

## PENGARUH AFIRMASI POSITIF TERHADAP *SELF REGULATION* (REGULASI DIRI) PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Sakanun Eka Novandri<sup>1</sup> Hariyono<sup>2</sup> Ucik Indrawati<sup>3</sup>

<sup>123</sup>STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

<sup>1</sup>email: [novandri600@gmail.com](mailto:novandri600@gmail.com) <sup>2</sup>email: [hari\\_monie@yahoo.com](mailto:hari_monie@yahoo.com) <sup>3</sup>email: [uchiehaura@gmail.com](mailto:uchiehaura@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar belakang :** Pasien diabetes melitus sering kali memiliki *self regulation* (regulasi diri) yang rendah mulai dari menilai status kesehatan sampai menentukan relevansi personal, karena penyakit ini sering mengalami peningkatan kadar gula darah yang tidak bisa ditebak dan peningkatan ini seiring dengan tidak terkontrolnya pola makan yang dianjurkan oleh petugas kesehatan dan pola aktifitas yang seimbang. **Sasaran :** untuk regulasi diri pada pasien diabetes mellitus tipe 2 terkait studi empiris lima tahun terakhir. **Desain :** *literature review*. **Sumber data :** pencarian elektronik komprehensif yang dilakukan di *google scholar* (2015-2020), *scient direct* (2015-2020), *springer* (2015-2020) untuk mengambil jurnal yang diterbitkan dalam bahasa Inggris dan bahasa Indonesia. **Metode :** istilah atau ungkapan kata kunci yang dimasukkan terkait dengan afirmasi positif terhadap *self regulation* pada pasien diabetes mellitus tipe 2. **Hasil :** Hasil *literature review* ini menunjukkan hampir semua pasien dalam kelompok kontrol (80%) mengalaminya telah didiagnosis dengan DM tipe 2 selama lebih dari lima tahun. **Kesimpulan :** Kesimpulan dalam *literature review* ini adalah terdapat pengaruh afirmasi positif terhadap *self regulation* pada pasien diabetes mellitus tipe 2. **Saran :** Tetapi ini bertujuan untuk memberikan informasi serta intervensi keperawatan secara mandiri sebagai pengobatan alternatif untuk membantu mengatasi masalah rendahnya *Self regulation* (regulasi diri) pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan terapi afirmasi positif.

**Kata kunci :** Afirmasi positif, *self regulation*, Diabetes Melitus tipe 2

## THE EFFECT OF POSITIVE AFFIRMATION ON SELF REGULATION IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS

### ABSTRACT

**Background:** Patients with diabetes mellitus often have low self-regulation ranging from assessing health status to determining personal relevance, because this disease often experiences unpredictable increases in blood sugar levels and this increase is in line with the uncontrolled diet recommended by staff. health and a balanced pattern of activity. **Targets:** for self-regulation in patients with type 2 diabetes mellitus associated with the last five years of empirical study. **Design:** literature review. **Data sources:** comprehensive electronic searches conducted on *google scholar* (2015-2020), *scientist direct* (2015-2020), *springer* (2015-2020) to retrieve journals published in English and Indonesian. **Method:** the terms or keyword phrases that are entered are related to positive affirmation of self-regulation in patients with type 2 diabetes mellitus. **Results:** The results of this literature review show that almost all patients in the control group (80%) experienced it had been diagnosed with type 2 diabetes for more than five years. **Conclusion:** The conclusion in this literature review is that there is a positive affirmative effect on self-regulation in patients with type 2 diabetes mellitus. **Suggestion:** This therapy aims to provide information and independent nursing interventions as an alternative treatment to help overcome the problem

*of low self-regulation in patients with type 2 diabetes mellitus with positive affirmation therapy.*

**Keywords:** *Positive affirmation, self regulation, type 2 diabetes mellitus*

## **PENDAHULUAN**

*Self Regulation* (Regulasi Diri) penting dimiliki bagi seseorang untuk mengendalikan pikiran, emosi, dan perilaku dalam mencapai tujuan tertentu. Jika *Self regulation* (Regulasi diri) itu rendah maka mengganggu individu dalam berperilaku hidup sehat termasuk untuk melakukan aktifitas fisik, mengkonsumsi makanan sehat, dan mematuhi rejimen perawat medis (Miller *et al.*, 2020). Diabetes adalah merupakan salah satu dari empat penyakit tidak menular dan menjadi target masalah kesehatan yang di prioritaskan oleh para pemimpin dunia. Selama dekade terakhir jumlah prevalensi dan kasus diabetes terus meningkat (KEMENKES RI, 2018). Pasien diabetes melitus sering kali memiliki *self regulation* (regulasi diri) yang rendah mulai dari menilai status kesehatan hingga menentukan relevansi personal, karena penyakit ini sering mengalami peningkatan kadar gula darah yang tidak bisa ditebak dan peningkatan ini seiring dengan tidak terkontrolnya pola makan yang dianjurkan oleh petugas kesehatan dan pola aktifitas yang seimbang (Hariyono, 2016).

