



IDENTIFIKASI FAKTOR EKSTRINSIK PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II

Ipah Nurjanah*, Onieqie Ayu Dhea Manto, Cynthia Eka Fayuning Tjomiadi, Ahmad Syahlanil

Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Jl. Pramuka No.2, Pemurus Luar, Banjarmasin Timur, Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan 70238, Indonesia

*ipahnurjanah69@gmail.com

ABSTRACT

Diabetes Melitus Tipe II merupakan salah satu penyakit kronis yang mengalami peningkatan yang signifikan. Hal ini disebabkan oleh berbagai macam faktor termasuk dari luar atau faktor ekstrinsik pada pasien Diabetes Melitus Tipe II. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor ekstrinsik yang berpotensi mempengaruhi angka kejadian pengelolaan Diabetes Melitus Tipe II pada pasien di Puskesmas Pekauman Banjarmasin. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Dengan jumlah responden sebanyak 48 pasien Diabetes Melitus Tipe II yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data yang dikumpulkan dan diuji dengan analisa univariate. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Sebagian besar pasien memiliki akses yang baik terhadap layanan Kesehatan (100%), mendapatkan dukungan sosial dalam kategori sedang (25,0%) hingga baik (75,0%), pola makan dalam kategori sedang (95,8%) hingga kurang baik (4,2%), dan aktivitas fisik dalam kategori sedang (95,8%) hingga rendah (4,2%). Simpulan penelitian ini, ditemukan bahwa terdapat beberapa faktor ekstrinsik yang masih memerlukan perhatian dan pembenahan lebih lanjut, terutama bagi tenaga Kesehatan dipuskesmas. Faktor-faktor tersebut meliputi dukungan sosial, pola makan dan aktivitas fisik pada pasien Diabetes Melitus tipe II.

Kata kunci: aktivitas fisik; diabetes melitus tipe II; dukungan sosial; faktor ekstrinsik

IDENTIFICATION OF EXTRINSIC FACTORS IN PATIENTS WITH TYPE II DIABETES MELLITUS

ABSTRACT

Type II Diabetes Mellitus is a chronic disease with a significant increase in prevalence. This is caused by various factors, including external or extrinsic factors in Type II Diabetes Mellitus patients. This study aims to identify extrinsic factors that potentially influence the incidence of Type II Diabetes Mellitus management in patients at the Pekauman Community Health Center in Banjarmasin. This study used a quantitative descriptive method with a cross-sectional approach. Forty-eight Type II Diabetes Mellitus patients were selected using a purposive sampling technique. Data were collected and tested using univariate analysis. The study showed that the majority of patients had good access to health services (100%), received moderate (25.0%) to good (75.0%) social support, had moderate (95.8%) to poor (4.2%) dietary patterns, and had moderate (95.8%) to low (4.2%) physical activity. This study concluded that several extrinsic factors still require further attention and improvement, particularly for health workers in community health centers. These factors include social support, diet, and physical activity in patients with type II diabetes mellitus.

Keywords: diet; extrinsic factors; physical activity; social support; type II diabetes mellitus

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) atau penyakit kencing manis merupakan penyakit menahun yang dapat diderita seumur hidup, ditandai dengan peningkatan gula darah (hiperglikemia) karena penurunan produksi insulin (Komariah & Rahayu, 2020). Jika tidak ditangani, DM dapat memicu gangguan kardiovaskular dan penyakit serius lainnya (Lestari et al., 2021). Menurut Internasional Diabetes Federation (IDF) tahun 2021, terdapat 537 juta orang dewasa (20–79 tahun) penderita Diabetes Melitus (DM) di dunia, dan diprediksi meningkat menjadi 643 juta pada 2030 serta 783 juta pada

2045. Indonesia menempati urutan ke-5 dengan 19,5 juta penderita setelah China, India, Pakistan, dan Amerika Serikat (Internasional Diabetes Federation, 2021 dalam Aschner et al., 2021).

