

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Diabetes Melitus**

##### **1. Definisi diabetes melitus**

Diabetes melitus adalah penyakit yang terjadi karena gangguan pada pankreas yang tidak dapat menghasilkan insulin sesuai kebutuhan tubuh dan atau tidak mampu memecah insulin dengan baik. DM adalah suatu kondisi kronis yang terjadi ketika kadar glukosa darah meningkat akibat tubuh tidak mampu memproduksi insulin atau menggunakan insulin dengan efektif. Insulin yang diproduksi oleh pankreas berfungsi untuk mengalirkan glukosa dari darah ke dalam sel tubuh, Dimana glukosa kemudian diubah menjadi energi. Ketidakmampuan tubuh untuk memproduksi insulin atau respons sel terhadap insulin yang terganggu menyebabkan kadar glukosa darah tinggi yang dikenal sebagai hiperglikemia yang merupakan ciri utama DM.

Dapat disimpulkan diabetes melitus adalah penyakit kronis yang terjadi akibat gangguan pada pancreas yang menyebabkan tubuh tidak bisa memproduksi atau menggunakan insulin dengan efektif, sehingga kadar glukosa darah meningkat (hiperglikemia).

##### **2. Klasifikasi diabetes melitus**

Menurut Hartono, Ediyono (2024) diabetes melitus dapat diklasifikasikan dalam beberapa kategori umum sebagai berikut :

###### **a. Diabetes melitus tipe 1**

Pada diabetes tipe 1, pankreas tidak mampu memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup atau bahkan tidak memproduksi sama sekali. Akibatnya, gula

darah menumpuk karena tidak bisa masuk ke dalam sel tubuh. Diabetes tipe 1 biasanya terdeteksi pada usia anak – anak atau remaja, dan bisa terjadi pada pria dan wanita. Gejalanya sering berkembang dengan cepat, dan jika tidak segera ditangani dengan suntikan insulin, kondisi ini dapat memburuk hingga menyebabkan koma.

b. Diabetes melitus tipe 2

Diabetes tipe 2 adalah bentuk diabetes yang paling umum dengan 90-95% kasus terjadi pada individu berusia di atas 40 tahun. Namun, saat ini DM tipe 2 juga semakin banyak ditemukan pada orang yang lebih muda, termasuk usia dewasa yang berusia antara 30 sampai 60 tahun juga dapat mengalaminya, terutama jika mereka memiliki faktor risiko tertentu, meskipun dapat juga terjadi pada anak-anak atau remaja. Meskipun pankreas masih memproduksi insulin, kualitas insulin yang dihasilkan rendah dan tidak berfungsi dengan efektif, sehingga menyebabkan peningkatan kadar gula darah. Pasien diabetes tipe 2 umumnya tidak memerlukan suntikan insulin, namun mereka harus mengonsumsi obat oral yang bertujuan untuk meningkatkan fungsi insulin, mengurangi kadar gula darah, serta memperbaiki cara hati memproses gula.

c. Diabetes gestasional

Diabetes gestasional adalah kondisi yang muncul akibat perubahan hormon selama kehamilan, yang menyebabkan resistensi insulin. Diabetes ini biasanya didiagnosis pada trimester kedua atau ketiga kehamilan tanpa gejala yang jelas. Meskipun demikian, diabetes gestasional umumnya hilang setelah kelahiran bayi.

#### d. Diabetes tipe lain

Diabetes sekunder atau diabetes yang disebabkan oleh kondisi medis lain termasuk dalam kategori ini. Diabetes jenis ini terjadi akibat gangguan dalam produksi insulin atau pengaruh terhadap kerja insulin. Beberapa penyebabnya termasuk gangguan pada kelenjar adrenal atau hipofisis, gangguan hormon kortikosteroid, konsumsi obat – obatan antihipertensi atau antikolesterol, malnutrisi, atau infeksi tertentu.

### 3. Gejala diabetes melitus

Menurut Lestari et al (2021) diabetes melitus memiliki beberapa gejala yaitu:

#### a. Poliuria (sering buang air kecil) :

Penderita diabetes melitus sering buang air kecil, terutama pada malam hari (poliuria), karena kadar gula darah yang melebihi ambang ginjal ( $> 180$  mg/dL). Akhirnya, gula akan dikeluarkan melalui urine. Untuk mengurangi konsentrasi gula dalam urine, tubuh akan menyerap air sebanyak mungkin ke dalam urine, sehingga volume urine yang dikeluarkan menjadi lebih banyak. Pada kondisi normal, produksi urine harian sekitar 1,5 liter, tetapi pada penderita diabetes yang tidak terkontrol jumlah urine yang dikeluarkan bisa mencapai lima kali lipat dari jumlah tersebut. hal ini menyebabkan penderita merasa haus dan cenderung ingin minum air putih lebih banyak (polidipsia). Karena ekskresi urine yang berlebihan, tubuh akan mengalami dehidrasi dan untuk mengatasinya tubuh memicu rasa haus sehingga penderita merasa perlu minum banyak, terutama air dingin, manis atau segar.

b. Polifagia (sering merasa lapar)

Penderita diabetes sering merasa lapar berlebihan (polifagia) dan kekurangan tenaga. Hal ini disebabkan oleh gangguan pada insulin, sehingga pengambilan gula ke dalam sel tubuh menjadi terbatas dan energi yang dihasilkan menjadi kurang. Oleh karena itu, penderita merasa kekurangan energi. Selain itu, karena sel-sel tubuh kekurangan gula, otak menganggap kekurangan energi tersebut disebabkan oleh kurangnya asupan makanan, sehingga tubuh merespon dengan menimbulkan rasa lapar untuk mendorong peningkatan asupan makanan.

c. Penurunan berat badan

Ketika tubuh tidak bisa memperoleh cukup energi dari gula akibat kekurangan insulin, tubuh akan mulai mengolah lemak dan protein yang ada untuk dijadikan energi. Pada penderita diabetes yang tidak terkontrol, bisa kehilangan sekitar 500 gram glukosa dalam urine setiap 24 jam, yang setara dengan kehilangan 2000 kalori per hari. Gejala lain yang sering muncul biasanya sebagai tanda komplikasi termasuk kesemutan pada kaki, gatal – gatal, atau luka yang sulit sembuh. Pada Wanita gejala ini kadang disertai dengan gatal pada area selangkangan (pruritus vulva), sementara pada pria bisa terjadi rasa sakit di ujung penis (balantitis).

