

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus adalah penyakit multisistem kronis yang membutuhkan perawatan pengobatan yang berkelanjutan. Diabetes melitus terjadi ketika kadar glukosa darah meningkat atau mengalami hiperglikemia. Kondisi ini muncul karena tubuh tidak dapat memproduksi hormon insulin dalam jumlah yang memadai dan juga tidak mampu memanfaatkan insulin dengan efektif. Jika hiperglikemia ini tidak terkontrol, dapat menimbulkan gangguan yang serius pada sistem tubuh, terutama yang berkaitan dengan saraf dan pembuluh darah (Silalahi, 2021). Diabetes melitus dikenal sebagai *the silent killer* karena sering tidak disadari oleh penyandanginya dan saat diketahui sudah terjadi komplikasi. DM dapat menyerang hampir seluruh sistem tubuh manusia, mulai dari kulit sampai jantung yang menimbulkan komplikasi. Gula darah begitu penting untuk kesehatan, sebab gula darah adalah sumber energi yang berperan penting untuk sel-sel serta jaringan (Fadhilah, 2022).

Prevalensi diabetes di dunia dan kawasan Asia Tenggara berturut-turut, 10.6% dan 8.8% pada tahun 2021. Menurut hasil riskesdas pada tahun 2018, prevalensi diabetes di Indonesia adalah 10,9%. *International Diabetes Federation* (IDF) memproyeksikan bahwa jumlah dan prevalensi penyandang diabetes berusia 20-79 tahun di Indonesia akan semakin meningkat dari tahun ke tahun (Kemenkes, 2023). Jumlah ini diperkirakan

akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 (IDF, 2022). Prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) mengalami peningkatan dari 5,7 % pada 2007 menjadi 11,7 % pada tahun 2023 (SKI, 2023). Prevalensi Diabetes Melitus di Provinsi Jawa Barat setiap tahunnya mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2019, prevalensi DM di Jawa Barat mencapai 1,74% (diperkirakan 570.611 penderita DM). Pada tahun 2021, Dinas Kesehatan Jawa Barat menemukan sejumlah 46.837 orang penderita DM dan 17.379 diantaranya belum mendapatkan perawatan kesehatan yang layak dan sesuai dengan standar pemerintah (Diskes Prov Jabar, 2022). Kota Tasikmalaya yang merupakan salah satu kota di Jawa Barat yang memiliki prevalensi diabetes melitus cukup tinggi dan menempati peringkat ke-2 diantara penyakit lainnya yaitu mencapai 11.782 kasus dan hanya 4.279 kasus secara persentase yaitu sebesar 43,98% yang mendapatkan pelayanan kesehatan (Dinkes Kota Tasikmalaya 2024).

Komplikasi akibat diabetes melitus dapat bersifat akut atau kronis. Komplikasi akut terjadi jika kadar glukosa darah seseorang meningkat atau menurun tajam dalam waktu relatif singkat. Komplikasi kronis berupa kelainan pembuluh darah yang akhirnya bisa menyebabkan hiperglikemia, hiperosmolar, koma nonketobik (HHNK), dan mengalami kebutaan (Aminuddin, 2023) Prevalensi komplikasi pada penderita diabetes melitus semakin meningkat dan semakin memburuk, terutama disebabkan oleh

ketidakmampuan penderita dalam mengelola penyakitnya secara mandiri. Namun, risiko ini dapat diminimalkan jika penderita memiliki pengetahuan yang cukup, kemampuan *self efficacy* yang baik (Munir, 2021). Beberapa komplikasi yang diakibatkan oleh penyakit diabetes melitus sebenarnya bisa dicegah melalui beberapa upaya pencegahan yang dapat dilakukan secara mandiri oleh penderita DM di rumah. Pencegahan yang dapat dilakukan seperti menjalankan pola hidup sehat, mematuhi diet yang disarankan oleh tenaga kesehatan seperti dokter atau perawat, rajin memeriksa gula darah secara teratur (Febrianto, 2021).

