



Hubungan Periode Sakit, Spiritualitas, dan Efikasi Diri dengan Fatigue Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana Kabupaten Pati

Diah Fatmawati, Diana Tri Lestari, Dewi Hartinah

Universitas Muhammadiyah Kudus, Indonesia

Email: diahft14@gmail.com, dianatri@umkudus.ac.id, dewihartinah@umkudus.ac.id

ABSTRAK

Kata Kunci: diabetes melitus tipe 2, efikasi diri, fatigue, periode sakit, spiritualitas

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang ditandai gangguan produksi insulin dan berisiko menimbulkan komplikasi serius. Salah satu masalah utama yang dialami penderita adalah fatigue, yaitu rasa lelah berlebih akibat gangguan metabolisme energi. Kondisi ini dipengaruhi oleh lama periode sakit, tingkat spiritualitas, serta efikasi diri penderita dalam mengelola penyakitnya. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi hubungan antara periode sakit, spiritualitas, dan efikasi diri dengan fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan cross-sectional yang dilakukan di bulan Mei 2025 menggunakan rumus slovin didapatkan sampel berjumlah 67 responden teknik pengambilan sampel menggunakan metode purposive sampling, dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi adalah penderita diabetes melitus tipe 2 ≥ 18 tahun sedangkan kriteria eksklusi adalah penderita yang dengan komplikasi akut dan mengalami gangguan kognitif yang memengaruhi kemampuan memberikan jawaban kuesioner secara mandiri. Data dikumpulkan melalui kuesioner tentang periode sakit, spiritualitas menggunakan Spiritual-Self CarePractice Scale (SSCPS) dan efikasi diri menggunakan The Diabetes Management Self Efficacy Scale for tipe 2 DM (DMSES) dengan fatigue menggunakan Fatigue Severity Scale (FSS) pada variabel dependen yaitu fatigue dan variabel independent yaitu periode sakit, spiritualitas dan efikasi diri. Analisis data dilakukan menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji spearman untuk menilai hubungan antar variabel. Hasil penelitian memiliki hubungan yang signifikan dengan fatigue, periode sakit memiliki hubungan yang lemah ($r = -0,355$, $p = 0,003$), sedangkan spiritualitas ($r = -0,277$, $p = 0,023$), kemudian efikasi diri ($r = -0,292$, $p = 0,016$). Puskesmas dapat memperhatikan aspek spiritualitas, dan efikasi diri dalam penanganan fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2.

ABSTRACT

Keywords: type 2 diabetes mellitus, self-efficacy, fatigue, sick periods, spirituality

Type 2 diabetes mellitus is a chronic disease characterized by impaired insulin production and is at risk of causing serious complications. One of the main problems experienced by sufferers is fatigue, which is excessive fatigue due to impaired energy metabolism. This condition is influenced by the length of the sick period, the level of spirituality, and the self-efficacy of the sufferer in managing his disease. This study aims to identify the relationship between pain periods, spirituality, and self-efficacy with fatigue in patients with type 2 diabetes mellitus. This study uses a correlation analytical design with a cross-sectional approach which was carried out in May 2025 using the slovin formula and obtained a sample of 67 respondents from sampling techniques using the purposive sampling method, using inclusion and exclusion criteria. The inclusion criteria are patients with type 2 diabetes mellitus ≥ 18 years while the exclusion criteria are patients with acute complications and cognitive impairments that affect the ability to



provide questionnaire answers independently. Data were collected through questionnaires on sick periods, spirituality using the Spiritual-Self CarePractice Scale (SSCPS) and self-efficacy using The Diabetes Management Self Efficacy Scale for type 2 DM (DMSES) with fatigue using the Fatigue Severity Scale (FSS) on dependent variables, namely fatigue and independent variables, namely pain periods, spirituality and self-efficacy. Data analysis was carried out using univariate and bivariate analysis with spearman tests to assess the relationship between variables. The results of the study had a significant relationship with fatigue, the sick period had a weak relationship ($r = -0.355$, $p = 0.003$), while spirituality ($r = -0.277$, $p = 0.023$), then self-efficacy ($r = -0.292$, $p = 0.016$). Puskesmas can pay attention to aspects of spirituality, and self-efficacy in handling fatigue in patients with type 2 diabetes mellitus.

Corresponden Author: Diah Fatmawati

Email: diahft14@gmail.com

Artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi



Pendahuluan

Penyakit tidak menular (PTM), yang biasa disebut penyakit degeneratif, merupakan masalah kesehatan masyarakat karena tingginya angka kesakitan dan kematian di seluruh dunia (Kemenkes RI-Penyakit-Tidak-Menular-(Ptm), 2023). Salah satu penyakit tidak menular yaitu diabetes melitus. Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis jangka panjang yang terjadi ketika kadar glukosa dalam darah meningkat sehingga tubuh tidak mampu memproduksi insulin yang cukup, atau ketika pancreas tidak mampu memproduksi cukup insulin (Restika et al., 2023). Diabetes melitus mempunyai beberapa tipe, namun yang paling sering terjadi adalah diabetes melitus tipe 2 yang dikenal sebagai Diabetes Non-Dependent yang terjadi ketika respon fisiologis yang tidak teratur terhadap produksi dan penyerapan insulin (Ampofo et al., 2022a).

Di Indonesia dan diseluruh dunia, prevalensi diabetes semakin meningkat di setiap tahunnya. Berdasarkan data yang diambil dari Internasional Diabetes Federation tahun 2022 melaporkan sebanyak 537 juta orang dewasa (20-79 tahun) menderita diabetes melitus dan diperkirakan pada tahun 2030 akan terjadi peningkatan kasus sebanyak 784 juta jiwa. Sedangkan 6,7 orang meninggal dunia karena diabetes melitus pada tahun 2021. Kemudian diperkirakan 44% orang dewasa penderita diabetes (240 juta orang) tidak terdiagnosis. Saat ini 541 juta orang dewasa di seluruh dunia mengalami gangguan glukosa darah dalam tubuh, sehingga menempatkan mereka pada risiko tinggi terkena diabetes melitus tipe 2 (International Diabetes Federation, 2021). Prevalensi dan mortalitas di Indonesia telah meningkat secara signifikan. Menurut IDF Indonesia menempati peringkat ke lima negara dengan penderita diabetes melitus terbanyak. Berdasarkan data dari Kementrian Republik Indonesia melaporkan bahwa jumlah penderita diabetes melitus pada tahun 2021 sebanyak 19,47 jiwa (Kemenkes RI, 2022).

Diabetes Melitus merupakan salah satu dari tiga prioritas utama dalam upaya penanggulangan penyakit tidak menular di Jawa Tengah, setelah hipertensi dan obesitas. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, jumlah penderita diabetes berusia 15 tahun ke atas di wilayah Provinsi Jawa Tengah diperkirakan mencapai 9,59% pada tahun 2023. Dari jumlah tersebut, diperkirakan 624,802 penderita dan sebesar (101,6%) telah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar pada persentase pelayanan kesehatan bagi penderita diabetes melitus tertinggi terdapat di wilayah Purworejo dan terendah di wilayah Pekalongan (Dinkes Provinsi Jateng, 2023). Di Kabupaten Pati Diabetes Melitus menduduki urutan kedua terbanyak setelah hipertensi. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Pati tahun 2023 kasus diabetes melitus meningkat sebanyak 33.621 kasus sedangkan yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 100%. Profil Kesehatan Kabupaten Pati tahun 2023 juga melaporkan data kabupaten/kota dengan penderita diabetes melitus terbanyak yaitu di Puskesmas Juwana menempati urutan pertama yang tertinggi menderita diabetes melitus sebanyak 2.361 orang (Dinas Kesehatan Kabupaten Pati, 2023). Berdasarkan data dari Puskesmas Juwana terdapat jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 199, terdiri dari laki-laki 97 jiwa dan perempuan sebanyak 102 jiwa. Prevalensi diabetes melitus di Puskesmas Juwana pada usia diatas 15 tahun sebesar 1,5%, yaitu berjumlah mencapai 2.361 jiwa.

