

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Struktur masyarakat berubah seiring berjalannya waktu. Kemajuan tersebut terjadi karena adanya perubahan zaman dari pola hidup masyarakat agraris menuju masyarakat industri. Selanjutnya terjadi penyesuaian pola makan dan aktivitas fisik (Astutisari et al., 2022). Perubahan pola makan yang terjadi di masyarakat misalnya, masyarakat cenderung lebih sering menyantap makanan cepat saji karena selain tampilan singkatnya, hal ini juga didukung oleh kenyamanan dalam mendapatkan makanan tersebut. Selain dari pola makan yang tidak diinginkan hingga perubahan lainnya yang terjadi adalah berkurangnya aktivitas fisik seperti semakin banyak pekerja kantoran yang menghabiskan banyak energi di dalam ruangan dan kurangnya aktivitas. Itu penting diketahui memicu peningkatan penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif. Salah satu contoh penyakit yang tidak dapat ditolak yang paling sering terjadi karena pola makan dan kurangnya aktivitas fisik yaitu diabetes melitus (Rosmiati et al., 2023).

Penyakit diabetes melitus di Indonesia saat ini menjadi penyebab utama permasalahan dan permasalahan penyedia layanan kesehatan terbesar ke-6 di dunia ini akan berdampak pada biaya, serta menjadi beban bagi masyarakat dan negara (Adinata et al., 2022). Permasalahan diabetes melitus yang paling banyak diketahui adalah munculnya kegawatan yang tidak diketahui oleh para penderita diabetes melitus. Kegawatdaruratan dari diabetes melitus dikaitkan

dengan komplikasi diabetes melitus yang parah dan dapat membahayakan, khususnya keadaan darurat hipoglikemia dan hiperglikemia antara lain ketoasidosis diabetikum, keadaan hiperglikemik hiperosmolar, dan ketidaksadaran laktoasidosis (Rusdi, 2020). Perawatan diabetes adalah hal yang rumit dan membutuhkan perawatan dan dukungan jangka panjang. Penderita diabetes menghadapi kesulitan dalam mengatur dirinya sendiri dalam menentukan pilihan yang tepat secara konsisten, sehingga penderita diabetes melitus sering kali mengalami berkurangnya inspirasi, kesedihan, berkurangnya kemampuan mengendalikan diabetes dan kesulitan keluar dari kebiasaan atau jadwal yang kurang tepat.

Menurut International Diabetes Federation (IDF) didalam Hartono et al., (2024), menjelaskan pada tahun 2021, lebih dari 537 juta jiwa. 1 dari 10 orang di seluruh dunia menderita diabetes. Diabetes juga menyebabkan 6,7 juta kematian, atau satu kematian secara berkala. China, India, Pakistan, Amerika, dan Indonesia menempati lima negara teratas dengan jumlah penderita diabetes melitus tertinggi di dunia. Di Indonesia sendiri, prevalensi penyakit Diabetes Mellitus juga bisa dikatakan tinggi. Berdasarkan International Diabetes Federation (IDF) dalam Dungga et al., (2024), prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia pada tahun 2017 adalah 10,3 juta jiwa dan meningkat pada tahun 2021 menjadi 19,5 juta jiwa, dan diperkirakan akan terus meningkat menjadi 28,6 juta orang pada tahun 2045. Sedangkan angka kejadian DM Provinsi Jawa Tengah tiap tahun mengalami peningkatan. Provinsi Jawa Tengah mencatat kasus DM mencapai 496.181 pada tahun 2019 dan meningkat menjadi 652.822

pada 2020 (Ramadhani & Hati, 2024). Tingginya angka kejadian diabetes melitus tidak lepas dari permasalahan rendahnya konsistensi dalam melakukan manajemen diri. Prevalensi DM pada Dasar, (2023), penyakit Diabetes Mellitus (DM) pada penduduk umur ≥ 15 tahun berdasarkan diagnosis dokter meningkat (dari 2,0% ke 2,2%), demikian juga untuk DM pada penduduk semua umur (dari 1,5% ke 1,7%). Prevalensi DM pada RS Permata Medika Semarang pada 3 bulan terakhir yaitu 3.161 pasien (Juli-September 2024), dimana bulan juli terdapat 1.146 pasien, Agustus terdapat 1.023 pasien, dan September terdapat 982 pasien.