Kalimantan Selatan memiliki prevalensi DM sebesar 1,8% dan Banjarmasin menempati peringkat pertama dengan prevalensi 2,12% (Manto et al., 2023). Data Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin bahwa pada tahun 2023, Puskesmas Pekauman menduduki peringkat pertama yang memiliki pasien Diabetes Melitus terbanyak dengan jumlah 1.446 pasien. Data dari puskesmas Pekauman Banjarmasin menunjukkan adanya peningkatan jumlah pasien Diabetes Melitus pada bulan Desember 2023 sebanyak 130 pasien dan pada bulan Agustus 2024 sebanyak 156 pasien. Dalam 3 bulan terakhir untuk pasien Diabetes Melitus Tipe II sebanyak 54 pasien. Dalam pengelolaan Diabetes Melitus Tipe II diperlukan pendekatan multidimensional mencakup gaya hidup, pola makan, aktivitas fisik, dan kepatuhan terhadap pengobatan (Utomo et al., 2020). Namun, meskipun telah ada berbagai upaya untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan pasien mengenai pentingnya pengelolaan penyakit ini, banyak pasien masih mengalami kesulitan dalam mematuhi instruksi medis. Adapun faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien dapat dibedakan menjadi dua kategori yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik (Maros, 2020).

Faktor intrinsik mencakup aspek pribadi seperti motivasi, pengetahuan, dan pemahaman pasien tentang penyakitnya. Meskipun faktor ini memiliki peran penting, faktor ekstrinsik sering kali lebih dominan dalam mempengaruhi perilaku pasien dan hasil pengobatan. Faktor ekstrinsik mencakup elemen yang lebih mudah dimodifikasi, seperti pola makan, aktivitas fisik, dukungan sosial, dan interaksi dengan tenaga Kesehatan (Djawa, 2020). Pola makan yang tidak sehat, kurangnya aktivitas fisik, dan minimnya dukungan sosial dapat menjadi penghalang signifikan bagi pasien dalam mengelola Diabetes Melitus Tipe II (Badi'ah, 2020). Bantuan dari layanan Kesehatan seperti konseling dan Pendidikan Kesehatan, serta kualitas interaksi antara pasien dan tenaga Kesehatan, dapat meningkatkan kepatuhan pasien. Perubahan dalam pola terapi yang mungkin diperlukan dalam pengelolaan diabetes juga dapat memengaruhi kepatuhan pasien, terutama jika pasien merasa tidak nyaman atau bingung dengan perubahan tersebut. Oleh karena itu, penting untuk memahami dan mengidentifikasi faktor ekstrinsik yang mempengaruhi kepatuhan pasien dalam pengelolaan diabetes melitus tipe II, agar intervensi yang tepat dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien dan mencegah komplikasi lebih lanjut (Djawa, 2020). Melihat masalah yang ada maka penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor ekstrinsik pada pasien diabetes melitus tipe ii di Puskesmas Pekauman Banjarmasin.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi adalah seluruh pasien DMT2 di Puskesmas Pekauman Banjarmasin (N=54). Sampel sebanyak 48 responden dipilih dengan teknik purposive sampling menggunakan kriteria inklusi (pasien DM Tipe II usia ≥ 18 tahun, berkunjung ke Puskesmas Pekauman untuk pengobatan/kontrol/konsultasi, serta tidak memiliki gangguan pendengaran dan penglihatan) dan kriteria eksklusi (pasien DM Tipe II yang tidak mandiri, tidak kooperatif, atau memiliki gangguan mental). Instrumen penelitian ini berupa kuesioner yang dimodifikasi dari penelitian sebelumnya (Megananda, 2018; Hutasuht, 2024; Permatasari et al., 2024). Kuesioner terdiri dari 51 item dengan skala Likert. Hasil uji validitas $>0,361$ dengan nilai reliabilitas 0,88. Data dianalisis dengan analisa univariat.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia di Puskesmas Pekauman Banjarmasin paling banyak yaitu didapatkan responden dengan rentang usia 31-45 tahun (dewasa akhir) dengan persentase 54,2%. Hasil karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin paling banyak didapatkan yaitu responden dengan jenis kelamin perempuan dengan jumlah 39 responden persentase didapatkan 81,3%.