*Internasional Diabetes Federasi Atlas* edisi sembilan tahun 2019 menyatakan bahwa di asia tengara pada tahun 2019 terdapat 88 juta kasus, dan diperkirakan di tahun 2045 meningkat menapai 153 juta (*Diabetes Federation International, 2019*). Data dari WHO pada tahun 2010 jumlah kasus diabetes di Indonesia sebanyak 8,4 juta dan diprediksi meningkat ke-21,3 juta kasus di tahun 2030 serta indonesia menduduki urutan empat dalam kategori penderita diabetes melitus tertinggi di dunia (Suharto, Sulistyoning; Lutfi, Erik Irham ; Rahayu, 2019). Menurut Infodatin prevalensi DM di Jawa Timur mengalami kenaikan pada tahun 2013 sebesar 2,1%

sedangkan di tahun 2018 sebesar 2,6% (KEMENKES RI, 2018).

Penelitian yang dilakukan (Sari, 2016) menunjukkan *self regulation* (regulasi diri) mempengaruhi pengendalian gula darah, kebiasaan makan serta gaya hidup yang merupakan faktor utama dalam pengobatan diabetes melitus. Efek ini mungkin disebabkan karena *self regulation* (regulasi diri) termasuk aspek afektif, kognitif, emosional, dan perilaku pasien eama perawatan. (Maghfirah, 2016) menyatakan bahwa tinggi rendahnya *self regulation* (regulasi diri) individu itu berdampak pada perilaku yang dimunculkan, oleh karena itu mengakibatkan kepatuhan pengelolaan Diabetes Melitus menjadi terganggu. Faktor sosial atau dukungan keluarga yang kurang juga sangat berpengaruh dalam pengelolaan Diabetes Melitus maka dari itu juga mempengaruhi *self regulation* (regulasi diri) (Berg *et al.*, 2017). Rendahnya pengetahuan mengenai *self regulation* (regulasi diri) mempengaruhi perilaku pasien Diabetes Melitus dalam mengontrol motivasi diri untuk melakukan Diet (Estuningsih *et al.*, 2019).

Mengatasi masalah di atas penulis memiliki solusi menggunakan metode afirmasi positif, afirmasi positif itu sendiri adalah memberikan informasi kepada pikiran sadar seseorang secara terus menerus sehingga informasi tersebut akan tertanam dipikiran bawah sadar (Martini, 2016). Manfaat yang didapat dari afirmasi positif antara lain membawa hal-hal positif dalam kehidupan, sedangkan pikiran-pikiran serta afirmasi negatif cenderung melemah dan berpotensi menimbulkan kegagalan (Meriyanti, 2016).

## BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Strategi untuk mencari artikel menggunakan PICOS *framework* (Hariyono, Romli and Indrawati, 2020)

- 1) *Population/problem*, populasi atau masalah yang akan di analisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam *literature review*.
- 2) *Intervention*, suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus individu atau masyarakat serta pemaparan tentang manajemen tindakan keperawatan.
- 3) *Comparation*, penatalaksanaan lain yg dipakai sebagai perbandingan.
- 4) *Outcome*, hasil atau luaran yg didapat dari penelitian.
- 5) *Study design*, desain penelitian yg digunakan oleh jurnal yg mau di review.

Mencari artikel atau jurnal ini memakai keyword atau boolean operator (AND, OR, AND NOT, atau NEAR) penggunaan kata kunci seperti ini bertujuan menspesifikasikan atau memprluas pencarian, sehingga lebih mudah untuk penentuan jurnal atau artikel yang diterapkan. Kata kunci yang digunakan dalam peneliitian ini yaitu, “*self regulation*” AND “*positive affirmations*” AND “*diabetes mellitus*”. Data yg digunakn dalam penelitian ini adalah data sekunder. Sumber data sekunder yang diperoleh berupa artikel atau jurnal yang relevan dengan topik dilakukan menggunakan database *Science Direct*, *Indonesia One Search* (by perpunas), *Directory of Open Access Journals*, *Google Scholar*, *PubMed.gov*.

