

Literature Review: Faktor-Faktor Internal dan Eksternal yang Mempengaruhi Manajemen Diri pada Pasien Diabetes Melitus

Himmatul Khaira

Master of Nursing Student, Faculty of Nursing, Universitas Indonesia; himmatulkhaira@gmail.com (koresponden)

Debbie Dahlia

Lecturer, Medical & Surgical Nursing Department, Faculty of Nursing, Universitas Indonesia; debie@ui.ac.id

Sri Yona

Lecturer, Medical & Surgical Nursing Department, Faculty of Nursing, Universitas Indonesia; ona.ismail@gmail.com

ABSTRACT

Although education has been given, there are still behaviors that are not in accordance with self-management in diabetes. So this study aims to identify internal and external factors that influence self-management in diabetes mellitus patients. The process of selecting articles in this literature review used extensive searches on six databases, namely EBSCO, Scopus, Clinical Key, Science Direct, PubMed, and SAGE publication to obtain quantitative research reports between 2016 and 2020. Stages of selecting articles used the PRISMA model. Of the 529 articles identified, a screening was carried out to obtain 74 articles, then the eligibility which resulted in 11 articles. Identified internal factors were found in 10 of 11 articles including psychological conditions, depression, diabetes distress, experience regarding DM management that was not appropriate, knowledge of DM, low belief in intervention, self-efficacy, medication adherence, motivation, duration of illness, external factors. identified in 4 of 11 articles, namely family and friends (who helped/helpful family and friends, and harmful/harmful family and friends), support from health workers, education, and support roles outside the home (out-of-home informal support). Internal and external factors that exist in patients need to be known in order to help improve self-management in diabetes patients and overcome the obstacles they feel.

Key words: internal factors; external factors; diabetes self management

ABSTRAK

Meskipun edukasi telah diberikan namun masih terdapat perilaku yang belum sesuai dengan manajemen diri pada diabetes. Maka penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien diabetes melitus. Proses pemilihan artikel pada *literature review* ini menggunakan pencarian ekstensif pada enam database yaitu EBSCO, Scopus, Clinical Key, Science Direct, PubMed, dan SAGE publication untuk mendapatkan laporan penelitian kuantitatif antara tahun 2016 hingga 2020. Tahapan pemilihan artikel menggunakan model PRISMA. Dari 529 artikel yang diidentifikasi, dilakukan *screening* sehingga didapatkan 74 artikel, kemudian *eligibility* yang menghasilkan 11 artikel. Faktor internal yang teridentifikasi terdapat dalam 10 dari 11 artikel diantaranya kondisi psikologis, depresi, distres diabetes, pengalaman mengenai manajemen DM yang belum sesuai, pengetahuan tentang DM, keyakinan yang rendah terhadap intervensi, efikasi diri, kepatuhan pengobatan, motivasi, durasi penyakit. Faktor eksternal yang teridentifikasi dalam 4 dari 11 artikel yaitu keluarga dan teman (yang menolong/helpful family and friends, dan yang membahayakan/harmful family and friends), dukungan tenaga kesehatan, edukasi, dan peran pendukung di luar rumah (out-of-home informal support). Faktor internal dan eksternal yang ada pada diri pasien perlu untuk diketahui agar dapat membantu meningkatkan manajemen diri pada pasien diabetes dan mengatasi hambatan yang dirasakannya.

Kata kunci: internal factors; external factors; diabetes self management

PENDAHULUAN

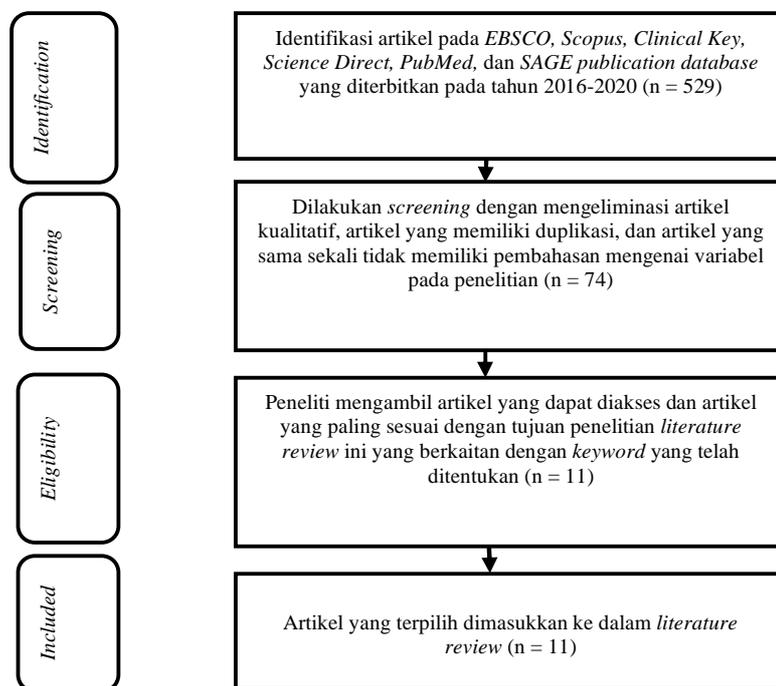
Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik yang terjadi karena kelainan sekresi insulin atau penurunan sensitivitas reseptor insulin.⁽¹⁾ Penyakit DM masih menjadi perhatian di dunia karena jumlah penderitanya yang masih tinggi. Pada tahun 2014 berjumlah 422 juta jiwa, kemudian meningkat 51 juta pada tahun 2019 menjadi 463 juta. ^(2,3) Prevalensi pasien DM pada tahun 2019 di Indonesia berjumlah 10.7 juta jiwa.⁽³⁾ Pada tahun 2030 diperkirakan akan mencapai angka 20.1 juta.⁽⁴⁾