#### **4. Komplikasi diabetes melitus**

Menurut Kemenkes (2024a) penanganan diabetes melitus yang kurang optimal dapat menyebabkan berbagai komplikasi sebagai berikut :

a. Komplikasi mikrovaskular

1) Kerusakan mata (retinopati diabetik)

Sebagian besar pasien diabetes melitus mengalami perburukan kondisi mata yang dapat menyebabkan kebutaan. Penyebab utama Retinopati adalah kadar glukosa darah, kolesterol, dan tekanan darah yang tinggi. Kerusakan pembuluh darah di mata menyebabkan gangguan penglihatan karena kerusakan retina. Tanda awal perubahan retina adalah permeabilitas kapiler mata yang menyebabkan penurunan kapiler retina dan diikuti pendarahan berbentuk titik dan noda – noda berbentuk perahu akibat perdarahan pra retina

#### 2) Kerusakan saraf (neuropati diabetik)

Salah satu komplikasi kronis yang paling sering ditemukan pada pasien diabetes melitus. Faktor risiko neuropati diabetik meliputi usia, jenis kelamin, dan lamanya mengalami penyakit. Dampak komplikasi ini antara lain infeksi berulang, ulkus yang tidak sembuh – sembuh dan amputasi jari atau kaki. Kondisi ini meningkatkan angka kesakitan dan kematian serta biaya pengobatan.

#### 3) Kerusakan ginjal (nefropati diabetik)

Penyakit ginjal diabetik ini dapat dideteksi dini melalui mikroalbuminuria yang kemudian berkembang menjadi proteinuria klinis dan akhirnya gagal ginjal. Nefropati diabetik disebabkan oleh kerusakan pembuluh darah kecil di ginjal yang menjadi kurang efisien atau rusak *leading to kidney failure*.

#### 4) Komplikasi makrovaskular

##### b. Penyakit jantung koroner (PJK)

Penyebab utama kematian dan kesakitan manifestasi dari aterosklerosis dini yang bisa mengenai organ vital seperti jantung dan otak. Diabetes melitus merusak dinding pembuluh darah menyebabkan penumpukan lemak, dan penyempitan

pembuluh darah. Penyempitan pembuluh darah koroner menyebabkan kekurangan oksigen di otot jantung dan bisa menyebabkan kematian mendadak.

c. Hipertensi

Penderita hipertensi diabetes melitus memiliki risiko dua kali lipat terkena hipertensi dibanding orang tanpa diabetes melitus. Hipertensi dapat merusak pembuluh darah dan memicu serangan jantung, retinopati, kerusakan ginjal, dan stroke. Faktor risiko hipertensi pada pasien diabetes melitus termasuk nefropati, obesitas dan penebalan dinding pembuluh darah.

d. Ulkus diabetik

Ulkus Diabetik adalah salah satu komplikasi yang paling ditakuti karena sering berakhir dengan kecacatan atau kematian. Hiperglikemia pada pasien diabetes melitus menyebabkan perubahan pada kulit dan otot, mempermudah terjadinya ulkus, Kerentanan terhadap infeksi membuat infeksi mudah menyebar luas.

e. Gangguan pada paru

Hiperglikemia mengakibatkan kadar gula darah tinggi dan menurunkan kemampuan sel untuk fagositosis. Infeksi yang umum pada pasien diabetes melitus adalah infeksi paru. Yang meningkatkan kadar gula darah.

f. Stroke

Aterosklerosis serebri adalah penyebab kedua tertinggi kematian pada pasien diabetes melitus. Risiko stroke iskemik pada pasien diabetes melitus dua sampai enam kali lipat lebih tinggi dibanding pasien non-diabetes. Diabetes melitus menjadi faktor risiko penyakit stroke karena semakin tinggi kadar gula darah seseorang, semakin mudah terserang stroke.

## 5. Penatalaksanaan diabetes melitus

Tujuan utama dari penanganan diabetes melitus (DM) adalah untuk meningkatkan kualitas hidup penderita, mengatasi gejala yang ada, mengurangi risiko komplikasi akut, serta mencegah dan memperlambat perkembangan komplikasi mikroangiopati dan makroangiopati. Selain itu, penatalaksanaan DM bertujuan untuk menurunkan angka morbiditas dan mortalitas terkait diabetes. Tujuan terapi utama adalah untuk menormalkan fungsi insulin dan kadar glukosa darah, guna mengurangi terjadinya komplikasi vaskuler, dan neuropatik. Tujuan terapeutik pada setiap jenis DM adalah mencapai kadar glukosa darah yang normal (euglikemia) tanpa menyebabkan hipoglikemia atau gangguan serius pada pola aktivitas pasien (Alfaqih et al., 2022).

a. Menurut Alfaqih et al (2022) langkah-langkah penatalaksanaan umum :

1) Riwayat penyakit :

Menanyakan gejala yang dialami pasien, obat-obatan yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah, faktor risiko seperti merokok, hipertensi, penyakit jantung, coroner, obesitas, serta riwayat keluarga, pola hidup, faktor psikososial, Pendidikan, dan status ekonomi.

