

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global dengan angka kejadian yang terus meningkat. Menurut *World Health Organization* (WHO), DM termasuk dalam sepuluh besar penyebab kematian di dunia dan menjadi salah satu penyakit kronis dengan beban ekonomi dan sosial yang sangat besar. Data WHO tahun 2024 menunjukkan bahwa sekitar 800 juta orang dewasa di dunia hidup dengan diabetes dan jumlah tersebut diperkirakan meningkat menjadi 853 juta pada tahun 2050. *International Diabetes Federation* (IDF) juga melaporkan bahwa Indonesia menempati peringkat kelima dunia dengan jumlah penderita diabetes terbanyak, yaitu lebih dari 19,5 juta orang, yang diproyeksikan meningkat menjadi 28,6 juta pada tahun 2045 (IDF, 2024).

Tren prevalensi DM di Jawa Barat dipaparkan oleh Dinas Kesehatan Jawa Barat (2024), melalui data tahunan yang bervariasi. Tahun 2019 mencatat jumlah penderita sebanyak 848 ribu jiwa, yang diikuti oleh lonjakan angka hingga melebihi 1 juta kasus pada tahun 2020. Kondisi ini kemudian diikuti dengan penurunan menjadi 925 ribu orang pada tahun 2021, hingga akhirnya angka penderita di wilayah tersebut tercatat berada pada kisaran 640 ribu jiwa sepanjang tahun 2022 dan 2023. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, pada tahun 2023 terdapat 11.782 jiwa penderita DM di Kota

Tasikmalaya. Dari 11.782 sebanyak 10.833 sudah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada pemegang program PTM khususnya penyakit DM Puskesmas Tamansari memiliki persentase tertinggi dengan 100%. Jumlah penderita DM di Puskesmas periode 2024 Tamansari menduduki kedua paling banyak dibanding Puskesmas lainnya yaitu 83,87%, 629 orang yang sudah dilayani sesuai standar dari jumlah sarannya yaitu 750 orang. Total Rekapitulasi tahun 2025 pada penderita DM di Puskesmas Tamansari dengan jumlah sebanyak 837 orang. Laki-laki sebanyak 242 orang, Perempuan 595 orang.

DM adalah penyakit kronis yang terjadi akibat terganggunya produksi insulin oleh pankreas atau ketidakmampuan tubuh dalam menggunakan insulin secara efektif, yang mengakibatkan peningkatan kadar glukosa darah yang terus-menerus, ditunjukkan oleh glukosa darah puasa  $\geq 126$  mg/dL, glukosa darah acak  $\geq 200$  mg/dL, dan HbA1c  $\geq 6,5\%$  (WHO, 2023). Kondisi ini ditandai oleh munculnya gejala khas seperti sering buang air kecil, sering haus dan lapar, penurunan berat badan yang tidak diketahui penyebabnya, mudah lelah, dan luka yang sulit sembuh (Rosdina *et al.*, 2024). Jika tidak dikelola dengan baik, DM dapat menurunkan kualitas hidup penderita dan menyebabkan berbagai komplikasi, baik akut maupun kronis, terutama pada DM tipe 2, seperti nefropati diabetik, neuropati, retinopati, penyakit kardiovaskular, stroke, gagal ginjal, dan meningkatnya risiko amputasi anggota tubuh bagian bawah (Devitasari *et al.*, 2025). Oleh sebab itu, pengelolaan DM

secara menyeluruh menjadi langkah penting untuk mencegah terjadinya dampak dan komplikasi yang lebih serius.