Komplikasi akibat DM dapat berupa komplikasi kronis, dan akut. Untuk menghindari terjadi komplikasi ini maka manajemen diri perlu diperbaiki pada pasien DM. Persatuan Endokrin Indonesia (PERKENI) telah menuliskan empat pilar manajemen diabetes di Indonesia yang terdiri dari edukasi, latihan jasmani, terapi nutrisi medis, dan terapi farmakologis.⁽⁴⁾ Banyak pasien telah diberi edukasi mengenai empat pilar manajemen DM, seperti yang telah dilakukan oleh Puskesmas yang memiliki program PROLANIS.⁽⁵⁾ Namun masih banyak pula yang belum melakukan manajemen DM yang sesuai. Hal ini dibuktikan dengan data pasien yang masih tidak mengontrol diet dengan baik mencapai kurang lebih 79,5 juta jiwa. Pasien yang tidak meminum obat atau injeksi insulin dengan alasan sering lupa minum obat terdapat sebanyak 18.77% (2.008.390 jiwa dari keseluruhan penderita DM). Bahkan terdapat 50.4% pasien yang tidak meminum obat dengan alasan merasa sudah sehat. Dan kurang dari 50% pasien melakukan olahraga dari keseluruhan pasien yang menderita DM.⁽⁶⁾ Perilaku demikian mengharuskan penelusuran lebih jauh mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien DM, sebagai salah satu upaya untuk mengetahui apa yang menjadi penyebab manajemen diri yang belum sesuai pada diri pasien. Tujuan dari studi ini yaitu mengidentifikasi faktor-faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien diabetes melitus.

METODE

Proses pemilihan artikel pada *literature review* ini menggunakan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*) seperti yang tertera pada gambar 1. Penulis mengumpulkan artikel

dari beberapa penelitian dengan metode kuantitatif, untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien diabetes melitus. Penulis melakukan proses pencarian artikel yang berkaitan dengan tujuan penelitian melalui beberapa tahapan dengan menggunakan kata kunci “*internal AND external factor AND diabetes self management*”. Database pencari artikel yang digunakan terdiri dari enam database: *EBSCO, Scopus, Clinical Key, Science Direct, PubMed, dan SAGE publication* yang diterbitkan pada tahun 2016-2020.



Gambar 1. Tahapan pemilihan artikel berdasarkan model PRISMA ⁽⁷⁾

Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu pasien diabetes melitus, studi kuantitatif, studi yang membahas tentang faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada individu dengan DM, artikel dengan rentang penerbitan lima tahun terakhir yaitu dari tahun 2016 sampai dengan 2020. Sedangkan kriteria eksklusi pada *review* ini yaitu populasi yang tidak menderita DM, studi kualitatif, artikel dengan penerbitan di atas lima tahun terakhir atau di bawah 2016, dan artikel tidak membahas tentang faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien DM.

Proses pemilihan artikel pada *literature review* ini menggunakan model PRISMA. Hasil pencarian dari enam database didapatkan sebanyak 529 artikel. Setelah dilakukan *screening* dengan mengeliminasi artikel kualitatif, artikel yang memiliki duplikasi, dan artikel yang sama sekali tidak memiliki pembahasan mengenai variabel pada penelitian ini, didapatkan 74 artikel. Selanjutnya, proses *eligibility*, peneliti mengambil artikel yang dapat diakses dan artikel yang paling sesuai dengan tujuan penelitian *literature review* ini yang berkaitan dengan *keyword* yang telah ditentukan, sehingga ditemukan 11 artikel yang diulas dalam artikel *literature review* ini.

HASIL

Fokus dari *literature review* ini yaitu membahas 11 artikel tentang faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien DM. Faktor yang diidentifikasi adalah faktor internal dan eksternal pada tiga manajemen diri DM (diet, latihan jasmani, dan terapi farmakologis). Hasil artikel yang ditemukan disesuaikan dengan kriteria inklusi, dan selanjutnya dimasukkan dalam *literature review* yang akan diuraikan dalam tabel 1 mengenai hasil penelitian berbagai jenis faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada diabetes melitus. Hasil penemuan dari artikel ini disampaikan secara ringkas pada tabel 2.

Tabel 1. Hasil studi berbagai faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien diabetes melitus

Autor & lokasi	Desain	Populasi dan sampel	Tujuan	Durasi	Hasil penelitian	Kesimpulan
Mayberry, dkk, 2019, USA ⁽⁸⁾	<i>Cross sectional</i> dan <i>Longitudinal RCT</i>	Populasi pada penelitian ini adalah pasien di klinik perawatan primer dewasa Vanderbilt dan Pusat Kesehatan Federal berkecukupan di Nashville. Sampel penelitian adalah 512 pasien	Penelitian ini mengembangkan dan mengevaluasi pengukuran yang menilai keterlibatan keluarga/teman yang bermanfaat dan berbahaya dalam manajemen diri diabetes tipe 2 orang dewasa	3 bulan	Keterlibatan dari keluarga dan teman yang bersifat menolong (<i>helpful</i>) berhubungan dengan perilaku diet yang lebih baik (p 0.001), aktivitas fisik yang meningkat (p 0.025), dan memiliki kepatuhan terhadap pengobatan yang lebih baik (p 0.001). Sebaliknya pada keterlibatan dari keluarga dan teman yang bersifat membahayakan (<i>harmful</i>)	Keterlibatan keluarga dan teman mempengaruhi manajemen diri pada pasien diabetes melitus

