

ABSTRAK

Latar belakang: Sebanyak 90% dari total penyandang/pasien diabetes melitus (DM) di dunia adalah penyandang DM tipe 2. Tahun 2014, prevalensi DM usia dewasa dan dewasa tua di Indonesia adalah 9 juta jiwa. Diabetes pada usia dewasa tua berisiko pada kematian dan komplikasi mikrovaskular dan kardiovaskular akut maupun kronis. Sementara itu, penyebaran prevalensi tertinggi berada di daerah Yogyakarta sebesar 2,6%. Tingginya angka tersebut menimbulkan kebutuhan tindakan pengendalian DM salah satunya adalah aktivitas fisik. Ketidakaktifan fisik merupakan salah satu penyebab terbesar terjadinya DM tipe 2. Sementara itu, perilaku aktif secara fisik pasien DM tipe 2 masih rendah. Salah satu teori perubahan perilaku yang dapat digunakan yaitu *social cognitive theory* (SCT).

Tujuan: Untuk menguji hubungan antara determinan *social cognitive* yaitu *social support*, *self-efficacy*, *outcome expectations*, dan *self-regulation* pasien terhadap aktivitas fisik pasien di rumah sakit umum daerah (RSUD) Kota Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini merupakan bagian dari, “Uji Efektivitas Model Edukasi-Supervisi-Evaluasi Aktivitas Fisik Terpadu bagi Penderita Diabetes dan Sindrom Metabolik di Persatuan Diabetes Indonesia (PERSADIA) RSUD Kota Yogyakarta.” Penelitian menggunakan desain *cross sectional* dan pengumpulan data melalui kuesioner dan wawancara semi terstruktur. Sampel berjumlah 42 pasien, yang dipilih dari Persadia menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji *Pearson Product Moment* dengan taraf signifikansi 0,05.

Hasil: *Outcome expectations* (0,001), *self efficacy* (0,002), dan *self regulation* (0,006) memiliki hubungan signifikan terhadap perilaku aktivitas fisik pasien DM tipe 2 di RSUD Kota Yogyakarta, sedangkan *social support* (0,56) tidak memiliki hubungan yang signifikan.

Kesimpulan: Faktor internal memiliki hubungan yang lebih signifikan terhadap aktivitas fisik pasien daripada faktor eksternal, sehingga untuk pembuatan program promosi aktivitas fisik yang efektif pada pasien, program harus berfokus pada faktor internal.

Kata kunci: *social support*, *self-efficacy*, *outcome expectations*, *self-efficacy*, diabetes melitus tipe 2, aktivitas fisik.

ABSTRACT

Background: *About 90% of total diabetes mellitus (DM) sufferers/patients in the world are type 2 diabetes mellitus. In 2014, the prevalence of diabetes in Indonesia is nine million patient and 9116 patients are older adult. Diabetes in older age is linked with mortality and complication of microvascular and cardiovascular disease. Meanwhile, the area with highest prevalence is in Yogyakarta as much as 2.6%. This number shown a raises need for control action of DM, one of those is physical activity. Physical inactivity is one of the biggest cause of type 2 DM complications and physically active behavior of patients with type 2 diabetes is still low. One of the theories of behavior change that can be used is social cognitive theory (SCT).*

Objective: *To test the correlation between social cognitive determinants namely social support, self-efficacy, outcome expectations, and self-regulation to physical activity patients in Regional General Hospital (RSUD) Kota Yogyakarta.*

Methods: *This study was a part of, “The Research Effectiveness Educational-Supervision-evaluation Integrated Physical Activity model for People with Diabetes and Metabolic Syndrome in Diabetes Association of Indonesia (PERSADIA) RSUD Kota Yogyakarta.” This research using cross sectional design and data collection by questionnaires and semi-structured interview. Samples of 42 patients selected from PERSADIA using purposive sampling technique. Data were analyzed using Pearson Product Moment test with a significance level of 0.05.*

Results: *Outcome expectations ($p = 0,001$), self-efficacy ($p = 0,002$), self regulation ($p = 0,006$) significantly correlated to physical activity, whereas social support is not significantly correlated ($p = 0,56$).*

Conclusion: *Internal factors have more significant link to the physical activity of patient rather than external factors. Therefore, for the effective promotion of physical activity program in patients with type 2 diabetes, the program should focus on internal factors.*

Keywords: *social support, self-efficacy, outcome expectations, self-efficacy, type 2 diabetes mellitus, physical activity*