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Usia		
>60	7	15,0
46-59	14	29,0
31-45	26	54,0
21-30	1	2,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	9	19,0
Perempuan	39	81,0
Pendidikan Terakhir		
SD	9	18,8
SMP	17	35,4
SMA	22	45,8
Pekerjaan		
IRT	33	69,0
Swasta	14	29,0
Mekanik	1	2,0
Penghasilan		
Tidak Ada Penghasilan	33	69,0
Berpenghasilan	15	31,0
Lama Menderita		
<1 Tahun	33	69,0
>1 Tahun	15	31,0
Riwayat Keluarga		
Tidak Ada	16	33,3
Ada	32	66,7

Hasil responden berdasarkan pendidikan terakhir paling banyak didapatkan responden dengan pendidikan terakhir SMA sebanyak 22 responden persentase didapatkan yaitu 45,8%. Berdasarkan pekerjaan paling banyak adalah ibu rumah tangga yaitu dengan jumlah responden 33 persentase didapatkan 68,8%. Berdasarkan penghasilan paling banyak didapatkan responden dengan tidak ada penghasilan sebanyak 33 responden persentase didapatkan 68,8%. Berdasarkan lama menderita paling banyak didapatkan responden lama menderita <1 Tahun sebanyak 33 responden persentase didapatkan 68,8%. Dan hasil responden berdasarkan riwayat keluarga paling banyak didapatkan responden dengan ada riwayat keluarga sebanyak 32 responden persentase didapatkan 66,7%.

Tabel 2.
Hasil Univariat

Dukungan Sosial	f	%
Baik	36	75,0
Cukup	12	25,0
Rendah	0	0
Akses Layanan Kesehatan		
Baik	48	100
Cukup	0	0
Rendah	0	0
Pola Makan		
Baik	2	4,2
Cukup	46	95,8
Rendah	0	0
Aktivitas Fisik		
Baik	0	0
Cukup	46	95,8
Rendah	2	4,2

Tabel 2. Analisis univariat berdasarkan data bahwa dukungan sosial pada pasien Diabetes Melitus Tipe II yang berjumlah 48 responden, sebagian besar dukungan sosialnya dengan kategori baik

didapatkan 36 responden dengan persentase 75,0%, dan dengan kategori cukup didapatkan 12 responden persentasenya 25,0%. Berdasarkan data akses terhadap layanan kesehatan pada pasien Diabetes Melitus Tipe II dengan 48 responden dinyatakan kategori baik didapatkan persentasenya 100%. Berdasarkan data pola makan pada pasien Diabetes Melitus Tipe II dengan 48 responden dengan kategori baik hanya 2 responden dengan persentase 4,2%, dan untuk kategori cukup didapatkan 46 responden dengan persentase 95,8%. Berdasarkan data aktivitas fisik pada pasien Diabetes Melitus Tipe II dengan 48 responden, dinyatakan kategori cukup 46 responden persentasenya 95,8%, dan kategori rendah didapatkan ada 2 responden dengan persentase 4,2%.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar penderita DM Tipe II di Puskesmas Pekauman Banjarmasin adalah perempuan (81,3%), usia produktif 31–45 tahun (54,2%), berpendidikan menengah (45,8%), ibu rumah tangga tanpa penghasilan tetap (68,8%), memiliki riwayat keluarga diabetes (66,7%), dan baru terdiagnosis <1 tahun (68,8%). Perempuan lebih berisiko karena faktor hormonal, psikososial, obesitas, kehamilan, hingga menopause (Prasetya et al., 2023), (Komariah & Rahayu, 2020). Usia produktif menjadi kelompok rentan akibat perubahan gaya hidup, meskipun prevalensi tertinggi biasanya terjadi >45 tahun (Rosdina et al., 2024).