Autor & lokasi	Desain	Populasi dan sampel	Tujuan	Durasi	Hasil penelitian	Kesimpulan
					berhubungan dengan perilaku diet yang buruk ($p < .001$), dan kepatuhan terhadap pengobatan yang buruk ($p < 0.001$).	
Messina, dkk, 2018, Italia ⁽⁹⁾	<i>Cross-sectional</i>	Penderita diabetes tipe 2 yang menghadiri Unit Perawatan Penyakit Metabolik Endokrin di Departemen Penyakit Dalam Rumah Sakit Negeri San Marino Sampel penelitian adalah 165 pasien	Penelitian ini mengadaptasi versi bahasa Inggris dari DMSES ke bahasa Italia dan untuk menganalisis sifat psikometriknya.	5 bulan	Korelasi negatif dan lemah ditemukan antara diet dan latihan jasmani dengan PAID-5 (depresi) ($p = <0,01$) dan PHQ-9 (diabetes distres) ($p = <0,01$) dan yang positif dengan WHO-5 (psikologis baik) ($p <0,01$) dengan ($\alpha = .849$) Kepatuhan pengobatan tidak ada hubungannya dengan PAID-5 (distres diabetes) ($p = 0.083$), PHQ-9 (depresi) ($p = 0.076$) dan WHO-5 (psikologis yang baik) ($p = 0.037$) dengan $\alpha = .900$.	Kondisi depresi dan distres diabetes tidak terlalu berpengaruh pada diet dan aktivitas pasien DM Kondisi psikologis yang baik berpengaruh positif pada diet dan latihan jasmani pada pasien DM Kondisi depresi, distres diabetes, dan psikologis tidak berhubungan dengan kepatuhan pengobatan
Calvo, dkk, 2020, Spanyol ⁽¹⁰⁾	<i>Cross-sectional</i>	Pasien dewasa dengan empat penyakit kronis: diabetes melitus (DM), infeksi <i>human immunodeficiency virus</i> (HIV), penyakit radang usus atau penyakit rematik. Sampel penelitian adalah 1530	Studi ini menilai frekuensi perilaku ketidakpatuhan dan potensi hubungan dengan pengalaman pasien dengan perawatan kesehatan dan keyakinan pada obat yang dilaporkan sendiri oleh pasien dengan empat kondisi kronis berbeda.	6 bulan-3 tahun	Skor kebutuhan BMQ yang lebih rendah dan skor kekhawatiran BMQ yang lebih tinggi ($p < 0,001$ untuk semua), dan dengan skor manajemen diri IEXPAC yang lebih rendah ($p = 1/4, 0,007$), ketidakpatuhan lebih sering terjadi pada pasien DM dibandingkan dengan pasien infeksi HIV ($p < 0,001$).	Keyakinan pasien dalam obat-obatan dengan persepsi yang lebih rendah terhadap perlunya pengobatan, dan skor pengalaman manajemen diri pasien yang rendah dikaitkan dengan perilaku ketidakpatuhan.
Klinovszky, dkk, 2019, Hungaria ⁽¹¹⁾	<i>Cross-sectional</i>	Pasien yang didiagnosis dengan DM tipe 2 menerima perawatan di Unit Diabetes, Departemen Penyakit Dalam ke-1, Pusat Kesehatan Szent-Györgyi Albert, Universitas Szeged. Sampel penelitian adalah 113 pasien	Penelitian ini mengeksplorasi perilaku kepatuhan pasien diabetes melitus tipe 2/DMT2 dengan memeriksa hubungan antara berbagai jenis kepatuhan.	10 bulan	Kepatuhan diet berhubungan dengan efikasi diri ($p = 0.001$) Kepatuhan obat berhubungan dengan kepatuhan diet ($p < 0.001$) Keraguan terhadap terapi berhubungan dengan kepatuhan diet yang menurun ($p = 0.001$)	Kepatuhan terhadap pengobatan, diet, pemantauan glukosa, dan latihan fisik menunjukkan kadar yang berbeda pada pasien DM tipe 2
Tran, dkk, 2017, Vietnam ⁽¹²⁾	<i>Cross-sectional</i>	Pasien dari klinik rawat jalan diabetes dari rumah sakit praktek dan pelatihan tersier di Vietnam Selatan Sampel penelitian adalah 198	Penelitian ini menjelaskan tentang manajemen diri diabetes (DSM), pengetahuan diabetes, dukungan keluarga dan teman, dukungan penyedia layanan kesehatan, kepercayaan pada efektivitas pengobatan dan efikasi diri manajemen diabetes, dan mengeksplorasi hubungan DSM di antara orang dewasa Vietnam dengan diabetes melitus tipe 2.	6 bulan	Manajemen diri diabetes seperti pengelolaan diet, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan pada pasien secara langsung berkaitan dengan pengetahuan diabetes ($p < .001$), dukungan keluarga dan teman ($p < .001$), kepercayaan pada efektivitas pengobatan ($p < .01$) dan <i>self-efficacy</i> manajemen diabetes ($p < .001$)	Pengetahuan tentang DM, dukungan keluarga dan teman, dukungan penyedia layanan kesehatan, kepercayaan pada efektivitas pengobatan dan <i>self-efficacy</i> mempengaruhi manajemen diri pada pasien diabetes
Meunier, dkk, 2016, Canada ⁽¹³⁾	<i>Longitudinal design dengan crossed-lagged panel analysis</i>	Pasien dari empat RS dan empat pusat pelayanan kesehatan dan sosial Sampel penelitian adalah 295	Studi ini menguji asosiasi prospektif antara informasi, motivasi, dan keterampilan perilaku dan perilaku perawatan diri	6-12 bulan	Motivasi berkaitan dengan latihan fisik secara positif dan signifikan ($p < 0.05$) Efikasi diri berkaitan dengan pengelolaan diet secara positif dan signifikan ($p < 0.05$)	Motivasi dan efikasi diri mempengaruhi manajemen diri pada pasien DM
Kang, Younhee dan Yujin Hur, 2020, Korea ⁽¹⁴⁾	<i>Descriptive correlational dan cross-sectional survey design.</i>	Populasi penelitian ini adalah pasien DM dewasa yang mengunjungi klinik DM di Vientiane, dimana terdapat empat rumah sakit pusat Sampel penelitian adalah 175 pasien	Penelitian ini mengeksplorasi kepatuhan pengobatan DM dan faktor-faktor yang terkait di Laos dengan DM tipe 2	3 bulan	Efikasi diri ($\beta = .186, p = .015$) berkaitan secara positif dan signifikan terhadap kepatuhan pengobatan dan durasi penyakit ($\beta = -.178, p = .019$) berkaitan secara negatif dan signifikan terhadap kepatuhan pengobatan	Efikasi diri dan durasi penyakit mempengaruhi peningkatan kepatuhan pengobatan

