

**PENGARUH AFIRMASI POSITIF TERHADAP *SELF EFFICACY* DAN *SELF CARE* PADA PASIEN DIABETES MELITUS (DM) TIPE 2 DI PUSKESMAS CILACAP SELATAN II**

*The Effect Of Positif Affirmations On Self-Efficacy And Self-Care In Type 2 Diabetes Mellitus (Dm) Patients At Uptd Puskesmas Cilacap South II*

**Siti Nurul Hidayah<sup>1</sup>, Yuni Sapto Edhy Rahayu<sup>2</sup>, Heru Ganjar Triyono<sup>3</sup>**

<sup>123</sup>Universitas Al-Irsyad Cilacap  
Jl. Cerme No.24, Sidanegara, Cilacap  
Email : [snur4275@gmail.com](mailto:snur4275@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Self Efficacy* pada pasien diabetes melitus tipe 2 berfokus pada keyakinan pasien untuk mampu melakukan perilaku yang baik dalam mengelola penyakitnya dan meningkatkan *Self Care* berupa perawatan diri. Salah satu upaya untuk meningkatkan keyakinan dan perawatan diri pada pasien DM tipe 2 yang dilakukan adalah dengan melakukan afirmasi positif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh afirmasi positif terhadap *self efficacy* dan *self care* pada pasien DM tipe 2. Jenis penelitian kuantitatif dengan desain pre eksperimental dengan menggunakan rancangan desain *one group pretest-posttest* terhadap 20 pasien DM tipe 2 yang diambil menggunakan metode purposive sampling. Analisa data *self efficacy* menggunakan uji *Paired t-test*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh afirmasi positif terhadap *self efficacy* dan *self care* pada pasien DM tipe 2 ( $p_v = 0,000$ ,  $\alpha = 0,05$ )

**Kata kunci** : Afirmasi Positif, *Self Efficacy*, *Self Care*, DM Tipe 2.

**ABSTRAC**

*Self-efficacy* in type 2 diabetes mellitus patients focuses on the patient's belief in being able to carry out good behavior in managing their disease and increasing self-care in the form of self-care. One of the efforts to increase confidence and self-care in type 2 DM patients is to do positive affirmations. This study aims to determine the effect of positive affirmations on self-efficacy and self-care in type 2 DM patients. This type of quantitative study was a pre-experimental design using a one group pretest-posttest design on 20 type 2 DM patients who were taken using a purposive sampling method. Self-efficacy data analysis uses the Paired t-test. The results of the study showed that there was an effect of positive affirmations on self-efficacy and self-care in type 2 DM patients ( $p_v = 0,000$ ,  $\alpha = 0,05$ )

**Keywords** : Positif Affirmations, *self efficacy*, *self care*, type 2 DM.