Di Indonesia, pemerintah telah mengembangkan berbagai program untuk mengendalikan DM sebagai bagian dari upaya penanggulangan PTM melalui edukasi kesehatan dan aktivitas fisik. Program tersebut antara lain Prolanis, Posbindu PTM, serta program CKG menjadi salah satu strategi yang dilaksanakan di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama seperti puskesmas. Program - Program ini menekankan pentingnya manajemen diri pasien melalui perubahan gaya hidup sehat dan kepatuhan terhadap pengobatan (Solida *et al.*, 2025). Penelitian menunjukkan bahwa program yang berkaitan dengan DSME seperti Prolanis di Indonesia belum berjalan optimal terutama dalam aktivitas fisik dan keyakinan penderita untuk melakukannya (Wahyuni *et al.*, (2023). Penelitian Wahyuni *et al.*, (2023) ditemukan bahwa sekitar 66,6% peserta sudah mampu menerapkan DSME dengan baik. Namun, masih terdapat lebih dari 33% peserta yang belum mampu menerapkan DSME secara optimal. Salah satu hambatan utama dalam pelaksanaan DSME di negara berkembang, termasuk Indonesia, karena masih terbatasnya paket edukasi yang sesuai dengan budaya masyarakat setempat. Hal ini menunjukkan bahwa Sebagian pasien masih mengalami kesulitan dalam memahami dan menjalankan perawatan mandiri DM, sehingga pengelolaan penyakit belum berjalan dengan maksimal (Muhith *et al.*, 2025).

Salah satu komponen dalam DSME yang pelaksanaannya masih belum maksimal adalah aktivitas fisik, padahal aktivitas ini merupakan bagian penting

dalam manajemen diri pada pasien DM tipe 2. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan pasien dalam melakukan aktivitas fisik masih rendah dan dipengaruhi oleh faktor internal, terutama efikasi diri, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam (Wahyuni *et al.*, 2023) mengelola penyakit dan melakukan perawatan diri secara berkelanjutan. Rendahnya efikasi diri sering muncul akibat kejenuhan menjalani pengobatan jangka panjang sehingga menurunkan motivasi pasien untuk beraktivitas fisik dan membuat pasien lebih bergantung pada terapi farmakologis. Padahal, aktivitas fisik dapat membantu meningkatkan sensitivitas insulin, mengontrol kadar glukosa darah, serta menurunkan risiko komplikasi, sedangkan efikasi diri yang baik dapat mendorong pasien lebih patuh dalam menerapkan perilaku hidup sehat sehingga pengelolaan DM tipe 2 menjadi lebih efektif (Pramudaningsih & Nur, 2023) (Kusuma & Hidayati, 2013) (Pertiwi *et al.*, 2022).

Dalam keperawatan, *self-efficacy* merupakan konsep penting yang berperan dalam kemampuan pasien mengelola DM secara mandiri. Perawat memiliki peran penting dalam meningkatkan *self-efficacy* melalui edukasi, motivasi, dan pendampingan agar pasien mampu melakukan aktivitas fisik secara teratur sebagai bagian dari manajemen diri. Namun, *self-efficacy* yang rendah dapat menurunkan keyakinan pasien dalam merawat dirinya, sehingga berdampak pada ketidakmampuan menjalankan perawatan dengan baik dan memunculkan masalah keperawatan berupa manajemen kesehatan tidak efektif (D.0115) (Kristi *et al.*, 2023).

Menurut studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 11 Februari 2026 dengan mewawancarai 5 orang penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Tamansari ditemukan fenomena bahwa 3 diantaranya belum mencapai tingkat aktivitas fisik yang dianjurkan secara medis dan 2 orang lagi menyatakan mereka merasa ragu akan kemampuan fisiknya jika beraktivitas karena faktor usia dan keluhan fisik lainnya. Disini peneliti masih terdapat celah untuk meneliti lebih jauh bagaimana keyakinan diri (*self efficacy*) secara spesifik memengaruhi kepatuhan aktivitas fisik yang menjadi pilar utama perilaku manajemen diri pada pasien DM tipe 2.