Autor & lokasi	Desain	Populasi dan sampel	Tujuan	Durasi	Hasil penelitian	Kesimpulan
Miquelon, dkk, 2016, Canada ⁽¹⁵⁾	<i>Cross-sectional</i>	Populasi pada penelitian ini adalah orang dewasa dengan diabetes tipe 2 berusia antara 18 dan 70 tahun. Sampel penelitian adalah 365 pasien	Penelitian ini menguji bagaimana motivasi untuk terlibat dalam aktivitas fisik mempengaruhi kepatuhan terhadap rekomendasi aktivitas fisik oleh orang dewasa dengan diabetes tipe 2.	6-12 bulan	Motivasi berkaitan dengan kepatuhan aktifitas fisik secara signifikan (p <0.001)	Motivasi mempengaruhi kepatuhan terhadap aktifitas fisik pada pasien DM
Mayberry, dkk, 2018, Michigan ⁽¹⁶⁾	<i>Cross sectional</i>	Populasi penelitian ini adalah empat klinik perawatan primer komunitas yang secara geografis tersebar di seluruh semenanjung bagian bawah Michigan. Sampel penelitian adalah 313 pasien	Studi ini meneliti frekuensi melihat dan berbicara dengan pendukung luar rumah secara terpisah yang mungkin berimplikasi pada peran pendukung luar rumah jarak jauh.	30 hari	Kedekatan <i>care-partners</i> yang lebih besar dikaitkan dengan kemungkinan yang lebih besar untuk kepatuhan pengobatan yang sempurna (p = .029), lebih banyak asupan buah / sayuran (b = 0.14, p = .018).	<i>Care-partners</i> mungkin lebih sering terlibat saat pasien tidak memiliki pendukung di rumah dan menderita diabetes yang tidak terkontrol dengan baik.
Ghoreishi, dkk, 2019, Iran ⁽¹⁷⁾	<i>Descriptive dan quasi-experimental</i>	Populasi penelitian ini adalah pasien DM tipe 2. Sampel penelitian adalah 320 pasien	Penelitian ini menentukan efek intervensi edukasi berdasarkan teori sosial kognitif, terhadap perilaku perawatan diri pada DM tipe 2	30 hari	Edukasi (p <0.001), adaptasi emosi (p <0.001), pengaturan diri (<i>self-regulation</i>) (p <0.001), <i>self efficacy</i> (p <0.001) mempengaruhi perawatan diri pada pasien DM	Edukasi berbasis teori kognitif sosial memiliki efek positif terhadap perawatan diri pada pasien DM
Huang, dkk, 2020, USA ⁽¹⁸⁾	<i>Cross-sectional</i>	Populasi penelitian ini adalah pasien dari <i>UW Health Northeast Family Medical Center</i> yang berlokasi di perkotaan Madison, Wisconsin. Sampel penelitian adalah 205 pasien	Studi <i>cross-sectional</i> ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor penting pasien yang terkait dengan kepatuhan pengobatan diabetes di berbagai tingkat literasi kesehatan.	8 bulan	Pasien yang memiliki <i>self efficacy</i> (p<0.001), kekhawatiran yang rendah (p<0.001), dan lebih sedikit hambatan yang dirasakan untuk minum obat (p<0.001) berkaitan secara signifikan dengan kepatuhan pengobatan	Penemuan menyarankan bahwa praktisi harus menangani keyakinan di antara pasien, dan tingkat kepatuhan pasien, membantu meningkatkan manajemen diri, dan mengatasi hambatan yang dirasakan terhadap kepatuhan pengobatan di antara semua pasien yang memiliki tingkat patuh yang rendah untuk secara optimal mendukung perawatan diabetes pasien.

RCT-Randomized Controlled Trial, DMSES- Diabetes Management Self- Efficacy Scale, PAID-5-The Problem Areas In Diabetes- Short, PHQ-9-The Patient Health Questionnaire, WHO-5-The World Health Organization-5, BMQ-Beliefs About Medicines Questionnaire, IEXPAC-Instrument to Evaluate the EXperience of Patients with Chronic diseases.

