

**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN
DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS NUSAWUNGU I CILACAP
TAHUN 2025**



Oleh:

**Amy Aszhari
27216748A**

**Kepada
FAKULTAS FARMASI
UNIVERSITAS SETIA BUDI
SURAKARTA
2025**

**HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN
DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS NUSAWUNGU I CILACAP
TAHUN 2025**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat mencapai
derajat Sarjana Farmasi (S.Farm.)
Program Studi S1 Farmasi pada Fakultas Farmasi
Universitas Setia Budi.*

Oleh:

**Amy Aszhari
27216748A**

**Kepada
FAKULTAS FARMASI
UNIVERSITAS SETIA BUDI
SURAKARTA
2025**

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul:

HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS NUSAWUNGU I CILACAP TAHUN 2025

Oleh:

Amy Aszhari
27216748A

Dipertahankan dihadapan Panitia Penguji Skripsi

Fakultas Farmasi Universitas Setia Budi

Pada tanggal: 04 Juli 2025

Mengetahui,
Fakultas Farmasi
Universitas Setia Budi
Dekan,

Dr. apt. Iswandi, S.Si., M.Farm.

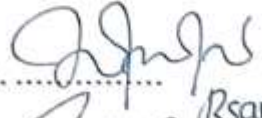
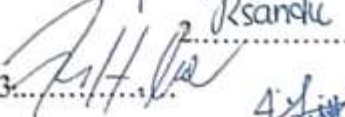
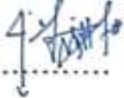
Pembimbing Utama,


apt. Inaratul Rizkhy Hanifah, M.Sc.

Pembimbing Pendamping


apt. Carolina Eka Waty, M.Sc.

Penguji:

1. Dr. apt. Lucia Vita Inandha Dewi S.Si., M.Sc 1.
2. apt. Santi Dwi Astuti, M.Sc.
3. Lukito Mindi Cahyo, S.K.G., M.P.H 3.
4. apt. Carolina Eka Waty, M.Sc. 4.

HALAMAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“untuk apapun itu, aku hanya ingin menjadi sebaik-baiknya manusia, bahkan di titik terburuk ku dalam hidup, aku ingin bermanfaat bagi banyak orang dan tentunya kedua orang tua”

“you’re always one decision away from a completely different life”

-Mark Batterson

“Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya dia mendapat (pahala) dari (kebijakan) yang dikerjakan dan mendapat (siksa) dari kejahatan yang diperbuatnya”

(Q.S Al-Baqarah:286)

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَلَا يَسْتَخِفُّكَ الَّذِينَ لَا يُوقِنُونَ

“maka bersabarlah, sesungguhnya janji Allah itu benar. dan jangan sekali-kali orang-orang yang tidak meyakini (kebenaran ayat-ayat Allah)”

(QS. Ar-Rum (30): Ayat 60)

“Orang lain ga akan bisa paham *struggle* dan masa sulitnya kita, yang mereka ingin tau hanya bagian *succses stories*. Berjuanglah untuk dirimu sendiri!”

PERSEMBAHAN

“Tiada lembar paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan. Skripsi saya persembahkan sebagai tanda bukti kepada kedua orang tua tercinta ibu dan papa yang selalu memberikan support untuk menyelesaikan skripsi ini”

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila skripsi ini merupakan jiplakan dari peneliti/karya ilmiah skripsi lain, maka saya siap menerima sanksi, baik secara akademis maupun hukum.

Surakarta, Juni 2025

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Amy Aszhari', with a stylized flourish at the end.

Amy Aszhari

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena berkat rahmat, karunia, dan petunjuk-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "*Hubungan Self-efficacy Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap Tahun 2025*" ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar strata 1 pada Program Studi S1 Farmasi Universitas Setia Budi Surakarta.

Skripsi ini tidak lepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, baik secara material maupun spiritual. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada yang terhormat.