Meningkatnya kejadian diabetes melitus tipe 2 sering dikaitkan dengan fatigue yang disebabkan oleh peningkatan kadar gula. Jika tidak cepat ditangani maka akan mengakibatkan komplikasi seperti penyakit kardiovaskular, kerusakan saraf, gagal ginjal, amputasi, dan penyakit yang dapat berujung pada kebutaan (Internasional Diabetes Federation, 2021). Oleh karena itu, perlu dilakukan penanggulangan seperti minum obat secara teratur, rutin check up kadar gula darah, periksa mata secara teratur, memperbanyak mengkonsumsi sayur dan mengurangi makanan berlemak dan makanan yang manis (P2PTM Kemenkes RI, 2019). Menurut (Soelistijo, 2021) penatalaksanaan diabetes melitus dimulai dengan menerapkan pola hidup sehat (terapi nutrisi medis dan aktivitas fisik) bersamaan dengan intervensi farmakologis dengan obat hiperglikemia secara oral dan suntikan. Terapi ini dilakukan sepanjang hidup mereka agar tidak terjadi komplikasi, namun seiring berjalannya waktu saat menjalankan penatalaksanaan para penderita diabetes melitus tipe 2 mengalami kelelahan atau fatigue.

Fatigue sering dijumpai pada penderita diabetes melitus tipe 2 dan dikenal dengan Diabetes Fatigue Syndrome (DFS) dalam bahasa Indonesia yaitu Sindrom Kelelahan Diabetes. Fatigue juga sering dikaitkan dengan penurunan fungsi fisik dan mengelola aktivitas rutin sehari-hari sehingga menjadikan penderita diabetes melitus mudah merasa lelah (Hidayat, Sukartini, 2020). Pada klien diabetes yang kekurangan insulin atau tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh dapat menggeser metabolisme energi dari karbohidrat menjadi lemak. Setelah ini terjadi (setelah simpanan glikogen habis), anjang forforilasi ADP turun dan resistensi ATP menurun (Nursiswati et al., 2023). Proses tersebut diketahui menjelaskan kejadian fatigue pada penderita diabetes melitus. Selain itu, fatigue juga ditandai dengan adanya penurunan kapasitas dalam bekerja dan mengurangi efisiensi untuk menanggapi rangsangan terutama pada saat istirahat ataupun tidur (Kusyari & Rahmat, 2023),

Studi epidemiologi menunjukkan bahwa fatigue merupakan gejala umum pada penderita diabetes melitus, mereka telah membuktikan bahwa 61% penderita diabetes tipe 2 mengalami fatigue (Widyanthari et al., 2020). Fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2, dapat terjadi berbagai masalah seperti, masalah fisik, dan psikologis. Masalah fisik disebabkan karena pada

diabetesi terjadi peningkatan ion tinggi fosfat anorganik dan kalium yang merupakan pencetus fatigue. Selain faktor fisik, faktor psikologis juga mempengaruhi fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2 yaitu depresi. Depresi terkait dengan gaya hidup dan faktor klinis seperti obesitas dan keterbatasan fisik menjadi pencetus terjadinya depresi pada penderita diabetes melitus tipe 2 (R. R. Putri & Rayasari, 2020). Adapun dampak yang diakibatkan dari fatigue adalah salah satu permasalahan yang menurunkan produktifitas dan kualitas hidup pada diabetes (Maesaroh et al., 2020). Menurut hasil penelitian di India pada pasien yang baru terdiagnosa diabetes melitus 61% mengalami fatigue, di Amerika sebesar 40%, di Eropa sebesar 23-40%, dan di Indonesia sebesar 51,5% (Romadlon et al., 2022). Kemudian penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Nursiswati et al., 2023) mengungkapkan bahwa masalah fatigue di Indonesia belum banyak diteliti dan belum banyak pengembangan intervensi penanganan fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Periode sakit merupakan faktor penting yang mempengaruhi kondisi penderita diabetes melitus tipe 2 dimana penderita mengalami gejala yang tidak stabil dan perlu melakukan perawatan yang intensif. Selama periode sakit diabetesi sering mengalami peningkatan kadar gula darah, gangguan tidur dan penurunan energi. Hal ini berdampak negative terhadap kualitas hidup diabetesi. Beberapa penelitian terdahulu telah menunjukkan semakin lama seseorang menderita diabetes melitus tipe 2, semakin sulit bagi mereka untuk mengelola kondisi sakitnya. Oleh karena itu, semakin lama periode sakit diabetes, maka semakin tinggi pula risiko terjadinya komplikasi dan fatigue (Suryati et al., 2019).

Spiritualitas merupakan suatu hubungan yang kuat dan semangat seseorang untuk mendapat tujuan hidup, kenyamanan, dan dukungan serta harapan dan keyakinan. Penderita menggunakan keyakinan dan agama dengan sabar, toleran dan mengharap dengan tenang dan percaya diri untuk masa depan yang baik (Siallagan et al., 2023). Spiritualitas juga terbukti dapat membantu penderita diabetes melitus tipe 2 dalam mengatasi berbagai macam penyakit atau berbagai situasi seperti stress yang sering terjadi pada penderita diabetes melitus tipe 2 (Ampofo et al., 2023). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Khotimah et al., 2021) mengungkapkan bahwa spiritualitas berdampak positif terhadap kesehatan, kesejahteraan serta sebagai motivasi penderita untuk bertanggung jawab pada kesehatannya dan spiritualitas juga memberikan dukungan emosional dan mental yang dapat membantu penderita mengatasi tantangan yang dihadapi akibat penyakitnya serta mempengaruhi fatigue, maka dari itu penderita yang memiliki spiritualitas yang tinggi cenderung memiliki tingkat fatigue yang rendah.

Perawatan diabetes melitus tipe 2 memerlukan perilaku dari penderita untuk meningkatkan kepatuhan dengan cara meningkatkan efikasi diri (Khusnul Khotimah & Ika Silvitasari, 2024). Efikasi diri merupakan cara seseorang untuk yakin bahwa mereka dapat melakukan perilaku tertentu untuk mencapai tujuan individu (Mulud et al., 2022). Selain itu, efikasi diri mampu memberikan rasa percaya diri pada kemampuan diabetes untuk melakukan pengobatan dan perawatan diri. Menurut penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Dewi Kadek, 2024) mengemukakan bahwa efikasi diri terbukti efektif pada penderita diabetes melitus tipe 2 dalam manajemen rasa sakit, pengetahuan, pemantauan kadar gula, depresi, kecemasan dan fatigue. Maka penderita yang memiliki efikasi yang tinggi cenderung memiliki tingkat fatigue yang rendah dikarenakan mampu mengatasi stress dan mengelola kondisi kecemasan mereka dengan lebih baik.

