

ABSTRAK

Hubungan Efikasi Diri dengan Kepatuhan Latihan Fisik pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2

Luh Gede Wulan Candraningtyas¹, Theresia Anita Pramesti², AA Istri Dalem Hana Yundari³

Prevalensi kematian akibat diabetes melitus mencapai 463 juta kasus (9%) di dunia dan mengalami peningkatan setiap tahunnya. Diabetes melitus menjadi penyakit ke-8 dengan jumlah kematian tertinggi di Asia Tenggara. Penyakit ini menyebabkan komplikasi akibat defisiensi insulin. Diabetes melitus membawa dampak negatif pada penderita sehingga banyak menimbulkan komplikasi. Pranatalaksana dapat dilakukan dengan edukasi, terapi nutrisi, aktivitas fisik dan farmakologi. Keberhasilan pengobatan pada pasien diabetes melitus ditentukan dengan tingkat keyakinan atau efikasi diri terhadap kepatuhan aktivitas fisik untuk menghindari terjadinya komplikasi. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kepatuhan latihan fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Gianyar 1. Penelitian kuantitatif dengan metode cross-sectional dengan satu kali observasi. Data dianalisis menggunakan uji statistik analisis univariat dan bivariat dengan uji korelasi rank spearman. Penelitian dilakukan pada 126 responden dengan 49 orang (38,9%) penderita diabetes melitus tipe 2 dengan kepatuhan latihan fisik tinggi, 61 orang (48,4%) dengan kepatuhan latihan fisik sedang, 16 orang (12,7%) dengan kepatuhan latihan fisik rendah. Hasil uji statistik menunjukkan Sig. 0,001 ($p < 0,005$) yang bermakna adanya hubungan antara efikasi diri dengan kepatuhan latihan fisik. Tingkat efikasi diri dan kepatuhan latihan fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gianyar 1 sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki penderita diabetes melitus tipe 2 maka semakin tinggi pula kepatuhan dalam melakukan latihan fisik.

Kata kunci : Diabetes Melitus, Efikasi Diri, Latihan Fisik.

ABSTRACT

The Relationship between Self-Efficacy and Physical Exercise Compliance in Type 2 Diabetes Mellitus Patients

Luh Gede Wulan Candraningtyas¹, Theresia Anita Pramesti², AA Istri Dalem Hana Yundari³

The global prevalence of diabetes mellitus stands at 463 million cases (9%) and continues to rise annually. Diabetes mellitus ranks as the eighth leading cause of death in Southeast Asia. The disease leads to complications resulting from insulin deficiency and negatively impacts patients by causing numerous complications. Management strategies include education, nutritional therapy, physical activity, and pharmacological interventions. Treatment success in diabetes mellitus patients depends on their level of confidence or self-efficacy regarding adherence to physical activity regimens to prevent complications. This study aimed to determine the relationship between self-efficacy and physical exercise adherence among patients with type 2 diabetes mellitus in the Gianyar 1 Community Health Center (Puskesmas) area. It was a quantitative, cross-sectional study involving a single observation. Data were analyzed using univariate and bivariate statistical methods, specifically the Spearman rank correlation test. The study involved 126 respondents: 49 (38.9%) with high adherence to physical exercise, 61 (48.4%) with moderate adherence, and 16 (17.7%) with low adherence. Statistical analysis yielded a significance value of 0.001 ($p < 0.05$), indicating a significant relationship between self-efficacy and physical exercise adherence. Levels of self-efficacy and physical exercise adherence among type 2 diabetes patients at Puskesmas Gianyar 1 were high. These findings demonstrate that higher self-efficacy among type 2 diabetes patients correlates with higher adherence to physical exercise.

Keywords: Diabetes Mellitus, Self-Efficacy, Physical Exercise.