Kriteria inklusi dan eksklusi dengan format PICOS yaitu

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Populati on / Problem</i>	Jurnal internasional serta nasional yang berhubungan dengan topik penelitian yaitu pemberian	Jurnal inernasional selain yang berhubungan dengan topik penelitian yaitu

	afirmasi positif yang mempengaruhi <i>self regulation</i> (reguasi diri) pada pasien diabetes melitus tipe 2	pemberian afirmasi positif yang mempengaruhi <i>self regultion</i> (regulasi diri) pada pasien diabetus meitus tipe 2
<i>Interven tion</i>	Teknik afirmasi, komponen <i>self regulation</i> (reguasi diri), faktor <i>self regulation</i> (reguasi diri) yang mempengaruhi diabetes melitus	Bukan terkait teknik afirmasi, komponen <i>self regulation</i> (reguasi diri), faktor <i>self regulation</i> (reguasi diri) yang mempengaruhi i diabetes melitus
<i>Compar ation</i>	Tidak ada faktor pembanding	Tidak ada faktor pembanding
<i>Outcom e</i>	Berkaitan dengan adanya teknik afirmasi, komponen <i>self regulation</i> (reguasi diri), faktor <i>self regulation</i> (reguasi diri) yang mempengaruhi diabetes melitus	Bukan terkait teknik afirmasi, komponen <i>sel regulation</i> (reguasi diri), faktor <i>self regulation</i> (reguasi diri) yang mempengaruhi i diabetes mellitus
<i>Study design</i>	<i>Quasy Experimental, one grup pre-post test, Systematic / lieratur review, cohort design, Case Study Design, exploratory design, longitudinal design, descriptive design</i>	Meta-analysis design, Observation Design, philosophical Design, sequential Design, Historical Design,
Tahun terbit	Artikel atau jurnal yng terbit setelah Thn 2015	Artikel atau jurnal yng terbit sebelum Thn 2015
Bahasa	Menggunakan bahasa inggris serta bahasa indonesia	Selain menggunakan bahasa inggris serta bahasa indonesia

Hasil pencarian literature melalui publikasi *Science Direct*, *Indonesia One Search* (by perpusnas), *Directory of Open Access Journals*, *Google Scholar*, *PubMed.gov*. menggunakan kata kunci “*self regulation*” AND “*positive affirmations*” AND “*diabetes mellitus*”, peneliti mendapatkan 3243 jurnal yang cocok dengan *keyword* tersebut. Jurnal penelitian tersebut kemudian diskruining, sebanyak 421 jurnal dieksklusi karena terbitan tahun 2015 kebawah dan menggunakan Bahasa selain Bahasa Inggris dan Indonesia. *Assessment* kelayakan terhadap 127 jurnal, jurnal yang duplikasi dan jurnal yang tidak sesuai dengan kriteria inklusi dilakukan eksklusi, sehingga didapatkan 10 jurnal yang dilakukan review.

*Literature review* diringkas sesuai dengan pendekatan naratif dengan menggabungkan data yang diperoleh sepanjang garis hasil yang diukur untuk mencapai tujuan. Selanjutnya dikumpulkan jurnal yang memenuhi kriteria seleksi serta dibuat ikhtisar jurnal yang meliputi nama peneliti, tahun terbit, metode, hasil penelitian, dan database.

## HASIL PENELITIAN

Penyajian hasil literatur dalam penulisan tugas akhir memuat rangkuman hasil dari masing-masing-masing artikel yang terpilih sebagai berikut :

Penelitian pada jurnal Rachel Satya, Ice Yulia Wardani (2015) “Analisis Praktik klinik Keperawatan Kesehatan Masyarakat perkotaan Ketidakberdayaan Pada Klien Diabetes Mellitus Tipe II di Ruang Antasena RS DR. H. MARZOEKI MAHDI BOGOR”, penelitian ini menggunakan design *case study design*, samplingnya sendiri memakai *cluster random sampling*, instrumennya menggunakan *questionnaire*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa melakukan pendekatan, memberi penjelasan edukasi serta pengkajian terhadap masalah ketidakberdayaan, melatih dan menanamkan proses berfikir positif

mampu membantu individu dalam mengontrol ketidakberdayaan serta merubah (perilaku gaya) hidup ke arah yang lebih baik (Yusuf and Wardani, 2015).

(Cox *et al.*, 2017) meneliti “*Effect Of exercise intensity on positive affect in patients with type 2 diabetes*”, design penelitian ini menggunakan *Experimental design*, sedangkan pengambilan sampling memakai *Stratified Random Sampling* serta instrumennya sendiri menggunakan *pre- to post- exercise*, Hasil penelitian pada jurnal menjelaskan bahwa belum ada perbedaan yang signifikan antara kelompok karena pengaruh positif sebelum latihan tidak berubah setelah menjalani 8 minggu.