2) Pemeriksaan fisik :

Meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, tekanan darah nadi, serta pemeriksaan kaki secara menyeluruh

3) Evaluasi laboratorium :

Pemeriksaan glukosa darah puasa serta 2 jam setelah makan

4) Pemeriksaan lain seperti : albumin urin kuantitatif, elektrokardiogram, serta pemeriksaan kesehatan secara menyeluruh.

b. Langkah-langkah pemeriksaan khusus :

1) Edukasi :

Memberikan informasi mengenai pentingnya hidup sehat

2) Terapi nutrisi medis (TNM) :

Penjelasan tentang pentingnya disiplin dalam jadwal makan, jenis dan jumlah makanan, terutama bagi penderita yang menggunakan obat penurun glukosa darah atau insulin.

3) Latihan jasmani :

Dilakukan secara teratur 3 – 5 kali seminggu dengan durasi 30 – 45 menit setiap sesi. Total 150 menit per minggu. Latihan yang dilakukan bersifat aerobic dengan intensitas sedang (50-70% denyut jantung maksimal), seperti jalan cepat, bersepeda santai, jogging, atau berenang

4) Intervensi farmakologis :

5) Obat antihiperqlikemia oral, seperti pemacu sekresi insulin (sulfonilurea dan glinid), peningkat sensitivitas terhadap insulin (metformin dan tiazolidindion), penghambat penyerapan glukosa (inhibitor glucosidase alfa), penghambat DPP-IV (Dipeptidyl Peptidase-IV), penghambat SGLT-2 (Sodium-glucose co-transporter 2), obat antihipertensi suntik, seperti insulin, terapi kombinasi antara obat antihiperqlikemia oral dan insulin, obat-obatan diabetes oral yang digunakan saat ini meliputi golongan sulfonilurea, biguanide, dan acarbose. Beberapa tanaman herbal, seperti pare (*Momordica charantia*), daun ciplukan (*Physalis Angulata*), bawang putih (*Allium sativum*), dan tanaman kersen (*Muntingia calabura*), juga telah digunakan sebagai alternatif pengobatan diabetes.

## **B. Harga Diri**

### **1. Definisi harga diri**

*Self-esteem* atau harga diri memiliki berbagai definisi menurut para ahli. Salah satunya adalah definisi dari Rosenberg (1979) yang menggambarkan harga diri sebagai perasaan penerimaan diri, penghargaan terhadap diri, serta evaluasi diri secara positif yang dianggap sebagai karakteristik yang cukup stabil. Sedangkan, Robbins dan Judge mengartikan harga diri sebagai tingkat kesukaan pada diri sendiri, penghargaan terhadap diri sendiri, serta sejauh mana seseorang merasa dirinya berharga dalam kehidupan sehari – hari.

Harga diri merupakan penghargaan seseorang terhadap dirinya, dimana tingginya atau rendahnya harga diri tersebut dipengaruhi oleh interaksi dengan lingkungannya. Coopersmith mengemukakan bahwa harga diri adalah evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya, terutama dalam hal penerimaan, penolakan dan indikasi terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan atau harga diri adalah penilaian pribadi mengenai perasaan berharga (Sabrina, 2022).

Dapat disimpulkan bahwa harga diri (*self esteem*) adalah perasaan penerimaan dan penghargaan terhadap diri sendiri yang mencerminkan sejauh mana seseorang merasa berharga. Harga diri dipahami sebagai evaluasi diri yang stabil, tingkat kesukaan terhadap diri sendiri, serta pandangan seseorang tentang kemampuan, keberartian, dan kesuksesan. Faktor-faktor seperti interaksi dengan lingkungan juga mempengaruhi tinggi atau rendahnya harga diri seseorang.

## **2. Faktor-faktor yang memengaruhi harga diri**

Menurut Fidayani (2022) terdapat beberapa faktor yang memengaruhi harga diri dari seseorang yaitu :

### **a. Penghargaan dan penerimaan dari orang-orang yang signifikan**

Harga diri seseorang dipengaruhi oleh orang – orang penting dalam hidup mereka. Seperti orangtua dan keluarga, keluarga merupakan lingkungan pertama tempat individu dalam berinteraksi.

### **b. Kelas sosial dan kesuksesan**

Coopersmith menyatakan bahwa kelas sosial dapat dilihat dari pekerjaan, pendapatan, dan tempat tinggal seseorang. Individu dengan pekerjaan yang lebih bergengsi, pendapatan yang lebih tinggi, dan rumah yang lebih besar dan mewah dianggap lebih sukses oleh Masyarakat. Sehingga mereka mendapatkan keuntungan material dan budaya. Hal ini membuat seorang dengan kelas sosial tinggi merasa diri mereka lebih berharga.

### **c. Nilai dan inspirasi dalam menginterpretasi pengalaman kesuksesan**

Nilai dan inspirasi individu dalam menginterpretasi pengalaman kesuksesan tidak secara langsung mempengaruhi harga diri. Pengalaman tersebut disaring melalui tujuan dan nilai yang dianut oleh seseorang.

### **d. Cara menghadapi devaluasi**

Seseorang dapat mengurangi ancaman dari evaluasi negatif dari luar diri mereka dengan menolak penilaian negatif yang diberikan oleh orang lain.

Sementara itu menurut Nafeesa & Novita (2021) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi harga diri seseorang :

### 1) Jenis Kelamin

Wanita sering merasa harga dirinya lebih rendah daripada pria, seperti merasa kurang mampu, kurang percaya diri, atau merasa perlu dilindungi. Ini mungkin terjadi karena peran orangtua dan harapan masyarakat yang berbeda untuk pria dan wanita.

### 2) Inteligensi

Inteligensi menggambarkan kapasitas fungsional seseorang yang sangat terkait dengan prestasi akademis. Seorang dengan harga diri tinggi cenderung mencapai prestasi akademis yang lebih baik dibandingkan seseorang dengan harga diri rendah. Mereka juga memiliki skor inteligensi yang lebih tinggi, taraf aspirasi yang lebih baik, dan selalu berusaha keras.