1. Dr.Ir. Djoni Tarigan MBA selaku Rektor Universitas Setia Budi Surakarta.
2. Dr. apt. Iswandi,S.Si., M.Farm. selaku Dekan Fakultas Farmasi Universitas Setia Budi Surakarta.
3. Dr. apt. Ika Purwadyaningrum, S.Farm., M.Sc. selaku Ketua Program Studi Fakultas Farmasi Universitas Setia Budi Surakarta.
4. apt. Inaratul Rizkhy Hanifah, S.Farm., M.Sc. selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberi saran, masukan, ilmu, bimbingan dengan tulus serta sabar selama penyusunan skripsi ini.
5. apt. Carolina Eka Waty, S.Farm., M.Sc. selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan saran, masukan, ilmu, bimbingan dengan tulus serta sabar selama penyusunan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staf akademik Program Studi Fakultas Farmasi Universitas Setia budi Surakarta.
7. Dinas Kesehatan Cilacap yang telah memberikan ijin untuk penelitian.
8. Kepala dan staf Puskesmas Nusawungu I Cilacap yang telah membantu selama proses penelitian.
9. Teruntuk yang utama kepada ibu dan papa yang sudah mengusahakan semuanya bersama, melalui doa, cinta kasih dan dukungannya tanpa henti.
10. Untuk kakak panutanku Jeng Arum Pangesti yang selalu memberikan motivasi dan dukungannya hingga saat ini.
11. Kepada keluarga, teman-teman alumni, nova, khusnul, nisa, nikita, eny, fatqwa, fatikah, chika, safa dan lainnya yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

12. Terakhir kepada pemilik nim 214110301091 yang menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis, terimakasih sudah menjadi teman yang sangat baik dan terimakasih atas sementaranya, tanpa 24/1/24 motivasi penulis tidak akan sekuat ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kesalahan dan tentu masih jauh dari kata sempurna, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca untuk menyempurnakan skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh masyarakat dan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang Farmasi.

Surakarta, Juni 2025

Penulis

A handwritten signature in black ink, featuring a stylized 'A' and 'S' with a horizontal line through them, followed by a long horizontal stroke.

Amy Aszhari

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Konsep Teori Diabetes Melitus.....	6
1. Definisi Diabetes Melitus	6
2. Klasifikasi Patofisiologi Diabetes Melitus	6
3. Epidemiologi Diabetes Melitus	8
4. Tanda dan Gejala Diabetes Melitus	8
5. Diagnosa Diabetes Melitus	9
6. Faktor Risiko Diabetes Melitus	9
B. Konsep Teori <i>Self-efficacy</i>	11
1. Definisi <i>Self-efficacy</i>	11
2. Metode <i>Self-efficacy</i>	11
3. Sumber-Sumber <i>Self-efficacy</i>	12
4. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self-efficacy</i>	13
5. Peran <i>Self-efficacy</i>	14
6. Indikator <i>Self-efficacy</i>	15
7. Pengukuran <i>Self-efficacy</i>	15
C. Konsep Teori Kualitas Hidup.....	15
1. Definisi Kualitas Hidup	15

2. Komponen Kualitas Hidup	16
3. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup	17
4. Pengukuran Kualitas Hidup	17
D. Landasan Teori	18
E. Keterangan Empiris	19
F. Hipotesis	19
G. Kerangka konsep	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Rancangan Penelitian	21
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	21
D. Alat dan Bahan	22
E. Variabel Penelitian	22
F. Definisi Operasional	22
G. Jenis Data	23
H. Instrumen Penelitian	23
I. Skema Penelitian	25
J. Proses Jalannya Penelitian	25
K. Teknik Analisis Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	31
A. Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	31
B. Karakteristik Responden	33
1. Karakteristik responden berdasarkan usia	33
2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin	34
3. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan	35
4. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan	36
5. Karakteristik responden berdasarkan status.	37
6. Karakteristik responden berdasarkan lama diabetes	38
C. Uji normalitas Kuesioner	40
D. Profil <i>Self-efficacy</i> Pasien Diabetes Melitus	41
E. Profil Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus	42
F. Hubungan <i>Self-efficacy</i> Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus	43
G. Variabel Perancu	44
1. Usia Sebagai Variabel Perancu	45
2. Pendidikan Sebagai Variabel Perancu	46
BAB V PENUTUP	48
A. Kesimpulan	48

