

ABSTRAK

PENGEMBANGAN MODEL REGULASI DIRI BERBASIS

TEORI MANAJEMEN DIRI INDIVIDU DAN KELUARGA (IFSMT)

TERHADAP KEMAMPUAN PERAWATAN DIRI DAN KUALITAS HIDUP

PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

FADLI

Latar Belakang: Pasien diabetes melitus tipe 2 umumnya tidak mampu melakukan perawatan diri secara optimal, yang berdampak pada penurunan kualitas hidup. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan model regulasi diri berbasis IFSMT untuk meningkatkan kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup. Metode: Penelitian dilakukan dalam tiga tahap dengan desain penelitian eksplanatori. Tahap 1 menggunakan desain **cross-sectional** untuk meneliti 224 pasien DM tipe 2. Variabel eksogen meliputi faktor individu, interpretasi penyakit, lingkungan, faktor keluarga, ancaman kesehatan, respons emosional, dan koping; sedangkan variabel endogen, seperti kemampuan perawatan diri, dianalisis menggunakan SEM-PLS. Tahap 2 meliputi pengembangan modul dan uji validitas (CVI). Tahap 3 merupakan penelitian kuasi-eksperimen yang melibatkan 90 pasien DM tipe 2 yang tinggal bersama keluarga, dibagi menjadi dua kelompok. Variabel independen adalah modul regulasi diri berbasis IFSMT, sedangkan variabel dependen adalah kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup, yang dianalisis menggunakan uji **Wilcoxon Signed Rank** dan **Mann-Whitney**. Hasil: Pada Tahap 1, empat variabel memengaruhi ancaman kesehatan: faktor individu, interpretasi masalah, lingkungan, dan faktor keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga juga memengaruhi kemampuan perawatan diri. Respons emosional dan ancaman kesehatan memengaruhi koping dan merupakan jalur yang paling berpengaruh terhadap kemampuan perawatan diri. Model regulasi diri berbasis IFSMT memiliki nilai prediksi relevansi sebesar 56,0% ($Q^2 = 0,560$) dan dapat diterapkan di berbagai tatanan. Tahap 2 menghasilkan modul regulasi diri berbasis IFSMT yang disusun dengan empat topik materi dalam pelaksanaan pendampingan. Tahap 3 menunjukkan bahwa modul regulasi diri berbasis IFSMT berpengaruh terhadap kemampuan perawatan diri ($p < 0,001$) dan kualitas hidup ($p < 0,001$). Terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup ($r = 0,54$; $p < 0,001$). Kesimpulan: Model regulasi diri berbasis IFSMT terbentuk dari faktor individu, interpretasi masalah, lingkungan, dan keluarga, yang membentuk persepsi ancaman, respons emosional, dan koping, sehingga meningkatkan kemampuan perawatan diri dan kualitas hidup pasien DM tipe 2. Penerapan model regulasi diri ini dapat menjadi metode edukasi dalam layanan kesehatan (Puskesmas, rumah sakit, dan masyarakat) yang melibatkan keluarga.

Kata kunci: diabetes melitus tipe 2, regulasi diri, teori manajemen diri individu dan keluarga, perawatan diri, kualitas hidup