Perilaku *self management* pada penderita diabetes merupakan salah satu upaya yang dilakukan pasien DM untuk mampu mengelola dirinya sendiri yang berdampak baik bagi kehidupan yang normal dan berumur panjang bagi penderita diabetes melitus apabila dilakukan dengan baik (Cendradevi, 2024). *Self Management* merupakan sebuah proses yang tidak hanya berkembang dari waktu ke waktu, tetapi juga berkembang dalam kaitannya dengan jenis pengalaman penyakit seseorang dan masalah spesifik tentang kesehatan yang dialami. Menurut *American Diabetes Association* (ADA) beberapa aspek yang termasuk dalam *self management* diabetes yaitu pengaturan pola makan (diet), aktivitas fisik/olahraga, monitoring gula darah, kepatuhan konsumsi obat, serta perawatan diri/kaki (Johnson, 2021). Penerapan *self management* yang optimal pada pasien diabetes dapat membantu dalam meningkatkan pencapaian tujuan dalam penatalaksanaan DM. Oleh sebab itu dibutuhkan kepatuhan/kedisiplinan

dari pasien dalam menerapkan *self management* diabetes guna meningkatkan kualitas hidup pasien. *Self management* yang rendah akan berdampak buruk pada pasien DM dan akan mengalami komplikasi sehingga berujung kematian (Hidayah, 2019). Hasil penelitian oleh (Nurhayati, 2022) yang dilakukan pada pasien diabetes membuktikan bahwa diabetes *self management* efektif meningkatkan keberhasilan seseorang dalam mengelola diabetesnya. Selanjutnya *self management* yang baik dapat memfasilitasi pasien dalam pengambilan keputusan yang tepat terkait kondisi penyakitnya, seperti menentukan kapan harus berkunjung dan kontrol di fasyankes, dan peningkatan kesadaran terhadap pentingnya dalam mengelola gaya hidup. Penderita diabetes melitus diharapkan dapat meningkatkan *self management* guna memperbaiki status kesehatan mereka dan mencegah terjadinya komplikasi penyakit yang lebih serius di masa depan (Elyta, 2025).

Dalam perilaku *self management* terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pasien dalam melakukan manajemen diri diabetes yaitu faktor predisposisi (tingkat pengetahuan, *self efficacy*, dan motivasi), faktor pemungkin (Akses fasilitas pelayanan kesehatan, dan Komunikasi petugas kesehatan) dan faktor penguat (dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, dan dukungan teman/komunitas). Pengetahuan diperlukan sebagai dorongan sikap dan perilaku, sehingga pengetahuan merupakan stimulus terhadap tindakan seseorang. Dengan pengetahuan yang cukup, pasien juga dapat mengatur gaya hidupnya agar tetap sehat,

sehingga kadar glukosa darah dapat terjaga dengan baik. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Drastistiana, 2024). Menunjukkan bahwa adanya hubungan antara tingkat pengetahuan pasien tentang DM terhadap perilaku *self management*.

Salah satu faktor lainnya yang paling mempengaruhi pasien untuk melakukan *self management* adalah *self efficacy*, yang bertujuan agar seorang individu percaya terhadap kemampuan diri sehingga dapat melaksanakan tugas yang diberikan secara kompeten dan efektif. *Self efficacy* memberikan landasan untuk *self management* pada diabetes melitus karena berfokus dapat memberikan landasan untuk *self management* pada diabetes melitus karena berfokus pada perubahan perilaku. Penelitian (Al Fatih, 2024) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara *self efficacy* dengan perilaku *self management*, *Self efficacy* dapat mempengaruhi pasien dalam berperilaku, sehingga dengan *self efficacy* perubahan perilaku yang diharapkan dapat tercapai.

Selain itu faktor yang sangat mempengaruhi perilaku *self management* adalah motivasi pasien DM, karena motivasi merupakan dorongan internal maupun eksternal yang membuat seseorang ingin dan bersedia melakukan sesuatu. Menurut penelitian (Kusuma, 2020) masalah psikologis dapat mempengaruhi motivasi pasien untuk melakukan perawatan diri. Jika motivasi pasien rendah maka kemungkinan akan mempengaruhi efikasi diri pasien sehingga manajemen perawatan diri DM tidak dapat berjalan dengan baik.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tawang penyakit diabetes melitus ini termasuk ke dalam angka penyakit terbesar ke-2 setelah hipertensi di bagian PTM dan di dapatkan data bahwa penderita diabetes melitus di Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya pada tahun 2022 terdapat 382 kasus, pada tahun 2023 terdapat kenaikan menjadi 578 kasus, dan pada tahun 2025 juga mengalami kenaikan yaitu mencapai 726 kasus dan terdapat 2 (0,3%) pasien dengan komplikasi kebutaan.