B. Keterbatasan	48
C. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	55

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kriteria Diagnosis Diabetes Melitus.	9
Tabel 2. Kadar Tes Laboratorium Darah Diabetes Melitus.	9
Tabel 3. Kisi-Kisi Kuesioner DMSES.....	24
Tabel 4. Skor Setiap Domain dan Skor Total Untuk DQOL.....	24
Tabel 5. Nilai Skala <i>Cronbach's Alpha</i>	27
Tabel 6. Pedoman Interpretasi Koefisien	30
Tabel 7. Uji Validitas Skala Penelitian.....	32
Tabel 8. Uji Reliabilitas Skala <i>Quality of life</i>	33
Tabel 9. Karakteristik responden berdasarkan usia pada pasien diabetes melitus puskesmas nusawungu I maret-april 2025.	34
Tabel 10. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pasien diabetes melitus puskesmas nusawungu I periode maret-april 2025	35
Tabel 11. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pasien diabetes melitus puskesmas nusawungu I periode maret-april 2025.	36
Tabel 12. Karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir pasien diabetes melitus puskesmas nusawungu I periode maret- april 2025	37
Tabel 13. Karakteristik responden berdasarkan status pada pasien diabetes melitus puskesmas nusawungu I periode maret-april 2025	38
Tabel 14. Karakteristik responden berdasarkan lama diabetes pada pasien diabetes melitus puskesmas nusawungu I periode maret-april 2025	39
Tabel 15. <i>Self-efficacy</i> (efikasi diri) pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap	41
Tabel 16. <i>Quality of life</i> (Kualitas hidup) pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap	42
Tabel 15. Uji Regresi variabel perancu pada hubungan <i>self-effcacy</i> dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap	45

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Konsep	20
Gambar 2. Skema Penelitian	25
Gambar 3. Hasil Uji Regresi Variabel Berdasarkan Usia	45
Gambar 4. Hasil Uji Regresi Variabel Berdasarkan Tingkat pendidikan	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden.	56
Lampiran 2. Lembar Karakteristik Responden.....	58
Lampiran 3. Lembar Kuesioner <i>Self-efficacy</i> (DMSES).....	59
Lampiran 4. Lembar Kuesioner <i>Quality of life</i> (QOL).....	61
Lampiran 5. Surat Pengantar Ijin Penelitian.....	62
Lampiran 6. Surat Pengantar Penelitian Dinas Kesehatan	63
Lampiran 7. Surat Ijin Penelitian.....	65
Lampiran 8. Surat Selesai Penelitian.....	66
Lampiran 9. Surat <i>Ethical Clearance</i>	67
Lampiran 10. Data dan Hasil Uji Validitas Reabilitas <i>Self-efficacy</i>	68
Lampiran 11. Data dan Hasil Uji Validitas Reabilitas Kualitas Hidup ..	69
Lampiran 12. Lembar Hasil Kuesioner DMES	70
Lampiran 13. Data Demografi Responden.....	88
Lampiran 14. Coding Data Demografi.....	89
Lampiran 15. Tabel Kritis <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	90
Lampiran 16. Data Uji normalitas Kuesioner <i>Self-efficacy</i>	91
Lampiran 17. Hasil Uji Normalitas	92
Lampiran 18. Data Uji Normalitas Kuesioner Kualitas Hidup	93
Lampiran 19. Hasil Uji Normalitas Kualitas Hidup	94
Lampiran 20. Data Uji Korelasi	95
Lampiran 21. Hasil Uji Korelasi	97
Lampiran 22. Data Uji Regresi Variabel perancu	98
Lampiran 23. Hasil Uji Data Regresi Variabel Perancu.....	100
Lampiran 24. Grafik Line Uji Regresi Pada variabel.....	105
Lampiran 25. Dokumentasi penelitian.....	106

DAFTAR SINGKATAN

BBLR	Bayi Berat Lahir Rendah
GDPP	Gula Darah Postprandial
HBA1C	Hemoglobin Terглиkasi
SKI	Survei Kesehatan Indonesia
DM	Diabetes Melitus
DMSES	<i>Diabetes Management Self-efficacy Scale</i>
DQOL	<i>Diabetes Quality of Life</i>
ICA	<i>Islet Cell Antibody</i>
IDF	<i>The International Diabetes Federation</i>
IMT	Indek Masa Tubuh
PERKENI	Perkumpulan Endokrinologi Indonesia
QOL	<i>Quality of life</i>
SES	<i>Social Economic Status</i>
SKI	Survei Kesehatan Indonesia
WHO	<i>World Health Organization</i>
WHOQOL	<i>The World Health Organization Quality of Life</i>

ABSTRAK

AMY ASZHARI, 2025, HUBUNGAN *SELF-EFFICACY* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS NUSAWUNGU I CILACAP TAHUN 2025, SKRIPSI, PROGRAM STUDI S1 FARMASI, FAKULTAS FARMASI, UNIVERSITAS SETIA BUDI, SURAKARTA. Dibimbing oleh apt. Inaratul Rizkhy Hanifah, M.Sc. dan apt. Carolina Eka Waty, M.Sc.

