



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Diabetes merupakan penyakit kronis yang tidak dapat disembuhkan, namun diabetes sering kali luput dari perhatian pengidapnya dan ketika diketahui komplikasi telah terjadi. Beberapa komplikasi yang sering terjadi pada penderita diabetes antarlain penyakit jantung stroke, neuropati retinopati diabetik gagal ginjal, peningkatan risiko amputasi akibat luka DM bahkan kematian. Untuk mencegah terjadinya komplikasi pada pasien diabetes maka diperlukan perilaku perawatan diri yang mandiri dalam kehidupan sehari-hari, Pengelolaan diabetes di rumah sakit merupakan tanggung jawab tenaga kesehatan tetapi setelah pasien keluar dari rumah sakit, mereka perlu mengambil alih tanggung jawab ini melalui perawatan mandiri untuk mencegah kondisi yang lebih buruk (Sarwuna, 2018).

Jumlah penderita DM di seluruh dunia telah mencapai 415 juta dan akan meningkat menjadi 642 juta pada tahun 2040. Pada tahun 2018, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa dari 56,9 juta kematian di seluruh dunia pada tahun 2016, lebih dari separuhnya (54%) disebabkan oleh 10 penyakit, diantaranya adalah diabetes. Pada tahun 2019, *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa setidaknya 483 juta orang berusia 20-79 tahun menderita diabetes, dengan prevalensi 9,3% dari total populasi pada kelompok

usia yang sama dan meningkat seiring bertambahnya usia. Jumlah kasus DM di Indonesia terus meningkat. Indonesia sendiri berada di urutan keempat dengan 8,6% dari total populasi, meningkat dari 8,4 juta ditahun 2000 menjadi 21,3 juta di tahun 2030. Temuan Riset Kesehatan Dasar (Kemenkes RI, 2022).

Di Kota Cilacap, diketahui bahwa penderita DM berjumlah 7.763 jiwa yang terbagi dalam beberapa puskesmas yaitu puskesmas Cilacap Selatan 1 sebanyak 703 jiwa, puskesmas Cilacap Selatan 2 sebanyak 570 jiwa, puskesmas Cilacap Tengah 1 sebanyak 1.382 jiwa, puskesmas Cilacap Tengah 2 berjumlah 1.446 jiwa dan penderita DM terbanyak pada tahun 2020 yaitu puskesmas Cilacap Utara 1 sebanyak 3.160 jiwa, sedangkan di puskesmas Cilacap Utara 2 tidak terlalu banyak yaitu hanya 432 jiwa (Kemenkes RI, 2016).

Diabetes yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan berbagai komplikasi, yang secara umum dibagi menjadi dua yaitu komplikasi mikrovaskulaer dan komplikasi makrovaskuler, komplikasi yang dialami oleh penderita diabetes dapat diminimalkan apabila penderita diabetes memiliki kepatuhan, pengetahuan, dan kemampuan dalam melakukan pengelolaan penyakit melalui perawatan diri (Goal at el, 2016).

Self efficacy dalam pasien DM didefinisikan sebagai tingkat keyakinan pasien untuk mampu melakukan perilaku yang mendukung peningkatan manajemen perawatan diri, dengan adanya *self efficacy*, maka akan membuat individu termotivasi dalam menjaga dan memelihara kesehatannya sehingga tercapainya status kesehatan yang

baik.

Seseorang yang memiliki *Self efficacy* tinggi akan menunjukkan kemampuan yang lebih besar terhadap pengetahuan dan strategi dalam pengelolaan diri sehingga penderita diabetes melitus akan memiliki cara pandang terhadap dirinya yang akan mendukung perilaku individu itu sendiri. *Self efficacy* dapat membantu seseorang dalam menentukan pilihan, usaha untuk maju, serta kegigihan dan ketekunan dalam menentukan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka (Alwisol, 2019).

