

# Gambaran *Self-Efficacy* Pada Remaja Dengan Asma Di Kabupaten Pekalongan

**Anatasya Metha Utavia**

Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan  
Pekalongan

**Dian Kartikasari**

Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan  
Pekalongan

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Asma merupakan penyakit peradangan kronis saluran pernapasan yang masih menjadi masalah kesehatan global dan berdampak pada kualitas hidup remaja, sehingga diperlukan pengelolaan yang tidak hanya berfokus pada aspek medis tetapi juga aspek psikologis seperti *self-efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran *self-efficacy* pada remaja dengan asma di Kabupaten Pekalongan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Sampel penelitian ini adalah 54 responden remaja dengan asma di Kabupaten Pekalongan. Teknik penentuan sampel yaitu dengan *cluster sampling*. Penelitian ini dilaksanakan pada 29 Januari sampai 6 Februari 2026.

**Hasil:** Mayoritas remaja dengan asma di Kabupaten Pekalongan memiliki *self-efficacy* tinggi (92,6%), sedangkan 7,4% berada pada kategori sedang dan tidak terdapat kategori rendah. Temuan ini menunjukkan mayoritas responden memiliki keyakinan diri yang baik dalam mengelola asmanya.

**Simpulan:** Sebanyak 92,6% remaja dengan asma memiliki *self-efficacy* tinggi dalam mengelola kondisi asmanya.

**Kata Kunci:** *Remaja, Penyakit Asma, Self-Efficacy*

**Daftar Pustaka:** 43 (2017-2025)

## ABSTRACT

### **An Overview of Self-Efficacy among Adolescents with Asthma in Pekalongan Regency**

Anatasya Metha Utavia<sup>1</sup>, Dian Kartikasari<sup>2</sup>

**Background:** Asthma is a chronic inflammatory airway disease that remains a global health concern, significantly impacting the quality of life of adolescents. Consequently, comprehensive management is required, focusing not only on medical interventions but also on psychological aspects such as self-efficacy. This study aims to describe the profile of self-efficacy among adolescents with asthma in Pekalongan Regency.

**Methods:** This study utilized a descriptive research design. The sample comprised 54 adolescent respondents diagnosed with asthma in Pekalongan Regency. The sample was selected using a cluster sampling technique. The research was conducted from January 29 to February 6, 2026.

**Results:** The results revealed that the vast majority of adolescents with asthma in Pekalongan Regency demonstrated high self-efficacy (92.6%), whereas 7.4% fell into the moderate category, with no respondents classified in the low category. These findings indicate that most respondents possess strong self-belief and confidence in managing their asthma.

**Conclusion:** A total of 92.6% of adolescents with asthma exhibit high self-efficacy in managing their asthmatic condition.

**Keywords:** *Adolescents, Asthma, Self-Efficacy*

**References:** 43 (2017-2025)

## PENDAHULUAN

Asma merupakan penyakit peradangan kronis yang memengaruhi saluran pernapasan dan memicu gejala seperti batuk, mengi, serta sesak napas (Hammad & Lambrecht, 2021, dalam Krismiadi & Rahmadania, 2025). Kondisi ini terutama menyerang paru-paru dan sering menyebabkan penderita mengalami batuk berulang atau sesak napas yang bisa muncul di malam hari maupun berlangsung secara terus-menerus (Kumar & Studies, 2022, dalam (Krismiadi & Rahmadania, 2025). Kompleksitas inilah yang menjadikan asma sebagai salah satu masalah kesehatan global yang memerlukan perhatian serius.

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2023 jumlah pasien asma di dunia mencapai sekitar 235 juta orang. Pada tahun 2024, WHO bekerja sama dengan *Global Asthma Network* (GANT) memprediksi bahwa jumlah penderita asma di dunia telah meningkat hingga mencapai 334 juta orang. Sejalan dengan hal tersebut, *Global Initiative for Asthma* (GINA) 2024, melaporkan penyakit asma diperkirakan sekitar 300 juta orang di seluruh dunia, dan menyebabkan sekitar 1.000 kematian per hari.

Tingginya angka tersebut menggambarkan bahwa asma merupakan masalah kesehatan serius yang berdampak luas di berbagai belahan dunia. Asma bukan hanya menjadi persoalan di negara maju, tetapi juga menyebar ke seluruh dunia tanpa membedakan tingkat perekonomian suatu negara. Lebih dari 80% tingkat kematian akibat penyakit ini terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah, terutama karena keterlambatan dalam proses diagnosis serta

penanganan yang belum optimal (Kurniawan & Suminar, 2025). Gambaran tersebut menunjukkan bahwa asma merupakan penyakit yang berdampak luas dengan distribusi prevalensi yang tidak merata.