Managemen diri pada penderita DM adalah tindakan yang dilakukan oleh individu untuk mengendalikan dan mencegah perkembangan penyakit, termasuk upaya pengendalian, pencegahan komplikasi dan pengobatan. Mengkaji manajemen diri pada penderita DM sangat penting karena manajemen diri merupakan kunci dalam menjaga kadar glukosa darah tetap stabil, sehingga dapat mencegah komplikasi terkait DM (Adi Vernanda & Wuri Winahyu Sari, 2024). Komplikasi diabetes termasuk kerusakan saraf di kaki, peningkatan risiko penyakit jantung dan stroke, serta retinopati diabetik. Pencegahan terjadinya komplikasi dari diabetes melitus dapat dilakukan dengan sikap patuh dalam melakukan manajemen diri yang baik (Sriyati, 2024). Kepatuhan yang besar dalam melakukan manajemen diri yang baik pada diabetes melitus dapat mencapai kemajuan dengan asumsi masyarakat mempunyai informasi, kemampuan dan efikasi diri dalam mengawasi penyakit diabetes melitus (Widiarti et al., 2022). Adapun faktor yang mempengaruhi

pasien dengan DM seperti faktor internal yaitu kondisi psikologis, pengalaman dan pengetahuan, efikasi diri, keyakinan dan keraguan, kepatuhan dalam penggunaan obat, motivasi, serta durasi penyakit. Sedangkan pada faktor eksternal mencakup dukungan dari keluarga dan teman, peran pendukung diluar lingkungan rumah serta edukasi (Khaira et al., 2021).

Efikasi diri adalah konsep inti dalam teori kognitif sosial yang dikembangkan oleh Albert Bandura dimana efikasi diri mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melaksanakan tugas-tugas tertentu guna mencapai hasil yang diinginkan. Efikasi diri dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, pengamatan terhadap orang lain, persuasi sosial serta kondisi fisik dan emosional (Ningsih & Hayati, 2020). Bagi pasien DM, efikasi diri melibatkan keyakinan akan kemampuannya untuk menjalankan tugas-tugas yang diperlukan demi mencapai kualitas hidup yang baik. Efikasi diri menentukan bagaimana seseorang merasa, berpikir, memotivasi diri, dan berperilaku dari waktu ke waktu. Efikasi diri dapat menumbuhkan keberanian individu untuk mencapai hasil yang ideal (Habibie & Budiani, 2020). Efikasi diri penting bagi penderita DM guna mengingatkan kemandirian dalam mengelola penyakitnya. Efikasi diri mengacu pada keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tindakan ataupun kegiatan yang mendukung kesehatannya, berdasarkan tujuan dan harapan yang ingin dicapai (Marleni & Aziman, 2020). Efikasi diri memiliki faktor yang dapat mempengaruhi perilaku dengan cara mempengaruhi cara seseorang dalam berfikir, memotivasi diri sendiri, dan juga dalam melakukan tindakan. Selain

itu, efikasi diri juga berdampak pada perilaku dan komitmen pasien, sehingga memungkinkan tercapainya perubahan perilaku yang diinginkan melalui kepercayaan diri mereka (Huda et al., 2023).

Penderita diabetes melitus harus percaya dengan kondisi yang dialaminya dan segala pengobatan yang disarankan oleh pekerja kesehatan. Pemberian obat diabetes melitus yang efektif bertumpu pada inspirasi yang membentuk interaksi efikasi diri untuk melakukan perawatan management diri yang bertujuan untuk mengendalikan efek samping dan menghindari komplikasi (Kurniawan et al., 2023). Efikasi diri yang buruk membutuhkan tingkat spiritual yang tinggi karena spiritual dapat mencapai coping yang sehat dan efektif dalam merubah pikiran negatif seseorang sehingga mereka merasa sanggup dan yakin dalam menyelesaikan masalah dalam situasi apapun (D. Y. Putri et al., 2024).

Hal ini didukung dari hasil penelitian Fajriani et al., (2021) yaitu sebanyak 90 responden (59,2%) memiliki efikasi diri baik dan 62 responden (40,8%) lainnya merupakan responden yang memiliki efikasi diri yang kurang baik. Penelitian juga menunjukkan bahwa dari 152 responden, 83 responden (54,6%) mempunyai manajemen diri yang baik, dan 68 responden (44,7%) lainnya memiliki manajemen diri yang cukup, serta 1 responden (0,7%) sisanya yaitu memiliki manajemen diri yang buruk. Dari hasil bivariat diperoleh p-value sebesar $0,005 < \alpha 0,05$, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan manajemen diri.