Tabel 2. Ringkasan faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien diabetes melitus

Faktor yang mempengaruhi manajemen DM	Diet		Latihan jasmani		Kepatuhan pengobatan	
	Baik	Buruk	Baik	Buruk	Baik	Buruk
Faktor Internal						
Depresi ⁽⁹⁾	TS	TS	TS	TS	TS	TS
Distres diabetes ⁽⁹⁾	TS	TS	TS	TS	TS	TS
Kondisi psikologis yang baik ⁽⁹⁾	S		S		TS	
Pengalaman pasien mengenai manajemen yang belum sesuai ⁽¹⁰⁾	-	-	-	-	-	S
Pengetahuan tentang DM ⁽¹²⁾	-	TS	-	TS	-	TS
Efikasi diri ^(11-13,17,18)	S	-	S	-	S	
Kepatuhan obat ⁽¹¹⁾	S	-	S	-	-	-
Keraguan terhadap terapi ⁽¹¹⁾		S				
Keyakinan yang rendah mengenai obat-obatan ⁽¹⁰⁾						S
Keyakinan terhadap keefektifan tindakan ⁽¹¹⁾	S		S			
Motivasi yang baik ^(13,15)	TS		S			
Durasi penyakit ^(11,14)		S				S
Faktor Eksternal						
Teman dan keluarga yang bersifat menolong (<i>helpful family and friends</i>) ⁽⁸⁾	S	-	S	-	S	-
Teman dan keluarga yang bersifat membahayakan (<i>harmful family and friends</i>)		S		TS		S
Dukungan keluarga, teman dan tenaga kesehatan ⁽¹²⁾	S		S		S	
Edukasi yang kurang memadai ⁽¹²⁾	S	S		S		S
Edukasi yang memadai ⁽¹⁷⁾			S		S	
Peran pendukung mitra perawatan di luar rumah ⁽¹⁶⁾	S				S	

TS: Tidak Signifikan, S: signifikan

Faktor Internal yang Mempengaruhi Manajemen DM

Kondisi Psikologis

Kondisi psikologis yang terdapat dalam beberapa artikel yang ditemukan yaitu berupa depresi, distres diabetes, dan kondisi psikologis yang baik. Dari 11 artikel yang membahas faktor yang berpengaruh pada manajemen diri pasien DM, terdapat satu artikel yang menyebutkan bahwa manajemen diri pada pasien DM dipengaruhi oleh depresi, distres diabetes, dan psikologis yang baik. Penelitian ini dilakukan selama 5 bulan. Hasil yang ditemukan yaitu terdapat korelasi negatif dan lemah antara diet dan latihan jasmani dan depresi. Sedangkan pada psikologis yang baik

terdapat hubungan yang positif.⁽⁹⁾

Pengalaman dan Pengetahuan

Terdapat satu artikel yang menyebutkan bahwa pengalaman pasien merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien DM. Berdasarkan penelitian Calvo, dkk (2019), pengalaman pasien yang belum sesuai mengenai manajemen diri pada DM berkaitan dengan kepatuhan pengobatan. Perilaku ketidakpatuhan ini sangat terkait dengan hasil kuesioner keyakinan tentang pengobatan yang lebih rendah, skor kebutuhan akan keyakinan tentang pengobatan yang lebih rendah dan skor kekhawatiran akan keyakinan tentang pengobatan yang lebih tinggi, dan dengan skor manajemen diri yang lebih rendah. Dan ketidakpatuhan lebih sering terjadi pada pasien DM dibandingkan dengan pasien infeksi HIV.⁽¹⁰⁾

Pengetahuan juga berkaitan dengan perawatan diri pada pasien DM. Sesuai dengan hasil penelitian dari sebuah artikel yang menyampaikan bahwa lebih dari 50% partisipan yang tidak mampu menjawab item mengenai pengetahuan DM sehingga lebih sulit untuk menerapkan manajemen diri diabetes, dan hasil dari penelitian tersebut yaitu pengetahuan diabetes secara langsung memiliki hubungan positif dengan manajemen diri diabetes.⁽¹²⁾

Efikasi Diri

Ditemukan lima dari sebelas artikel menyebutkan bahwa efikasi diri memiliki korelasi yang signifikan terhadap manajemen diri pada pasien DM. Kepatuhan diet berhubungan positif dengan *self-efficacy*, pengelolaan diet, aktivitas fisik.⁽¹¹⁾ Dan kepatuhan pengobatan pada pasien secara langsung berkaitan dengan *self-efficacy* manajemen diabetes.⁽¹²⁾ Demikian pula *self efficacy* memiliki hubungan terhadap perawatan diri pada pasien DM, kepatuhan pengobatan, dan pengelolaan diet secara positif dan signifikan.^(13,17,18)

Keyakinan dan Keraguan

Terdapat tiga dari sebelas artikel yang membahas mengenai keyakinan. Yang pertama yaitu keyakinan yang rendah mengenai obat-obatan yang berkaitan secara signifikan dengan penurunan kepatuhan dalam pengobatan.⁽¹⁰⁾ Selanjutnya keyakinan yang memiliki hubungan terhadap keefektifan tindakan secara negatif. Dan yang terakhir yaitu keraguan terhadap terapi yang memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan diet yang menurun.⁽¹¹⁾

Kepatuhan Obat

Kepatuhan obat menunjukkan korelasi negatif dengan kepatuhan diet pasien. Penemuan ini menunjukkan bahwa semakin banyak pasien yang patuh meminum antidiabetik secara teratur dan benar, semakin berkurang motivasi mereka untuk mematuhi asupan karbohidrat dan untuk memenuhi kriteria diet yang tepat. Lebih lanjut, peneliti juga menemukan korelasi negatif antara kepatuhan pengobatan dan kepatuhan aktivitas fisik, menunjukkan bahwa semakin banyak pasien mengikuti perintah pengobatan, semakin sedikit mereka akan mematuhi terapi latihan fisik.⁽¹¹⁾