(Cimahi and Putri, 2017) meneliti “*Studi Deskriptif Self-Regulatory Model Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 dengan Komplikasi di Pukesmas Cimahi Selatan*”, Design pada penelitian ini menggunakan *Descriptive design*, sedangkan pengambilan samplingnya sendiri memakai *accidental sampling*, serta instrumennya menggunakan *interpretation*, Hasil *review* jurnal tersebut peneliti mendapatkan hasil bahwa kepatuhan terhadap pengobatan, pilar penatalaksanaan diabetes tergolong baik tetapi ada juga kepatuhan yang cenderung buruk sedangkan dimensi emosional jenis kelamin perempuan lebih rentan mengalami distress emosional dari pada laki-laki.

(Tsenkova, Karlamangla and Ryff, 2016) meneliti “*Parental history of Diabetes, Positive Affect, and diabetes Risk in Adults: Findings from MIDUS*” design pada penelitian ini menggunakan *experimental*, sedangkan pengambilan samplingnya sendiri memakai kelompok *control*, serta instrumennya menggunakan *questionnaire*. Hasil dari jurnal tersebut menunjukkan bahwa riwayat diabetes orang tua dikaitkan dengan peningkatan resiko diabetes menunjukkan interaksi yang signifikan antara pengaruh positif dan riwayat orang tua diabetes serta kesejahteraan psikologis dapat melindungi

individu dengan peningkatan resiko diabetes.

(Estuningsih *et al.*, 2019) meneliti “*Effect of Self-Regulated Learning for Improving Dietary Management and Quality of Life in Patients with type-2 Diabetes Mellitus at Dr. Ramelan Noval Hospital, Surabaya, Indonesia*”, Design penelitian ini menggunakan *experimental design* sedangkan pengambilan samplingnya memakai *control grup*, serta instrumennya sendiri menggunakan *pretest-posttest*. Hasil penelitian pada jurnal ini menunjukkan hasil yang berdampak positif pada pengetahuan pasien diabetes.

(Wang *et al.*, 2018) meneliti “*The self-care dilemma of type 2 diabetic patients: the mechanism of self-regulation resource depletion*”, design pada penelitian ini menggunakan *exploratin design*, sedangkan pengambilan samplingnya sendiri mremakai *random-effects model*, serta instrumennya sendiri menggunakan *questionnair, stoop task, spatial incompatibility task*. Hasil dari penelitian di jurnal ini membuktikan bahwa ada korelasi negatif antara sumber daya pengaturan diri krnis dan perilaku perawatan diri, serta pasien menunjukk kerentanan yang lebih besar terhadap sumber daya pengaturan diri dan meakukan tugas pengaturan diri yang lebuh buruk.

(Sweeney and Moyer, 2015) meneliti “*Self-Affirmation and Responses to Health Messages: A Meta-Analysis on Intentions and Behavior*”, design penelitian ini menggunakan *experimental design*, sedangkan pengambilan samplingnya sendiri memakai *random-effects model*, serta instrumennya sendiri menggunakan *journal analysis* Hasil dari penelitian menunjukkan secara keseluruhan meta-analisis menyajikan pandangan yang menjanjikan bahwa penegasan diri berdampak pada perilaku, disamping niat.

(Huffman *et al.*, 2015) meneliti “*Positive Psychological interventions for Patients with Type 2 Diabetes: Rationale, Theoretical Model, and Intervention*

*Development*”, design penelitian ini menggunakan *longitudinal design*, sedangkan pengambilan samplingnya sendiri memakai *cluster random sampling*, serta instrumennya sendiri menggunakan *questionnaire*. Hasil penelitian pada jurnal ini menunjukkan ada bukti bahwa tingkat positif yang lebih tinggi mempengaruhi, optimisme, dan kesejahteraan dapat menyebabkan peningkatan kepatuhan kesehatan pada pasien dengan penyakit kronis seperti diabetes meitus tipe 2.

(Poppe *et al.*, 2019) meneliti “*Efficacy of a Self-Regulation-Based Electronic and Mobile health Intervention Targeting an Active Lifestyle in Adults Having Type 2 Diabetes and in Adults Aged 50 years or Older: Two Randomized controlled trials*”, Design penelitian ini menggunakan *cohort design*, sedangkan penambilan samplingnya sendiri memakai *cluster random sampling*, serta instumennya sendiri menggunakan *questionnair*. Hasil dari penelitian di jurnal ini menunjukkan bahwa *self regulation based* intervensi berbasis web berpotensi mengubah pa dan ab pada porang dewasa dengan biabetes melitus tipe 2.