Self efficacy mendorong proses pengendalian diri untuk mempertahankan perilaku yang diperlukan dalam mengelola perawatan diri pada pasien DM, *self efficacy* pada pasien penderita DM adalah keyakinan pasien yang harus dimiliki untuk melakukan perilaku yang baik sebagai penunjang perbaikan penyakit dan peningkatan dalam manajemen perawatan diri seperti diet, latihan fisik, obat-obatan, pengendalian glukosa darah dan pengobatan diabetes mellitus secara umum. Penggunaan *self efficacy* juga bermanfaat dalam merencanakan dan meninjau intervensi pendidikan serta baik untuk memprediksi modifikasi perilaku perawatan diri. *Self efficacy* juga memberikan dasar untuk manajemen diri yang efektif pada pasien penderita DM karena dapat berfokus pada perubahan perilaku (Sukmayanti, 2016)

Penelitian lain menunjukkan adanya interaksi yang signifikan antara locus of control ekspektasi hasil dan *self efficacy*, Orang dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung memiliki kontrol yang lebih baik

terhadap diabetes mereka. Sebaliknya, mereka yang memiliki *self efficacy* yang rendah namun memiliki rasa percaya diri yang tinggi (*locus of control*) dan ekspektasi hasil yang tinggi cenderung mengalami frustrasi, terlibat dalam perilaku negatif dan memiliki kontrol glikemik yang lebih buruk (Rahayu, YSE. Dalam puspitas O'Hea *et al*, 2016).

Seseorang yang mengalami penderita diabetes harus mengelola manajemen perawatan diri harus dipraktikkan secara teratur untuk meminimalkan terjadinya komplikasi. Perawatan diri adalah tindakan langsung dan sadar yang dilakukan seseorang untuk membantu mempertahankan status kesehatannya sendiri untuk mencegah masalah lain yang berdampak negatif pada kesehatannya (Maros & Juniar, 2020).

Pelaksanaan perawatan diri pasien diabetes mellitus secara nyata masih kurang dan masih banyak pasien yang kurang merespon pelaksanaan manajemen perawatan diri. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya di Puskesmas Rowosari, dimana rata-rata kegiatan manajemen perawatan diri pasien diabetes melitus masih belum dilaksanakan secara optimal (Gea, 2020).

Apabila *self care* tidak baik maka akan berdampak pada pasien penderita DM yaitu dengan meningkatnya kadar gula darah, terjadinya komplikasi dan meningkatnya jumlah kematian akibat DM tersebut. Komplikasi yang mungkin terjadi meliputi: serangan jantung, stroke, gagal ginjal, amputasi kaki, kehilangan penglihatan, kerusakan saraf, serta kaki diabetik yang meliputi: infeksi, bisul dan gangren (Sari,

2022).

Menurut penelitian yang dilakukan untuk memperoleh metode terbaik dalam meningkatkan *self efficacy* dan *self care* pada pasien DM menggunakan metode pemberian afirmasi positif yang memiliki aspek positif dalam kesehatan dan mendukung bagi individu yang mempunyai penyakit kronis. Penggunaan pemberian afirmasi positif sebagai salah satu pilar penting dalam pengelolaan DM, karena berpotensi dalam mempengaruhi psikologis dan merubah cara berfikir yang positif. Afirmasi positif adalah sebuah ucapan atau pernyataan yang dirancang untuk perubahan diri pada individu yang dilakukan (Sarwuna, 2020).

Terapi Afirmasi positif adalah meningkatkan kepercayaan diri dan menanamkan pikiran positif dengan kata-kata yang positif, afirmasi positif sudah banyak dimanfaatkan. Pengobatan dengan afirmasi positif merupakan pengobatan yang bersifat religi, dimana seseorang dapat digunakan sebagai pengobatan non farmakologis, untuk pengobatan pikiran alam bawah sadar seseorang disaat merasa rileks setelah diberikan kalimat-kalimat positif. Afirmasi positif dapat membuat seseorang selalu teringat dan memasrahkan hal yang dihadapi, serta lebih dekat dengan Tuhan, sehingga menambah keadaan menjadi lebih tenang dan berfikir positif, Terapi afirmasi positif membantu dan mempercepat pemulihan, pasien dapat menerima terapi baik secara farmakologis dan non farmakologis, jika di bandingkan dengan obat-obatan golongan ansietas, diyakini bahwa terapi non-farmakologi memiliki efek samping yg lebih sedikit, dan lebih aman dan dapat di

gunakan dalam waktu jangnan yang lebih panjang (Siswandi, 2019).

Diantara perilaku psikologis, afirmasi positif merupakan salah satu perilaku yang dapat dikembangkan untuk meningkatkan *self efficacy* dan *self care* DM. Afirmasi positif adalah sugesti berupa pernyataan positif terkait suatu kondisi tugas atau tujuan yang harus diselesaikan, yang diulang-ulang atau dituliskan agar terbangun pikiran positif. Afirmasi positif membangun sugesti positif dari dalam diri individu (YSE, 2016). Jika dikaitkan dengan dimensi *self efficacy* yaitu tugas-tugas yang harus dilakukan oleh pasien DM melakukan *self care*, afirmasi positif memberikan cara untuk memandang tugas *self care* dengan cara yang positif, membangun sugesti positif dan membangun kepercayaan diri akan kekuatan positif yang dimiliki. Hal ini harus dilakukan oleh orang yang menerima afirmasi positif dapat melihat diri mereka sendiri dengan lebih jelas dengan menghilangkan prasangka-prasangka yang ada.

