

# HUBUNGAN *SELF EFFICACY* & DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KEPATUHAN AKTIVITAS FISIK DM TIPE II

I Gusti Ayu Winda Dharmaning Putri<sup>1</sup>, I Putu Artha Wijaya<sup>2</sup>, Putu Wira Kusuma Putra<sup>3</sup>

<sup>1</sup>STIKES Bina Usada Bali, windadharmaningp810@gmail.com

<sup>2</sup>STIKES Bina Usada Bali, artha.wijaya001@gmail.com

<sup>3</sup>STIKES Bina Usada Bali, putuwirakusumaputra@gmail.com

## ABSTRAK

Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah didalam tubuh yang melebihi batas normal. Menteri Kesehatan RI : menyatakan bahwa pencegahan dan pengendalian kasus diabetes yang efektif bisa dilakukan dengan fokus pada faktor risiko dan secara teratur memantau perkembangannya, karena faktor risiko PTM di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu tidak patuh dalam melakukan aktivitas fisik. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan yaitu efikasi diri dan dukungan keluarga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan melakukan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian analisis korelasi dengan pendekatan kuantitatif dan melibatkan 90 sampel yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tiga kuesioner yaitu GSES, HDFSS dan kuesioner kepatuhan aktivitas fisik. Analisis data terdiri dari analisis univariat dan bivariat. Hasil uji Rank Spearman didapatkan p value =  $0.000 < 0,05$ , hasil ini menunjukkan ada hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita diabetes melitus tipe II di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I. Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan p value =  $0.002 < 0,05$ , hasil ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita diabetes melitus Tipe II di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I.

**Kata Kunci:** Diabetes Melitus, *Self Efficacy*, Dukungan Keluarga, Manajemen Diri (Aktivitas Fisik)

## ABSTRACT

*Diabetes Mellitus is a metabolic disease characterized by increased blood sugar levels in the body that exceed normal limits. The Indonesian Minister of Health: states that effective prevention and control of diabetes cases can be done by focusing on risk factors and regularly monitoring their development, because the risk factors for PTM in Indonesia are still relatively high, namely non-compliance in doing physical activity. Factors that influence compliance are self-efficacy and family support. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and family support for compliance with self-management (physical activity) in patients with type II diabetes mellitus in the UPTD Puskesmas Blahbatuh I work area. This study used a type of correlation analysis research with a quantitative approach and involved 90 samples selected through purposive sampling technique. Data collection was carried out using three questionnaires namely GSES, HDFSS and physical activity compliance questionnaire. Data analysis consisted of univariate and bivariate analysis. The results of the Rank Spearman test obtained p value =  $0.000 < 0.05$ , these results indicate that there is a relationship between self-efficacy and self-management compliance (physical activity) in patients with type II diabetes mellitus in the UPTD Puskesmas Blahbatuh I work area.*

*The results of the Rank Spearman test obtained  $p$  value = 0.002 < 0.05, these results indicate that there is a significant relationship between family support and compliance.*

**Keywords:** *Diabetes Mellitus, Self-Efficacy, Family Support, Self-Management (Physical Activity)*

## PENDAHULUAN

Perubahan struktur masyarakat dari pola agraris ke masyarakat industri banyak memberikan dampak terhadap perubahan gaya hidup yang dapat memicu terjadinya peningkatan PTM (Penyakit Tidak Menular) salah satunya adalah diabetes melitus (Hariawan et al, 2019). Diabetes melitus merupakan penyakit metabolisme yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah seseorang didalam tubuh yang melebihi batas normal atau biasa disebut dengan hiperglikemia (Eltrikanawati dkk, 2020). Menteri Kesehatan RI: menyatakan bahwa pencegahan dan pengendalian kasus diabetes yang efektif bisa dilakukan dengan fokus pada faktor risiko dan secara teratur dan terus menerus memantau perkembangannya, karena faktor risiko PTM di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu tidak patuh dalam melakukan aktivitas fisik sebesar 33,5 (Riskesmas, 2018).