Oleh karena itu, perawat berperan penting sebagai edukator dalam memberikan informasi yang tepat kepada penderita diabetes melitus tipe 2 dalam mengelola fatigue (Anindita et al., 2020). Meskipun fatigue merupakan masalah yang sering terjadi pada penderita diabetes melitus tipe 2, namun penelitian yang mengkaji hubungan periode sakit, spiritualitas dan efikasi diri dengan fatigue masih terbatas. Kurangnya pemahaman tentang hal ini dapat menyulitkan perawat dalam merancang intervensi yang tepat. Maka dari itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan ketiga faktor tersebut dengan tingkat fatigue di UPTD Puskesmas Juwana Kabupaten Pati.

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat di seluruh dunia, termasuk Indonesia yang menempati urutan kelima dengan jumlah penderita terbanyak. Penyakit ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi, seperti penyakit jantung, kerusakan saraf, dan gangguan penglihatan. Selain dampak fisik, diabetes melitus tipe 2 juga berdampak pada kesehatan mental dan spiritual, yang dapat menurunkan kualitas hidup penderita akibat perasaan depresi dan cemas. Penatalaksanaan diabetes tipe 2 melibatkan pengaturan pola makan, olahraga, dan pengobatan, yang memerlukan perawatan jangka panjang dan sering mengakibatkan fatigue. Fatigue adalah gejala umum yang dialami penderita diabetes tipe 2, mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari mereka, serta menurunkan produktivitas. Faktor-faktor seperti pengobatan, psikologis, penurunan efikasi diri, dan spiritualitas dapat berkontribusi terhadap fatigue berkepanjangan, yang juga meningkatkan risiko komplikasi. Penelitian ini penting untuk memahami hubungan antara periode sakit, spiritualitas, dan efikasi diri dengan fatigue, sehingga diharapkan dapat menemukan cara untuk mengatasi fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan periode sakit, spiritualitas, dan efikasi diri dengan fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana?” Tujuan umum penelitian ini adalah mengidentifikasi hubungan antara periode sakit, spiritualitas, dan efikasi diri dengan fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana. Adapun tujuan khususnya meliputi: mengidentifikasi tingkat fatigue penderita diabetes melitus tipe 2, lama periode sakit, spiritualitas, dan efikasi diri, serta hubungan antara periode sakit, spiritualitas, dan efikasi diri dengan fatigue pada penderita tersebut di UPTD Puskesmas Juwana. Manfaat penelitian ini adalah memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dalam merancang intervensi holistik yang tidak hanya menitikberatkan pada aspek medis, tetapi juga aspek psikologis dan spiritual, guna meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik korelasi, menggunakan pendekatan cross-sectional untuk mengumpulkan data dalam satu waktu guna mengamati hubungan antara periode sakit, spiritualitas, dan efikasi diri dengan fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2. Lokasi penelitian berlangsung di UPTD Puskesmas Juwana, Kecamatan Juwana, Kabupaten Pati, yang dipilih karena menjadi salah satu wilayah dengan kasus diabetes melitus tertinggi di Kabupaten Pati. Populasi dalam penelitian ini adalah

penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana, yang berjumlah 199 kasus, terdiri dari 97 laki-laki dan 102 perempuan. Kriteria inklusi mencakup penderita berusia ≥ 18 tahun, berdomisili di wilayah kerja, bersedia menjadi responden, dan mampu berkomunikasi dengan baik, sementara kriteria eksklusi mencakup penderita dengan komplikasi akut atau gangguan kognitif. Sampel diambil menggunakan metode purposive sampling, dan besar sampel ditentukan menggunakan rumus Slovin, menghasilkan 67 responden. Variabel dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi variabel bebas, yaitu periode sakit, spiritualitas, dan efikasi diri, serta variabel terikat, yaitu fatigue. Definisi operasional untuk setiap variabel disusun, di mana periode sakit diukur dengan kuesioner demografi, spiritualitas menggunakan kuesioner SSCPS, efikasi diri dengan kuesioner DMSES, dan fatigue dengan kuesioner FSS. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang mencakup data primer dan sekunder; data primer diperoleh dari kuesioner mengenai periode sakit, spiritualitas, efikasi diri, dan fatigue, sementara data sekunder berasal dari rekam medis pasien dan laporan kesehatan setempat. Data yang terkumpul diolah dengan langkah-langkah editing, coding, tabulating, dan entry. Analisis dilakukan secara univariat untuk distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji Spearman untuk mengevaluasi hubungan antara variabel bebas dan terikat. Penelitian ini telah disetujui oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kudus dengan nomor 287/Z-7/KEPK/UMKU/II/2025.

Hasil dan Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Penelitian ini melibatkan sebanyak 67 responden yang menderita Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana Kabupaten Pati. Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan terakhir, pekerjaan, dan periode menderita diabetes melitus tipe 2. Berikut merupakan distribusi frekuensi dari masing-masing karakteristik:

1) Usia

Tabel 1. Karakteristik responden (n=67)

Usia responden (tahun)	(f)	(%)
< 40 tahun	2	3,0
40-59 tahun	41	61,2
≥ 60 tahun	24	35,8
Total	67	100

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian 2025

Berdasarkan tabel 1 dari 67 responden menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada rentang usia 40-59 tahun yaitu sebanyak 41 responden (61,2%). Selanjutnya responden dengan usia ≥ 60 tahun berjumlah 24 responden (35,8%), dan sisanya merupakan responden dengan usia <40 tahun yaitu sebanyak 2 responden (3,0%).

2) Jenis Kelamin, Pekerjaan, Pendidikan, Periode Sakit

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pekerjaan, Pendidikan, dan Periode Sakit (n=67)

Karakteristik	(f)	(%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	16	23,9

Perempuan	51	76,1
Pekerjaan		
Buruh	11	16,4
IRT (Ibu Rumah Tangga)	29	43,3
Nelayan	1	1,5
Pedagang	13	19,4
Penjahit	3	4,5
Petani	2	3,0
PNS (Pegawai Negeri Sipil)	4	6,0
Sopir	2	3,0
Tukang Parkir	1	1,5
Wirausaha	1	1,5
Pendidikan		
SD	32	47,8
SMP	12	17,9
SMA/SMK	17	25,4
Perguruan Tinggi	6	9,0
Total	67	100

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian 2025

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 51 responden (76,1%), pekerjaan didapatkan 29 responden (43,3%) merupakan IRT (Ibu Rumah Tangga), kemudian pendidikan terakhir di tingkat SD sebanyak 32 responden (47,8%).

2. Periode Sakit pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Periode Sakit pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana (n=67)

Periode Sakit	f	%
≥ 5 tahun	33	49,3
< 5 tahun	34	50,7
Total	67	100

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian 2025

Berdasarkan table 3 sebagian besar responden mengalami periode sakit menderita diabetes melitus tipe 2 < 5 tahun sebanyak 34 responden (50,7%), sedangkan yang menderita ≥ 5 tahun 33 responden (49,3%).