Dalam rangka mencapai tujuan penatalaksanaan diit DM, makaperlu dibiasakan menjadi suatu norma hidup dan budaya pasien DM sehingga sadar dan mandiri untuk hidup sehat. Namun demikian, menumbuhkan kesadaran kepatuhan diit DM, perlu suatu tindakan yang dapat memotivasi secara benar dan konsisten. Tindakan tersebut yaitu untuk meningkatkan kepatuhan diit DM melalui afirmasi positif seperti kata-kata “Saya menjadi lebih sehat dari hari ke hari dengan cara mengontrol diit makan saya sehingga saya harus patuh melakukan diit DM” (Solichah et al., 2017).

UPTD Puskesmas Cilacap Selatan II merupakan Puskesmas yang telah mengadakan program pencegahan penyakit tidak menular (PTM) dan program pengolaan penyakit kronis (Prolanis) secara berkelanjutan. Pasien dengan diagnosa DM merupakan penyakit PTM terbanyak kedua setelah hipertensi menurut data yang terkonfirmasi. Jumlah pasien prolanis di Puskesmas Cilacap Selatan II pada tahun 2022 dalam kunjungan pasien DM untuk berobat sebanyak 838 orang. Jumlah pasien DM tanpa tanpa komplikasi sebanyak 69 orang.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara kepada 5 orang dengan DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Selatan II, di dapatkan yang memilih di atas 200 mg/dl, sebanyak 2 dari 5 orang menyatakan kesulitan menjaga diet rendah gula, jarang melakukan olahraga, tidak mengontrol pola makan, merasakan tidak yakin bahwa dirinya bisa mengontrol kadar gula darah, rutin berolah raga, dan pernah merasakan jenuh meminum obat. Tiga dari lima orang mengatakan mampu menjaga diet rendah gula, dengan mengontrol pola makan, patuh minum obat secara rutin tetapi mengalami kesulitan berolahraga secara rutin dan jarang melakukan perawatan kaki. Dari hasil studi pendahuluan tersebut menunjukkan sebagian penderita DM tipe 2 masih kurang baik dalam manajemen diri perawatan penyakit DM tipe 2. Dari hasil studi pendahuluan juga diketahui bahwa 2 dari 5 orang penderita DM tipe 2 mengaku sering berfikir negatif setelah mempunyai riwayat DM tipe 2.

Berdasarkan uraian permasalahan serta latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh afirmasi positif terhadap *self efficacy* dan *self care* pada pasien DM tipe 2.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah : Apakah ada pengaruh Afirmasi Positif Terhadap *Self Efficacy* dan *Self Care* Pada Pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Cilacap Selatan II ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh Afirmasi Positif terhadap *Self Efficacy* dan *Self Care* Pada Pasien DM Tipe 2 Di Puskesmas Cilacap Selatan 2

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik pasien DM tipe 2 di puskesmas Cilacap Selatan 2
- b. Menganalisis *self efficacy* dan *self care* pada pasien DM tipe 2 sebelum dilakukan Afirmasi Positif di puskesmas Cilacap Selatan 2
- c. Menganalisis *self efficacy* dan *self care* pada pasien DM Tipe 2 sesudah dilakukan Afirmasi Positif di puskesmas Cilacap Selatan 2
- d. Menganalisis Pengaruh Afirmasi Positif terhadap *self efficacy* dan *Self Care* pada DM Tipe 2 di puskesmas Cilacap Selatan 2

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi bagi pembaca, sebagai bahan acuan yang diharapkan bermanfaat dan mendorong bagi pihak berkepentingan melakukan penelitian lebih lanjut

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas

Bagi puskesmas dapat dijadikan gambaran bagaimana pengaruh afirmasi positif terhadap *self efficacy* dan *self care* pada penderita dm tipe 2 sehingga diharapkan puskesmas dapat memotivasi pasien dan keluarga untuk selalu melakukan perawatan diri pada penderita DM sehingga kadar gula darah dapat terkontrol. Serta dapat dijadikan acuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien DM.

