

HUBUNGAN MANAJEMEN DIRI DAN *SELF EFFICACY* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS

Syirli Anggriani¹, Musliha¹, Kodariyah¹

¹Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Jambi

*Corresponding author: syirlia06@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Komplikasi diabetes melitus (DM) berdampak negatif terhadap kualitas hidup pasien dan meningkatkan angka kesakitan. *Self-efficacy* berperan penting dalam manajemen diri pasien DM. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara manajemen diri dan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien DM.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain survei analitik dan pendekatan *cross-sectional* dilakukan pada 123 pasien DM, dengan populasi seluruh pasien DM di Puskesmas Simpang IV Sipin. Sampel dipilih menggunakan teknik simple random sampling. Data mengenai manajemen diri, *self-efficacy*, dan kualitas hidup dianalisis dengan uji statistik menggunakan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Hasil: Sebanyak 61,8% responden memiliki manajemen diri yang baik, 58,5% menunjukkan *self-efficacy* yang tinggi, dan 51,2% memiliki kualitas hidup yang tinggi. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara manajemen diri dengan kualitas hidup ($p = 0,001$) serta antara *self-efficacy* dengan kualitas hidup ($p = 0,001$).

Kesimpulan: Manajemen diri dan *self-efficacy* berhubungan signifikan dengan kualitas hidup pasien DM. Penguatan intervensi untuk meningkatkan kedua aspek tersebut dapat menjadi strategi preventif dan promotif yang efektif di pelayanan kesehatan primer.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Kualitas Hidup, Manajemen Diri, *Self Efficacy*

ASSOCIATION OF SELF-MANAGEMENT AND SELF-EFFICACY WITH QUALITY OF LIFE AMONG DIABETES MELLITUS PATIENTS

ABSTRACT

Background: Complications of diabetes mellitus (DM) negatively impact patients' quality of life and increase morbidity. *Self-efficacy* plays an essential role in diabetes self-management. This study aimed to examine the association between self-management and self-efficacy with the quality of life of patients with DM.

Methods: A quantitative analytic survey with a cross-sectional design was conducted among 123 DM patients at Puskesmas Simpang IV Sipin. Participants were selected using simple random sampling. Data on self-management, self-efficacy, and quality of life were analyzed using statistical tests with a significance level of $p < 0.05$.

Results: Of the respondents, 61.8% demonstrated good self-management and 58.5% reported high self-efficacy, while 51.2% had a high quality of life. Statistical analysis showed a significant relationship between self-management and quality of life ($p = 0.001$) and between self-efficacy and quality of life ($p = 0.001$).

Conclusion: Self-management and self-efficacy are significantly associated with the quality of life of DM patients. Strengthening interventions to improve these aspects may serve as effective preventive and promotive strategies in primary healthcare settings.

Keywords: Diabetes Mellitus, Self-Management, Self-efficacy, Quality of Life

PENDAHULUAN

Penyebab kematian diseluruh dunia saat ini berkaitan dengan penyakit kardiovaskuler, namun lebih 50% penyakit kardiovaskuler tersebut berhubungan dengan penyakit diabetes. Peningkatan angka Diabetes melitus di dunia diprediksi terus bertambah setiap tahunnya, pada tahun 2021 *International Diabetes Federation (IDF)* memperlihatkan jumlah penderita Diabetes di dunia sudah mencapai angka 537 juta. Peningkatan angka ini dapat mencapai 643 juta pada tahun 2030 bahkan diperkirakan pada tahun 2045 menjadi 783 juta. Di Indonesia IDF mencatat sebanyak 19,5 Juta penderita Diabetes pada tahun 2021 yang membuat Indonesia berada pada peringkat ke lima negara dengan penderita diabetes tertinggi. Di provinsi Jambi diabetes melitus masih termasuk dalam 10 penyakit terbanyak yang menerima pelayanan di puskesmas, dengan jumlah penderita tertinggi berada di Kota Jambi yakni 11.447 penderita². Menurut penelitian, tingkat kualitas hidup pasien diabetes berkaitan dengan kemampuan penderita diabetes melakukan manajemen diri³. Kualitas hidup merupakan perasaan Bahagia dan kepuasan pasien yang dapat mencerminkan kehidupan pasien yang di jalani sebagaimana mestinya terpenuhi antara lain kebutuhan akan perawatan DM, kadar gula darah, komplikasi yang terkontrol. Terpenuhinya aspek tersebut dapat meningkatkan kualitas hidup pasien. Penurunan tingkat kualitas hidup pasien mempengaruhi semua sisi kehidupan penderita DM yang meliputi fisik, psikologis, social, serta lingkungan. Kualitas hidup yang baik dapat dicapai dengan perawatan diri yang mumpuni⁴.

