

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kemajuan ekonomi yang terus meningkat akan mempengaruhi perilaku dan gaya hidup yang dijalani masyarakat. Meningkatnya ekonomi masyarakat akan berdampak pada meningkatnya daya beli masyarakat. Daya beli yang tinggi akan memudahkan seseorang untuk membeli apapun termasuk makanan tanpa berfikir tentang efek yang akan dihadapi oleh tubuh. Selain itu, meningkatnya ekonomi akan memudahkan seseorang melakukan transaksi atau melakukan kegiatan dengan menyuruh jasa pelayanan seperti menyuruh jasa bersih rumah, hal ini akan menurunkan aktifitas fisik. Jika perilaku dan gaya hidup seseorang terus seperti ini, akan sangat berdampak negatif bagi kesehatannya. Dampak negatif bagi kesehatan yang akan terjadi adalah timbulnya berbagai penyakit seperti hipertensi, kolesterol, diabetes melitus, dan lain-lain.

Salah satu penyakit yang timbul akibat buruknya perilaku dan gaya hidup yang buruk adalah Diabetes Melitus (DM). Diabetes Melitus (DM) yaitu penyakit yang terjadi karena kelebihan gula di dalam darah sehingga penderitanya tidak mampu menggunakan insulin secara efektif atau tidak dapat menghasilkan jumlah insulin yang cukup (Kholifah, 2014). Insulin didefinisikan sebagai hormon yang mengatur gula darah. Gula darah yang meningkat atau hiperglikemia merupakan efek umum dari diabetes yang tidak terkontrol dari waktu ke waktu (WHO, 2014).

Penyakit diabetes melitus ini sering ditemukan di masyarakat biasanya terjadi pada orang dewasa ataupun lansia. Diabetes melitus hingga saat ini masih menjadi masalah kesehatan di dunia. Data menyebutkan jumlah penyandang diabetes melitus dari tahun ketahun cenderung mengalami peningkatan (WHO, 2015). Prevalensi diabetes melitus di dunia tahun 2015 sebanyak 415 juta orang (8,8%) pada rentang umur 20-79 tahun. Diperkirakan pada tahun 2040 akan mengalami peningkatan sebanyak 642 juta orang (10,4%). Negara China menempati prevalensi tertinggi di dunia dengan jumlah 109,6 juta orang dan Bangladesh termasuk terendah negara ke-10 dengan jumlah 7,1 juta orang. Urutan ke-7 dari 10 negara tertinggi adalah Indonesia dengan jumlah 10,0 juta orang dengan diabetes melitus (IDF, 2015). Pada tahun 2013 Indonesia memiliki proporsi penduduk yang berusia ≥ 15 tahun dengan diabetes melitus adalah 6,9%, prevalensi diabetes melitus Toleransi Glukosa Terganggu (TGT) sebesar 29,9%, dan Gula Darah Puasa (GDP) terganggu sebesar 36,6%. Prevalensi diabetes melitus mengalami peningkatan dibandingkan tahun 2007 hanya sebesar 5,7% (Kemenkes RI, 2014). Prevalensi diabetes melitus di Provinsi Jawa Tengah tahun 2017 tertinggi terdapat di 29 kabupaten dan kota diantaranya Kota Surakarta terdapat 6.543 orang (Profil Kesehatan Jateng, 2017). Data dari Dinas Kesehatan Surakarta prevalensi tertinggi terdapat di Puskesmas Purwodiningratan sebanyak 736 orang dan Puskesmas Purwosari sebanyak 821 orang (Dinas Kesehatan Kota Surakarta, 2017).

Berdasarkan data diatas, menggambarkan banyaknya kasus DM yang terjadi baik di dunia maupun di Indonesia. Jika data tersebut terus meningkat akan berpengaruh pada kualitas SDM di Indonesia. Ketika kualitas SDM menurun maka akan berpengaruh pada berbagai sektor kehidupan. Sehingga hal ini harus ada perhatian khusus dari pemerintah untuk melakukan pencegahan, pengontrolan maupun pengobatan sebagai upaya manajemen terhadap DM. Upaya manajemen terhadap DM yang biasa disebut dengan 5 pilar pengelolaan DM meliputi pengaturan pola makan (diet), latihan fisik (olahraga), monitoring gula darah, obat untuk mencegah hipoglikemik dan penyuluhan atau edukasi (Smeltzer & Bare, 2009)