Self-efficacy yang rendah dapat memengaruhi kualitas hidup, sehingga diperlukan motivasi untuk meningkatkan derajat kesehatan pada pasien DM. Diabetes melitus adalah suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang disebabkan oleh adanya peningkatan kadar glukosa darah akibat penurunan sekresi insulin progresif yang diawali dengan resistensi insulin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat *self-efficacy*, gambaran kualitas hidup dan hubungan *self efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap.

Desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi didapatkan dari data pasien DM di Puskesmas nusawungu I Cilacap pada tahun 2025. Teknik sampel menggunakan *Purposive Sampling* sebanyak 90 responden. Variabel bebas yaitu *self-efficacy* dan variabel terikatnya kualitas hidup. Instrument penelitian menggunakan kuesioner. Data dianalisis dengan uji *korelasi pearson product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap memiliki *self-efficacy* sedang sebanyak 67 orang (74%) dengan kualitas hidup cukup baik sebanyak 58 orang dengan persentase (64%). Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,976377 menunjukkan bahwa *self-efficacy* berhubungan dengan kualitas hidup semakin tinggi tingkat *self-efficacy* seseorang, maka semakin baik kualitas hidupnya.

Kata kunci: diabetes melitus, *self-efficacy*, kualitas hidup

ABSTRACT

AMY ASZHARI, 2025, THE RELATIONSHIP BETWEEN *SELF-EFFICACY* AND THE QUALITY OF LIFE OF DIABETES MELLITUS PATIENTS AT PUSKESMAS NUSAWUNGU I CILACAP, THESIS, S1 PHARMACY PROGRAM, FACULTY OF PHARMACY, SETIA BUDI UNIVERSITY, SURAKARTA. Supervised by apt. Inaratul Rizkhy Hanifah, M.Sc. dan apt. Carolina Eka Waty, M.Sc.

Poor *Self-efficacy* will have an impact on a person's quality of life, so motivation to improve health in diabetes mellitus patients is needed. Diabetes mellitus is a collection of symptoms that arise in a person due to an increase in blood glucose levels due to a decrease in progressive insulin secretion that begins with insulin resistance. The purpose of this study was to determine the level of *self-efficacy*, quality of life and the relationship between *Self-efficacy* and quality of life of diabetes mellitus patients at the Nusawungu I Cilacap Health Center.

Correlation analytic research design with a cross sectional approach. The population in this study was obtained from data on DM patients at the Nusawungu I Cilacap Health Center in 2025. The sample technique used purposive sampling of 90 respondents. The independent research variable is *self-efficacy* and the dependent variable is quality of life. The research instrument used a questionnaire. Data were analyzed with the person product moment correlation test.

The results showed that most patients with diabetes mellitus at the Nusawungu I Cilacap Health Center had moderate *self-efficacy* as many as 67 people (74%) with a fairly good quality of life as many as 58 people with a percentage (64%). The results showed a relationship between *self-efficacy* and quality of life with a correlation coefficient value of 0.976377 indicating that *self-efficacy* is related to quality of life, the higher a person's *self-efficacy* level, the better his quality of life.

Keywords: diabetes mellitus, *self-efficacy* , quality of life

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perilaku, gaya hidup dan lingkungan yang tidak sehat adalah penyebab penyakit tidak menular yang berkembang secara perlahan (Indarwati *et al.*, 2024) seiring berjalannya waktu, hal tersebut menimbulkan berbagai gejala dan kondisi patologis (Sari, 2023) salah satu contoh dari penyakit tidak menular yang cukup umum yaitu diabetes melitus. Diabetes melitus merupakan penyakit degeneratif yang membutuhkan pengelolaan jangka panjang (Rissa *et al.*, 2022). *International Diabetes Federation* menyatakan, diabetes melitus adalah kondisi jangka panjang yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah. Ini terjadi karena tubuh tidak dapat memproduksi cukup insulin atau karena hormon insulin yang diproduksi tidak berfungsi dengan benar. (Simatupang, 2020).