Asma masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat Indonesia. Kementerian & Ri, (2023) mengungkapkan bahwa prevalensi asma di Indonesia mencapai 1,6%. Beberapa Provinsi bahkan mencatat angka lebih tinggi, seperti DKI Jakarta sebesar 2,1% dan Jawa Barat sebesar 1,8%. Di Provinsi Jawa Tengah sendiri, prevalensi asma tercatat sebesar 1,3%. Sedikit di bawah rata-rata nasional.

Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah juga menunjukkan pada tahun 2023, proporsi kasus baru asma di provinsi Jawa Tengah ini tercatat sebesar 12,4%, namun pada tahun 2024 angka tersebut menurun drastis menjadi 1,0%. Meskipun jumlah kasus baru berkurang, asma tetap memerlukan perhatian karena tingkat kekambuhannya masih tinggi.

Sementara itu, catatan Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan pada tahun 2024 melaporkan bahwa jumlah penderita asma sebanyak 1773 orang, dengan prevalensi tertinggi pada Puskesmas Buaran mencatat kunjungan 168 dengan total 75 pasien asma, diikuti Puskesmas Kesesi 1 sebanyak 152 kunjungan dengan total 88 pasien asma. Data tersebut menunjukkan bahwa permasalahan asma tidak hanya menjadi isu global, tetapi juga nyata dirasakan hingga tingkat regional dan lokal.

Asma dapat dialami oleh semua kelompok usia, mulai dari anak-anak hingga lansia, dan memberikan dampak yang cukup luas bagi penderita, keluarga, maupun masyarakat (Runtuwene, Wahani, & Pateda, 2016, dalam Zen Amirudin,

2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa kerentanan terhadap asma dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berbeda pada setiap kelompok usia. Salah satu kelompok usia yang memiliki kerentanan tinggi terhadap asma adalah remaja.

Pada remaja, asma dapat mengurangi kualitas hidup, karena serangan akut tidak hanya menimbulkan sesak napas, tetapi juga mengganggu aktivitas fisik sehari-hari, menurunkan kebugaran fisik, serta memicu kecemasan berulang. Kondisi ini pada akhirnya memengaruhi perkembangan fisik maupun psikososial remaja (Handayani, 2018, dalam Zen Amirudin, 2022). Oleh karena itu, kelompok remaja dapat dikategorikan sebagai kelompok rentan yang memerlukan perhatian khusus dalam penanganan asma.

Holley et al., (2019), menyatakan remaja tergolong sebagai kelompok yang rentan terhadap asma karena berbagai faktor yang memengaruhi kemampuan mereka dalam mengelola penyakit ini. Meskipun sudah tersedia berbagai intervensi terapeutik yang efektif, sebagian besar remaja masih belum mampu mencapai kontrol asma yang optimal. Salah satu penyebab utamanya adalah kurangnya manajemen diri, terutama terkait kepatuhan dalam menjalankan pengobatan.

Selain itu, kerentanan ini juga dipengaruhi oleh faktor psikososial dan perilaku. Beberapa remaja mungkin sering lupa minum obat, memiliki pengetahuan terbatas mengenai penyakit asma serta pengobatannya, merasa terbebani dengan terapi yang harus dijalani, atau memegang keyakinan keliru tentang kondisi kesehatan mereka. Rasa malu karena menderita asma dan kesulitan menjalin komunikasi dengan tenaga kesehatan juga kerap menjadi

hambatan. Berbeda dengan anak-anak yang lebih muda, pengalaman remaja dalam menghadapi asma menunjukkan bahwa mereka menghadapi tantangan yang unik dalam mengelola penyakit kronis ini.

Strategi pengelolaan tersebut tidak hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga harus memperhatikan kemampuan psikologis remaja dalam mengendalikan penyakit. Salah satu kemampuan psikologis yang berperan penting adalah *self efficacy*. *Self Efficacy* dipandang sebagai konstruk psikologis yang berkontribusi dalam mendorong perubahan perilaku sekaligus meningkatkan kesejahteraan pasien (Calicchio, 2023). Dengan demikian, pengkajian mengenai *self efficacy* pada pasien asma khususnya remaja, menjadi sangat penting. Oleh karena itu, diperlukan strategi pengelolaan yang hanya berfokus pada aspek medis, tetapi juga mempertimbangkan kemampuan psikologis remaja dalam menghadapi penyakitnya.

Remaja dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tantangan dan mengelola penyakit dibandingkan dengan mereka yang memiliki *self efficacy* rendah (Kan et al., 2021, dalam Girsang et al., 2024). Pada pasien asma, hal ini tampak dari upaya menghindari faktor pemicu kambuh, seperti perubahan cuaca, paparan alergen, bau menyengat, debu, maupun stress. Tindakan pencegahan tersebut merupakan salah satu bentuk penerapan *self efficacy* dalam mengelola penyakit (Kartikasari & Finishia, 2023, dalam Girsang et al., 2024). Oleh karena itu, penelitian yang berfokus pada *self efficacy* penderita asma, khususnya pada kelompok remaja, menjadi relevan untuk dilakukan.