Penatalaksanaan 5 pilar pada penyandang DM dipengaruhi oleh gaya hidup, motivasi, dan efikasi diri. Salah satu yang mempengaruhi adalah efikasi diri. Seseorang dengan tingkat efikasi diri yang tinggi diperkirakan akan sukses dalam mencapai tujuan, sedangkan seseorang dengan tingkat efikasi diri yang rendah akan meragukan kemampuannya untuk mencapai tujuan (Hunt et al., 2012). Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan individu akan kemampuannya untuk melakukan dan mengatur tugas-tugasnya yang dibutuhkan untuk mendapatkan hasil sesuai yang diharapkan. Efikasi diri dapat dijadikan untuk membantu seseorang dalam menentukan pilihan, berusaha untuk maju, ketekunan dan kegigihan dalam mempertahankan tugas-tugas yang mencakup kehidupan mereka (Gedengurah, 2011). Fokus keyakinan penyandang diabetes melitus pada

efikasi diri dapat melakukan perilaku yang dapat mendukung perbaikan penyakitnya serta meningkatkan manajemen perawatan dirinya seperti kontrol glukosa, diet, olahraga, pengobatan, dan perawatan diabetes melitus secara umum.

Penyandang DM dalam upaya perawatan diabetes melitus akan mengalami berbagai keterbatasan. Keterbatasan yang dialami penyandang diabetes melitus seperti pengontrolan emosi, keyakinan kemampuan diri, masalah pengaturan diet dan makanan, masalah aktivitas fisik, kontrol gula darah, pengobatan dan perawatan kaki. Upaya memandirikan penyandang diabetes melitus dalam keterbatasan yang dialami diperlukan sebuah program training. Program training tersebut untuk meningkatkan pengetahuan penyandang diabetes melitus agar dapat merawat atau mengelola penyakitnya. Program training yang dimaksud yaitu *self instructional training*.

Self Instructional Training merupakan pelatihan mengubah kognitif seseorang yang dilakukan dengan cara memberikan edukasi kepada seseorang sehingga mampu untuk mengelola atau memberi instruksi pada dirinya sendiri untuk melakukan perubahan perilaku. *Self instructional training* terdiri dari dua tahap yaitu *Tahap Cognitive Modelling* dan tahap *Cognitive Behavioral Rehearseal Of Self Instruction* (Nuari, 2017). *Self Instructional Training* dilakukan dengan merubah kognitif penyandang sehingga dapat melakukan *self care agency* untuk

mengelola penyakitnya agar kadar gula darahnya bisa terkontrol dengan cara memberikan edukasi kepada penyandang.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 22 November 2018 di Puskesmas Purwodiningratan melalui wawancara langsung dengan 10 orang penyandang, diperoleh hasil bahwa 8 orang penyandang mengatakan sudah mengikuti kegiatan di puskesmas yaitu Program Pengelolaan Penyakit Kronis (PROLANIS) tetapi penyandang tersebut masih merasa tidak yakin dapat sembuh dan mengontrol gula darah, penyandang juga mengatakan kesulitan untuk melakukan pola hidup yang sehat dan hasil gula darahnya tinggi sekitar 182 mg/dl, 210 mg/dl, 260 mg/dl, 200 mg/dl, 197 mg/dl, 216 mg/dl, 230 mg/dl, 220 mg/dl. Penyandang mengatakan tidak mempunyai alatnya untuk mengecek gula darah sendiri dirumah. Penyandang terkadang tidak dapat mengontrol berat badan ideal karena masih makan makanan yang beragam belum dipilih-pilih, terkadang tidak rutin mengikuti aktivitas fisik dikarenakan males, saat di acara pesta penyandang mengatakan seadanya makanan di makan semua tidak peduli akan gula darahnya nanti, belum bisa menjaga pola makan saat mengalami stres. Upaya yang sudah dilakukan dari pihak puskesmas hanya penyuluhan kesehatan, senam setiap minggunya, pengontrolan gula darah, belum pernah ada kegiatan untuk mengintruksi diri agar yakin dapat mengontrol penyakitnya tersebut. Saat wawancara tersebut 10 orang penyandang mengatakan tidak mengetahui tentang latihan *self instructional* dan dari puskesmas juga tidak ada pelatihannya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka perlu dilakukan penelitian tentang pengaruh *self instructional training* terhadap efikasi diri pada penyandang diabetes melitus. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “pengaruh *self instructional training* terhadap efikasi diri pada penyandang diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dan fenomena diatas peneliti merumuskan masalah yaitu “Apakah terdapat pengaruh *Self Instructional Training* terhadap efikasi diri pada penyandang diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta?”

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu:

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self instructional training* terhadap efikasi diri pada penyandang diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden penyandang diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta.

- b. Mengidentifikasi efikasi diri pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sebelum pemberian *self instructional training* pada penyandang diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta.
- c. Mengidentifikasi efikasi diri pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol sesudah pemberian *self instructional training* pada penyandang diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta
- d. Membandingkan adanya pengaruh sesudah pemberian *self instructional training* terhadap efikasi diri pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol penyandang diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta.
- e. Membandingkan efikasi diri pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol penyandang diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta

D. Manfaat Penelitian

Dengan diharapkannya dari penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi:

1. Institusi Pelayanan Kesehatan

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk pelayanan kesehatan dalam menjelaskan bagaimana *pengaruh self instructional training* terhadap efikasi diri seorang penyandang diabetes melitus tipe II.