Menurut WHO jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia diperkirakan meningkat dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi 21,3 juta pada tahun 2030. Prediksi lain dari IDF juga memperkirakan penderita diabetes melitus mengalami peningkatan pada 16,7 juta di tahun 2045. Berdasarkan data pada Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, jika dibandingkan dengan hasil Riskesdas 2018 sebesar 10,9%, hasil SKI 2023 menunjukkan peningkatan prevalensi penyakit diabetes melitus sebesar 11,7% pada penduduk umur ≥ 15 tahun (SKI, 2023).

Penyakit diabetes melitus di provinsi Jawa Tengah menempati urutan ke-2 setelah hipertensi, penyakit tersebut menjadi prioritas utama pengendalian PTM di Jawa Tengah. Jumlah penderita diabetes melitus di Provinsi Jawa Tengah tahun 2023 adalah 624,082 orang (Dinkes Jateng, 2023). Berdasarkan hasil diagnosis dokter, prevalensi diabetes melitus pada penduduk berusia ≥ 15 tahun di Provinsi Jawa Tengah mengalami peningkatan sebesar 0,5% yaitu 1,6% tahun 2013 menjadi 2,1% tahun 2018. Kasus diabetes melitus di Kabupaten Cilacap pada tahun 2023 sebanyak 35,246 kasus (Dinas Kesehatan Cilacap, 2023). Kondisi ini memerlukan pendekatan berbasis self-efficacy untuk meningkatkan kualitas hidup. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Cilacap tahun 2023 dari 38 puskesmas yang tersebar di Kabupaten Cilacap, terdapat tiga puskesmas tertinggi yang mengalami peningkatan kasus yaitu Puskesmas Kesugihan II (1.983 kasus),

Puskesmas Nusawungu I (1.844) dan Puskesmas Kedungreja (1.497 kasus).

Oleh karena itu, penelitian dilakukan di Puskesmas Nusawungu I karena tingginya jumlah kasus yang memberikan peluang besar untuk dianalisis dan memungkinkan peneliti mengumpulkan data yang memadai. Selain itu, lokasi penelitian yang mudah dijangkau menjadikan penelitian lebih praktis dan efisien untuk dilakukan. Penyakit diabetes melitus memerlukan penanganan yang sangat kompleks, berkelanjutan dan terprogram secara teratur. Pengendalian yang konsisten dan efektif pada penderita diabetes seperti melakukan perubahan gaya hidup yang teratur, tepat, dan konsisten, serta memiliki kesadaran diri yang baik untuk lebih taat terhadap pengobatan yang mereka terima (Maida et al., 2023). Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahmadina et al., (2022) di RSI Sultan Agung Semarang dengan didapatkan bahwa mayoritas responden patuh terhadap diet sebanyak 36 (54,5%) orang, responden yang tidak patuh diet sebanyak 30 (45,5%) orang. Sedangkan untuk tingkat kadar gula darah menunjukkan mayoritas responden memiliki kadar glukosa darah yang sedang sebanyak 42 orang, sedangkan yang paling sedikit responden yang kadar glukosa darah rendah sebanyak 12 orang.

Kepatuhan yang baik dalam pengelolaan diri menjadi kunci utama untuk mengontrol diabetes melitus, mencegah komplikasi, dan meningkatkan kualitas hidup. Seperti pada penelitian Amalia dan Asnindari (2024) di Rumah Sakit Airlangga Jombang, 41 orang yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi melakukan aktivitas fisik dengan intensitas rendah. Orang-orang ini, terutama mereka yang menderita penyakit degeneratif, mungkin dapat belajar lebih banyak tentang pentingnya berolahraga secara teratur dan menjadi lebih efisien. Peneliti lain yang dilakukan oleh Noviyantini et al (2020) sebanyak 49 responden penderita diabetes melitus di Puskesmas Kalasan Sleman menunjukkan kualitas hidup yang baik membuat penderita diabetes melitus dapat lebih percaya diri dan optimis dalam menjalani kehidupannya di masa depan, selalu melakukan pemeriksaan kesehatan secara teratur agar mampu menjaga dan meningkatkan kualitas hidup.