Manajemen diri pada penderita diabetes melitus di pengaruhi berbagai factor, salah satunya adalah minimnya Self efficacy penderita DM pada penyakit dan

nilai – nilai kesehatannya sehingga terciptanya perubahan perilaku Kesehatan pada penderita DM 5.

Survey awal yang dilakuka di puskesmas simpang IV Sipin Kota Jambi didapatkan kurang optimalnya self care yang dilakukan oleh penderita DM, dan 3 orang pasien mengatakan bahwa mereka merasa semakin hari penyakit yang diderita semakin bertambah. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melihat hubungan perawatan diri dan *Self Efficacy* dengan kualitas hidup Penderita Diabetes. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan perawatan diri dan *self efficacy* dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain survei analitik menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *simple random sampling*, dan jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Dahlan (2013), sehingga diperoleh 122 responden yang memenuhi kriteria inklusi dari populasi yaitu seluruh penderita DM yang berobat di Puskemas simpang IV sipin tahun 2024. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang terdiri atas empat bagian, yaitu data demografi responden, kuesioner manajemen perawatan diri, *self-efficacy*, serta kualitas hidup pasien. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden, manajemen perawatan diri, *self-efficacy*, dan kualitas hidup, serta secara bivariat (*chi square*) untuk menguji hubungan antara manajemen perawatan diri dan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien hipertensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengambilan data dilaksanakan di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi pada Bulan Juni 2025, kuesioner di sebarikan di poliklinik umum dan poliklinik Lansia sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Selama pengumpulan data didapatkan 123 responden sesuai dengan sample yang ditentukan.

Hasil penelitian disajikan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur		
Dewasa awal (43-54)	65	52.8
Dewasa Akhir (55-64)	50	40.7
Lansia(65-74)	8	6.5
Jumlah	123	100
Jenis Kelamin		
Laki-laki	28	22.8
Perempuan	95	77.2
Jumlah	123	100
Pekerjaan		
Wiraswasta	48	39.0
PNS	36	29.3
Dirumah	30	24.4
Petani	5	4.1
Lain-lain	4	3.3
Jumlah	123	100
Pendidikan		
Tidak tamat SD	10	8.1
SD	8	6.5
SMP	6	4.9
SMA	62	50.4
PT	37	30.1
Jumlah	123	100

Dari hasil penelitian menunjukkan responden berasal dari rentang usia 43 – 64 tahun (usia dewasa awal – akhir) yakni sebanyak >90% responden, yaitu responden penderita diabetes melitus berada pada kelompok usia 43–54 tahun sebesar 52,8%, diikuti oleh kelompok dewasa akhir (55–64 tahun) sebanyak 40,7%, dan hanya 6,5% pada kelompok lansia (65–74 tahun). Temuan ini memperlihatkan bahwa diabetes tidak hanya menjadi masalah pada usia lanjut, tetapi sudah banyak diderita pada

kelompok usia produktif, penelitian lain juga melaporkan bahwa prevalensi diabetes global mengalami peningkatan paling tajam pada usia 40–64 tahun(1). Secara fisiologis, usia paruh baya ditandai dengan menurunnya sensitivitas insulin, berkurangnya kemampuan sel β pankreas dalam mempertahankan sekresi insulin, serta meningkatnya akumulasi lemak visceral yang berperan dalam terjadinya resistensi insulin(2). Kondisi ini membuat kelompok usia 43–65 tahun memiliki kerentanan tinggi terhadap komplikasi yang secara langsung memengaruhi kualitas hidup pasien.