## **B. Rumusan Masalah**

Mengacu pada latar belakang, secara umum permasalahan aktivitas fisik disebabkan oleh malasnya bergerak. Maka diperoleh rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana hubungan keyakinan diri (efikasi diri) terhadap gambaran tingkat aktivitas fisik sebagai bagian dari manajemen diri pada penderita DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tamansari”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan *Self Efficacy* dan Gambaran Aktivitas Fisik dalam Management Diri pada pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskemas Tamansari.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat *self-efficacy* pada pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tamansari.

- b. Mengidentifikasi gambaran aktivitas fisik pada pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tamansari.
- c. Menganalisis hubungan antara *self-efficacy* dengan gambaran aktivitas fisik pada pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tamansari.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat pengetahuan ilmu keperawatan tentang Hubungan *Self Efficacy* terhadap Gambaran Aktivitas Fisik dalam Management Diri pada pasien DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tamansari.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Klien dan Keluarga**

Diharapkan dapat memberikan informasi dan kesadaran bahwa keyakinan diri yang kuat sangat penting untuk keberhasilan manajemen penyakitnya.

###### **b. Bagi Puskesmas**

Sebagai bahan evaluasi bagi tenaga kesehatan untuk menyusun strategi edukasi yang tidak hanya fokus pada instruksi fisik, tetapi juga pada penguatan motivasi dan rasa percaya diri pasien.

###### **c. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai literatur tambahan mengenai manajemen non-farmakologis Diabetes Melitus melalui pendekatan *Social Cognitive Theory*.

#### d. Bagi Masyarakat

Meningkatkan kesadaran pasien DM akan pentingnya keyakinan diri dalam mempertahankan rutinitas aktivitas fisik guna mencegah komplikasi.

#### e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar atau referensi pembandingan untuk penelitian di masa depan. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan variabel lain yang belum dibahas dalam penelitian ini, seperti dukungan keluarga, faktor depresi, atau hambatan lingkungan yang mungkin mempengaruhi hubungan antara efikasi diri dan aktivitas fisik.

### E. Penelitian Terdahulu

Tabel dibawah ini berisi ringkasan penelitian-penelitian terdahulu yang berkaitan dengan topik penelitian ini. Tabel ini digunakan untuk menunjukkan persamaan dan perbedaan antara penelitian sebelumnya dan penelitian yang akan dilakukan. Penjelasan ini membantu memperlihatkan keaslian dan kebaruan penelitian serta peran penelitian ini dibandingkan dengan penelitian terdahulu.

Tabel 2. 1 Orisinalitas Penelitian

No	Judul Penelitian dan Nama Peneliti	Desain dan Variabel Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1	Hubungan <i>self-efficacy</i> dengan aktivitas fisik penderita diabetes melitus di RS Airlangga Jombang	Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi dengan variabel <i>self-efficacy</i> dan aktivitas fisik. Dari populasi sebanyak 85 pasien,	Terdapat hubungan positif antara <i>self-efficacy</i> dan aktivitas fisik pada penderita DM di Poli	Persamaan : Memiliki variable independent ( <i>self efficacy</i> ) dan variable dependen