Saat ini diperkirakan 463 juta orang dewasa berusia 20-79 tahun menderita penyakit diabetes. Ini mewakili 9,3% dari populasi dunia dalam kelompok rentang usia ini. Diperkirakan jumlah ini akan meningkat menjadi 578 juta (10,2%) dan 700 juta (10,9%) kasus pada tahun 2030 dan 2045 (IDF,2019). *World Health Organization* (WHO) memperkirakan prevalensi angka kejadian diabetes melitus di Indonesia akan melonjak drastis menjadi 21,3% juta kasus pada tahun 2030. Sebanyak 90% dari total kasus diabetes merupakan diabetes melitus tipe II (ANRI, 2022). Di Provinsi Bali prevalensi kasus diabetes pada tahun 2013 adalah (1,3%) dan pada tahun 2018 mengalami peningkatan menjadi (1,7%).

Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar tahun 2020 jumlah prevalensi kasus DM di Kabupaten Gianyar mencapai 6.328 kasus, dimana kasus DM menempati urutan ke-6 dalam

10 besar penyakit terbanyak di Kabupaten Gianyar. Data puskesmas yang berada di Kabupaten Gianyar salah satunya di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I yang menempati urutan ke-4 jumlah kasus DM terbanyak di Kabupaten Gianyar yaitu 297 orang dan 52,9% penderita DM yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar (Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan antara lain motivasi (dukungan keluarga) dan keyakinan diri (efikasi diri) (Widiarti dkk, 2022). Perawat sebagai edukator sangat berperan untuk memberikan informasi yang tepat pada pasien DM tentang penyakit, pencegahan, komplikasi, pengobatan, dan pengelolaan DM termasuk didalamnya meningkatkan efikasi diri. Efikasi diri (*self efficacy*) pada penderita DM tipe II berfokus pada keyakinan pasien agar mampu melakukan perilaku yang dapat mendukung perbaikan penyakitnya dan meningkatkan manajemen perawatan dirinya seperti diet, latihan fisik, kontrol glukosa, dan perawatan DM secara umum (Kusuma & Hidayati, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anindita, dkk (2019) menyatakan bahwa sebagian besar *self efficacy* (efikasi diri) pada penderita DM tipe II dalam melakukan aktivitas fisik kurang baik yaitu 65,0%. Dan didukung juga oleh penelitian lain yang dilakukan oleh Ningsih (2018) didapatkan bahwa *self efficacy* (efikasi diri) penderita DM tipe II kurang baik yaitu 62,5%. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi akan cenderung terlibat langsung dalam menjalankan tugas sedangkan seseorang yang memiliki efikasi diri rendah akan malas menjalankan tugas dan

menganggap tugas itu sebagai beban (Anindita dkk., 2019).

Dukungan keluarga juga memiliki peran penting dalam kepatuhan manajemen diri terutama aktivitas fisik penderita DM tipe II. Dimana dukungan keluarga berupa kehangatan, dukungan emosional terkait monitoring gula darah, diet dan latihan fisik dapat meningkatkan efikasi diri pasien sehingga mendukung keberhasilan dalam memajemen dirinya terutama aktivitas fisik (Prihatin dkk, 2019). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Prawirasatra, dkk (2017) menyatakan bahwa sebagian besar dukungan keluarga terhadap kepatuhan dalam menjalankan 4 pilar pengelolaan DM tipe II yang salah satunya terdiri dari aktivitas fisik sebagian besar dalam kategori kurang yaitu 77% dan kepatuhan penderita DM tipe II dalam melakukan aktivitas fisik sebagian besar dalam kategori tidak patuh yaitu 73%. Aktivitas fisik bagi penderita DM memiliki peranan yang sangat penting untuk mengendalikan kadar gula dalam darah. Dimana, pada saat melakukan aktivitas fisik akan terjadi peningkatan penggunaan glukosa oleh otot yang aktif sehingga secara langsung dapat menurunkan kadar glukosa darah (Dwi Suprapti, 2018). Jika penderita mempunyai pengetahuan mengenai aktivitas fisik, maka penderita dapat memilih alternatif yang terbaik untuk dirinya seperti penderita akan melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga secara teratur (Chairun dkk., 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan self efficacy dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan melakukan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita DM tipe II di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I.