Hasil penelitian ini mendapatkan Sebagian besar responden didominasi oleh Perempuan dengan persentase 77.2% dan persentase laki – laki 22,8%. Secara fisiologis pada perempuan, khususnya pascamenopause, penurunan kadar estrogen mengakibatkan redistribusi lemak tubuh ke area visceral serta menurunkan sensitivitas insulin(3). Sebaliknya, pada laki-laki, rendahnya kadar testosteron juga berhubungan dengan resistensi insulin dan sindrom metabolik. Artinya, baik laki-laki maupun perempuan sama-sama memiliki kerentanan, meskipun mekanisme biologisnya berbeda. Studi lain menunjukkan perempuan dengan diabetes lebih sering melaporkan beban psikologis dan depresi, sedangkan laki-laki cenderung menghadapi komplikasi fisik, seperti penyakit kardiovaskular(4). Hal ini mempertegas bahwa jenis kelamin tidak hanya memengaruhi risiko diabetes secara patofisiologis, tetapi juga berdampak langsung pada dimensi kualitas hidup, baik fisik maupun psikologis.

Selain faktor biologis, faktor sosial-ekonomi juga memengaruhi kondisi pasien diabetes melitus. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan menengah (SMA) sebesar 50,4%, sementara perguruan tinggi hanya 30,1% sisanya berada pada Pendidikan SMP dan Sekolah

Dasar. Latar belakang pendidikan berhubungan erat dengan tingkat literasi kesehatan. Pasien dengan pendidikan rendah cenderung mengalami kesulitan memahami informasi terkait manajemen diabetes, seperti pengaturan pola makan, kepatuhan terhadap obat, dan pentingnya aktivitas fisik. Hal ini berimplikasi pada kontrol glikemik yang buruk serta risiko komplikasi kronis yang lebih tinggi (5). Sebaliknya, pasien dengan pendidikan lebih tinggi memiliki peluang lebih besar untuk mengakses informasi kesehatan yang benar, mengambil keputusan rasional dalam perawatan, dan menerapkan gaya hidup sehat. Dengan demikian, pendidikan berperan sebagai faktor protektif terhadap penurunan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus.

Distribusi pekerjaan responden menunjukkan mayoritas bekerja sebagai wiraswasta (39%), diikuti pegawai negeri sipil (29,3%), dan ibu rumah tangga atau bekerja di rumah (24,4%). Pola ini menunjukkan adanya variasi beban kerja, aktivitas fisik, dan stres psikososial yang memengaruhi kondisi kesehatan pasien. Pekerjaan dengan aktivitas fisik rendah atau bersifat sedentari, seperti sebagian PNS dan ibu rumah tangga, meningkatkan risiko resistensi insulin karena rendahnya pengeluaran energi harian. Di sisi lain, pekerjaan yang sarat tekanan atau stres kronis dapat memicu peningkatan kadar kortisol, yang secara patofisiologis mengganggu homeostasis glukosa dan memperburuk kondisi diabetes (6). Kondisi ini tidak hanya memperburuk aspek klinis, tetapi juga menurunkan kualitas hidup akibat keterbatasan produktivitas dan beban emosional yang lebih berat.