3. Spiritualitas pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Tingkat Spiritualitas pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana (n=67)

Spiritualitas	f	%
Rendah	2	3,0
Sedang	46	68,7
Tinggi	19	28,4
Total	67	100

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian 2025

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat spiritualitas sedang yaitu sebanyak 46 responden (68,7%). Sebanyak 19 responden (28,4%) mengalami tingkat spiritualitas dalam kategori tinggi, sedangkan hanya 2 responden (3,0%) yang mengalami spiritualitas dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas penderita DM Tipe 2 di wilayah penelitian memiliki tingkat spiritualitas yang cukup baik, meskipun belum mencapai kategori tinggi secara keseluruhan.

4. Efikasi Diri pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Tabel 5. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Tingkat Efikasi Diri pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana (n=67)

Efikasi Diri	(f)	(%)
Rendah	7	10,4
Sedang	48	71,6
Tinggi	12	17,9
Total	67	100

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian 2025

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa Sebagian besar responden memiliki efikasi diri sedang, yaitu 48 responden (71,6%). Responden dengan efikasi diri baik atau kategori tinggi sebanyak 12 responden (17,9%), sedangkan responden dengan efikasi rendah tercatat sebanyak 7 responden (10,4%). Berdasarkan hasil tersebut, menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat efikasi diri yang cukup baik dalam menghadapi kondisi DM Tipe 2.

5. Fatigue pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Tabel 6. Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Tingkat Fatigue pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana (n=67)

Fatigue	(f)	(%)
Rendah	19	28,4
Tinggi	48	71,6
Total	67	100

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian 2025

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat fatigue yang tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48 responden (71,6%), sedangkan responden dengan tingkat fatigue rendah sebanyak 19 responden (28,4%).

6. Hubungan Periode Sakit dan Fatigue pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Tabel 7. Hubungan Periode Sakit dengan Fatigue Diabetes Melitus Tipe 2 (n=67)

Periode Sakit	Fatigue				n	r	Nilai p
	Tinggi		Rendah				
	f	%	f	%			
≥ 5 tahun	29	87,9	4	12,1	33		
< 5 tahun	19	55,9	15	44,1	34	-0,355	0,003
Total	48	71,6	19	28,4	67		

Sumber: Data Primer Hasil Penelitian 2025

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan hasil tabulasi silang dari 67 responden didapatkan sebagian besar responden dengan periode sakit ≥ 5 tahun mengalami fatigue tinggi 29 responden (87,9%), sedangkan responden dengan periode < 5 tahun lebih banyak mengalami fatigue rendah sejumlah 15 responden (28,4%). Hasil uji menggunakan Spearman Rho terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara periode sakit dengan fatigue dengan nilai $p=0,003$ ($p<0,05$), dan dengan ($r=-0,355$). Nilai r negative ini menunjukkan bahwa semakin lama periode sakit responden menderita diabetes melitus tipe 2, maka Tingkat fatigue yang dirasakan cenderung tinggi.

7. Hubungan Spiritualitas dan Fatigue pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Tabel 8. Hubungan Spiritualitas dengan Fatigue Diabetes Melitus Tipe 2 (n=67)

Periode Sakit	Fatigue				n	r	Nilai p
	Tinggi		Rendah				
	f	%	f	%			
≥ 5 tahun	29	87,9	4	12,1	33		
< 5 tahun	19	55,9	15	44,1	34	-0,355	0,003
Total	48	71,6	19	28,4	67		

Sumber Data Primer Penelitian 202

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan hasil tabulasi silang dari 67 responden didapatkan sebagian besar responden dengan Tingkat spiritualitas sedang sebanyak 36 responden (78,3%). Hasil uji Spearman Rho menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara spiritualitas dan fatigue dengan nilai ($r=-0,277$) dengan nilai $p=0,023$ ($p<0,05$). Nilai r negative ini menunjukkan bahwa semakin tinggi spiritualitas, maka responden cenderung mengalami fatigue tinggi menjadi lebih rendah.

8. Hubungan Efikasi Diri dan Fatigue pada Responden di UPTD Puskesmas Juwana

Tabel 9. Hubungan Efikasi Diri dengan Fatigue Diabetes Melitus Tipe 2 (n=67)

Efikasi Diri	Fatigue				n	r	Nilai p
	Tinggi		Rendah				
	f	%	f	%			
Rendah	6	85,7	1	14,3	2		
Sedang	37	77,1	11	22,9	46	-0,292	0,016
Baik	5	41,7	7	58,3	19		
Total	48	71,6	19	28,4	67		

Sumber: Data Primer Penelitian 2025

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan hasil tabulasi silang dari 67 mayoritas responden dengan efikasi diri sedang sebanyak 37 responden (77,1%) dan rendah sebanyak 7 responden (58,3%) justru mengalami fatigue rendah. Hasil uji Spearman Rho menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara efikasi diri dengan fatigue dengan nilai ($r=-$

0,292) dengan nilai $p = 0,016$ ($p < 0,05$). Korelasi negative ini menunjukkan bahwa semakin baik efikasi diri responden, maka tingkat fatigue yang dialami semakin rendah.

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana diketahui bahwa terdapat lebih banyak responden yang berusia 40-59 tahun yang menderita diabetes melitus tipe 2 yaitu sebanyak 41 responden (61,2%) dan lebih sedikit responden yang menderita diabetes melitus tipe 2 berusia < 40 tahun yaitu sebanyak 2 responden (3,0%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Rizky Rohmatulloh et al., 2024) menunjukkan bahwa mereka yang berusia diatas 40 tahun memiliki risiko lebih tinggi terkena diabetes melitus tipe 2 dibandingkan mereka yang berusia di bawah 40 tahun karena pada orang dewasa diatas 40 tahun, terjadi peningkatan risiko intoleransi glukosa. Hal ini disebabkan oleh faktor penuaan yang mengganggu kemampuan tubuh untuk mengatur kadar glukosa dengan baik. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Astuti et al., 2024) usia juga memiliki kaitan erat dengan kenaikan jumlah gula darah, semakin bertambah usia maka resiko untuk mengalami diabetes melitus semakin meningkat dan proses menua menjadi salah satu terjadinya diabetes melitus dan juga disebabkan faktor keturunan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana, pada jenis kelamin yang paling banyak menderita diabetes melitus tipe 2 adalah perempuan sebanyak 51 responden (76,1%). Hal ini sesuai dengan penelitian dari (Nora et al., 2025) mengungkapkan bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus tipe 2 adalah perempuan, dan jumlahnya lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini disebabkan karena perempuan dipengaruhi oleh sindrom pramenstruasi (premenstrual syndrome) dan pascamenopause. Penelitian ini juga sejalan dengan peneliti (Rif'at et al., 2023) mengungkapkan bahwa tingginya kadar Low-Density Lipoprotein (LDL) pada perempuan menjadi faktor lain yang dapat menyebabkan peningkatan risiko penyakit diabetes melitus pada perempuan selain itu, menurut peneliti perempuan juga cenderung memiliki pola makan yang beresiko tinggi seperti konsumsi gula dan lemak yang tinggi dan tingkat aktivitas yang rendah juga dapat meningkatkan risiko terkena diabetes melitus tipe 2. Menurut (Yudianti, 2020) prevalensi diabetes melitus tipe 2 sangat dipengaruhi oleh variasi gender dalam kadar kolesterol dan cara pelaksanaan aktivitas sehari-hari serta pilihan gaya hidup. Lemak tubuh laki-laki menempati 15-20% dan 20-25% tubuh perempuan. Oleh karena itu, perempuan lebih mungkin mengalami peningkatan lemak tubuh yang lebih besar dibandingkan laki-laki sehingga perempuan memiliki peluang 3-7 kali lebih tinggi terkena diabetes melitus dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana, mayoritas pekerjaan responden adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) sebanyak 29 responden (43,3%). Pekerjaan seseorang memiliki pengaruh signifikan terhadap aktivitas fisiknya, seperti yang diungkapkan (Juli et al., 2024). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa aktivitas fisik yang dilakukan oleh IRT (Ibu Rumah Tangga) cenderung lebih sedikit dibandingkan dengan mereka yang memiliki pekerjaan di luar rumah. Aktivitas fisik yang cukup dapat meningkatkan sensitivitas insulin dan secara langsung menurunkan kadar glukosa darah. Ketika aktivitas fisik meningkat, produksi insulin juga akan meningkat sehingga kadar gula dalam darah dapat berkurang. Sebaliknya jika produksi insulin tidak mencukupi untuk