(Nowlan *et al.*, 2016) meneliti “*A Comparison of Single-Session Positive Reappraisal, Cognitive Restructuring and Supportive Counselling for Older Adults with Type 2 Diabetes*”, design dalam penelitian ini menggunakan *experimental design*, sedangkan pengambilan samplingnya sendiri memakai *partisipan*, serta instrumennya sendiri menggunakan *questions demografis, I-PANAS-SF, MoCA, ICQ-PB, CERQ-PR, GDS, GAI*. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa intervensi penilaian ulang positif menyebabkan kedua tingkat kepercayaan meningkat secara signifikan dan frekuensi berfikir lebih lanjut mendukung bahwa intervensi secara efektif meningkatkan penilaian kembali.

Karakteristik dalam pencapaian studi

No	Kategori	n	%
----	----------	---	---

A	Tahun Publikasi		
1	2015	4	40
2	2016	1	10
3	2017	2	20
4	2018	1	10
5	2019	2	20
Total		10	100
B	Desain Penelitian		
1	<i>Experimental</i>	5	50
2	<i>Cohort Design</i>	1	10
3	<i>Case Study Design</i>	1	10
4	<i>Longitudinal</i>	1	10
5	<i>Exploration design</i>	1	10
6.	<i>Descriptive design</i>	1	10
Total		10	100

Tahun publikasi jurnal yang didapatkan dalam literatur ini antara lain tahun 2015 sebanyak 4 jurnal, tahun 2016 sebanyak 1 jurnal, tahun 2017 sebanyak 2 jurnal, tahun 2018 sebanyak 1 jurnal, tahun 2019 sebanyak 2 jurnal. Dapat disimpulkan rata-rata tahun jurnal yang digunakan pada literatur ini yakni pada tahun 2015 sebanyak 4 jurnal.

Design yang digunakan dalam menyusun *Literature review* antara lain *Experimental* sebanyak 5 jurnal, *cohort Design* sebanyak 1 jurnal, *Case Study Design* sebanyak 1 jurnal, *Longitudinal Design* sebanyak 1 jurnal, *Exploration Design* sebanyak 1 jurnal, *Descriptive Design* sebanyak 1 jurnal. Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan rata-rata design yang digunakan untuk menyusun *Literature Review* pada penelitian ini menggunakan design *Experimental* sebanyak 5 jurnal

*Delphi method procedure to find most suitable framework of the study*

**First run** : Pernyataan – pernyataan positif dan spesifik yang di tujukan pada diri sendiri

**Second run** : Pernyataan positif dilakukan pada diri sendiri untuk mensugesti dan merubah persepsi

**Third run** : Afirmasi positif dilakukan pada penderita diabetes mellitus tipe 2 untuk merubah persepsi terhadap masalah kesehatan yang di alaminya dan merubah pola hidup menuju sehat

## PEMBAHASAN

Mahmudiono dkk (2019), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa sebagian besar pasien dalam setiap kelompok berusia 40-59 tahun kelompok kontrol memiliki lebih banyak perempuan, sedangkan kelompok intervensi memiliki lebih banyak laki-laki. Hampir semua pasien dalam kelompok kontrol (80%) mengalaminya telah didiagnosis dengan DM tipe-2 selama lebih dari lima tahun. Durasi DM untuk kelompok kontrol diklasifikasikan dalam kategori lebih dari lima tahun, sedangkan untuk kelompok intervensi mayoritas diklasifikasikan ke dalam kategori kurang dari tiga tahun. Semua pasien di kedua kelompok memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terkait dengan pendidikan diet sebelum intervensi.

Sebelum program intervensi, baik kontrol maupun kelompok intervensi dinilai untuk pengukuran awal untuk menganalisis homogenitas dengan indepen yang dibutuhkan uji t. Semua variabel itu homogen (nilai  $p > 0,05$ ) Oleh sebab itu, penelitian ini bisa memastikan bahwa setiap perbedaan dalam analisis posttest dapat diatribusikan untuk intervensi pendidikan. Di sisi lain, hasil ini memastikan bahwa kontrol dan intervensi kelompok serupa sebelum menjalani intervensi dan programnya.

Glukosa darah kelompok intervensi, darah sistolik tekanan, dan kadar kolesterol menunjukkan lebih besar menurun

dibandingkan kelompok kontrol. Namun, BMI hanya menunjukkan sedikit perubahan; perubahan BMI negative karena baik kelompok intervensi maupun kelompok kontrol mengalami peningkatan BMI setelah program intervensi. Mengenai tekanan darah diastolik, hanya intervensi kelompok menunjukkan perubahan, dengan penurunan dari *pre test* menjadi *post test*.