Tabel 2. Gambaran Tingkat Manajemen Diri Pasien Diabetes Melitus

Manajemen Diri	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	76	61.8
Kurang Baik	47	38.2
Total	123	100

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden memiliki tingkat manajemen diri yang tinggi (61,8%), sedangkan 38,2% responden berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien mampu melakukan perawatan mandiri yang memadai terhadap Diabetes Melitus. Manajemen diri diabetes mencakup empat domain utama, yaitu diet, aktivitas fisik, kepatuhan pengobatan, dan pemantauan glukosa darah. Pada aspek diet, pasien dengan manajemen diri tinggi cenderung lebih konsisten dalam menjaga pola makan seimbang dan membatasi asupan gula sederhana. Dalam domain aktivitas fisik, pasien lebih disiplin dalam melakukan olahraga teratur yang terbukti membantu menjaga kontrol glikemik. Kepatuhan pengobatan tercermin dari keteraturan pasien dalam mengonsumsi obat sesuai jadwal. Sementara itu, pemantauan kadar glukosa darah yang dilakukan secara rutin memungkinkan pasien mendeteksi perubahan lebih dini sehingga dapat segera mengambil langkah korektif. Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian internasional yang menegaskan bahwa keempat domain tersebut sangat menentukan keberhasilan pengendalian diabetes dan kualitas hidup pasien (10–12).

Tabel 3. Gambaran *Self Efficacy* Pasien Diabetes Melitus

<i>Self Efficacy</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	72	58.5
Rendah	51	41.5
Total	123	100

Nilai *Self Efficacy* pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Simpang IV Sipin tahun 2024 menunjukkan lebih dari separuh memiliki tingkat yang tinggi yaitu sebanyak 58,5%, hanya 41.5% responden yang

memiliki tingkat *Self Efficacy* rendah. Tingkat *self-efficacy* yang tinggi berkorelasi dengan kemampuan pasien dalam mengontrol pola makan, menjaga kepatuhan terhadap terapi, serta melakukan aktivitas fisik secara konsisten. Sebaliknya, *self-efficacy* yang rendah sering dikaitkan dengan rendahnya kepatuhan, peningkatan risiko komplikasi, dan penurunan kualitas hidup. Studi terbaru menunjukkan bahwa peningkatan *self-efficacy* melalui edukasi, dukungan sosial, dan intervensi berbasis perilaku dapat memperbaiki kontrol glikemik serta outcome kesehatan pasien secara keseluruhan(7)(8). Hal ini memperkuat pentingnya intervensi keperawatan dan program manajemen diri berbasis bukti untuk mendukung pasien dalam membangun keyakinan diri yang lebih baik terhadap kemampuan mereka mengelola Diabetes Melitus (8,9).

Tabel 4. Gambaran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus

Kualitas Hidup	Frekuensi	Persentase
Tinggi	63	51.2
Rendah	60	48.8
Total	123	100

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki kualitas hidup pada tingkat tinggi (51,2%), sementara 48,8% lainnya berada pada kategori rendah. Proporsi yang relatif seimbang ini menunjukkan bahwa meskipun lebih dari separuh pasien Diabetes Melitus dapat mempertahankan kualitas hidup yang baik, masih terdapat hampir setengah dari responden yang menghadapi keterbatasan akibat kondisi penyakit kronis tersebut. Kualitas hidup pada pasien diabetes dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kontrol glikemik, keberhasilan manajemen

diri, dukungan sosial, serta kondisi psikologis seperti kecemasan dan depresi. Pasien dengan kualitas hidup tinggi umumnya memiliki kepatuhan lebih baik terhadap terapi, mampu menjaga gaya hidup sehat, serta mendapat dukungan keluarga maupun tenaga kesehatan. Sebaliknya, kualitas hidup yang rendah sering dikaitkan dengan adanya komplikasi, beban psikososial, serta rendahnya tingkat *self-efficacy* dalam mengelola penyakit.

Hasil ini konsisten dengan studi internasional yang menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien diabetes tidak hanya dipengaruhi oleh faktor klinis, tetapi juga aspek psikososial dan gaya hidup (13,14). Intervensi edukasi kesehatan, dukungan emosional, dan pendekatan holistik berbasis pasien terbukti mampu meningkatkan kualitas hidup, terutama pada pasien dengan faktor risiko tinggi atau komplikasi (10,11,15). Dengan demikian, kualitas hidup pasien Diabetes Melitus dapat ditingkatkan melalui manajemen multidimensi yang mencakup aspek medis, psikologis, dan sosial.