b. Bagi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan pengembangan ilmu keperawatan mengenai pengaruh antara afirmasi positif terhadap dengan *self efficacy* dan *self care* pada penderita dm tipe 2

c. Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi untuk selalu menerapkan afirmasi positif dengan *self efficacy* dan *self care* pada penderita dm tipe 2 agar pasien dapat meningkatkan

kualitas hidupnya.

d. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan informasi mengenai ada tidaknya pengaruh antara afirmasi positif dengan *self efficacy* dan *self care* pada penderita dm tipe 2

e. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi penelitian selanjutnya khususnya dibidang keperawatan tentang pengaruh antara afirmasi positif dengan *self efficacy* dan *self care* pada penderita dm tipe 2

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai pengaruh Afirmasi Positif terhadap *self efficacy* dan *self care* pada pasien DM tipe 2, yang sudah pernah dilakukan adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Nur Wahyuni Munir, Mahani Darma Solissa April (2021) dengan judul “Hubungan *self -efficacy* dengan *self care* pada pasien diabetes melitus“.

Desain penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study*, Adapun penentuan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* dengan besar sampel sebanyak 41 responden. Penelitian dilakukan pada Bulan Mei 2019. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar pasien memiliki *self-efficacy* baik (85,4%) dan *self care* baik (83%). Hasil uji *Fisher Exact* dengan $\alpha < 0,05$ menunjukkan ada hubungan antara *self-*

efficacy dengan *self care* pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar ($p=0,005$). Upaya promosi kesehatan mengenai *self care* diabetes melitus perlu ditingkatkan agar dapat menambah pengetahuan pasien dalam pelaksanaan *self care* diabetes melitus. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan *self care* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar. Hasil uji *Fisher Exact* dengan $\alpha < 0,05$ menunjukkan ada hubungan antara *self-efficacy* dengan *self care* pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Tamamaung Kota Makassar ($p=0,005$).

Perbedaan : Judul penelitiannya “Pengaruh afirmasi positif terhadap *self efficacy* dan *self care* pada pasien dm tipe 2 di puskesmas x”. teknik purposive sampling dengan besar sampel sebanyak 41 responden. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh afirmasi positif *self efficacy* dan *self care* pada pasien DM tipe 2 di puskesmas cilacap tengah. Variabel penelitian pengaruh afirmasi positif sebagai variabel bebas, *self efficacy* dan *self care* pada pasien tipe 2 sebagai variabel terikat.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Sakanun Evan Novandri di RSUD Lampung Baji Makassar dengan judul “pengaruh afirmasi positif terhadap *self regulation* (regulasi diri) pada pasien diabetes mellitus tipe 2”

Desain Penelitian: desain penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jenis penelitian adalah penelitian

Kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan *Cross Sectional study*, untuk mencari hubungan antara variabel independen dengan variabel dependent dengan melakukan pengukuran sesaat (Nursalam, 2017). Tujuan penelitian: ini adalah untuk mengetahui pengaruh afirmasi positif *self efficacy* dengan *self care activity* pada pasien diabetes melitus. Hasil: menunjukkan nilai p value = 0,002 ($p < \alpha; 0,05$). Dengan *self efficacy* baik sebanyak 20 responden (57,1%), dan *self efficacy* kurang baik sebanyak 15 responden (42,9%). *Self care activity* baik sebanyak 23 responden (65,75) dan *self care activity* kurang baik sebanyak 12 responden (43,3%). Jenis penelitian adalah penelitian Kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan *Cross Sectional study*, untuk mencari hubungan antara variabel independent dengan variabel dependen dengan melakukan pengukuran sesaat (Nursalam, 2017). Berdasarkan hasil analisis uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* dengan nilai p value = 0.002 jika dibandingkan dengan $\alpha = 0.05$ maka p value < 0.05. hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini terdapat hubungan *self efficiacy* dengan *self care activity* pada pasien diabetes melitus di ruang poli interna RSUD Labuang Baji Makassar.

Persamaan: Desain penelitiannya menggunakan *cross sectional study*, dengan teknik pengambilan sampel *popursive sampling*.

Perbedaannya: Judul" pengaruh afirmasi positif terhadap *self efficacy* dan *self care* pada pasien dm tipe 2 di puskesmas cilacap tengah 2".. Variabel penelitian pengaruh afirmasi positif sebagai variabel bebas,*self aficacy* dan *self care* pada pasien tipe 2 sebagai variabel terikat.