### 3) Kondisi fisik

Terdapat hubungan konsisten antara daya tarik fisik dan tinggi badan dengan harga diri. Seseorang dengan penampilan fisik yang menarik cenderung memiliki harga diri yang lebih baik dibandingkan mereka dengan penampilan yang kurang menarik.

### 4) Lingkungan Keluarga

Peran keluarga sangat penting bagi perkembangan harga diri anak. Dalam keluarga, anak pertama kali mengenal orangtua yang mendidik dan membesarkan mereka, serta menjadi dasar untuk bersosialisasi dalam lingkungan yang lebih besar. Keluarga harus menciptakan kondisi yang mendukung perkembangan harga diri anak yang baik.

## 5) Lingkungan Sosial

Pembentukan harga diri dimulai dari kesadaran seseorang akan nilai diri mereka, yang merupakan hasil dari lingkungan, penghargaan, penerimaan, dan perlakuan orang lain. Coopersmith menjelaskan bahwa perubahan harga diri dapat dijelaskan melalui konsep kesuksesan, nilai kebaikan. Branden Juga menyatakan bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi harga diri dalam lingkungan kerja meliputi kepuasan kerja, penghasilan, penghargaan dari orang lain, dan kenaikan jabatan.

### **3. Karakteristik harga diri tinggi**

Menurut Yeni (2021) seseorang dengan harga diri yang tinggi memiliki beberapa ciri khas, yaitu:

- a. Mereka cenderung bersikap positif aktif dan ekspresif dalam pemikiran dan kemauan. Seseorang seperti ini tidak malu bertanya di kelas atau menjawab pertanyaan dari guru.
- b. Mereka lebih suka menjadi pembicara dan pemimpin dalam forum daripada hanya menjadi pendengar, serta senang menyampaikan pendapat mereka.
- c. Mereka tidak takut dengan perdebatan dan perbedaan pendapat. Orang yang memiliki harga diri positif umumnya memiliki sikap terbuka dan ingin menerima sebanyak mungkin informasi, sehingga perdebatan tidak menjadi masalah sensitive bagi mereka.
- d. Mereka tidak anti terhadap kritik. Seseorang seperti ini melihat kritik bukan sebagai serangan yang merendahkan melainkan akan menerima kritik tersebut jika dianggap masuk akal.

- e. Mereka peka terhadap fenomena sosial. Kemampuan menerima diri sendiri pada orang dengan harga diri positif sebanding dengan kemampuan menghargai orang lain di sekitar mereka, sehingga lebih mudah menyadari fenomena sosial yang terjadi.
- f. Mereka yakin bahwa dirinya layak menjadi orang yang sukses. Keyakinan ini memberika mereka kekuatan dan semangat dalam menghadapi setiap masalah dan tantangan.
- g. Mereka bersikap terbuka kepada orang lain. Seseorang dengan harga diri tinggi siap menerima perubahan mendadak dalam hidupnya dan tidak menutup diri pada satu prinsip saja, sehingga mereka cenderung memiliki banyak relasi
- h. Mereka optimis dengan bakat, kemampuan bersosial dan kualitas pribadi yang dimiliki

Memiliki harga diri yang tinggi memang sangat menyenangkan, karena mereka mampu mengatasi berbagai masalah yang membantu proses pendewasaan diri mereka. Harga diri yang tinggi sering dikaitkan dengan kecenderungan untuk menyalahkan kegagalan pada faktor eksternal daripada internal, serta mampu menunjukkan performa yang baik setelah mengalami kegagalan maupun kesuksesan. Dengan demikian, seseorang dengan harga diri tinggi akan lebih tepat dalam mengartikan setiap masalah yang sedang dihadapinya. Sikap mereka yang tidak pernah menyalahkan diri sendiri membuat mereka cepat bangkit dari keterpurukan dan terhindar dari tekanan batin atau stress.

Seseorang yang memiliki harga diri yang positif cenderung merasa puas dengan dirinya sendiri. Hal ini memberikan dampak positif pada kesuksesan mereka dalam menyelesaikan setiap tugas perkembangan usia. Sifat terbuka yang

mereka miliki membuat mereka siap menghadapi segala kemungkinan yang akan terjadi.

#### **4. Karakteristik harga diri rendah**

Menurut Yeni (2021) seseorang dengan harga diri rendah memiliki beberapa karakteristik yaitu :

- a. Sering merasa putus asa karena ketidakpuasan terhadap kemampuan atau hal yang dimiliki.
- b. Cenderung tidak mampu mempertahankan diri sehingga lebih memilih untuk mengalah.
- c. Sulit menyikapi kelemahan yang dimiliki.
- d. Takut berinteraksi dengan orang lain, sehingga cenderung menarik diri.
- e. Menutup diri dari orang lain.
- f. Lebih sering menjadi pendengar yang baik dalam diskusi atau percakapan
- g. Tidak dapat menerima kritik dan menganggapnya sebagai serangan untuk menjatuhkan diri.
- h. Pemalu dan sibuk dengan urusan pribadi, terlalu fokus mencari alasan tentang kekurangan diri, sehingga cenderung lari dari situasi dengan menyibukkan diri mengoreksi dan mengkritik diri sendiri.

Beberapa karakteristik yang dijelaskan oleh Coopersmith menggambarkan dampak negative harga diri rendah terhadap perkembangan individu, baik dalam hubungan sosial maupun dalam diri sendiri. Karakteristik seperti sering menarik diri, pemalu, dan sibuk dengan dunianya sendiri menunjukkan bahwa individu dengan harga diri rendah cenderung menghindari tanggung jawab. Hal ini mungkin disebabkan oleh pola asuh permisif dari orangtua yang selalu memberikan

pengampunan sejak kecil, sehingga anak terbiasa tidak menyelesaikan masalah sendiri atau melarikan diri dari masalah, dan tidak diberikan kesempatan untuk belajar menerima atau menyelesaikannya dengan tanggung jawab.