Hasil penelitian ini juga di dukung oleh penelitian Deni et al., (2023) menunjukkan tingkat efikasi diri cukup baik sebanyak 88 responden (71%), dan tingkat manajemen diri cukup baik sebanyak 74 responden (59,7%). Hasil uji statistic dengan menggunakan uji rank spearman menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($<0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan manajemen diri pada penderita diabetes melitus dengan kekuatan hubungan 0,390 yang merupakan cukup kuat, serta memiliki arah korelasi positif, yang berarti apabila nilai efikasi diri tinggi, maka akan diikuti dengan meningkatnya nilai manajemen diri.

Hasil penelitian lain yang mendukung yaitu penelitian Saragih et al., (2020) dimana hasil yang didapatkan yaitu efikasi diri tinggi terdapat 38 responden (97,4%) dan 1 responden (2,6%) dengan efikasi diri rendah. Dari responden yang memiliki manajemen diri tinggi, terdapat 22 responden (66,7%). Dan terdapat 11 responden (33,3%) yang memiliki manajemen diri cukup namun memiliki efikasi diri rendah. Hasil penelitian menggunakan *chi square* menunjukkan terdapat hubungan antara efikasi diri dengan manajemen diri ($p\ value = 0,000 < \alpha (0,05)$).

Hasil penelitian lain yaitu oleh Pramudaningsih et al., (2023) didapatkan hasil efikasi diri sangat cukup baik sebanyak 35 responden (58,3%) dan manajemen diri baik sebanyak 38 responden (63,3%). Dengan hasil uji statistic menggunakan uji *Chi Square* dengan nilai *p-value* sebesar 0,001 ($<0,05$), yang artinya terdapat hubungan antara efikasi diri dengan manajemen diri pada pasien DM tipe II.

Hasil wawancara yang peneliti lakukan pada 5 responden ditanggal 3 Oktober 2024 didapatkan hasil dimana 4 dari 5 pasien memiliki efikasi diri yang baik hal ini dapat dilihat dari hasil wawancara yaitu pasien menyatakan bahwa pasien mampu mempertahankan program pengobatannya serta mampu meminum obat secara rutin, dan pasien mampu memilih makanan yang akan di konsumsi, 1 pasien lainnya mengatakan bahwa masih belum mampu memilih makanan yang akan di konsumsi untuk tetap menjaga gula darah dalam tubuhnya. 2 pasien dari 5 mampu menjaga BB dan rutin melakukan aktivitas fisik seperti jalan-jalan, jogging dan 3 pasien lainnya tidak mampu menjaga BB dan tidak rutin melakukan aktivitas fisik. Sedangkan hasil wawancara pada kuesioner manajemen diri didapatkan hasil manajemen diri yang baik dimana terdapat 4 dari 5 pasien mengatakan bahwa pasien memeriksakan kadar gula secara teliti dan hati-hati, pasien meminum obat secara rutin, pasien selalu mengonsumsi makanan yang memudahkan pasien dalam mencapai kadar gula darah yang normal. 2 pasien dari 5 pasien lainnya justru cenderung melewatkan pengobatan diabetesnya, tidak rutin melakukan aktivitas fisik, tidak rutin melakukan pemeriksaan, dan masih makan secara berlebihan tanpa mengetahui kandungan makanan yang akan dimakannya.

Berdasarkan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Efikasi Diri Dengan Manajemen Diri Pada Pasien Dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Permata Medika Semarang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, rumusan masalah yang dapat penulis ambil dari penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Efikasi Diri Dengan Manajemen Diri Pada Pasien Dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Permata Medika, Semarang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan manajemen diri pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 di Rumah Sakit Permata Medika Semarang

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi efikasi diri pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 di Rumah Sakit Permata Medika Semarang
- b. Mengidentifikasi manajemen diri pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 di Rumah Sakit Permata Medika Semarang
- c. Menganalisis hubungan efikasi diri dengan manajemen diri pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 di Rumah Sakit Permata Medika Semarang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi mahasiswa nantinya dalam menerapkan efikasi diri dan manajemen diri pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan masukan dalam melakukan penelitian pada peneliti selanjutnya guna memberi dukungan melalui efikasi diri dan manajemen diri pada pasien dengan diabetes mellitus tipe 2

3. Bagi Penderita Diabetes Mellitus

Hasil penelitian ini bagi pasien dengan diabetes mellitus tipe 2 mampu memahami akan banyaknya komplikasi yang dapat terjadi akibat adanya DM. Sehingga dibutuhkan efikasi diri dan manajemen diri untuk mengontrol diabetes mellitus pada masing-masing penderita.