Hasil penelitian ini sesuai dengan yang dilaporkan Dizaji et al., 10 menunjukkan peningkatan pada mengetahui skor besar pasien diabetes setelah implementasi program intervensi pendidikan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hal yang positif berdampak pada pengetahuan pasien diabetes. Perubahan perilaku adalah salah satu langkah tersulit proses pendidikan, meskipun memberikan pendidikan intervensi kepada orang-orang selama tiga bulan.

Sebuah studi oleh Skarbek (2011), juga menyebutkan dukungan keluarga akan membantu orang dengan DM tipe 2 meningkatkan efikasi diri. Sebuah studi oleh Mayberry dan Osborn menyebutkan bahwa dukungan instrumental adalah yang paling banyak bentuk umum dari dukungan keluarga.<sup>12</sup> Pasien diabetes mendapat dukungan instrumental dari anggota keluarga di daerah seperti diet, olahraga, kepatuhan pengobatan, pemantauan glukosa, dan penanganan dari dokter.

Dalam menangani DM mereka, pasien tidak hanya harus mengelola diet mereka dengan tepat tetapi juga aktivitas fisik mereka. Latihan fisik harus dilakukan terus menerus dan secara teratur karena sensitivitas reseptor insulin diaktifkan dengan latihan fisik tidak berlangsung lama. Namun, latihan fisik memiliki manfaat untuk menurunkan berat badan penderita diabetes yang obesitas dan kelebihan berat badan. Jika mengelola diabetes melitus melalui pengaturan pola makan dan fisik aktivitas tidak berhasil menjaga kadar glukosa, maka terapi farmakologis mungkin yang dibutuhkan.

Namun, intervensi paling penting setelahnya terapi non farmakologis adalah manajemen diet.

Wardani & Yusuf (2015), dalam penelitiannya menunjukkan bahwa klien adalah pasien di Klinik DM Bogor RS Marzuki Mehdi dan dirawat di Bangsal Antasina untuk Hiperglikemia (400) serta terdapat luka kapalan yang pecah di telapak kaki. Pasien merasakan lemas, pusing, serta nyeri dibagian luka kaki, yang menurut pasien sejak 8 bulan tidak sembuh. Pasien mengatakan sudah sering kontrol di Poli DM RSMM.

Hasil pemeriksaan didapatkan berat badan pasien 57 kg, tinggi 170 cm dan memiliki IMT 19,7 (normal), pasien berkata sebelumnya pasien berat badannya 63 kg serta sekarang berat badannya turun. Hasil pemeriksaan TTV diperoleh TD 130/90 mmHg, nadi 88 x/m, suhu 36,7 derajat C, RR 19 x/m. Pasien memiliki riwayat DM 23 tahun yang lalu dan tidak ditindaklanjuti secara rutin, namun riwayat cedera kaki pasien sekitar 8 bulan sebelum SMRS. Hasil laborat abnormal yaitu GDS 400 mg / dL dan Hb 10 g / dL.

Salah satu penyebab munculnya penyakit kronis disebabkan karena Ketidakberdayaan. DM adalah penyakit kronis yang dapat memperburuk kondisi tubuh dan menyebabkan masalah psikososial yaitu ketidakberdayan. Penyakit diabetes sendiri adalah penyakit menahun yang sifatnya tidak dapat disembuhkan atau degeneratif, namun kadar glukosa darah memerlukan pengobatan secara teratur, pola hidup sehat, serta pengetahuan diet DM yang tepat untuk penderita DM (Purwanto, 2011). Dampak yang diakibatkan dari penyakit DM merupakan masalah psikososial serta masalah fisik.

Salah satu penyebab munculnya penyakit kronis disebabkan karena Ketidakberdayaan. DM adalah penyakit kronis yang dapat memperburuk kondisi tubuh dan menyebabkan masalah psikososial yaitu ketidakberdayan. Penyakit diabetes sendiri adalah penyakit

menahun yang sifatnya tidak dapat disembuhkan atau degeneratif, namun kadar glukosa darah memerlukan pengobatan secara teratur, pola hidup sehat, serta pengetahuan diet DM yang tepat untuk penderita DM (Purwanto, 2011). Dampak yang diakibatkan dari penyakit DM merupakan masalah psikososial serta masalah fisik.

