

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) menjadi masalah kesehatan global, menurut International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2021, jumlah penderita diabetes telah meningkat secara signifikan, dari 151 juta orang pada tahun 2000 menjadi 537 juta orang. Jika kondisi ini tidak segera diatasi, diperkirakan jumlah penderita diabetes akan mencapai 783 juta orang pada tahun 2045 (IDF, 2022). Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencatat terdapat 877.531 orang penderita diabetes yang telah didiagnosis oleh dokter, dengan prevalensi sebesar 1,7%. Di Jawa Timur, prevalensi diabetes melitus pada semua kelompok umur yakni 2,2%, sedangkan prevalensi diabetes melitus pada penduduk usia ≥ 15 tahun yang didiagnosis oleh dokter yaitu 2,7% (SKI, 2023). Di Kecamatan Sananwetan, jumlah penderita diabetes pada bulan desember tahun 2024 tercatat sebanyak 878 orang (Laporan Puskesmas UPTD Puskesmas Sananwetan Tahun 2024).

Self efficacy yang tinggi mendorong perubahan perilaku kesehatan melalui peningkatan motivasi dan kemampuan individu dalam merawat diri (Kurnia, 2018). Dalam konteks perawatan diabetes, *self efficacy* yang baik berhubungan erat dengan kedisiplinan penderita dalam mengikuti saran medis, menjalani pola makan yang sehat, serta menjalani aktivitas fisik yang teratur (Azhar, 2024). Individu dengan keyakinan diri yang tinggi cenderung lebih tangguh dalam menghadapi tantangan, lebih stabil saat mengalami stres, dan cepat pulih,

sehingga mendukung pengelolaan diabetes melitus (Manuntung, 2018). Sebaliknya, seseorang dengan *self efficacy* rendah sering merasa tidak mampu menangani situasi yang ada. Dalam menghadapi suatu masalah, mereka yang memiliki *self efficacy* rendah cenderung mudah menyerah (Zagoto, 2019).

Keberhasilan pengobatan diabetes melitus sangat bergantung pada kepatuhan penderita dalam menjalani pengobatan dan menjaga kesehatannya. Pengobatan diabetes melitus yang efektif hanya dapat tercapai apabila penderita patuh terhadap anjuran medis, termasuk konsumsi obat, pemeriksaan kadar glukosa darah, serta penerapan gaya hidup sehat seperti pengaturan pola makan dan aktivitas fisik. Salah satu cara untuk mencapai hal ini bisa dengan meningkatkan *self efficacy* penderita dalam mengelola penyakit mereka. Pendekatan yang melibatkan edukasi dan bimbingan berkelanjutan dari tim kesehatan akan sangat membantu dalam memberikan motivasi dan keterampilan yang diperlukan untuk menjaga kualitas hidup penderita diabetes melitus (Rika Widianita, 2023).

Penanganan diabetes melitus memerlukan pendekatan komprehensif yang mencakup lima komponen utama: pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pemeriksaan kadar glukosa darah, terapi medis yang sesuai, dan edukasi kesehatan. Penerapan kelima komponen ini akan lebih efektif jika penderita berpartisipasi secara aktif dalam perubahan perilaku yang lebih sehat. Dukungan yang konsisten dari tenaga medis, baik dalam bentuk edukasi maupun motivasi, sangat penting untuk membantu penderita mencapai kontrol

glukosa yang baik dan mencegah komplikasi diabetes, baik akut maupun kronis (Martiningsih et al., 2022).

Kepatuhan penderita dalam menjalani pengobatan masih menjadi tantangan besar dalam pengelolaan diabetes melitus di Indonesia. Banyak penderita yang kurang memahami tujuan dari terapi yang mereka jalani, yang dapat berakibat pada rendahnya tingkat kepatuhan dalam menjaga kesehatan mereka (Yulianti & Anggraini, 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa masih ada penderita yang enggan menjalani olahraga secara rutin, padahal olahraga merupakan bagian penting dalam pengelolaan diabetes (Anindita et al., 2019). Keyakinan terhadap efektivitas pengobatan, baik melalui olahraga, diet sehat, dan pengobatan medis yang teratur, dapat meningkatkan kepatuhan penderita dalam mengelola diabetes. Peningkatan *self efficacy* penderita dapat dilakukan melalui pelatihan, pendampingan, dan kegiatan edukatif yang berfokus pada perawatan harian.