## **5. Aspek-aspek harga diri**

Pengukuran harga diri dilakukan dengan menggunakan skala yang didasarkan pada aspek-aspek yang telah dikemukakan oleh Coopersmith. Aspek – aspek ini mencakup dimensi yang mencerminkan pentingnya perhatian, kekuasaan, kompetensi, dan kebajikan dalam pembentukan dan penilaian harga diri individu. Skala ini menjadi alat yang penting untuk memahami sejauh mana seseorang merasa berharga dan dihargai dalam berbagai konteks kehidupan. Berikut merupakan bagian – bagian dari aspek – aspek harga diri yang menurut Delia (2023) yaitu :

### **a. Keberartian (*significance*) :**

Keberartian mengacu pada perhatian dan kasih sayang yang diberikan oleh orang lain. Penerimaan diri dicirikan oleh kehangatan, respons, minat, serta rasa suka terhadap individu sebagaimana adanya dan popularitas. Perasaan diterima muncul saat seseorang merasa diterima apa adanya oleh suatu kelompok.

### **b. Kekuasaan (*power*)**

Kekuasaan menunjukkan kemampuan untuk mengatur dan mengontrol perilaku orang lain berdasarkan pengakuan serta rasa hormat yang diperoleh dari orang lain. Kekuatan ini mencakup penerimaan, perhatian, dan perasaan terhadap orang lain.

c. Kompetensi (*competence*)

Kompetensi menurut Stephen Robbins adalah kemampuan seseorang untuk melakukan berbagai tugas dalam pekerjaan yang dipengaruhi oleh kemampuan intelektual dan fisik. Dalam konteks harga diri kompetensi merupakan keberhasilan dalam mencapai prestasi sesuai dengan tuntutan, baik tujuan pribadi maupun sosial. Contohnya adalah kemampuan seseorang membuat keputusan tanpa kesulitan.

d. Kebajikan (*virtue*)

Kebajikan dicerminkan oleh ketaatan dalam mengikuti standar moral, etika dan agama. Dalam masyarakat terutama keluarga. Ada budaya atau aturan yang membimbing seseorang untuk menunjukkan perilaku tertentu. Aturan ini dibuat untuk menghindari perilaku negative dan mendorong perilaku sesuai norma. Seseorang yang mengikuti kode etik dan moral yang telah diterima dan diinternalisasi dalam diri mereka merasa bahwa perilaku positif mereka ditandai dengan keberhasilan memenuhi kode tersebut. misalnya, seseorang merasa dapat bersikap sesuai norma yang berlaku.

## **6. Alat ukur harga diri**

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur harga diri atau *self-esteem* adalah Skala Harga Diri yang telah di uji coba oleh Candra et al (2023) pada 400 pasien diabetes melitus dengan hasil uji validitas skala harga diri dengan hasil 0,440-0,631, untuk uji reliabilitas skala harga diri dengan hasil 0,851. Harga diri adalah sebuah pembentukan karakter mengenai diri seseorang dan merupakan factor penting dalam perilaku langsung dan berkaitan dengan berbagai aspek dalam kehidupan. Skala harga diri ini memiliki 15 pertanyaan dengan empat kategori yaitu “sangat sesuai” (SS), “sesuai” (S), “tidak sesuai” (TS), “sangat tidak sesuai” (STS). Skor

tersebut akan dihitung dengan proporsi item dengan ketentuan yaitu: SS=4, S=3, STS=2, TS=1 untuk pernyataan nomor 1,3,4,5,7,8,9,10,15 dan skor STS=4, TS=3, S=2, SS=1 untuk pernyataan nomor 2,6,11,12,13,14. jawaban yaitu “sangat sesuai” (SS), “sesuai” (S), “sangat tidak setuju” (STS), dan “tidak setuju” (TS). Setiap pertanyaan terdapat pertanyaan positif (*favorable*) dalam skala harga diri ini yaitu (1,3,4,5,7,8,9,10, dan 15) dan pertanyaan negative (*unfavorable*) dalam skala harga diri ini yaitu (2,6,11,12,13, dan 14). Untuk memberikan skor peneliti memberikan penilaian tertinggi pada pernyataan “sangat sesuai” (SS) dan terendah pada pilihan “tidak sesuai” (TS) untuk pernyataan positif dan untuk memberikan skor peneliti memberikan penilaian tertinggi pada pernyataan “sangat tidak sesuai” (STS) dan terendah pada pilihan “sangat sesuai” (SS) untuk pernyataan negative.

## **7. Harga diri pada pasien diabetes melitus**

Masalah psikososial yang dihadapi oleh penderita diabetes melitus adalah kecenderungan mereka untuk melihat diri sendiri secara negative, merasa putus asa, dan sulit menerima kondisi mereka, yang pada akhirnya dapat memengaruhi harga diri mereka. Seseorang dengan penyakit kronis sering kali mengalami harga diri rendah. Harga diri rendah adalah perasaan negatif terhadap diri sendiri, hilangnya rasa percaya diri, dan merasa lebih rendah dibandingkan orang lain. Seorang penderita diabetes melitus dapat dikatakan memiliki harga diri yang rendah jika mereka meyakini bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak mampu berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, lebih rendah dari orang lain, tidak disukai, dan kehilangan minat terhadap hidup. Akhirnya, mereka sering menggluh kesulitan tidur, lebih memilih menyendiri, dan merasa kurang bersemangat (Putra et al., 2020).