Menurut Ginanjar (2009), menyatakan kebiasaan masyarakat perkotaan dalam berpola makan tidak seimbang bisa memicu tingginya penyakit degeneratif khususnya penyakit diabetes yang dapat menyebabkan gangguan psikososial ketidakberdayaan. Dari uraian di atas, penulis menyimpulkan ada perbedaan ketidakberdayaan masyarakat pedesaan serta perkotaan ditinjau dari gaya hidup (pola makan). Karena masyarakat perkotaan sudah dengan cepat terpapar pada makanan cepat saji, masyarakat di perkotaan cenderung lebih sulit untuk mengganti makanan daripada masyarakat pedesaan.

Moyer *et al.*, (2015), Pencarian bibliografi menghasilkan 112 judul dan abstrak. Tinjauan oleh dua pembuat kode independen mengungkapkan bahwa 23 studi memenuhi syarat untuk tinjauan lebih lanjut. Setelah meninjau teks lengkap dari laporan ini, 16 studi dimasukkan dalam tinjauan akhir, dengan 14 mengukur niat dan 12 mengukur perilaku. Ringkasan dari proses pemilihan penelitian disajikan pada Gambar 1. Total ukuran sampel berkisar antara 31 hingga 185. Usia rata-rata peserta berkisar antara 17,76 hingga 38. Perempuan terdiri dari 50–100% dari peserta di semua studi, dengan lima studi hanya terdiri dari wanita. Penelitian dilakukan terutama di Eropa atau Inggris (68,75%) dan partisipan utamanya adalah mahasiswa sarjana (68,75%). Lihat Tabel 1 untuk penjelasan lebih lanjut tentang studi yang termasuk dalam tinjauan.

Seperti yang ditunjukkan pada Gambar 2, ukuran efek untuk niat kesehatan dari peserta yang mengaku diri versus kontrol berkisar dari 0,86 hingga 1,67. Ukuran efek positif menunjukkan peningkatan niat

untuk mengurangi perilaku yang merusak kesehatan atau untuk meningkatkan perilaku yang meningkatkan kesehatan. Ukuran efek agregat untuk niat kesehatan adalah 0,26, 95% CI -0,04 – 0,48. Untuk perilaku kesehatan, ukuran efek dari peserta yang menegaskan diri versus kontrol berkisar dari -0,15 hingga 0,60. Ukuran efek positif menunjukkan bahwa peserta mengurangi perilaku yang merusak kesehatan atau meningkatkan perilaku yang mempromosikan kesehatan. Untuk perilaku kesehatan, ukuran efek agregat adalah 0,27, 95% CI -0,11 – 0,43. Ukuran efek untuk niat kesehatan dan perilaku dianggap kecil dalam besaran (Cohen, 1988).

Menggunakan prosedur meta-regresi di CMA, ukuran efek niat dimasukkan sebagai prediktor berkelanjutan dari ukuran efek perilaku dalam analisis meta-regresi model campuran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa di antara 10 studi yang menilai kedua hasil, ukuran efek niat bukan merupakan prediktor signifikan ukuran efek perilaku 0,03, 17, 95% CI -0,30 – 0,36. Analisis ini menunjukkan bahwa adanya efek niat tidak memprediksi adanya efek perilaku.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan dari pencarian beberapa jurnal yang telah dijelaskan oleh peneliti dari bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Hasil *literature review* yang sudah di analisis dari database menunjukkan Hampir semua pasien dalam kelompok kontrol (80%) mengalaminya telah di diagnosis dengan DM tipe 2 selama lebih dari lima tahun

### **Saran**

Tetapi ini bertujuan untuk memberikan informasi serta intervensi keperawatan secara mandiri sebagai pengobatan alternatif untuk membantu mengatasi

masalah rendahnya *Self regulation* (regulasi diri) pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan terapi afirmasi positif.