Motivasi

Terdapat dua dari sebelas artikel yang membahas mengenai motivasi yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien DM. Meunier, dkk (2016) menyebutkan bahwa motivasi berkaitan dengan latihan fisik secara positif dan signifikan.⁽¹³⁾ Dan Miquelon, dkk (2016) juga menyampaikan hasil penelitiannya bahwa motivasi berkaitan dengan kepatuhan aktifitas fisik secara positif.⁽¹⁵⁾

Durasi Penyakit

Dua dari sebelas artikel menjelaskan bahwa durasi penyakit berkaitan dengan manajemen diri pada pasien DM. Klinozvsky, dkk (2019) menyebutkan bahwa kepatuhan diet diprediksi oleh efikasi diri pasien memiliki hubungan positif. Sedangkan lamanya diagnosis diabetes berhubungan negatif terhadap manajemen diri diabetes.⁽¹¹⁾ Dan pada artikel lainnya disebutkan bahwa durasi penyakit berkaitan secara negatif dan signifikan terhadap kepatuhan pengobatan.⁽¹⁴⁾

Faktor Eksternal yang Mempengaruhi Manajemen DM

Keluarga dan Teman

Pada dua artikel disampaikan bahwa keluarga dan teman erat kaitannya dengan manajemen diri diabetes. Pertama yaitu keluarga dan teman yang bersifat menolong (*helpful family and friends*), kedua yaitu keluarga dan teman yang membahayakan (*harmful family and friends*), dan ketiga yaitu keluarga dan teman yang mendukung (*support family and friends*). Hasil penelitian Mayberry, dkk (2019) menyebutkan keterlibatan dari keluarga dan teman yang bersifat menolong (*helpful*) berhubungan secara positif dan signifikan terhadap perilaku diet yang lebih baik. Sebaliknya pada keterlibatan dari keluarga dan teman yang bersifat membahayakan (*harmful*) berhubungan secara signifikan dengan perilaku diet yang buruk. Dan pada artikel lain disebutkan mengenai manajemen diri diabetes seperti pengelolaan diet, aktivitas fisik, dan kepatuhan pengobatan pada pasien secara langsung berkaitan dengan dukungan keluarga dan teman secara positif.^(8,12)

Peran Pendukung di Luar Rumah

Hanya terdapat satu artikel yang mengulas tentang peran pendukung di luar rumah yang berhubungan dengan manajemen diri diabetes. Mayberry, dkk (2018) menyebutkan kedekatan *care-partner* yang merupakan pendukung di luar rumah (*out-of-home informal support*) yang lebih besar berkorelasi secara positif dengan

kemungkinan yang lebih besar terhadap kepatuhan pengobatan yang sempurna, lebih banyak konsumsi buah/sayuran, dan gangguan diabetes yang lebih rendah. (8,16)

Edukasi

Satu dari sebelas artikel menjelaskan bahwa edukasi berkaitan erat dengan manajemen diri pada pasien diabetes berupa diet, latihan jasmani atau aktifitas fisik, dan kepatuhan pengobatan. Edukasi yang memadai secara signifikan mempunyai hubungan positif terhadap peningkatan perawatan diri pada pasien DM. (17) Sebaliknya edukasi yang kurang memadai secara signifikan juga berkaitan dengan manajemen diri yang buruk. (12)

PEMBAHASAN

Peneliti telah menelaah sebelas artikel yang dimasukkan ke dalam *literature review* ini. Peneliti menemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi manajemen diri pada pasien diabetes itu sangat penting untuk dikaji, karena berkaitan dengan peningkatan dan penurunan pada perawatan diri dengan penyakit diabetes melitus. Banyak faktor yang teridentifikasi pada *literature review* ini seperti kondisi psikologi. Depresi dan tekanan karena penyakit diabetes akan menyebabkan manajemen diri yang buruk pada pasien. Sedangkan psikologi yang baik menunjukkan kondisi pasien merasa memiliki kemampuan yang lebih tinggi untuk mengelola diet dan olahraga. Kondisi depresi dapat membuat seseorang kehilangan motivasi untuk berbuat sesuatu dan menjadi kurang produktif. Selain itu, depresi juga dapat meningkatkan kadar glukosa dalam darah melalui pelepasan dari kortisol yang mengakibatkan individu dengan DM akan semakin kesulitan untuk melakukan manajemen diri diabetes secara optimal. (19) Hasil ini selaras dengan penelitian sebelumnya, di mana kemampuan diri yang lebih tinggi dalam melakukan manajemen diri DM terkait dengan tekanan emosional yang lebih rendah. (20) Dan disebutkan juga pada artikel lain bahwa level A1c yang meningkat hingga >8.5% pada penyandang DM berhubungan secara signifikan dengan kondisi stres atau adanya tekanan baik dari internal dan eksternal diri mereka. (21)