## **C. Kebermaknaan Hidup**

### **1. Definisi kebermaknaan hidup**

Frankl mengemukakan bahwa kebermaknaan hidup dipengaruhi oleh berbagai aspek, seperti kehidupan beragama, filsafat sekuler, aktivitas pekerjaan, penghargaan terhadap keindahan dalam hidup, cinta kepada sesama, serta pengalaman yang dialami. Di sisi lain, Bastaman berpendapat bahwa faktor – faktor yang mempengaruhi makna hidup meliputi kualitas insani, interaksi sosial dan pemenuhan nilai-nilai kehidupan dalam menghadapi, menerima, dan menemukan makna di balik penderitaan.

Makna hidup bersifat intrinsik dan berasal dari dalam diri manusia. Untuk dapat memenuhi nilai-nilai dalam hidup, seseorang perlu terlebih dahulu memenuhi kebutuhan dasar mereka. Setelah kebutuhan dasar tersebut terpenuhi, nilai – nilai ini akan menjadi sumber motivasi bagi seseorang untuk berkomitmen dalam usaha mencapai nilai-nilai tersebut. jika seseorang memilih untuk melakukan aktivitas yang sejalan dengan nilai-nilai intrinsiknya, maka ia akan menemukan makna hidup yang positif dan mendukung perkembangan kepribadiannya. Menurut Maslow, makna hidup adalah meta-motif, meta-kebutuhan, atau kebutuhan pertumbuhan, yang muncul dalam diri manusia untuk mencapai tujuan, melanjutkan hidup dan menjadi seseorang yang lebih baik. Oleh karena itu, manusia harus memenuhi kebutuhan dasar mereka terlebih dahulu sebelum berusaha memenuhi kebutuhan pertumbuhan (Utami & Setiawati, 2019).

Dapat disimpulkan bahwa kebermaknaan hidup adalah pemahaman yang mendalam tentang tujuan hidup yang dipengaruhi oleh berbagai aspek seperti agama, hubungan sosial, pekerjaan, dan pengalaman hidup. Makna hidup bersifat

intrinsik, berasal dari dalam diri dan muncul setelah seseorang memenuhi kebutuhan dasar mereka. dengan memenuhi nilai-nilai intrinsik, seseorang dapat menemukan makna hidup yang positif dan mendukung perkembangan kepribadiannya.

## **2. Komponen-komponen kebermaknaan hidup**

Menurut Andriyan & Hanifah (2021) ada beberapa elemen yang dapat digunakan untuk mengatasi berbagai masalah dan mengembangkan kehidupan yang bermakna. Meskipun komponen – komponen ini beragam, semuanya dapat dikelompokkan ke dalam tiga dimensi utama yaitu sebagai berikut :

### **a. Dimensi personal**

Unsur – unsur dalam dimensi ini meliputi pemahaman diri (*self insight*), yaitu meningkatnya kesadaran atas baik dan buruknya kondisi diri pada saat ini dan mempunyai keinginan yang kuat untuk melakukan perubahan ke arah kondisi yang lebih baik dari sebelumnya. Kedua pengubahan sikap (*changing attitude*), yaitu perubahan dari sikap yang kurang tepat menjadi lebih tepat dalam menghadapi berbagai masalah, situasi hidup, dan tantangan yang ada.

### **b. Dimensi sosial**

Dalam dimensi sosial, terdapat unsur dukungan sosial (*social support*), yaitu merujuk pada kehadiran individu tau sekelompok orang yang dekat, dapat dipercaya, dan selalu siap memberikan bantuan saat dibutuhkan.

### **c. Dimensi nilai-nilai**

Unsur – unsur dalam dimensi nilai – nilai mencakup :

- 1) Makna hidup (*the meaning of life*) yang memiliki arti dan nilai penting dalam kehidupan seseorang, berfungsi sebagai tujuan yang harus dicapai untuk

mengarahkan aktivitasnya agar tidak salah dalam mengambil Keputusan, sehingga seseorang merasa Bahagia dan mencapai apa yang diinginkannya.

- 2) Komitmen diri (*self commitment*) terhadap makna hidup yang telah ditemukan dan tujuan hidup yang telah ditetapkan.
- 3) Kegiatan terarah (*directed activities*), yaitu upaya yang dilakukan secara sadar dan sengaja oleh seseorang untuk mengembangkan potensi pribadi (bakat, kemampuan, keterampilan) yang positif serta memanfaatkan hubungan antar pribadi untuk mendukung pencapaian makna dan tujuan hidupnya.

### **3. Karakteristik kebermaknaan hidup**

Menurut Utami & Setiawati (2019) karakteristik makna hidup menurut Bastaman yaitu sebagai berikut :

#### **a. Keunikan, pribadi dan temporer**

Makna hidup bersifat unik dan pribadi, serta bersifat sementara. Ini berarti bahwa apa yang dianggap berarti oleh seseorang mungkin tidak memiliki arti yang sama bagi orang lain. Makna hidup seseorang biasanya spesifik, berbeda, dan tidak sama dengan makna hidup orang lain, serta dapat berubah seiring waktu. Mengingat sifat keunikan dan kekhususannya, makna hidup tidak dapat diberikan oleh orang lain melainkan harus dicari, dijelajahi, dan di temukan oleh diri sendiri.

#### **b. Spesifik dan nyata**

Makna hidup dapat ditemukan dalam pengalaman dan kehidupan sehari – hari, dan tidak selalu harus dikaitkan dengan konsep – konsep abstrak, tujuan idealis, atau prestasi akademis yang luar biasa.

c. Memberikan pedoman dan arah

Makna hidup yang ditemukan oleh seseorang akan memberikan pedoman dan arah bagi aktivitas yang dilakukannya. Dengan demikian, makna hidup seolah-olah menantang (*challenging*) dan mengundang (*inviting*) seseorang untuk mencapainya.