## KEPUSTAKAAN

- Berg, C. A. *et al.* (2017) 'Developmental model of parent-child coordination for self-regulation across childhood and into emerging adulthood: Type 1 diabetes management as an example', *Developmental Review*. Elsevier Inc., 46, pp. 1–26. doi: 10.1016/j.dr.2017.09.001.
- Cimahi, P. and Putri, E. Y. (2017) 'Studi Deskriptif Self-Regulatory Model Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 dengan Komplikasi di Puskesmas Cimahi Selatan Study of Self-Regulatory Model of Type 2 Diabetes Mellitus Patients with Namun, hasil survei yang dilakukan oleh WHO (2003) menunjukkan', 3, pp. 660–666.
- Cox, E. *et al.* (2017) 'Effect of exercise intensity on positive affect in patients with type 2 diabetes', *Journal of Science and Medicine in Sport*. Sports Medicine Australia, 20, pp. 67–68. doi: 10.1016/j.jsams.2017.09.326.
- Diabetes Federation International (2019) *IDF Diabetes Atlas 2019, International Diabetes Federation*. Available at: <http://www.idf.org/about-diabetes/facts-figures>.
- Estuningsih, Y. *et al.* (2019) 'Effect of Self-Regulated Learning for Improving Dietary Management and Quality of Life in Patients with Type-2 Diabetes Mellitus at Dr. Ramelan Naval Hospital, Surabaya, Indonesia', *Kesmas: National Public Health Journal*, 14(2), pp. 51–57. doi: 10.21109/kesmas.v14i2.2257.
- Hariyono (2016) 'PENGEMBANGAN MODEL SELF REGULATORY INTERVENTION TERHADAP KONSERVASI PASIEN PENYAKIT JANTUNG KORONER.' Available at: <http://repository.unair.ac.id/58257/>.
- Hariyono, Romli, Leo Yosdimiyati and Indrawati, U. (2020) 'Buku Pedoman Penyusunan Skripsi', (35), pp. 1–35.
- Huffman, J. C. *et al.* (2015) 'Positive Psychological Interventions for Patients with Type 2 Diabetes: Rationale, Theoretical Model, and Intervention Development', 2015.
- KEMENKES RI (2018) 'Hari Diabetes Sedunia Tahun 2018', *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*, pp. 1–8.
- Maghfirah, S. R. (2016) 'Regulasi Diri Otonom Dan Terkontrol Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2', *the Indonesian Journal of Health Science*, 7(1), pp. 77–85.
- Martini, M. (2016) 'Pengaruh Teknik Afirmasi Positif Terhadap Harga Diri Pengguna Napza Di Rumah Sakit Ernaldi Bahar Provinsi Sumatra Selatan'.
- Meriyanti, T. (2016) 'PENGARUH AFIRMASI POSITIF TERHADAP KONSEP DIRI PADA PASIEN STROKE DI RS PKU MUHAMMADIYAH GOMBONG'.
- Miller, A. L. *et al.* (2020) 'Adolescent Interventions to Manage Self-Regulation in Type 1 Diabetes (AIMS-T1D): randomized control trial study protocol', *BMC Pediatrics*. BMC Pediatrics, 20(1), pp. 1–10. doi: 10.1186/s12887-020-2012-7.
- Nowlan, J. S. *et al.* (2016) 'A Comparison of Single-Session Positive Reappraisal, Cognitive Restructuring and Supportive Counselling for Older Adults with Type 2 Diabetes', *Cognitive Therapy and Research*. Springer US, 40(2), pp. 216–229. doi: 10.1007/s10608-015-9737-x.
- Poppe, L. *et al.* (2019) 'Efficacy of a Self-

Regulation – Based Electronic and Mobile Health Intervention Targeting an Active Lifestyle in Adults Having Type 2 Diabetes and in Adults Aged 50 Years or Older : Two Randomized Controlled Trials Corresponding Author'; 21, pp. 1–22. doi: 10.2196/13363.

Sari, P. (2016) 'Regulasi diri dan dukungan sosial dari keluarga pada pasien diabetes melitus tipe 2'. Available at: <http://repository.wima.ac.id/9193/>.

Suharto, Sulistyoning; Lutfi, Erik Irham; Rahayu, M. D. (2019) 'PENGARUH PEMBERIAN JAHE (Zingiber officinale) TERHADAP GLUKOSA DARAH PASIEN DIABETES MELLITUS', 8487(3), pp. 76–83.

Sweeney, A. M. and Moyer, A. (2015) 'Self-Affirmation and Responses to Health Messages : A Meta-Analysis on Intentions and Behavior', 34(2), pp. 149–159.

Tsenkova, V. K., Karlamangla, A. S. and Ryff, C. D. (2016) 'Parental History of Diabetes , Positive Affect , and Diabetes Risk in Adults : Findings from MIDUS', *Annals of Behavioral Medicine*. *Annals of Behavioral Medicine*, 50(6), pp. 836–843. doi: 10.1007/s12160-016-9810-z.

Wang, L. *et al.* (2018) 'The self-care dilemma of type 2 diabetic patients : The mechanism of self-regulation resource depletion', 13, pp. 1–14.

Yusuf, R. S. and Wardani, I. Y. (2015) 'ANALISIS PRAKTIK KLINIK KEPERAWATAN KESEHATAN MASYARAKAT PERKOTAAN KETIDAKBERDAYAAN PADA KLIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUANG ANTASENA RUMAH SAKIT DR. H. MARZOEKI MAHDI BOGOR', 3, pp. 145–153.