## KAJIAN LITERATUR

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan antara lain motivasi (dukungan keluarga) dan keyakinan diri (efikasi diri) (Widiarti dkk, 2022). Perawat sebagai edukator sangat berperan untuk memberikan informasi yang tepat pada pasien DM tentang penyakit, pencegahan,

komplikasi, pengobatan, dan pengelolaan DM termasuk didalamnya meningkatkan efikasi diri. *Self efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melakukan perilaku yang dapat mendukung perbaikan penyakitnya dan meningkatkan manajemen dirinya salah satunya melakukan aktivitas fisik (Prihatin dkk., 2019). Efikasi diri (*self efficacy*) pada penderita DM tipe II berfokus pada keyakinan pasien agar mampu melakukan perilaku yang dapat mendukung perbaikan penyakitnya dan meningkatkan manajemen perawatan dirinya seperti diet, latihan fisik, kontrol glukosa, dan perawatan DM secara umum (Kusuma & Hidayati, 2013). *Self efficacy* memiliki peranan yang sangat penting dalam merubah perilaku kesehatan setiap individu. *Self efficacy* hubungannya sangat erat dengan kepatuhan, termasuk kepatuhan dalam melakukan manajemen diri (aktivitas fisik). Dimana, semakin baik *self efficacy* yang dimiliki individu maka semakin baik juga perilaku kesehatannya (Munir & Solissa, 2021). Saat individu mendapat kepercayaan pada dirinya sendiri, ia akan mengambil tindakan yang ia anggap demi kepentingan terbaiknya. Jika individu benar-benar percaya bahwa melakukan aktivitas perawatan diri adalah cara yang efektif untuk mengendalikan masalah kesehatannya, individu tersebut akan menjadikan aktivitas tersebut sebagai bagian dari rutinitasnya (Alik Septian Mubarrok & Anik Puji Wiyanti, 2023).

Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam kepatuhan manajemen diri terutama aktivitas fisik penderita DM tipe II. Dimana dukungan keluarga berupa kehangatan, dukungan emosional terkait monitoring gula darah, diet dan latihan fisik dapat meningkatkan efikasi diri pasien sehingga mendukung keberhasilan dalam memajemen dirinya terutama aktivitas fisik (Prihatin dkk, 2019). Anggota keluarga yang sakit akan merasa senang apabila mendapat perhatian dan dukungan dari keluarganya dimana dukungan tersebut akan menimbulkan kepercayaan diri dan keyakinan diri untuk menghadapi atau

mengelola penyakitnya (Trianni, 2013). Dukungan keluarga merupakan bentuk dari intervensi keperawatan, karena pasien DM sering berinteraksi dengan keluarga maka dari itu dukungan keluarga dapat menjadi dorongan kepatuhan latihan fisik.

**METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan yaitu analisis korelasi dengan pendekatan *cross sectional* yang dilaksanakan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I pada bulan Oktober-November 2023, dengan jumlah responden yaitu 90 orang. Data dikumpulkan menggunakan tiga kuesioner yaitu kuesioner GSES, HDFSS dan kuesioner kepatuhan aktivitas fisik. Data dianalisis secara univariat dan bivariat.

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 62 tahun dengan usia terendah adalah 50 tahun dan usia tertinggi 84 tahun.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Menurut Usia di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I Tahun 2023

Umur	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
	90	50	84	62,22	5,179

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin, Pendidikan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I Tahun 2023

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	40	44,4
Perempuan	50	55,6
Pendidikan		
SD	0	0
SMP	0	0
SMA	67	74,4
Perguruan tinggi	23	25,6

Tabel 2 menjelaskan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin

Perempuan 55,6% (50 orang), Pendidikan tertinggi responden SMA sejumlah 67 orang (74,4%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Variabel *Self Efficacy*, Dukungan Keluarga, Kepatuhan Aktivitas Fisik di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I Tahun 2023

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
<i>Self Efficacy</i>		
Tinggi	49	54,4
Sedang	35	38,9
Rendah	6	6,7
Dukungan Keluarga		
Baik	42	46,7
Sedang	48	53,3
Kurang	0	0
Kepatuhan Aktivitas Fisik		
Fisik	53	58,9
Patuh	37	41,1
Tidak Patuh		

Tabel 3 menjelaskan bahwa sebagian besar *self efficacy* penderita DM tipe II memiliki *self efficacy* tinggi (54,4%). Pada tabel juga menginformasikan variabel dukungan keluarga Sebagian besar *self efficacy* penderita DM tipe II memiliki *self efficacy* tinggi (54,4%). Pada tabel juga menginformasikan variabel dukungan keluarga sebagian besar dalam kategori dukungan keluarga sedang (53,3%). Selain itu, variabel kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) sebagian besar dalam kategori patuh (58,9%).

