

Sedangkan persiapan penyusunan instrumen penelitian atau alat ukur yang digunakan untuk mengetahui hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Kepatuhan Pengobatan adalah menggunakan skala, langkah-langkah dalam penyusunan skala tersebut yakni:

- 1 Menentukan indikator setiap variabel yang didasari teori pada bab II.
- 2 Membuat *blue print* dari masing-masing skala yang memuat presentase dan jumlah pernyataan atau aitem yang digunakan sebagai pedoman penyusunan skala.
- 3 Membuat dan menyusun pernyataan yang mencakup aitem favorabel dan unfavorabel berdasarkan *blue print* yang telah dibuat.
- 4 Penentuan nomor urut aitem dengan pertimbangan penyebaran yang merata pada aitem favorabel dan aitem unfavorabel berdasarkan yang penting dalam uji validitas dan uji reliabilitas.
- 5 Skala dalam penelitian ini terdiri dari 30 aitem untuk skala Kontrol Diri dan 28 aitem untuk skala Perilaku Kepatuhan Pengobatan. Pada kedua variabel memiliki empat kriteria jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju).
- 6 Setelah alat ukur atau aitem-aitem kedua variabel sudah dianggap siap maka selanjutnya menentukan subjek penelitian. Subjek penelitian atau populasi (sebagaimana yang telah dirumuskan dalam metode penelitian) ini adalah pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Rangkah Surabaya.

C. Hasil Penelitian

Penelitian ini, peneliti menggunakan analisis korelasi product momen. Hal tersebut dikarenakan data yang digunakan adalah data parametrik. Teknik penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan diantara dua variabel yaitu variabel kontrol diri sebagai variabel bebas dan variabel kepatuhan pengobatan sebagai variabel terikat.

Sebelum melakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis. Uji prasyarat analisis diperlukan guna mengetahui apakah analisis data untuk pengujian hipotesis dapat dilanjutkan atau tidak. Uji prasyarat meliputi uji normalitas dan uji linieritas (Noor, 2011).

1 Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh dari setiap variabel penelitian bervariasi atau berdistribusi secara normal atau tidak. Pengujian normalitas data ini dilakukan dengan menggunakan uji *kamolgorov-Smirnov* dengan bantuan program SPSS 16.0. *for windows* apabila diperoleh nilai $p > 0,05$, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dari kedua variabel dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

D. Pembahasan

1 Hubungan antara Kontrol Diri dengan Perilaku Kepatuhan Pengobatan pada penderita Diabetes Mellitus

Hasil penelitian yang dilakukan pada para penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Rangkah Surabaya menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku kepatuhan pengobatan. Hal ini dapat dilihat dari hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,987 dengan taraf kepercayaan 0,05 (5%) dan signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal ini menunjukkan hubungan yang cukup erat antara kontrol diri dengan perilaku kepatuhan pengobatan. Arah hubungan yang positif menunjukkan semakin tinggi kontrol diri maka akan membuat perilaku kepatuhan pengobatan cenderung tinggi. Mencermati paparan tersebut, berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kontrol diri berperan secara meyakinkan terhadap perilaku kepatuhan pengobatan pada penderita diabetes mellitus.

Adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku kepatuhan pengobatan menunjukkan bahwa pasien dengan kontrol diri yang baik cenderung lebih mampu mematuhi aturan pengobatan. Pasien dengan kontrol diri yang baik akan secara sadar mengarahkan perilakunya menuju manfaat jangka panjang yaitu perilaku yang mendukung untuk kesembuhan. Hal ini sejalan dengan teori Evi & Muhammad (2014) yang menyatakan bahwa kontrol diri sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Kemampuan untuk menyusun,

membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Arifah Nur Basyiroh (2011) terhadap 80 pasien Diabetes Mellitus, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kontrol diri dengan kepatuhan. Dimana kemampuan pasien Diabetes Mellitus dalam mengontrol gula darah merupakan indikator penting untuk mempertahankan kualitas hidupnya. Maka kontrol diri sangat diperlukan agar terbentuk tindakan atau perilaku positif yang berlangsung lama.

Selanjutnya Smet (1994) juga menyebutkan beberapa strategi yang dapat dicoba untuk meningkatkan kepatuhan, antara lain usaha yang dapat dilakukan penderita diabetes mellitus untuk meningkatkan kepatuhan dalam menjalani pengobatan yaitu meningkatkan kontrol diri. Penderita harus meningkatkan kontrol dirinya untuk meningkatkan ketaatannya dalam menjalani pengobatan, karena dengan adanya kontrol diri yang baik dari penderita akan semakin meningkatkan kepatuhannya dalam menjalani pengobatan. Kontrol diri dapat dilakukan meliputi kontrol berat badan, kontrol makan dan emosi.

Di dalam konteks psikologi kesehatan, kepatuhan mengacu kepada situasi ketika perilaku seorang individu sepadan dengan tindakan yang dianjurkan atau nasehat yang diusulkan oleh seorang praktisi kesehatan atau informasi yang diperoleh dari suatu sumber informasi lainnya seperti