mengubah glukosa menjadi energi, risiko terjadinya diabetes melitus akan meningkat. Menurut (Nadia Putri Andriyanny, Muhammad Anis Taslim, 2024) pekerjaan IRT termasuk dalam kategori aktivitas ringan, penelitian menunjukkan bahwa individu yang melakukan aktivitas fisik ringan memiliki risiko 4,36 kali lebih besar untuk menderita diabetes melitus tipe 2 dibandingkan dengan mereka yang melakukan aktivitas fisik sedang atau berat. Hal ini sejalan dengan penelitian (Anggi Amalia Cinta Lestari, 2024) yang menyatakan bahwa pekerjaan berhubungan dengan aktivitas fisik dan aktivitas olahraga. IRT (Ibu rumah tangga) melakukan beberapa aktivitas di rumah seperti mencuci, memasak dan membersihkan rumah serta banyak aktivitas yang tidak dapat dideskripsikan. Dengan demikian aktivitas fisik yang dilakukan IRT berpengaruh terhadap peningkatan insulin sehingga dapat menurunkan kadar gula dalam darah. Jika produksi insulin tidak mencukupi untuk mengubah glukosa menjadi energi maka risiko diabetes melitus akan meningkat. Oleh karena itu, pekerjaan sebagai ibu rumah tangga termasuk dalam kategori aktivitas ringan, hal ini menunjukkan adanya hubungan antara faktor pekerjaan dan kejadian diabetes melitus tipe 2, seperti yang diungkapkan oleh (Dian Sukma Dewi Arimbi, Lita, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana, didapatkan responden dengan Tingkat Pendidikan terakhir paling banyak adalah SD sebanyak 32 responden (47,8%). Hasil penelitian ini sejalan dengan peneliti (Lasari et al., 2024) dengan tingkat Pendidikan terakhir SD berjumlah 12 responden (40%). Hasil ini juga sesuai dengan peneliti (Khotimah et al., 2021) pendidikan terakhir paling banyak SD sejumlah 26 responden (43,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan (Nadia Putri Andriyanny, Muhammad Anis Taslim, 2024) menjelaskan bahwa orang yang Tingkat pendidikannya rendah biasanya kurangnya pengetahuan tentang kesehatan dan bagaimana cara mengontrol kesehatan yang benar. Pada individu tingkat pendidikannya rendah mempunyai risiko kurang memperhatikan gaya hidup dan pola makan serta apa yang harus dilakukan untuk mencegah penyakit diabetes melitus tipe 2. Pendidikan yang rendah sering kali membatasi akses terhadap informasi Kesehatan yang memadai. Hal ini juga sejalan dengan peneliti (Karuniawati et al., 2022) yang menyatakan bahwa rendahnya Tingkat Pendidikan berkaitan dengan kurangnya pemahaman tentang pola hidup sehat, termasuk pengelolaan diet dan aktivitas fisik, sehingga meningkatkan risiko diabetes melitus tipe 2.

2. Periode Sakit pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana, hasil yang diperoleh responden mengalami periode sakit < 5 tahun sebanyak 34 responden (50,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian (Nadia Putri Andriyanny, Muhammad Anis Taslim, 2024) menunjukkan periode sakit 1-4 tahun sejumlah 48 responden (67%). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian (Fira Veronika, 2021) periode sakit 1-2 tahun sejumlah 102 responden (93,6%) dan peneliti lain seperti (Anindita et al., 2020) menunjukkan bahwa periode sakit < 5 tahun sebanyak 39 responden (65,0%). Lama seseorang mengalami diabetes melitus tipe 2 sangat dipengaruhi oleh pengalaman yang dimiliki dalam mengelola penyakit tersebut. Pengalaman positif seperti, berhasil mengontrol kadar gula darah melalui pola makan sehat dan rutin berolahraga dapat memotivasi individu untuk terus menjalani perawatan dan menjaga Kesehatan. Sebaliknya pengalaman negative seperti komplikasi yang muncul akibat pengelolaan yang kurang baik, dapat membuat seseorang merasa putus asa dan kehilangan semangat untuk merawat diri. Oleh karena itu, penting bagi penderita diabetes

melitus tipe 2 untuk mendapatkan dukungan dan informasi yang tepat agar mereka dapat mengatasi tantangan yang dihadapi dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

3. Spiritualitas pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana didapatkan sebagian besar responden memiliki spiritualitas sedang sejumlah 46 responden (68,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan (Gulo, 2023) didapatkan spiritualitas responden diabetes melitus tipe 2 dalam kategori sedang sebanyak 40 responden (47,6%). Spiritualitas adalah salah satu konsep dasar dalam penderita penyakit kronis yang memberi makna dan tujuan hidup serta sebagai solusi penting untuk meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup. Penelitian ini juga sejalan dengan peneliti (Malikatin et al., 2021) menunjukkan bahwa hasil spiritualitas sedang sebanyak 40 responden (90,8%) spiritualitas dapat meningkatkan penyembuhan, kesehatan dan kemampuan coping individu yang hidup dengan penyakit kronis seperti diabetes melitus tipe 2. Seseorang yang memiliki spiritualitas yang baik dengan sendirinya mampu menjalani hidup dengan baik, mampu melakukan hal-hal yang bermanfaat, dan memiliki pegangan dalam menjalani kehidupan (Gulo, 2023).

4. Efikasi Diri pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana didapatkan Sebagian besar responden memiliki efikasi diri sedang sebanyak 48 responden (71,6%). Temuan ini menggambarkan bahwa mayoritas penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana memiliki keyakinan yang cukup terhadap kemampuan mereka dalam mengelola penyakitnya, meskipun belum sepenuhnya optimal. Hal ini sejalan dengan (Dhea Risky Amalia, 2024) mayoritas responden yang memiliki efikasi diri sedang sebanyak 21 responden (42,9%). Hal ini juga didukung oleh (C. R. Putri, 2020) menunjukkan bahwa responden kebanyakan mengalami efikasi diri dalam kategori sedang sebanyak 17 responden (56,7%). Peneliti lain seperti (Rosdina et al., 2024) menunjukkan bahwa mayoritas responden di Wilayah Kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru sebagian besar memiliki efikasi diri sedang sebanyak 43 responden (53,1%). Hasil analisis efikasi diri responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana dalam penelitian ini adalah sebagian besar responden memiliki efikasi diri sedang. Nilai efikasi diri sedang ini merupakan keyakinan yang dimiliki responden mengenai kemampuannya tidak kuat tetapi juga tidak lemah bagi responden, rata-rata responden sudah melakukan efikasi diri akan tetapi belum secara maksimal maka responden masih memiliki peluang untuk mengalami komplikasi yang lebih serius karena keyakinan akan kemampuan dirinya rendah sehingga mempengaruhi kepatuhan terhadap pengelolaan pengobatannya.