2. Masyarakat dan responden

Dari hasil penelitian ini diharapkan khususnya bagi masyarakat dan responden dapat memberikan manfaat yaitu dengan menambah informasi, pengetahuan dan dapat melakukan pengelolaan diabetes melitus secara mandiri. Harapannya masyarakat dapat mendampingi dan membantu keluarganya yang mengalami diabetes dalam pengelolaan secara mandiri.

3. Tenaga kesehatan

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi bagi tenaga kesehatan khususnya perawat dalam meningkatkan keyakinan diri penyandang diabetes melitus bahwa mampu mengelola penyakitnya dengan baik.

4. Peneliti

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai pengaruh *self instructional training* terhadap efikasi diri penyandang diabetes melitus tipe II, juga dapat menjadi awal penelitian-penelitian lain.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang pengaruh *self instructional training* terhadap efikasi diri pada penyandang diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Purwodiningratan Kota Surakarta belum pernah diteliti, namun beberapa penelitian lain yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan peneliti, yaitu:

1. Dewi, (2016). *Keefektifan Teknik Self Instruction dalam Konseling Kognitif-Perilaku untuk Meningkatkan Efikasi Diri Sosial Siswa SMKN 2 Malang*. Penelitian ini bertujuan mengetahui keefektifan teknik *self instruction* untuk meningkatkan efikasi diri sosial siswa SMKN 2 Malang. Penelitian eksperimen ini menggunakan metode *Single Case Experimental Design* (SCED) model A-B-A'. Subjek penelitian berjumlah tiga siswa kelas X di SMKN 2 Malang yang menunjukkan tingkat efikasi diri sosial rendah berdasarkan skala efikasi diri-sosial. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala efikasi diri sosial dengan validitas butir $> 0,3$ dan realibilitas 0,883, pedoman observasi, dan pedoman konseling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek mengalami peningkatan efikasi diri sosial setelah diberikan *treatment*.

Perbedaan dengan penelitian diatas adalah metode penelitian, teknik pengambilan sampel, tempat penelitian, populasi dan jumlah sampel penelitian. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada sama-sama fokus melakukan *self instructional training*.

2. Yaqin, (2017). *Efek Self Efficacy Training terhadap Self Efficacy dan Kepatuhan Diet Diabetesi*. Tujuan penelitian untuk menganalisis efek *Self Efficacy Training* terhadap *Self Efficacy* dan kepatuhan diet diabetesi. Metode menggunakan *quasy experiment* dengan rancangan *post test nonequivalent control group*. Sampel kelompok intervensi dan kontrol masing-masing 48 dan 51 orang. Intervensi dilakukan

sebanyak 6 sesi selama 12 hari. Hasil menunjukkan mayoritas responden adalah perempuan dengan usia 58-67 tahun. *Self efficacy* diukur dengan kuisioner diet *self efficacy* dan kepatuhan dengan PDAQ selisih nilai mean *self efficacy* kelompok intervensi dan kontrol setelah perlakuan adalah 4,27 dengan $p=0,000$ dan selisih mean kepatuhan diet kelompok intervensi dan kontrol adalah 5,94 dengan $p=0,000$. Hasil uji multivariat dengan MANOVA didapatkan ada efek SET pada kedua variabel dependen yang sangat bermakna ($p=0,000$), namun jika dilihat dari hasil selisih mean dengan kelompok kontrol, variabel kepatuhan memiliki peningkatan nilai mean yang lebih besar dibandingkan variabel *self efficacy*.

Perbedaan dengan penelitian diatas adalah teknik pengambilan sampel, tempat penelitian, populasi dan jumlah sampel penelitian. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada metode penelitian dan sama-sama melihat *self efficacy* pada penyandang diabetes melitus.

3. Firmansyah, (2018). *Hubungan Efikasi Diri dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas 7 Ulu Palembang Tahun 2017*. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas 7 Ulu Kota Palembang tahun 2017. Metode penelitian menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah pasien Diabetes Melitus Tipe II yang berjumlah 89 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan

purposive sampling. Analisa data meliputi univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan uji statistik didapatkan hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan kadar gula darah.

Perbedaan dengan penelitian diatas adalah metode penelitian, tempat penelitian, populasi dan jumlah sampel penelitian. Persamaan dengan penelitian ini terletak pada teknik pengambilan sampel dan sama-sama melihat *self efficacy* pada penyandang diabetes melitus.