Mempertimbangkan pentingnya *self efficacy* dalam perawatan diabetes melitus, maka upaya untuk meningkatkan keyakinan diri penderita dalam merawat diri sangat diperlukan. Salah satu cara yang dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan dan pelatihan yang memperkuat tindakan konkret dalam pengelolaan penyakit, sehingga mereka lebih termotivasi untuk menjalani gaya hidup sehat dan mematuhi anjuran medis (Marbun et al., 2021). Peningkatan *self efficacy* ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku yang lebih positif dalam pengelolaan diabetes melitus dan meningkatkan kualitas hidup penderita secara keseluruhan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah: Bagaimana *self efficacy* penderita diabetes melitus tipe 2 di Sananwetan, Kota Blitar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui *self efficacy* penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Sananwetan, Kota Blitar.

2. Tujuan khusus

- a. Menganalisis *self efficacy* penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas Sananwetan
- b. Menganalisis *self efficacy* berdasarkan penggolongan usia
- c. Menganalisis *self efficacy* berdasarkan pendidikan
- d. Menganalisis *self efficacy* berdasarkan penghasilan
- e. Menganalisis *self efficacy* berdasarkan hasil pemeriksaan kadar gula darah

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Menambah Wawasan Ilmiah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori *self efficacy* dalam konteks pengelolaan diabetes melitus, terutama di Indonesia. Hasil penelitian ini dapat memperkaya pemahaman mengenai pengaruh keyakinan diri terhadap perilaku

kesehatan, khususnya dalam pengelolaan penyakit kronis seperti diabetes.

b. Memperkaya Literatur

Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi studi-studi selanjutnya yang mengeksplorasi hubungan antara *self efficacy* dan kepatuhan pengobatan, serta memperluas penerapan teori *self efficacy* di bidang kesehatan, khususnya dalam konteks penyakit tidak menular.

c. Pengembangan Model Intervensi

Penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan model intervensi berbasis peningkatan *self efficacy* sebagai pendekatan untuk meningkatkan kepatuhan penderita terhadap pengelolaan diabetes melitus, yang nantinya dapat diterapkan di berbagai setting kesehatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penderita Diabetes Melitus

Penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi penderita diabetes melitus mengenai pentingnya peningkatan keyakinan diri dalam menjaga dan mengelola kesehatan mereka. Dengan peningkatan *self efficacy*, diharapkan penderita dapat lebih disiplin dan aktif dalam menjalani pengobatan dan perubahan gaya hidup yang sehat.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, seperti perawat dan dokter, untuk mengembangkan pendekatan edukasi yang lebih efektif dalam meningkatkan *self efficacy* penderita diabetes.

Tenaga kesehatan dapat memberikan dukungan yang lebih baik dalam membantu penderita diabetes melitus mengelola diabetes mereka.

c. Bagi Pembangunan Kebijakan Kesehatan

Penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna bagi pembuat kebijakan dalam merancang program-program kesehatan yang berfokus pada peningkatan *self efficacy* sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kepatuhan penderita terhadap pengelolaan diabetes melitus. Hal ini dapat memperkuat implementasi program pencegahan dan pengelolaan diabetes yang lebih efektif di tingkat komunitas.

d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi masyarakat luas, khususnya di wilayah Sananwetan, mengenai pentingnya peran *self efficacy* dalam pengelolaan diabetes melitus. Hal ini diharapkan dapat mendorong kesadaran masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan diri dan menjalani gaya hidup sehat untuk mencegah dan mengelola diabetes.