5. Fatigue pada Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana

Berdasarkan penelitian dilakukan pada responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana didapatkan sebagian besar responden mengalami tingkat fatigue yang tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48 responden (71,6%). Temuan ini mengindikasikan bahwa fatigue merupakan gejala dominan yang dialami penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana dan berhubungan dengan ketidakseimbangan kadar glukosa dalam darah yang mengganggu metabolisme energi. Akibatnya sel-sel tubuh kekurangan energi dan menimbulkan rasa fatigue yang berlebihan dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Hal ini sejalan dengan peneliti (Ricky & Wulandari, 2024) menyebutkan bahwa responden mengalami tingkat fatigue tinggi sebanyak 27 responden (90%). Sementara penelitian oleh (Eki Amelia

Vega, 2025) menunjukkan 63 responden (52,9%) mengalami fatigue. Temuan ini sejalan dengan peneliti (Sutawardana et al., 2020) yang menunjukkan bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus tipe 2, yaitu 60,50% responden, juga mengalami fatigue. Peneliti (Devi Kurniasih & Mila Sartika, 2023) juga menyebutkan bahwa dari 124 responden jumlah fatigue terbanyak yaitu 70 responden (56,5%). Sehingga temuan pada penelitian ini sejalan dengan berbagai penelitian sebelumnya dan memperkuat bahwa fatigue merupakan isu penting dalam manajemen diabetes melitus tipe 2.

6. Hubungan Periode Sakit dengan Fatigue di UPTD Puskesmas Juwana

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara periode sakit dengan fatigue dengan nilai $p=0,003$ ($p<0,05$) dan nilai ($r=-0,355$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin lama periode sakit penderita DM Tipe 2 maka fatigue yang mereka rasakan cenderung lebih rendah. Korelasi negative ini bisa diartikan bahwa lamanya seseorang hidup dengan diabetes justru membuat mereka menjadi lebih terbiasa dan lebih mampu beradaptasi dengan kondisinya, sehingga tidak mudah merasa lelah secara fisik maupun emosional. Hal ini menunjukkan adanya proses adaptasi pada responden yang telah lama menjalani perawatan, seperti pengolahan stress, kepatuhan terhadap pengobatan, dan pengetahuan tentang penyakit yang meningkat seiring waktu (Notoatmodjo, 2020). Namun demikian, tabulasi silang menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mengalami periode sakit ≥ 5 tahun justru mengalami fatigue tinggi sebanyak 29 responden (87,9%). Sedangkan pada responden dengan periode sakit < 5 tahun Sebagian besar mengalami fatigue rendah 15 responden (44,1%) dan sebagian lainnya mengalami fatigue tinggi sebanyak 19 responden (55,9%). Perbedaan ini tidak bertentangan secara langsung, karena uji spearman mempertimbangkan semua nilai data secara keseluruhan bukan hanya proporsi kategori. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Rahmani et al., 2023) menemukan bahwa semakin lama menderita diabetes, kualitas hidup responden cenderung membaik termasuk dalam hal pengurangan fatigue dengan di dapatkan nilai ($p=0,001$). Penelitian dari (Paris et al., 2023) juga menemukan hasil serupa di Puskesmas Telaga bahwa periode sakit memiliki hubungan yang signifikan dengan fatigue ($p=0,041$). Peneliti (Karlina, 2024) juga menyatakan bahwa periode sakit berpengaruh terhadap kemampuan responden dalam beradaptasi. Responden yang sudah lama menderita diabetes melitus umumnya telah terbiasa mengelola stress, mengikuti pengobatan serta mendapatkan edukasi dan dukungan sosial yang lebih memadai, sehingga mampu mengurangi beban fatigue secara bertahap. Dengan demikian, hubungan periode sakit dengan fatigue sejalan dengan literatur yang menyebutkan bahwa penderita diabetes melitus tipe 2 yang telah lama menderita cenderung memiliki strategi koping dan pengalaman lebih baik dalam menghadapi fatigue akibat penyakitnya.

7. Hubungan Spiritualitas dengan Fatigue di UPTD Puskesmas Juwana

Berdasarkan hasil penelitian di UPTD Puskesmas Juwana menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara spiritualitas dan fatigue ($r = -0,277$) dengan $p = 0,023$ ($p<0,05$), yang berarti semakin tinggi spiritualitas pasien, maka Tingkat fatigue yang dirasakan semakin rendah. Hasil tabulasi silang memperkuat temuan ini terdapat 9 responden (47,4%) spiritualitas tinggi tetapi fatigue rendah dan 10 responden (52,6%) dengan fatigue tinggi. Pada responden spiritualitas sedang, terdapat 36 responden (78,3%) mengalami fatigue tinggi. Oleh karena itu, Tingkat fatigue cenderung menurun seiring peningkatan spiritualitas. Secara teoritis, spiritualitas memberikan kemampuan emosional seperti ketenangan dan

harapan yang membantu pasien mengelola stress dan ketidakpastian hidup akibat penyakit kronis. Hal ini sejalan dengan penelitian (Dewi et al., 2023) di Sukabumi menemukan hubungan signifikan antara spiritualitas dan mekanisme koping adaptif pada responden diabetes melitus tipe 2 ($p = 0,008$). Mekanisme koping yang baik membantu responden menghadapi tekanan psikologis akibat diabetes melitus, yang selanjutnya dapat mengurangi fatigue. Hal ini sejalan dengan (Rifky Octavia Pradipta, 2022) dalam PLOS One, yang menunjukkan bahwa program spiritual melalui pendekatan melalui doa, mindfulness, dan dzikir berhasil menurunkan Tingkat fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2 dengan nilai ($p \leq 0,05$) karena meningkatkan ketenangan batin dan resiliensi psikologis. Temuan ini juga sejalan dengan (Ampofo et al., 2022) yang mengungkapkan bahwa spiritualitas memiliki peran besar dalam meningkatkan kemampuan koping penderita diabetes melitus tipe 2 terutama dalam menghadapi komplikasi penyakit, serta fatigue yang panjang.