Hubungan Manajemen Diri dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara manajemen diri dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi tahun 2025, diperoleh bahwa dari total 123 responden, sebanyak 76 responden (61,8%) memiliki manajemen diri yang baik. Di antara kelompok ini, 48 responden (39%) menunjukkan kualitas hidup yang baik dan 28 responden (22,8%) memiliki kualitas hidup yang kurang baik.

Tabel 5. Hubungan Manajemen Diri Dan Kualitas Hidup pasien Diabetes

Kualitas hidup	Manajemen Diri				Total	<i>p value</i>	
	Baik		Kurang Baik				
Baik	48	39%	28	22.8%	76	61.8	0.001
Kurang Baik	15	12,2%	32	26%	47	38.2%	

Jumlah	63	51.2%	60	48.8%	123	100%
--------	----	-------	----	-------	-----	------

Sementara itu, dari 47 responden (38,2%) yang memiliki manajemen diri kurang baik, sebanyak 15 responden (12,2%) menunjukkan kualitas hidup yang baik dan 32 responden (26%) memiliki kualitas hidup yang kurang baik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara manajemen diri dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Dengan demikian, semakin baik manajemen diri yang dilakukan oleh pasien, maka semakin baik pula kualitas hidup yang dimilikinya.

Ada hubungan yang erat antara **manajemen diri** dengan **kualitas hidup pasien diabetes melitus**. Pasien yang mampu melakukan manajemen diri dengan baik—meliputi pengaturan diet, aktivitas fisik, pemantauan glukosa darah, serta kepatuhan terhadap pengobatan—cenderung memiliki kontrol penyakit yang lebih stabil, sehingga menurunkan risiko komplikasi dan meningkatkan kesejahteraan. Penelitian menemukan bahwa kemampuan manajemen diri berhubungan signifikan dengan peningkatan kualitas hidup pasien diabetes tipe 2, terutama melalui kepatuhan pengobatan dan pengendalian kadar gula

darah. pasien dengan tingkat manajemen diri yang tinggi tidak hanya menunjukkan kualitas hidup yang lebih baik, tetapi juga mengalami penurunan tingkat stres psikologis yang berkaitan dengan diabetes(16). Hal ini disebabkan karena kemampuan mengelola diet, aktivitas fisik, pemantauan glukosa, serta kepatuhan obat memberikan rasa kontrol terhadap kondisi kronis yang mereka alami. Rasa kontrol ini pada akhirnya mengurangi kecemasan, ketidakpastian, dan beban emosional yang sering dialami pasien diabetes.

Selain itu, dalam tinjauan sistematis di Asia menunjukkan bahwa strategi kontinuitas perawatan yang menekankan pada manajemen diri terbukti mampu meningkatkan kualitas hidup, khususnya pada kelompok lansia dengan diabetes(17). Dukungan edukasi dan monitoring yang berfokus pada manajemen diri membuat pasien lebih percaya diri dalam mengelola penyakitnya sehari-hari. Hal serupa juga diungkapkan oleh Bibi et al. (2025), yang menyatakan bahwa pasien dengan tingkat manajemen diri yang tinggi tidak hanya memiliki kualitas hidup yang lebih baik, tetapi juga mengalami pengurangan stres psikologis terkait diabetes.