Tabel 4. Hasil Analisis Bivariat Variabel Bebas *Self Efficacy* dan Dukungan Keluarga terhadap Kepatuhan Aktivitas Fisik Pada Penderita DM tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I Tahun 2023

Variabel Bebas	Kepatuhan Manajemen Diri (Aktivitas Fisik)		Nilai p	Koefisien korelasi (r)
	Patuh	Tidak Patuh		
	n (%)	n (%)		
<i>Self Efficacy</i>				
Tinggi	41 (45,6)	8 (8,9)	0,000	0,573
Sedang	12 (13,3)	23 (25,6)		
Rendah	0	6 (6,7)		
Dukungan Keluarga				
Baik	32 (35,6)	10 (11,1)		

Sedang	21 (23,3)	27 (30,0)	0,002	0,329
Kurang	0	0		

Berdasarkan Tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa responden dengan *self efficacy* kategori tinggi sebagian besar kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) dalam kategori patuh yaitu 41 orang (45,6%), responden dengan *self efficacy* kategori sedang sebagian besar kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) dalam kategori tidak patuh yaitu 23 orang (25,6%), responden dengan *self efficacy* kategori rendah sebagian besar kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) dalam kategori tidak patuh yaitu 6 orang (6,7%) dan dijelaskan juga bahwa responden dengan dukungan keluarga dalam kategori baik sebagian besar kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) dalam kategori patuh yaitu 32 orang (35,6%), responden dengan dukungan keluarga dalam kategori sedang sebagian besar kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) dalam kategori tidak patuh yaitu 27 orang (30,0%).

Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan p value =  $0.000 < 0,05$ , hasil ini menunjukkan ada hubungan *self efficacy* dengan kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita DM tipe II di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I. Hasil uji *Rank Spearman* juga didapat nilai *coefisien corelation* sebesar 0,573 dapat diartikan terdapat hubungan yang kuat antara variabel *self efficacy* dengan kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita DM Tipe II dengan arah hubungan positif artinya semakin tinggi *self efficacy* responden maka semakin patuh responden melakukan manajemen diri (aktivitas fisik). *Self efficacy* penderita DM Tipe II dalam kategori memiliki *self efficacy* yang tinggi dapat diartikan bahwa responden sudah mampu mendorong proses kontrol diri untuk mempertahankan perilaku yang dibutuhkan dalam mengelola manajemen diri pada penderita DM Tipe II. *Self efficacy* memiliki peranan yang sangat penting dalam merubah perilaku

kesehatan setiap individu. *Self efficacy* hubungannya sangat erat dengan kepatuhan, termasuk kepatuhan dalam melakukan manajemen diri (aktivitas fisik). Dimana, semakin baik *self efficacy* yang dimiliki individu maka semakin baik juga perilaku kesehatannya (Munir & Solissa, 2021). Manajemen diri yang baik diperlukan untuk mengelola kondisi dan mencegah komplikasi, yang meningkatkan risiko masalah jika individu tidak melakukan kontrol yang benar dan dapat mengancam jiwa jika tidak ditangani dengan cepat. Dengan demikian, peningkatan kemampuan yang dirasakan akan memiliki efek yang bermanfaat pada frekuensi latihan fisik. Mereka yang percaya pada kemampuan mereka sendiri lebih cenderung melakukan pemeliharaan kesehatan preventif salah satunya patuh dalam melakukan manajemen diri (aktivitas fisik) (Alik Septian Mubarrok & Anik Puji Wiyanti, 2023). Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh A S Mubarrok & Wiyanti, (2023) menemukan ada hubungan positif antara *self efficacy* dengan kepatuhan aktivitas fisik penderita DM tipe II di Poli Dalam RS Airlangga Jombang dengan p value =  $0,015 < 0,05$ , ini artinya jika *self efficacy* semakin baik maka kepatuhan aktivitas fisik penderita DM tipe II di Poli Dalam RS Airlangga Jombang semakin baik pula dan diatas dapat dilihat bahwa responden dengan dukungan keluarga dalam kategori baik sebagian besar kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) dalam kategori patuh yaitu 32 orang (35,6%), responden dengan dukungan keluarga dalam kategori sedang sebagian besar kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) dalam kategori tidak patuh yaitu 27 orang (30,0%).

Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan p value =  $0.002 < 0,05$ , hasil ini menunjukkan ada hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita DM tipe II di wilayah kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I. Hasil uji *Rank Spearman* juga didapat nilai *coefisien corelation* sebesar 0,329 dapat

diartikan terdapat hubungan yang kuat antara variabel dukungan keluarga dengan kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita DM Tipe II dengan arah positif artinya semakin baik dukungan keluarga responden maka semakin patuh responden melakukan manajemen diri (aktivitas fisik). Menurut Alisa dkk., (2020) salah satu faktor yang mempengaruhi manajemen diri DM (aktivitas fisik) adalah dukungan keluarga. Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam kepatuhan manajemen diri terutama aktivitas fisik penderita DM tipe II. Dimana dukungan keluarga berupa kehangatan, dukungan emosional terkait monitoring gula darah, diet dan latihan fisik dapat meningkatkan efikasi diri pasien sehingga mendukung keberhasilan dalam memajemen dirinya terutama aktivitas fisik (Prihatin dkk, 2019). Dukungan keluarga terdiri dari 4 dimensi yaitu dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan penghargaan dan dukungan instrumental (Ayuni, 2020). Dukungan dan kepatuhan memiliki hubungan yang besar terhadap tercapainya suatu tujuan, termasuk dalam bidang kesehatan. Ketika individu sedang mengalami masalah dalam hal kesehatan, masalah tersebut tidak hanya menjadi masalah untuk individu itu sendiri, tetapi keluarga juga mempunyai kewajiban untuk membantu menyelesaikan dan mencari solusi masalah tersebut dengan berperan untuk merawat dan memberikan dukungan kepada anggota keluarga yang sakit, agar penderita mencapai kesehatan yang optimal (Hisni, 2019). Dukungan keluarga merupakan bentuk dari intervensi keperawatan, karena pasien DM sering berinteraksi dengan keluarga maka dari itu dukungan keluarga dapat menjadi dorongan kepatuhan latihan fisik. Penelitian Riyadi & Khoiroh Muflihatin, (2021) menemukan ada hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan manajemen diri (aktivitas fisik) penderita DM tipe II di wilayah kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda dengan  $p$  value = 0,000. Semakin baik dukungan keluarga yang dirasakan, pasien akan merasa nyaman

dan *self management* nya akan baik juga. Pasien dengan tingkat dukungan keluarga yang baik menunjukkan *self management* yang baik.

#### **PENUTUP**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self efficacy* memiliki hubungan dengan kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita DM tipe II dan dukungan keluarga memiliki hubungan dengan kepatuhan manajemen diri (aktivitas fisik) pada penderita DM tipe II. Bagi layanan keperawatan disarankan agar manajemen diri pada pasien DM dapat diaplikasikan dan diterapkan dalam layanan keperawatan sebagai salah satu terapi non farmakologi dalam upaya meningkatkan manajemen diri pasien DM di kehidupan sehari-hari agar kadar gula darah tetap terkontrol.

#### **REFERENSI**

- Alisa, F., Despitasi, L., & Marta, E. (2020). *Hubungan Efikasi Diri dan Dukungan Keluarga dengan Manajemen Diri pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Andalas Kota Padang*. Menara Ilmu, XIV(02), 30–35.
- Anindita, M. W., Diani, N., & Hafifah, I. (2019). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Melakukan Latihan Fisik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2*. Nusantara Medical Science Journal, 4(1), 19. <https://doi.org/10.20956/nmsj.v4i1.5956>
- ANRI, A. (2022). *Pengaruh Indeks Massa Tubuh, Pola Makan, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2*. Journal of Nursing and Public Health, 10(1), 7–13. <https://doi.org/10.37676/jnph.v10i1.2356>
- Ayuni, K. P. D. (2020). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Pada Pasien Kanker Payudara*. (2010), 32–261.
- Chairun, N., Yudi, Ak., & Liza, W. (2017). *Pengetahuan Aktivitas Fisik Pada Lansia*. 4(1), 1–23.