8. Hubungan Efikasi Diri dengan Fatigue di UPTD Puskesmas Juwana

Berdasarkan hasil penelitian di UPTD Puskesmas Juwana menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan fatigue pada responden diabetes melitus tipe 2. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin baik efikasi diri seseorang dalam mengelola penyakitnya, maka semakin rendah Tingkat fatigue yang dirasakan. Korelasi negative ini juga diperkuat oleh uji spearman yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistic antara efikasi diri dengan fatigue $r = -0,292$ dan $p = 0,016$ ($p < 0,05$). Hal ini sejalan dengan temuan (Qin et al., 2020) yang menyatakan bahwa efikasi diri tinggi mampu menurunkan stress dan meningkatkan manajemen diri sehingga mengurangi fatigue pada penderita diabetes melitus tipe 2. Hasil ini didukung juga dengan tabulasi silang yaitu didapatkan responden dengan efikasi diri baik sebanyak 12 responden dimana ada 7 responden (58,3%) mengalami fatigue rendah dan 5 responden (41,7%) mengalami fatigue tinggi. Kemudian responden dengan efikasi sedang sebanyak 48 responden, mayoritas 37 responden (77,1%) mengalami fatigue tinggi, sedangkan responden dengan efikasi diri rendah sebanyak 7 responden dengan sebagian besar juga mengalami fatigue tinggi sejumlah 6 responden (85,7%). Hasil tersebut selaras dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa efikasi diri adalah fondasi dalam pengelolaan penyakit dan energi. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Munir & Solissa, 2021) yang menyebutkan bahwa efikasi diri yang tinggi membuat penderita diabetes melitus tipe 2 mampu menjalani perawatan diri secara mandiri dan konsisten, termasuk dalam pengaturan pola makan, aktivitas fisik, serta pengobatan, sehingga berdampak pada penurunan fatigue. Temuan ini juga didukung oleh (M. D. Handayani et al., 2023) yang menunjukkan bahwa selain faktor periode sakit, efikasi diri adalah salah satu predictor utama fatigue pada responden diabetes melitus tipe 2 ($p = 0,0001$). Studi ini memperkuat bahwa responden yang percaya pada kemampuannya dalam mengelola penyakit seperti control diet, latihan fisik, serta manajemen medis cenderung memiliki resiliensi energi yang lebih baik dan lebih tahan terhadap fatigue. Secara teoritis, hal ini sejalan dengan prinsip bahwa efikasi diri memengaruhi perilaku sehat seseorang. Dengan rasa percaya tinggi, responden lebih konsisten menjalani ritual kesehatan dan memiliki control yang lebih baik terhadap kondisi tubuh. Hal ini memperkuat energi dan menciptakan ketahanan fisik maupun mental terhadap fatigue.

Kesimpulan

Tingkat fatigue responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana berada pada kategori tinggi sebanyak 48 responden (71,6%) dan kategori rendah sebanyak 19 responden (28,4%). Mayoritas responden mengalami periode sakit < 5 tahun sebanyak 34 responden (50,7%). Tingkat spiritualitas responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana berada pada kategori sedang sebanyak 46 responden (68,7%) dan kategori tinggi sebanyak 19 responden (28,4%), sedangkan responden dengan spiritualitas rendah hanya 2 responden (3,0%) Tingkat efikasi diri responden diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Juwana berada pada kategori sedang sebanyak 48 responden (71,6%), kemudian mayoritas responden kategori tinggi sebanyak 12 responden (17,9%), dan kategori rendah sebanyak 7 responden (10,4%). Dari hasil analisis terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara periode sakit dengan fatigue dengan nilai $p=0,003$ ($p<0,05$) dan nilai ($r=-0,355$). Selain itu, terdapat hubungan antara spiritualitas dan fatigue di UPTD Puskesmas Juwana dengan nilai ($r = -0,277$) dan $p = 0,023$ ($p<0,05$), yang berarti semakin tinggi spiritualitas pasien, maka tingkat fatigue yang dirasakan semakin rendah. Kemudian terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan fatigue di UPTD Puskesmas Juwana pada responden diabetes melitus tipe 2, didapatkan hasil nilai ($r= -0,292$) dan nilai $p= 0,016$ ($p<0,05$).

Referensi

- Amalia, D. R., & Nuraeni, L. (2024). Hubungan efikasi diri dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kalasan Sleman Yogyakarta. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 2.
- Ampofo, E. O., Kwakye, I. N., Ampofo, E. O., & Aidoo, E. (2022). Role of family support, spirituality and self-efficacy in type 2 diabetes self-care in Greater Accra Region, Ghana. *Journal of Education, Society and Behavioural Science*, 35(7), 27-39. <https://doi.org/10.9734/jesbs/2022/v35i730436>
- Ampofo, E. O., Kwakye, I. N., Ampofo, E. O., & Aidoo, E. (2023). Role of family support, spirituality and self-efficacy in type 2 diabetes self-care in Greater Accra Region, Ghana. *Journal of Education, Society and Behavioural Science*, 35(7), 27-39. <https://doi.org/10.9734/jesbs/2022/v35i730436>
- Andriyanny, N. P., & Taslim, M. A. (2024). Hubungan dukungan spiritual dengan tingkat kecemasan pada penderita diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 2.
- Anindita, M. W., Diani, N., & Hafifah, I. (2020). Hubungan efikasi diri dengan kepatuhan melakukan latihan fisik pada pasien diabetes mellitus tipe 2. *Nusantara Medical Science Journal*, 4(1), 19. <https://doi.org/10.20956/nmsj.v4i1.5956>
- Arimbi, D. S. D., & Lita, R. L. I. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap motivasi mengontrol gula darah pada pasien DM tipe II. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 4.
- Astuti, A. A., Samidah, I., & Rustandi, H. (2024). Hubungan karakteristik demografi dan lama menderita sakit dengan kepatuhan pasien DM type II mengontrol kadar gula darah di RSUD Rupit Kabupaten Muratara tahun 2023. *Student Scientific Journal*, 2(1), 49-60.
- Dewi, K. A. G. (2024). The effect of peer group support on the self-efficacy of type II diabetes mellitus. *Aliansi Keperawatan Indonesia*, 1, 1-11. <https://doi.org/10.55887/jaki.v1i1.1>

- Dewi, R., Hidayat, R. T., Waluya, A., Budhiana, J., & Fatmala, S. D. (2023). The relationship of spirituality with coping mechanism in patients with type 2 diabetes mellitus in Sukabumi Regency, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 9(1). <https://doi.org/10.33755/jkk.v9i1.476>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Pati. (2023). *Profil kesehatan Kabupaten Pati*. Dinas Kesehatan Kabupaten Pati.
- Dinkes Provinsi Jateng. (2023). *Profil kesehatan Jawa Tengah tahun 2023*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- Gulo, P. (2023). *Hubungan spiritualitas dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melilus di Puskesmas Balam Medan tahun 2023*.
- Handayani, M. D., Rayasari, F., Fauziah, M., Jumaiyah, W., & Asmara, A. (2023). Faktor prediksi yang berhubungan dengan tingkat kelelahan pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 5(2), 2623-2631. <https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.7515>
- Hidayat, & Sukartini, K. T. (2020). A systematic review of fatigue in type 2 diabetes. *Jurnal Ners*, 15(1 Special Issue), 513-517. <https://doi.org/10.20473/jn.v15i1Sp.20520>
- International Diabetes Federation. (2021). *IDF diabetes atlas tenth edition 2021*. International Diabetes Federation.
- Juli, N., Program, M., Keperawatan, S. S., Telogorejo, S., Jl, A., Raya, A., Barat, K. S., Semarang, K., & Tengah, J. (2024). Hubungan dukungan spiritual dengan tingkat kecemasan pada penderita diabetes mellitus tipe 2. *[Journal Title Not Specified]*, 2(3).
- Karlina, L. (2024). *Hubungan lama menderita, dukungan keluarga terhadap kualitas hidup pada pasien diabetes melitus*.
- Karuniawati, I. S. A., Kedokteran, F., Kristen, U., & Wacana, D. (2022). *Hubungan karakteristik demografi dengan diabetes melilus pada remaja Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Penyakit tidak menular (PTM)*.
- Khotimah, K., Siwi, A. S., & Muti, R. T. (2021). Hubungan spiritualitas dan efikasi diri dengan strategi koping pada penderita diabetes melilus tipe II di Desa Karanggedang Kecamatan Sidareja. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 039, 422-432.
- Khotimah, K., & Silvitasari, I. (2024). Gambaran self efficacy pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Banyuanyar. *Vitamin: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum*, 2(4), 115-123. <https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i4.737>
- Kurniasih, D., & Sartika, M. (2023). Faktor yang berhubungan dengan kejadian stres pada pasien diabetes melilus tipe 2 di RS Sentra Medika Cisolak. *Cakrawala Medika: Journal of Health Sciences*, 1(2), 172-183. <https://doi.org/10.59981/pqye7h94>
- Kusyari, A., & Rahmat, N. N. (2023). Hubungan stabilitas kadar gula darah dengan fatigue pada penderita diabetes melilus tipe II. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(9), 239-247.
- Lasari, H. H. D., Rosadi, D., Agustina, E., Medyna, I., & Amelia. (2024). Hubungan jenis kelamin dan tingkat pendidikan dengan kejadian diabetes melilus tipe 2 di wilayah kerja