#### **4. Faktor-faktor yang memengaruhi kebermaknaan hidup**

Menurut Nurazizah (2024) terdapat 2 faktor yang memengaruhi kebermaknaan hidup yaitu :

a. Faktor internal

1) Penemuan diri

Seseorang akan mendapatkan pemahaman lebih mendalam tentang diri mereka dan pengalaman hidup mereka melalui proses introspeksi. Mereka akan menyadari kekurangan dan berusaha memperbaikinya, mereka juga akan menyadari kemampuan yang dimiliki dan berusaha memanfaatkannya secara optimal untuk meraih kesuksesan. seperti masalah dengan orang lain atau dengan diri sendiri, kemampuan untuk menguasai berbagai aspek kehidupan akan membantu mereka untuk beradaptasi dengan lebih baik.

2) Bertindak positif

Kebiasaan positif terbentuk melalui tindakan-tindakan yang dilakukan secara konsisten. Perbuatan positif ini dapat dibagi menjadi dua, yakni yang dilakukan untuk diri sendiri dan yang dilakukan untuk orang lain. Praktik perawatan diri bertujuan untuk meningkatkan energi positif, pengembangan diri, serta keterampilan dan kompetensi seseorang secara maksimal, berbuat baik, menjauhi

perbuatan buruk, serta membahagiakan orang lain adalah contoh dari tindakan positif yang memberikan dampak pada pertumbuhan pribadi dan kehidupan sosial.

### 3) Keterhubungan dengan lingkungan

Sebagai makhluk sosial, manusia tidak dapat hidup terpisah dari orang lain. Karena kita memiliki kebutuhan untuk merasa dihargai dan disayangi oleh orang di sekitar kita. Oleh karena itu, membangun hubungan yang akrab dengan orang lain menjadi penting untuk menciptakan ikatan emosional yang dalam.

### 4) Pendalaman tiga nilai

Tiga nilai utama dalam teori Frankl tentang tujuan hidup adalah nilai kreatif, nilai apresiasi, dan nilai sikap. Beraktivitas untuk menghasilkan sesuatu yang kreatif. Sementara itu, nilai apresiasi tercermin dalam tindakan kasih sayang, kebaikan terhadap lingkungan dan Upaya mewujudkan cita-cita. Dan nilai sikap yaitu menekankan pentingnya memilih sikap yang tepat dalam menghadapi tantangan hidup yang tidak dapat dihindari.

### 5) Ibadah

Kebermaknaan hidup juga dapat ditemukan melalui kedekatan seseorang dengan Tuhan. melalui berdoa kepada tuhan, seseorang akan dapat merasakan kedamaian, ketenangan, dan harapan. Pengembangan aspek spiritual sangat penting agar seseorang dapat menemukan makna hidup yang lebih dalam.

### 6) Kualitas insani

Kualitas insani merupakan semua kemampuan, sikap, dan sifat yang unik pada manusia, yang tidak dimiliki oleh makhluk lain, seperti intelegensi, tanggung jawab, kebebasan dalam berkretivitas, serta mortalitas.

## b. Faktor eksternal

### 1) Materil

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KKBI), materil diartikan sebagai sesuatu yang bersifat fisik atau terwujud benda. Oleh karena itu, yang dimaksud dengan materil adalah segala sesuatu yang bisa dilihat, diraba, dan memiliki bentuk. Contohnya adalah air yang dapat menghilangkan dahaga atau hal-hal duniawi seperti uang, rumah, dan lain-lain.

### 2) Dukungan sosial

Dukungan sosial dapat memberikan rasa disayangi, dicintai, dihargai, serta meningkatkan harga diri seseorang. Dukungan ini umumnya datang dari keluarga inti, seperti suami, istri, ayah, ibu, kakak, dan adik. Peran keluarga dalam memberikan dukungan sosial sangat penting untuk membantu seseorang individu menemukan makna hidup.

### 3) Pekerjaan

Pekerjaan berfungsi sebagai sarana bagi individu untuk menemukan dan mengembangkan makna hidup. Pekerjaan tidak hanya terkait dengan aktivitas sehari-hari, tetapi juga dengan cara pandang dan pemaknaan yang diberikan oleh seseorang terhadap pekerjaan tersebut. Hal ini dapat memberi arah dalam kegiatan sehari-hari dan meningkatkan kesadaran akan pentingnya tanggung jawab yang harus dipenuhi.

## **5. Nilai-nilai kebermaknaan hidup**

Bastaman mengemukakan bahwa terdapat tiga bidang kegiatan yang berpotensi mengandung nilai – nilai yang dapat membantu seseorang menemukan

makna hidup, jika nilai-nilai tersebut diterapkan dan dipenuhi (Nathalia, 2021).

Ketiga nilai tersebut adalah sebagai berikut :

a. *Creatives values* (nilai-nilai kreatif)

Nilai kreatif ini berhubungan pada kegiatan berkarya, bekerja, dan melaksanakan tugas serta kewajiban dengan penuh tanggung jawab. Melalui aktivitas berkarya dan bekerja, seseorang dapat menemukan arti hidup dan menghayati kehidupan dengan lebih bermakna. Dengan terlihat dalam suatu aktivitas, seseorang akan merasa lebih berarti dibandingkan jika tidak melakukan apa – apa. Kecintaan terhadap suatu kegiatan akan mencerminkan keterlibatan pribadi dalam pekerjaan, yang pada gilirannya membantu menemukan makna hidup.

b. *Experimental values* (nilai-nilai pengalaman)

Nilai pengalaman ini berhubungan pada keyakinan dan penghayatan terhadap nilai – nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan, keagamaan, serta cinta kasih. Menghayati dan meyakini suatu nilai dapat memberikan arti bagi kehidupan seseorang. Banyak orang menemukan makna hidup melalui agama yang mereka anut, atau menghabiskan waktu untuk menekuni aktivitas tertentu. Cinta kasih juga dapat memberikan perasaan berarti dalam hidup. Dengan mencintai dan merasa dicintai, seseorang akan merasakan hidupnya dipenuhi dengan pengalaman yang membahagiakan. Nilai – nilai pengalaman ini dapat memberikan makna dan memungkinkan seseorang untuk memenuhi arti kehidupan di berbagai aspek.

c. *Attitudinal values* (nilai-nilai bersikap)

Nilai bersikap ini berhubungan dengan penerimaan yang penuh ketabahan, kesabaran, dan keberanian terhadap segala bentuk penderitaan yang tidak dapat

dihindari, seperti penyakit yang tidak bisa disembuhkan, kematian, dan saat – saat menjelang akhir hidup setelah segala usaha dilakukan. Sikap menerima dengan ikhlas dan tabah terhadap hal – hal tragis yang tidak bisa dihindari dapat mengubah pandangan kita dari sekedar melihat penderitaan menjadi mampu terlihat makna dan hikmah di balik penderitaan tersebut.