Tingkat pendidikan menengah menunjukkan keterbatasan pengetahuan yang dapat memengaruhi kepatuhan (Hananto et al., 2022). Sebagian besar responden bekerja sebagai ibu rumah tangga, kondisi yang identik dengan aktivitas fisik rendah sehingga meningkatkan risiko diabetes. Riwayat keluarga sebagai faktor genetik juga dominan (Trisnawati & Setyorogo, 2013). Mayoritas responden baru terdiagnosis <1 tahun, memberi peluang besar untuk intervensi dini melalui edukasi, modifikasi gaya hidup, dan pencegahan komplikasi. Pada penelitian ini, didapatkan dukungan sosial pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Pekauman Banjarmasin rata-rata baik yaitu dari 48 responden, 36 responden (75,0%) dikategorikan baik dan 12 responden (25,0%) mendapatkan dukungan sosial dalam kategori cukup. Penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum pasien Diabetes Melitus Tipe II di wilayah Puskesmas Pekauman telah mendapatkan dukungan sosial yang memadai dari lingkungan sekitar mereka. Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Anwar et al., (2023) yang menunjukkan bahwa dukungan keluarga berhubungan erat dengan self-care pasien DM. Dukungan sosial yang baik berperan penting dalam meningkatkan kepatuhan terhadap terapi dan gaya hidup sehat (P2PTM, 2022).

Akses layanan kesehatan di Puskesmas Pekauman 48 responden (100%) memiliki akses terhadap layanan Kesehatan dalam kategori baik, yang Dimana menunjukkan bahwa Puskesmas Pekauman Banjarmasin telah berhasil memenuhi Standar Pelayanan Minimal (SPM) untuk pasien Diabetes Melitus Tipe II. Menurut Salahudin & Amelia, (2024), faktor penting agar puskesmas dapat melayani pasien Diabetes dengan baik meliputi ketersediaan SDM, sarana, pelatihan dan SOP layanan yang memadai. Sehingga penelitian ini tidak sejalan dengan Rizka Fadillah Hutasuhut (2024), 83,3% responden dengan akses sulit atau rendah.

Pola makan pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Pekauman Banjarmasin, mayoritas memiliki pola makan dalam kategori cukup sebanyak 46 responden (95,8%), sementara itu hanya 2 responden (4,2%) yang memiliki pola makan dalam kategori kurang baik, sehingga menunjukkan bahwa Sebagian besar pasien telah memiliki kesadaran dan usaha dalam menjaga asupan makanan, meskipun belum sepenuhnya sesuai dengan standar diet untuk penderita Diabetes Melitus Tipe II dan salah satu faktor utama yang mempengaruhi pola makan ini adalah latar belakang pasien, dimana mayoritas adalah ibu rumah tangga tanpa penghasilan tetap. Penelitian ini sejalan Wijaya, (2021), di Puskesmas Johar Baru menunjukkan bahwa hanya 62,5% pasien memiliki pola makan cukup sedangkan sisanya buruk dan Penelitian ini juga sejalan dengan Putra et al., (2022) sebanyak 75 responden hampir semua responden hanya memiliki pola makan dalam kategori cukup.

Data aktivitas fisik pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Pekauman Banjarmasin dari 48 responden yang memiliki Tingkat aktivitas fisik dalam kategori cukup sebanyak 46 responden (95,8%), sedangkan hanya 2 responden (4,2%) yang memiliki aktivitas fisik kategori rendah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Trisnawati et al., (2023) menemukan bahwa 40 pasien Diabetes Melitus Tipe II, memiliki aktivitas sedang, Dimana selaras dengan data yang menunjukkan mayoritas kategori cukup.