Penderita diabetes melitus memegang peran penting dalam tanggung jawabnya untuk mengelola kondisi mereka dengan (CERDIK) meliputi cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik dengan membiasakan diri bergerak aktif, diet gizi seimbang, istirahat

yang cukup 7-9 jam sehari dan kelola stres (Mufidah et al., 2024). Komplikasi yang ditimbulkan oleh diabetes, baik fisik maupun psikologis, dapat menurunkan kualitas hidup secara signifikan. Tekanan untuk menjaga kesehatan jangka panjang sering kali menyebabkan stres dan kecemasan, yang pada akhirnya dapat memperburuk kondisi seseorang. Oleh karena itu, upaya peningkatan kualitas hidup melalui intervensi efikasi diri menjadi sangat diperlukan.

Berdasarkan teori *self-efficacy* oleh Albert Bandura, keyakinan tentang efikasi diri berdampak pada proses kognitif, sebagian besar perilaku manusia bersifat purposif yang mengatur pemikiran untuk dapat mewujudkan tujuan hidup mereka. Semakin kuat persepsi efikasi diri seseorang, semakin tinggi tantangan tujuan yang ditetapkan dan semakin kuat komitmen mereka terhadap tujuan tersebut (Nellisa, 2021). Dibuktikan dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh Hurley dan shea, seseorang yang memiliki rasa efikasi diri dapat bangkit kembali dari kegagalan dan mereka mampu mengatasi kekhawatirannya. Penggabungan proses tersebut dapat memberikan strategi manajemen perawatan diri jangka panjang dari rejimen diabetes melitus (Fajriani dan Muflihatin, 2021)

Berbagai penelitian tentang efikasi diri dan kualitas hidup pasien diabetes telah banyak dilakukan dengan variabel yang berbeda-beda. Namun, penelitian yang meneliti secara spesifik tentang variabel efikasi diri dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus secara bersamaan belum ada khususnya di Puskesmas Nusawungu I Cilacap. Faktor budaya, kebiasaan makan, tingkat pendidikan, dan akses terhadap fasilitas kesehatan bervariasi di setiap daerahnya. Dengan berbagai data pada latar belakang peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang seberapa jauh “Hubungan *Self-efficacy* Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Nusawungu I Cilacap” yang mana daerah nusawungu merupakan wilayah yang didominasi oleh area persawahan, yang sebagian besar penduduknya bekerja sebagai petani atau buruh tani. Kondisi ini menggambarkan masyarakat dengan tingkat penghasilan menengah kebawah, jumlah penderita pasien diabetes yang cukup tinggi, dan belum pernah menjadi lokasi penelitian, sehingga hasil studi dapat memberikan kontribusi baru. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat mengetahui seberapa jauh kaitannya “Hubungan *Self-efficacy* Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Nusawungu I Cilacap Tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah diuraikan, didapatkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *self-efficacy* pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap tahun 2025?
2. Bagaimana gambaran kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap tahun 2025?
3. Bagaimana hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus Nusawungu I Cilacap tahun 2025?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat *self-efficacy* pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap tahun 2025.
2. Untuk mengetahui gambaran kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap tahun 2025.
3. Untuk mengetahui hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian tentang hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus di Puskesmas Nusawungu I Cilacap tahun 2025.

1. Untuk Institusi Pendidikan
 - 1) Memberikan kontribusi pengetahuan baru dalam pengembangan ilmu terkait *self-efficacy* dan kualitas hidup pasien diabetes melitus.
 - 2) Meningkatkan referensi kepustakaan institusi mengenai manajemen perawatan pasien diabetes melitus dan menjadi landasan ilmiah untuk penelitian lanjutan.
2. Untuk Lokasi Penelitian
 - 1) Memberikan data dan informasi berbasis bukti tentang hubungan *self-efficacy* dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus.
 - 2) Menjadi acuan untuk pengembangan program edukasi dan intervensi untuk meningkatkan *self-efficacy* pasien diabetes melitus.

- 3) Membantu Puskesmas Nusawungu I dalam pengembangan program intervensi berbasis *self-efficacy* untuk meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes melitus.
3. Untuk Peneliti
- 1) Meningkatkan pemahaman tentang hubungan antara *self-efficacy* dan kualitas hidup pasien diabetes melitus.
 - 2) Meningkatkan kemampuan untuk menganalisis masalah kesehatan dan berbasis bukti.
 - 3) Mendapatkan pengalaman praktis dalam mengelola penelitian di fasilitas kesehatan primer.