## **6. Alat ukur kebermaknaan hidup**

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kebermaknaan hidup yang disusun oleh Steger, M.F ini diadaptasi dari kuesioner *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ). Alat ukur ini telah diuji coba validitas dan diuji reliabilitasnya oleh Rosyad et al (2019) yang telah melakukan uji coba validitas dan reliabilitas kuesioner makna hidup (MLQ) : pria yang melakukan hubungan seksual dengan laki-laki di Sumatera Barat Indonesia, dengan hasil koefisien validitas dengan nilai  $r$  hasil  $>$   $r$  table sebesar 0,449, dan koefisien reliabilitas dengan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,861, yang artinya kuesioner tersebut reliabel. MLQ terdiri dari 10 pertanyaan dengan 2 aspek, yaitu aspek kehadiran makna (*presence of meaning*) dan aspek pencarian makna (*search of meaning*). Pada aspek kehadiran makna memiliki 5 pertanyaan (1,4,5,6, dan 9) sedangkan, aspek pencarian makna terdapat 5 pertanyaan (2,3,7,8, dan 10). kuesioner ini terdiri 10 pertanyaan dengan empat kategori jawaban yaitu “sangat setuju” (SS) dengan nilai 4, “setuju” (S) dengan nilai 3, “tidak setuju” (TS) dengan nilai 2 dan “sangat tidak setuju” (STS) dengan nilai 1 serta terdiri dari *favorable* dan *unfavorable*. pertanyaan *favorable* dalam MLQ ini ada 9 (1,2,3,4,5,6,7,8, dan 10), sedangkan pertanyaan *unfavorable* adalah 9. Alat ukur ini terdiri dari 10 pertanyaan dan

responden dapat memilih empat jawaban berdasarkan kondisi responden yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju (Palupi, 2021).

## **7. Kebermaknaan hidup pada pasien diabetes melitus**

Diabetes melitus adalah penyakit jangka panjang yang memerlukan penderitanya untuk menghadapi ketidaknyamanan menjalani pengobatan secara rutin, serta mengubah pola hidup untuk mengurangi dampak negatif. Penderita DM juga perlu menyesuaikan kehidupan sosial dan pekerjaan mereka agar gejala dan keterbatasan fungsional dapat diminimalkan. Pada penderita penyakit kronis atau terminal sering kali menyebabkan depresi pada pasien dan kehilangan makna hidup, karena pengobatan yang melibatkan injeksi insulin pada penderita diabetes melitus dapat memengaruhi kualitas hidup pasien dan menurunkan makna hidup mereka (Hasina et al., 2020).

### **D. Hubungan Antara Harga Diri Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus**

Penelitian Faradela (2019) dengan judul “Hubungan Harga Diri Dengan *Diabetes Distress* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Puger Kabupaten Jember” di dapatkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa responden memiliki nilai harga diri paling rendah 18 dan paling tinggi 33. Sebanyak 61% responden penelitian memiliki harga diri yang rendah, yaitu 51 orang. Indikator kesukaan pada diri memiliki nilai yang lebih rendah daripada indikator kompetensi diri. Dengan demikian, terdapat korelasi yang signifikan antara harga diri dengan *diabetes distress* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas pugger kabupaten jember, dengan nilai p 0,000 dan nilai r -0,548. Dengan kekuatan sedang, nilai korelasi negatif, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi

harga diri seseorang maka semakin rendah *diabetes distress* pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Penelitian Muhdorun (2023) yang berjudul “Hubungan *Self Esteem* dengan Tingkat Depresi Dan Tekanan Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Burneh Kabupaten Bangkalan” dengan subjek penelitian sebanyak 59 pasien. Dengan hasil yang menunjukkan  $P = 0,014 < 0,05$ , yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus tipe 2, yang berarti semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki pasien diabetes melitus tipe 2 maka, semakin rendah tingkat depresi yang dialami pada pasien diabetes melitus tipe 2. Dan hasil nilai yang menunjukkan bahwa  $P = 0,000 < 0,05$  yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan tekanan darah pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian yang dilakukan oleh Nafisah (2015) dengan judul “Hubungan Konsep Diri dengan Kebermaknaan Hidup Pasien Diabetes Melitus Anggota Prolanis DR.H. Suwinda Gubug Kabupaten Grobogan” di dapatkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara yang sangat signifikan antara konsep diri dengan kebermaknaan hidup pasien diabetes melitus anggota prolanis dr. H. suwinda gubug kabupaten grobogan bahwa semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi kebermaknaan hidup pasien diabetes melitus, ataupun sebaliknya semakin rendah konsep diri makin rendah kebermaknaan hidup pada pasien diabetes melitus. Penelitian yang dilakukan oleh Megananda, (2018) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” di dapatkan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan positif antara dukungan sosial yang diterima dengan kebermaknaan hidup pada

pasien DM tipe 2 dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $r$  0,403 dan  $p$  sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada pasien DM tipe 2. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi tingkat kebermaknaan hidup yang dirasakan oleh pasien DM tipe 2.