Pengalaman dan pengetahuan juga disebutkan sebagai bagian dari beberapa faktor internal pada manajemen diri diabetes. Potensi untuk meningkatkan kepatuhan pengobatan dapat dianjurkan dengan mengintervensi pengalaman pasien yang belum sesuai dengan manajemen diri yang baik pada penyakit diabetes, juga mengenai perawatan kesehatan dan keyakinan pada pasien, serta obat-obatan dalam praktik klinis sehari-hari. Karena perawatan kesehatan berkembang menuju model yang berpusat pada pasien (*patient centered*), di mana hasil yang diharapkan di masa yang akan datang adalah komunikasi interaktif antara tim klinis yang memiliki persiapan yang baik dan proaktif dengan pasien yang ikut serta aktif dan berpengetahuan luas, sehingga berdampak positif pada peningkatan kepatuhan pasien. Demikian pula pada faktor internal mengenai pengetahuan DM, pengetahuan didapatkan karena edukasi yang diberikan dalam bentuk penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan. (5) Selain pasien sendiri, dalam hal ini membutuhkan faktor eksternal yaitu keluarga dan teman yang juga perlu didorong untuk berpartisipasi dalam kegiatan pendidikan kesehatan dengan tujuan menambah pengetahuan tentang diabetes sehingga mereka dapat memberikan dukungan yang sesuai bagi anggota keluarganya yang menderita DM. (8,12) Keluarga dan teman yang tidak mendukung pasien namun bahkan membahayakan kondisi pasien dapat berpengaruh pada kondisi hiperglikemik pasien secara patologi, misalkan karena distress diabetes, menurunnya motivasi untuk mencari solusi terhadap segala sesuatu yang berhubungan dengan penyakitnya. (22,23)

Kepatuhan obat dapat mempengaruhi kepatuhan diet seseorang. (11) Semakin pasien mematuhi pengobatan yang sesuai resep dokter, semakin kecil pula kemungkinan mereka untuk mematuhi terapi diet dan latihan fisik. Temuan pada penelitian lain mendukung hasil pada *literature review* ini bahwa kepatuhan pengobatan yang lebih tinggi berhubungan dengan kepatuhan diet dan kepatuhan pada aktifitas fisik yang secara signifikan lebih rendah. Pasien dapat menghindari hiperglikemia dengan konsumsi obat yang menurunkan kadar glukosa dalam darah. Namun, ini hanya solusi sementara, dan pasien DM seharusnya mengikuti diet seimbang dan mulai melakukan latihan fisik, karena kurva dosis dan respon obat yang digunakan tidak dapat mengimbangi peningkatan glukosa darah yang disebabkan oleh penyerapan karbohidrat dari makanan. (24-26)

Efikasi diri merupakan faktor internal yang paling banyak didapatkan pada artikel dalam *literature review* ini. Efikasi diri adalah keterampilan mengatur diri dengan menunjukkan keyakinan pada diri sendiri bahwa mampu mengatasi kesulitan. (27) Keyakinan tersebut hanya dapat dicapai melalui proses pembelajaran. Ini berarti bahwa pasien diabetes umumnya tidak hanya memulai terapi diet dalam waktu sesaat, tetapi harus terus menghadapi kesulitan pada awalnya, kemudian memutuskan untuk melakukan pengendalian diri yang ketat secara berkesinambungan. Keyakinan bahwa seseorang itu mampu melakukan manajemen diri yang baik tidak akan tercapai jika ia masih memiliki keraguan terhadap terapi yang diterapkan, seperti masih terdapat kekhawatiran mengenai obat-obatan yang diberikan oleh dokter, tidak yakin terhadap keefektifan tindakan pada penyakit DM yang akhirnya mengakibatkan manajemen diri yang buruk pada pasien DM. (10,11)

KESIMPULAN

Beberapa faktor yang teridentifikasi perlu dikaji lebih dalam sehingga didapatkan data yang lengkap yang dapat digunakan untuk menentukan tindakan yang sesuai mengenai manajemen diri diabetes. Praktisi kesehatan juga harus menangani faktor-faktor internal dan eksternal yang dapat berdampak positif atau negatif bagi pasien. Faktor yang menjadi pendukung atau yang dapat memfasilitasi pasien harus diupayakan demi tercapainya manajemen diri yang lebih baik. Faktor yang menjadi penghambat bagi pasien hendaknya dihindari dan disingkirkan dari sekitar pasien agar tidak menimbulkan efek samping lainnya bagi diri pasien. Faktor internal yang menjadi penghambat pada manajemen diri diabetes adalah depresi, distress diabetes, pengalaman pasien mengenai manajemen yang belum sesuai, keyakinan yang rendah terhadap obat-obatan, dan durasi penyakit yang lama. Faktor eksternal yang menjadi penghambat manajemen diri diabetes adalah teman dan keluarga yang bersifat membahayakan (*harmful friends and family*) dan edukasi yang kurang memadai. Untuk mengatasi beberapa faktor penghambat tersebut, disarankan agar tenaga kesehatan khususnya perawat agar lebih dalam mengkaji perihal masalah kesehatan dan memberikan pilihan sebagai koping bagi masalah kesehatan pasien baik secara fisik, psikologis, dan sosial. Di samping itu, komunikasi efektif dan terapeutik penting untuk dilatih

oleh tenaga kesehatan, khususnya perawat yang sering berinteraksi dengan pasien dalam pelayanan keperawatan. Sehingga perawat dapat menggali informasi lebih dalam pada pasien, dan dengan demikian dapat membantu pasien dalam meningkatkan manajemen diri diabetes, dan mengatasi hambatan yang dirasakan oleh pasien.