Hubungan *Self Efficacy* dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Simpang IV sipin Kota Jambi Tahun 2025

Tabel 5. Hubungan Manajemen Diri Dan Kualitas Hidup pasien Diabetes

Kualitas hidup	Tingkat Efikasi				Total	<i>p value</i>	
	Tinggi		Rendah				
Baik	50	40.7%	22	22.8%	72	58.5%	0.001
Kurang Baik	13	10.6%	38	30.9%	51	41.5%	
Jumlah	63	60.2%	60	48.8%	123	100%	

Hasil analisis bivariat menunjukan ada hubungan yang signifikan antara ***self-efficacy*** dan **kualitas hidup pasien diabetes melitus** dengan nilai $p\text{-value} < 0,005$. *Self-efficacy*, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengelola penyakit,

terbukti memengaruhi bagaimana pasien menjalani perawatan mandiri, kepatuhan terhadap pengobatan, serta adaptasi terhadap kondisi kronis yang mereka hadapi. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pasien dengan tingkat *self-efficacy* yang

tinggi cenderung memiliki kontrol glikemik yang lebih baik, keterlibatan lebih aktif dalam perawatan diri, serta tingkat stres yang lebih rendah, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup mereka(8). Selain itu, komponen psikologis seperti self-compassion yang dikombinasikan dengan *self-efficacy* terbukti meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes tipe 2 melalui perbaikan mekanisme koping dan penurunan gejala negatif (10,16).

Dalam tinjauan sistematis lainnya, keberlanjutan perawatan diabetes pada lansia di Asia yang menekankan pada peningkatan *self-efficacy* terbukti meningkatkan aktivitas fisik, kepuasan pasien, serta kualitas hidup secara keseluruhan(17). Bahkan, intervensi berbasis teori *self-efficacy* seperti edukasi kelompok dan program manajemen diri mampu meningkatkan perilaku kesehatan, mengontrol kadar gula darah, dan berkontribusi terhadap kualitas hidup pasien diabetes (9). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seorang pasien diabetes melitus, semakin baik kualitas hidup yang dapat mereka capai. Intervensi keperawatan maupun edukasi pasien yang berfokus pada peningkatan *self-efficacy* menjadi strategi penting dalam pengelolaan diabetes jangka panjang.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus di Puskesmas Simpang IV Sipin memiliki tingkat *self-efficacy* dan manajemen diri yang tinggi. Lebih dari separuh responden juga menunjukkan kualitas hidup yang baik. Analisis statistik memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dan manajemen diri dengan kualitas

hidup pasien diabetes mellitus ($p = 0,001$). Temuan ini menegaskan bahwa peningkatan keyakinan diri serta kemampuan dalam mengelola penyakit berkontribusi terhadap peningkatan kualitas hidup pasien.

Berdasarkan hasil tersebut, disarankan kepada akademisi untuk menjadikan temuan ini sebagai referensi dalam pengembangan intervensi edukatif yang berfokus pada peningkatan *self-efficacy* dan kemampuan manajemen diri pasien diabetes. Pihak puskesmas diharapkan dapat memperkuat program edukasi dan pendampingan pasien melalui penyuluhan rutin serta kelompok dukungan sebaya guna mendorong perilaku perawatan mandiri yang berkelanjutan. Bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan mempertimbangkan faktor lain seperti dukungan sosial, tingkat stres, dan kepatuhan pengobatan menggunakan desain penelitian longitudinal atau intervensi untuk memahami hubungan kausal antara aspek psikososial dan kualitas hidup pasien diabetes secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dianna J MDJ, BEJ, & IDAA, E J B. IDF Diabetes Atlas 10th edition: Global estimates of diabetes prevalence 2021–2045. In: Diana J M, E J B, Author IDF Diabetes Atlas, editors. Diabetologia, 64(12). 10th ed. 2021. p. 2741–50.
2. Palmer AK, Gustafson B, Kirkland JL, Smith U. Cellular senescence: at the nexus between ageing and diabetes. Vol. 62, Diabetologia. Springer Verlag; 2019. p. 1835–41.
3. Kautzky-Willer A, Leutner M, Harreiter J. Sex differences in type 2 diabetes. Diabetologia [Internet]. 2023 Mar 10;986–1002. Available from: <https://doi.org/10.1007/s00125-023-05891-x>
4. Peters SAE, Muntner P, Woodward M.