No	Judul Penelitian dan Nama Peneliti	Desain dan Variabel Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
	Mubarrok, A. S., & Wiyanti, A. P. (2023).	dipilih 70 responden sebagai sampel. Metode <i>accidental sampling</i> digunakan untuk menentukan sampel dalam studi ini.	Dalam RS Airlangga Jombang. Hal ini berarti semakin tinggi keyakinan diri pasien, maka aktivitas fisik yang dilakukan juga akan semakin baik.	(aktivitas fisik) dan mengidentifikasi pasien DM Perbedaan : Fokus pada hubungan aktivitas fisik bukan dengan manajemen diri
2	Hubungan antara motivasi dengan efikasi diri pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Persaida Salatiga. (Hidayati & Kusuma, 2013)	.	Terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi dengan efikasi diri ( $p = 0,000$ ).dan mayoritas responden di persaida salatiga adalah Perempuan dengan usia rata-rata sekitar 61,4 tahun dan menunjukkan efikasi diri dan motivasi baik.	Persamaan : Mengidentifikasi variable <i>self efficacy</i> pada pasien DM tipe2 Perbedaan : Penelitian ini tidak mengukur aktivitas fisik secara spesifik dan meempatkan <i>self efficacy</i> sebagai variable dependen
3	Hubungan <i>Self Efficacy</i> Dengan <i>Self Care</i> Pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Andalas. Despitasari, L., et al. (2022)	Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain survei analitik <i>cross-sectional</i> pada 110 pasien DM tipe 2 berusia di atas 40 tahun. Data diambil melalui kuesioner DMSES (20 butir) dan SDSCA (17 butir), yang kemudian dianalisis menggunakan uji <i>Chi-square</i> .	Nilai $r = 0,005$ diperoleh melalui analisis <i>Fisher Exact Test</i> , yang diperkuat oleh temuan Asrikan (2016) mengenai kaitan antara rendahnya <i>self-efficacy</i> dengan buruknya praktik <i>self-care</i> pada pasien DM tipe 2. Konsistensi hasil juga ditemukan dalam penelitian Amelia et al. (2018), di mana efikasi diri terbukti berpengaruh signifikan	Persamaan : Menggunakan pendekatan korelasional Perbedaan : penelitian ini menggunakan variable <i>self care</i> secara luas mencakup diet, minum obat, dan pemantauan gula darah.

No	Judul Penelitian dan Nama Peneliti	Desain dan Variabel Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
			terhadap perilaku perawatan diri pasien (p=0.000)	
4	Hubungan <i>Self Efficacy</i> Dengan <i>Self Care</i> Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang. Indriani, T., et al. (2024)	Studi kuantitatif ini menggunakan desain <i>cross-sectional</i> , di mana variabel <i>self-efficacy</i> dan <i>self-care</i> diukur secara bersamaan (Nursalam, 2016). Sampel ditentukan melalui teknik <i>total sampling</i> . Data dikumpulkan menggunakan kuesioner DMSES untuk mengukur <i>self-efficacy</i> dan kuesioner SDSCA untuk menilai <i>self-care</i> .	Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan manajemen perawatan diri pasien DM tipe II. Penelitian ini menggunakan metode <i>cross sectional</i> dengan signifikan p-value = 0,004	Persamaan : Subjek penelitian ialah pasien DM tipe 2 dan variable independennya <i>self efficacy</i>
5	<i>Self Efficacy and Self Management of Type II Diabetes Melitus Pasien</i> Pramudaningsih, I. N., & Nur, H. A. (2023).	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan <i>cross-sectional</i> . variabel-variabelnya hanya observasi atau diukur satu kali saja dalam waktu yang bersamaan tanpa perlu dilakukan pengujian/pengukuran berulang-ulang.	Terdapat hubungan signifikan antara <i>self-efficacy</i> dan <i>self-management</i> , dengan p-value 0,001, yang mengindikasikan bahwa peningkatan <i>self-efficacy</i> berkontribusi pada perilaku <i>self-management</i> yang lebih baik	Persamaan : ingin melihat bagaimana keyakinan diri cara pasien mengelola penyakitnya  Perbedaan : Jurnal ini mengukur manajemen diri sebagai satu kesatuan skor total, sedangkan penelitian saya ingin lebih dalam pada aktivitas fisik tersebut

Perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan 5 penelitian sebelumnya yaitu:

1. Responden dalam penelitian ini dilakukan pada penderita DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Tamansari.

2. Intervensi yang dilakukan yaitu mengisi kuesioner DMSES dan IPAQ untuk melihat apakah ada hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan gambaran aktivitas fisik dalam manajemen diri pasien DM Tipe 2.
3. Penelitian dilaksanakan pada Wilayah Kerja Puskesmas Kerja Puskesmas Tamansari.