.
- Sunandar, K., Rahayu, D. Y. S., & Sachara, R. W. (2024). Self-efficacy meningkatkan quality of life pasien lansia diabetes melitus tipe 2. *Media Informasi*, 20(2).
- Vitaliati, dkk. (2023). Hubungan dukungan keluarga dan efikasi diri dengan kualitas hidup lansia penderita diabetes melitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya*.