- Sex Differences in the Prevalence of, and Trends in, Cardiovascular Risk Factors, Treatment, and Control in the United States, 2001 to 2016. *Circulation*. 2019 Feb 19;139(8):1025–35.
5. Mutyambizi C, Pavlova M, Hongoro C, Groot W. Inequalities and factors associated with adherence to diabetes self-care practices amongst patients at two public hospitals in Gauteng, South Africa. *BMC Endocr Disord*. 2020 Jan 28;20(1).
 6. Pena-Gralle APB, Talbot D, Duchaine CS, Lavigne-Robichaud M, Trudel X, Aubé K, et al. Job strain and effort–reward imbalance as risk factors for type 2 diabetes mellitus: A systematic review and meta-analysis of prospective studies. Vol. 48, *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*. Nordic Association of Occupational Safety and Health; 2022. p. 5–20.
 7. Zhao FF, Suhonen R, Katajisto J, Stolt M, Leino-Kilpi H. Association between diabetes-related self-care activities and positive health: A cross-sectional study. *BMJ Open*. 2019 Jul 1;9(7).
 8. Bibi A, Bibi M, Gul F, Faqeer S, Ullah I, Wisal S, et al. Insights-journal of health and rehabilitation relationship between illness perception, diabetes-related *self-efficacy* , and diabetes-related quality of life among patients with typ... *Insights-journal of health and rehabilitation relationship between illness perception, diabetes-related self-efficacy , and diabetes-related quality of life among patients with type 2 diabetes mellitus Original Research [Internet]*. 2025. Available from: <https://www.researchgate.net/publication/394465345>
 9. Thawornsinsin P, Jaidee W. Effects of Program Applying Thai Traditional Medicine with *Self-efficacy* Theory on Health Behaviors of Type 2 Diabetic Patients in Phanthong Hospital Chonburi Province. *Primary Health Care Journal*. 2025;40(2):15572.
 10. Eshtaya R, Ayed A, Malak MZ, Shehadeh A. The association between diabetes management *self-efficacy* and quality of life among Palestinian patients with type 2 diabetes. *BMC primary care [Internet]*. 2025 Aug 30;26(1):274. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/40885915>
 11. Camargo-Plazas P, Robertson M, Alvarado B, Paré GC, Costa IG, Duhn L. Diabetes self-management education (DSME) for older persons in Western countries: A scoping review. *PLoS One*. 2023 Aug 1;18(8 August).
 12. Mair FS, Hanlon P, Bryson I, Morrison H, Rafiq Q, Boehmer K, et al. Self-management interventions for Type 2 Diabetes: Systematic review protocol focusing on patient workload and capacity support. *Wellcome Open Res*. 2021;6.
 13. Ebrahimi H, Sadeghi M, Esmaeili SM, Janmohammadi F, Bahaonar E. Effect of empowerment model-based program on quality of life in patients with type 2 diabetes: A randomized controlled trial. *Iran J Nurs Midwifery Res*. 2023 Jan 1;28(1):99–104.
 14. Zheng F, Liu S, Liu Y, Deng L. Effects of an outpatient diabetes self-management education on patients with type 2 diabetes in China: A randomized controlled trial. *J Diabetes Res*. 2019;2019.
 15. Alshayban D, Joseph R. Health-related quality of life among patients with type 2 diabetes mellitus in Eastern Province, Saudi Arabia: A cross-sectional study. *PLoS One*. 2020 Jan 1;15(1).
 16. Eshtaya R, Ayed A, Malak MZ, Shehadeh A. The association between diabetes management *self-efficacy* and

quality of life among Palestinian patients with type 2 diabetes. BMC primary care [Internet]. 2025 Aug 30;26(1):274. Available from: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/40885915>

17. Sari CWM, Haroen H, Juniarti N, Amalia L, Pardosi JF. A Systematic Review of Continuity of Care Strategies for Enhancing Diabetes Self-Management in Older Adults in Asian Countries. Vol. 18, Journal of Multidisciplinary Healthcare. Dove Medical Press Ltd; 2025. p. 5441–59.