- Dinas Kesehatan Kabupaten Gianyar. (2020). *Profil Kesehatan Gianyar Tahun 2020*. Retrieved from <https://diskes.baliprov.go.id/download/profil-kesehatan-gianyar-2020/>
- Dwi Suprapti. (2018). *Hubungan Pola Makan, Kondisi Psikologis, Dan Aktivitas Fisik Dengan Diabetes Mellitus Pada Lansia Di Puskesmas Kumai*. *Jurnal Borneo Cendekia*, 2(1), 1–23.
- Eltrikanawati, T., & Tampubolon, M. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Pola Aktifitas Fisik Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 171-177.
- Hariawan, H., Fathoni, A., & Purnamawati, D. (2019). *Hubungan Gaya Hidup (Pola Makan dan Aktivitas Fisik) Dengan Kejadian Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Provinsi NTB*. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 1(1), 1. <https://doi.org/10.32807/jkt.v1i1.16>
- Hisni, D. (2019). *Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Latihan Fisik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Pancoran Jakarta*. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan Nasional*, 1(1), 6. Retrieved from <http://journal.unas.ac.id/health>
- IDF. (2019). *International Diabetes Federation*. In *The Lancet* (Vol. 266). [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(55\)92135-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(55)92135-8)
- Kusuma, H., & Hidayati, W. (2013). *Hubungan Antara Motivasi Dengan Efikasi Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Persadia Salatiga*. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 1(2), 132–141.
- Mubarrok, A S, & Wiyanti, A. P. (2023). ... *Aktivitas Fisik Penderita Diabetes Mellitus Di RS Airlangga Jombang: The Relationship of Self-Efficacy with Physical Activity of People with Diabetes* *Jurnal Ilmiah* Retrieved from <https://www.journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikep/article/view/1415>
- Mubarrok, Alik Septian, & Anik Puji Wiyanti. (2023). *Hubungan Self-Efficacy Dengan Aktivitas Fisik Penderita Diabetes Mellitus Di Rs Airlangga Jombang*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(1), 182–188. <https://doi.org/10.33023/jikep.v9i1.1415>
- Munir, N. W., & Solissa, M. D. (2021). *Hubungan Self-Efficacy Dengan Self Care Pada Pasien Diabetes Melitus*. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(1), 9. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i1.1972>
- Prawirasatra, W. A., Wahyudi, F., & Nugraheni, A. (2017). *Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Pasien Dalam Menjalankan 4 Pilar Pengelolaan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Rowosari*. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 6(2), 1341–1360.
- Prihatin, K., Suprayitna, M., & Fatmawati, B. R. (2019). *Motivasi Terhadap Efikasi Diri Dalam Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2*. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 7(1), 27–35. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v7i1.2019.69>
- Riskesdas. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018*. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Riyadi, A., & Khoiroh Muflihatin, S. (2021). *Hubungan Dukungan Keluarga dengan Manajemen Diri pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda*. *Borneo Student Research*, 2(2), 994–1001.
- Trianni, L. (2013). *Hubungan Antara Tingkat Pendidikan Dan*

*Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Berobat Pada Penderita Hipertensi Di Puskesmas Ngaliyan Semarang.* Karya Ilmiah, 2(5), 1–8. Retrieved from <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/index.php/ilmukeperawatan/article/view/128>

Widiarti, H., Rozi, V. F., & Dewi, D. C. (2022). *Hubungan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Melakukan Latihan Fisik Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Umum Daerah Argamakmur Kabupaten Bengkulu Utara.* Jurnal Media Kesehatan, 15(2), 77–91. <https://doi.org/10.33088/jmk.v15i2.849>

#### **BIODATA PENULIS**

I Gusti Ayu Winda Dharmaning Putri merupakan mahasiswa Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali, Riwayat Pendidikan D3 Keperawatan di Politeknik Kesehatan Denpasar.