DAFTAR PUSTAKA

1. Gary D. Hammer SJM. *Pathophysiology of Disease An Introduction to Clinical Medicine*. 2019.
2. WHO. Key Fact of Diabetes [Internet]. 2017 [cited 2021 Januari 01]. p. 2. Available from: <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
3. IDF. International Diabetes Federation [Internet]. 2019 [cited 2021 Januari 01] Available from: <https://www.diabetesatlas.org/en/>
4. Soelistijo S, Novida H, Rudijanto A, Soewondo P, Suastika K, Manaf A, et al. *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe2 di Indonesia 2015* [Internet]. Jakarta: PERKENI; 2015
5. Kemenkes. PROLANIS [Internet]. 2017. [cited 2021 Januari 03] Available from: <http://p2ptm.kemkes.go.id/search/prolanis>
6. Kemenkes. Laporan Risetdas 2018. *J Chem Inf Model*. 2018;53(9):181–222
7. Liberati A, Altman DG, Tetzlaff J, Mulrow C, Gotzsche PC, Ioannidis JPA, et al. The PRISMA Statement for Reporting Systematic Reviews and Meta-Analyses of Studies that Evaluate Health Care Interventions: Explanation and Elaboration. *PLoS Med*. 2009;6(7):50931.
8. Mayberry LS, Berg CA, Greevy RA, Wallston KA. Assessing Helpful and Harmful Family and Friend Involvement in Adults' Type 2 Diabetes Self-Management. *Patient Educ Couns*. 2019;102(7):1380–8.
9. Messina R, Rucci P, Sturt J, Mancini T, Fantini MP. Assessing Self-Efficacy in Type 2 Diabetes Management: Validation of The Italian Version of The Diabetes Management Self-Efficacy Scale (IT-DMSES). *Health Qual Life Outcomes*. 2018;16(1):1–9.
10. Cea-Calvo L, Marín-Jiménez I, de Toro J, Fuster-RuizdeApodaca MJ, Fernández G, Sánchez-Vega N, et al. Association Between Non-Adherence Behaviors, Patients' Experience with Healthcare and Beliefs in Medications: A Survey of Patients with Different Chronic Conditions. *Curr Med Res Opin*. 2020;36(2):293–300.
11. Klinovszky A, Márton Kiss I, Papp-Zipernovszky O, Lengyel C, Buzás N. Associations of Different Adherences in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus. *Patient Prefer Adherence*. 2019;13:395–407.
12. Tiet-Hanh Dao-Tran DAACCSC. Factors Associated with Self-Management among Vietnamese Adults With Type 2 Diabetes. *Nurs Open*. 2018;5:507–516.
13. Meunier S, Coulombe S, Beaulieu MD, Côté J, Lespérance F, Chiasson JL, et al. Longitudinal Testing of The Information-Motivation-Behavioral Skills Model of Self-Care Among Adults With Type 2 Diabetes. *Patient Educ Couns* [Internet]. 2016;99(11):1830–6. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.pec.2016.06.011>
14. Kang Y, Hur Y. Medication Adherence and Its Associated Factors in Laotians with Type 2 Diabetes Mellitus. *Clin Nurs Res*. 2020;29(5):331–8.
15. Miquelon P, Castonguay A. Motives for Participation in Physical Activity and Observance of Physical Activity Recommendations among Adults with Type 2 Diabetes. *Can J Diabetes*. 2016;40(5):399–405.
16. Mayberry LS, Piette JD, Lee AA, Aikens JE. Out-of-Home Informal Support Important for Medication Adherence, Diabetes Distress, Hemoglobin A1c among Adults with Type 2 Diabetes. *J Behav Med*. 2019;42(3):493–501.
17. Ghoreishi MS, Vahedian-Shahroodi M, Jafari A, Tehranid H. Self-Care Behaviors in Patients with Type 2 Diabetes: Education Intervention Base on Social Cognitive Theory. *Diabetes Metab Syndr Clin Res Rev*. 2019;13(3):2049–56.
18. Huang YM, Shiyanbola OO, Chan HY, Smith PD. Patient Factors Associated with Diabetes Medication Adherence at Different Health Literacy Levels: A Cross-Sectional Study at A Family Medicine Clinic. *Postgrad Med*. 2020;132(4):328–36.
19. Sandi C. Stress and The Social Brain : Behavioural Effects and Neurobiological Mechanisms. *Nat Publ Gr*. 2015;16(5):290–304.
20. Sturt J, Hearnshaw H, Wakelin M. *Validity and Reliability of The DMSES UK : A Measure of Self-Efficacy for Type 2 Diabetes Self-Management*. Cambridge University Press; 2010.
21. Kaur G, Tee GH, Ariaratnam S, Krishnapillai AS, China K. Depression, Anxiety and Stress Symptoms Among Diabetics in Malaysia: A Cross Sectional Study in an Urban Primary Care setting. *BMC Fam Pract*. 2013;14(1):1.
22. Schiøtz ML, Bogelund M, Almdal T, Jensen BB, Willaing I. Education and Psychological Aspects Social Support and Self-Management Behaviour among Patients with Type 2 Diabetes. 2011;654–61.
23. Rachel N. Baek, Molly L. Tanenbaum and JSG. Diabetes Burden and Diabetes Distress: The Buffering Effect of Social Support. 2015;48(2):145–55.
24. Adam J, Folds L. Depression, Self-Efficacy, and Adherence in Patients with Type 2 Diabetes. *TJNP J Nurse Pract*. 2014;10(9):646–52.
25. Eckert K. Impact of Physical Activity and Bodyweight on Health-Related Quality of Life in People with Type 2 Diabetes. 2012;303–11.
26. Brangan S, Ivanis M. Health Literacy of Hospital Patients Using A Linguistically Validated Croatian Version of the Newest Vital Sign screening test (NVS-HR). 2018;1–14.
27. Clare Lee SJ-W. Self Efficacy-An Overview [Internet]. 2017 [cited 2021 Januari 05] Available from: <https://www.sciencedirect.com/topics/psychology/self-efficacy>