Hasil wawancara yang diambil 10% dari jumlah sampel 140 yaitu sebanyak 15 responden penderita DM di Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya yang didapatkan langsung oleh peneliti, terdapat 11 orang pasien (73.3%) yang telah menderita DM sudah lebih dari 5 tahun, 11 pasien (73.3%) tersebut memiliki perilaku *self management* yang sangat kurang yaitu terdapat 3 pasien (20%) dalam 6 bulan terakhir tidak pernah datang untuk kontrol rutin sedangkan dari puskesmas sendiri sudah terdapat jadwal kontrol rutin yaitu setiap 1 bulan sekali untuk penderita PTM, 1 pasien (6.7%) lainnya selalu tidak melakukan monitoring gula darah dan sudah terkena komplikasi yaitu mengalami kebutaan pada kedua matanya karena gula darah yang selalu tinggi sampai menyerang retina matanya, 5 pasien (33,3%) lainnya tidak menjaga makanannya karena selalu terbiasa memakan makanan dengan kadar gula tinggi sehingga tidak pernah mencapai gula darah normal dan selalu makan secara berlebihan walaupun dalam keadaan kadar gula darah sedang tinggi. 2 pasien (13,3%)

lainnya selalu menghindari untuk mengkonsumsi obat rutin yang sudah diresepkan oleh dokter sesuai dosis dan waktu yang telah ditentukan.

Dari hasil perilaku *self management* dengan kategori sangat kurang tersebut berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan, *self efficacy*, dan motivasi pasien. Pada 11 pasien (73.3%) yang memiliki perilaku *self management* kurang tersebut, terdapat 10 pasien (66.7%) sama sekali tidak mengetahui penyebab umum diabetes melitus, kemudian 9 pasien (60%) tersebut tidak ada kemampuan memilih makanan yang sehat dan baik sesuai dengan diet DM untuk menjaga kondisi kesehatannya, dan pada 11 pasien (73.3%) tersebut memiliki rasa kurang semangat dalam menjalani pengobatan dan memeriksa gula darahnya.

Dari beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku *self management* diabetes dalam penelitian ini peneliti hanya memfokuskan pada faktor predisposisi yaitu tingkat pengetahuan, *self efficacy*, dan motivasi. Faktor ini juga didasari pada hasil survei pendahuluan pada 15 orang responden dan penelitian sebelumnya bahwa tingkat pengetahuan, *self efficacy*, dan motivasi merupakan prediktor utama keberhasilan perilaku *self management* pada penderita diabetes. Untuk faktor lainnya yaitu faktor pemungkin (akses fasilitas pelayanan kesehatan, komunikasi petugas kesehatan), faktor penguat (dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, dan dukungan teman/komunitas) dijadikan sebagai variabel luar dan tidak dijadikan fokus penelitian.

Berdasarkan fenomena yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku *Self Management* Pada Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan tingkat pengetahuan, *self efficacy*, dan motivasi dengan perilaku *self management* pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan Tingkat Pengetahuan, *Self Efficacy* dan motivasi dengan Perilaku *Self Management* pada penderita Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya

2. Tujuan Khusus

- 1) Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan pada penderita diabetes melitus dengan perilaku *self management*.
- 2) Menganalisis hubungan *self efficacy* pada penderita diabetes melitus dengan perilaku *self management*.
- 3) Menganalisis hubungan motivasi pada penderita diabetes melitus dengan perilaku *self management*.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1) Lingkup Masalah

Dalam penelitian ini dilakukan identifikasi terhadap pasien diabetes melitus terkait perilaku *self management* dan faktor apa saja yang mempengaruhinya pada pasien DM di wilayah Kerja Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya.

2) Lingkup Keilmuan

Penelitian ini termasuk lingkup keilmuan Kesehatan Masyarakat pada peminatan Promosi Kesehatan.

3) Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya.

4) Lingkup Sasaran

Responden dalam penelitian ini adalah penderita diabetes melitus di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya.

5) Lingkup Waktu

Waktu pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan Juli-September tahun 2025.

E. Manfaat Penelitian

1) Bagi Peneliti

Mengaplikasikan teori yang telah didapatkan di kampus ke dalam praktik penelitian di lapangan dan diharapkan menambah wawasan

serta referensi mengenai penelitian *self management* pada penderita diabetes melitus dan bisa menerapkan pada pasien DM.

2) Bagi Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya

Penelitian ini diharapkan memberikan masukan dasar dan bahan pertimbangan dalam menangani pasien DM untuk melaksanakan pengendalian seperti menerapkan *self management*, sehingga dapat memberikan pedoman bagi tenaga kesehatan dalam menangani pasien DM yang mengalami gangguan dalam *self management* dan mencegah terjadinya komplikasi atau faktor penyulit DM.

3) Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang hubungan tingkat pengetahuan, *self efficacy*, dan motivasi dengan perilaku *self management* pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Tawang Kota Tasikmalaya.