SIMPULAN

mendapatkan dukungan sosial dalam kategori sedang (25,0%) hingga baik (75,0%), pola makan dalam kategori sedang (95,8%) hingga kurang baik (4,2%), dan aktivitas fisik dalam kategori sedang (95,8%) hingga rendah (4,2%). Kesimpulan penelitian ini, ditemukan bahwa terdapat beberapa faktor ekstrinsik yang masih memerlukan perhatian dan pembenahan lebih lanjut, terutama bagi tenaga Kesehatan dipuskesmas. Faktor-faktor tersebut meliputi dukungan sosial, pola makan dan aktivitas fisik pada pasien Diabetes Melitus tipe II.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, A. N. I. A., Gani, A. B., Makmun, A., Sam, A. D. P., & Kanang, I. L. D. (2023). Gambaran Penderita Amputasi Diabetes Melitus di Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar Tahun 2019-2023. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(8), 573–580. <https://doi.org/10.33096/fmj.v3i8.341>
- Aschner, P., Karuranga, S., James, S., Simmons, D., Basit, A., Shaw, J. E., Wild, S. H., Ogurtsova, K., & Saeedi, P. (2021). The International Diabetes Federation's guide for diabetes epidemiological studies. *Diabetes Research and Clinical Practice*, 172, 108630. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2020.108630>
- Badi'ah, A. (2020). Pengantar Promosi Kesehatan. In A. Munandar (Ed.), *CV. Media Sains Indonesia* (Vol. 5, Issue 3). CV. Media Sains Indonesia.
- Djawa, O. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Self Care pada Pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Depok III Sleman Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(1), 1–10.
- Hananto, S. Y., Putri, S. T., & Puspita, A. P. W. (2022). Studi Kasus : Penatalaksanaan Diabetes Self Management Education (DSME) Terhadap Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan*, 20(4), 128–137. <https://doi.org/10.35874/jkp.v20i4.1111>
- Komariah, K., & Rahayu, S. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, Dm*, 41–50. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.412>
- Lestari, Zulkarnain, & Sijid, S. A. (2021). Diabetes Melitus : Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *Prosiding Biologi Achieving the Sustainable Development Goals with Biodiversity in Confronting Climate Change Gowa*, November, 237–241.
- Manto, O. A. D., Nestriani, N. W. E. N., & Latifah, L. (2023). Hubungan Perilaku Perawatan Kaki Terhadap Kejadian Ulkus Kaki Diabetik. *Journal of Nursing Invention*, 4(1), 42–47. <https://doi.org/10.33859/jni.v4i1.300>
- Maros, H., & Juniar, S. (2016). Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta. 45, 1–23.
- P2PTM. (2022). Penyakit Diabetes Melitus. [P2ptm.Kemkes.Go.Id](https://p2ptm.kemkes.go.id).

- Prasetya, S. A., Irawan, A., & Rahman, S. (2023). Hubungan Motivasi Terhadap Kepatuhan Pengobatan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II. *Journal of Nursing Invention*, 4(1), 15–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.33859/jni.v4i1>
- Putra, A. P., Maulina, N., & Nadira, C. S. (2022). Hubungan Diabetes Melitus Dan Hipertensi Dengan Luas Infark Miokard(Berdasarkan Skor Selvester) Pasien Sindrom Koroner Akut Di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara Tahun 2019. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 22(2), 38–45. <https://doi.org/10.24815/jks.v22i2.22124>
- Rosdina, S., Saputra, B., & Roslita, R. (2024). Hubungan Self Efficacy Terhadap Kepatuhan Latihan Fisik Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 13(1), 47–58.
- Salahudin, R., & Amelia, A. (2024). Hubungan antara self care manajemen dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus di Desa Cisantana Kecamatan Cigugur Kabupaten Kuningan. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(2), 375–382. <https://doi.org/doi.org/10.34305/jnpe.v4i2.1109>
- Trisnawati, Anggraini, R. B., & Nurvinanda, R. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Ulkus Diabetikum Pada Penderita Diabetes Melitus. *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, 4(2), 85–94. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/ijnhs.v4i2>
- Trisnawati, S. K., & Setyorogo, S. (2013). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Kecamatan Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 5(1), 6–11.
- Utomo, A. A., Rahmah, S., & Amalia, R. (2020). Faktor Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2 : A Sitematic Review. *AN-Nur: Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 01(1), 44–53.
- Wijaya, N. I. S. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Motivasi dalam Mencegah Terjadinya Komplikasi Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Samata. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 1(1), 11–15. <https://doi.org/10.56742/nchat.v1i1.3>