- Puskesmas Martapura 1. *Prosiding Seminar Nasional Lingkungan Lahan Basah*, 9(3), 474-476.
- Lestari, A. A. C. (2024). Hubungan kadar gula darah dengan tekanan darah pada pasien diabetes melilus tipe 2. *Analisis Kesehatan Sains*, 13(1), 265-273. <https://doi.org/10.36568/anakes.v13i1.99>
- Maesaroh, M., Waluyo, A., & Jumaiyah, W. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya fatigue pada pasien hemodialisis. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(4), 110. <https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i4.1074>
- Malikatin, M., Manangkot, M. V., & Puspita, L. M. (2021). Hubungan kecerdasan spiritual dengan stres pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Barat. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(4), 463. <https://doi.org/10.24843/coping.2021.v09.i04.p13>
- Mulud, Z. A., Mohamad, N., Sanusi, N. F., Johari, S. N., & Hashim, N. (2022). Relationship between self-efficacy, fatigue and health-related quality of life among patients with chronic illness: A cross-sectional study. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 18(8), 221-226. <https://doi.org/10.47836/mjmhs18.s15.30>
- Munir, N. W., & Solissa, M. D. (2021). Hubungan self-efficacy dengan self care pada pasien diabetes melilus. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 5(1), 9. <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v5i1.1972>
- Nora, P., Gultom, N., Harahap, F., Edi, S., & Sipahutar, H. (2025). Hubungan antara jenis kelamin dan usia pada penyakit diabetes melilus di Puskesmas Kota Medan tahun 2024-2025. *Jurnal Biologi*, 14(1), 142-150. <https://doi.org/10.56013/bio.v14i1.3960>
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metodologi penelitian kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nursiswati, N., Agustin, F. I., & Hanifa, I. D. (2023). Gambaran kelelahan pada klien dan keluarga dengan diabetes melilus. *Malahayati Nursing Journal*, 5(3), 660-669. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i3.8035>
- P2PTM Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Bagaimana mencegah komplikasi diabetes? *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-diabetes-melilus/bagaimana-mencegah-komplikasi-diabetes>
- Paris, S., Nurlinda, R., Kasim, N. V. A., Basir, I. S., & Rahim, N. K. (2023). Hubungan lama menderita dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melilus. *An Idea Nursing Journal*, 2(01), 1.
- Pradipta, R. O. (2022). Efektivitas program spiritual dalam menurunkan tingkat fatigue pada penderita diabetes melilus tipe 2. *PLOS One*.
- Putri, C. R. (2020). *Pengaruh self help group terhadap self efficacy penderita diabetes mellitus tipe 2 (Studi di Desa Pandanwangi Diwrek Jombang)*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika.
- Putri, R. R., & Rayasari, F. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan pada penyandang DM tipe 2 di Kelurahan Kelapa Gading Barat tahun 2020. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 3(2), 11-17.
- Qin, W., Blanchette, J. E., & Yoon, M. (2020). Self-efficacy and diabetes self-management in middle-aged and older adults in the United States: A systematic review. *Diabetes Spectrum*, 33(4), 315-323. <https://doi.org/10.2337/ds19-0051>

- Rahmani, A., Nasution, S. K., & Harahap, J. (2023). Hubungan lama menderita diabetes dengan kualitas hidup pasien diabetes melilus tipe 2. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), 123-132.
- Restika, A., Sari, D. P., & Wahyuni, S. (2023). Prevalensi dan faktor risiko diabetes melilus tipe 2 pada dewasa muda. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 14(3), 189-196.
- Ricky, A., & Wulandari, S. (2024). Tingkat fatigue pada pasien diabetes melilus tipe 2 di klinik endokrin. *Jurnal Keperawatan Modern*, 7(2), 45-52.
- Rifat, A., Sari, M. P., & Dewi, K. (2023). Hubungan kadar LDL kolesterol dengan risiko diabetes melilus pada perempuan. *Indonesian Journal of Health Sciences*, 9(4), 234-241.
- Rohmatulloh, R., Pratama, A., & Ningrum, D. (2024). Analisis faktor risiko diabetes melilus tipe 2 berdasarkan kelompok usia. *Jurnal Diabetes Indonesia*, 15(1), 23-30.
- Romadlon, S., Hidayat, A., & Permatasari, L. (2022). Prevalensi fatigue pada penderita diabetes melilus di Indonesia: Studi meta-analisis. *Indonesian Journal of Nursing Research*, 6(3), 145-152.
- Rosdina, F., Maharani, C., & Putri, A. (2024). Gambaran efikasi diri pasien diabetes melilus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Rejosari Kota Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 12(2), 98-105.
- Siallagan, M., Br Ginting, V., & Tarigan, R. (2023). Peran spiritualitas dalam manajemen diabetes melilus tipe 2. *Jurnal Keperawatan Holistik*, 8(1), 67-74.
- Soelistijo, S. A. (2021). *Konsensus pengelolaan dan pencegahan diabetes melilus tipe 2 di Indonesia 2021*. PB PERKENI.
- Suryati, B., Hanum, S., & Wardani, E. (2019). Hubungan lama menderita diabetes dengan komplikasi dan fatigue pada pasien DM tipe 2. *Jurnal Keperawatan Diabetes*, 4(2), 112-119.
- Sutawardana, J. H., Apianti, R., & Nurcahyati, S. (2020). Prevalensi fatigue pada pasien diabetes melilus tipe 2 di rumah sakit umum daerah. *Indonesian Nursing Journal*, 4(2), 87-94.
- Vega, E. A. (2025). *Hubungan antara tingkat stres dan fatigue dengan kualitas tidur pada pasien diabetes melilus*.
- Veronika, F. (2021). *Hubungan dukungan keluarga dan tingkat stres dengan self management pada pasien diabetes melilus tipe 2 di Puskesmas Sukodono*.
- Widyanthari, D. M., Sari, K., & Lestari, P. (2020). Prevalensi fatigue pada pasien diabetes melilus tipe 2: Studi cross-sectional. *Jurnal Endokrin Indonesia*, 21(3), 178-185.
- Yudianti, P. (2020). Perbedaan prevalensi diabetes melilus berdasarkan jenis kelamin dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 89-96.