Penelitian Girsang et al., 2024 menunjukkan bahwa faktor psikologis,

khususnya *self efficacy*, memiliki peranan penting dalam pengelolaan asma. Studi menemukan bahwa meskipun tingkat kepatuhan pengobatan pasien relatif baik, sebagian besar pasien tetap memiliki *self efficacy* yang rendah sehingga kontrol penyakit tidak optimal. Hal ini mengindikasikan bahwa kepatuhan saja belum cukup, karena keyakinan diri pasien turut menentukan kualitas hidup mereka. Hasil ini diperkuat oleh penelitian-penelitian selanjutnya yang menegaskan peran penting *self efficacy* dalam pengendalian asma.

Selain itu, penelitian lain dari Sutrisna (2022) di Puskesmas Sukamerindu, Bengkulu, juga mendukung temuan tersebut dengan menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *self efficacy* dan kontrol asma. Pasien dengan tingkat *self efficacy* tinggi lebih percaya diri dalam melakukan tindakan pencegahan dan pengobatan, seperti rutin mengonsumsi obat sesuai resep dan mengikuti anjuran dokter. Hal ini menyebabkan mereka mampu mengendalikan gejala asma dengan lebih baik, sehingga tingkat kontrol asma meningkat.

Ariantini et al., (2022) juga melakukan penelitian pada masa pandemi COVID 19 di RSUD X Denpasar menemukan adanya hubungan positif antara *self efficacy* dengan kemampuan *self management* pasien asma. Seseorang yang mampu mengatur dirinya dengan baik biasanya memiliki keyakinan kuat terhadap kemampuannya dalam menghadapi berbagai tantangan, termasuk dalam mengendalikan penyakit asma di masa pandemi COVID 19. Sebaliknya, *self efficacy* yang tinggi dapat memicu motivasi serta meningkatkan ketrampilan individu untuk menerapkan *self management* secara efektif.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan dua perawat di Kabupaten

Pekalongan, diketahui bahwa remaja dengan asma mampu memahami cara dan waktu penggunaan inhaler secara tepat. Dalam manajemen gejala, Sebagian remaja mampu tetap tenang saat kambuh, namun masih ada yang panik karena tidak mengenali tanda perburukan asma. Pengetahuan tentang pencegahan pemicu asma juga masih rendah, dan beberapa remaja kurang percaya diri mengelola asmanya karena merasa aktivitas fisik dan sekolah mereka terbatas.

Studi pendahuluan pada empat remaja penderita asma di Kabupaten Pekalongan menunjukkan bahwa meskipun semua sudah memahami cara dan waktu penggunaan inhaler, tingkat kepercayaan diri mereka dalam menghadapi asma masih berbeda-beda. Satu responden masih merasa ragu dan belum yakin jika harus menangani serangan asma sendiri, sementara tiga lainnya merasa cukup mampu mengontrol gejala yang muncul sehari-hari. Hasil ini menunjukkan bahwa *self efficacy* pada remaja dengan asma masih bervariasi dan perlu diteliti lebih lanjut untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan *self efficacy* pada penderita asma, agar diperoleh gambaran yang jelas terkait kemampuan mereka dalam menghadapi penyakit.

## **METODE**

### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian adalah rancangan menyeluruh yang mencakup setiap komponen serta tahapan penelitian. Dalam penyusunannya, peneliti mempertimbangkan aspek etika, ketersediaan sumber daya, serta berbagai kendala yang mungkin dihadapi selama proses penelitian berlangsung (Nasir,

2018). Penelitian ini menggunakan desain deskriptif karena bertujuan untuk menggambarkan tingkat *self efficacy* pada remaja dengan asma di Kabupaten Pekalongan. Populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang memiliki jumlah serta karakteristik tertentu, yang ditetapkan peneliti sebagai wilayah kajian untuk diteliti sehingga dapat ditarik suatu kesimpulan (Sudaryana, 2022). Jumlah populasi asma di Kabupaten Pekalongan yaitu sebanyak 1773 orang dengan asma. Sampel adalah bagian dari populasi yang mewakili jumlah maupun ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi tersebut. Pada penelitian ini menggunakan teknik *cluster sampling* yaitu dengan cara membagi populasi besar menjadi beberapa kelompok kecil berdasarkan karakteristik tertentu, lalu memilih beberapa klaster secara acak untuk dijadikan sampel (Sudaryana, 2022).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pekalongan, jumlah pasien asma yang tercatat di wilayah penelitian tersebar pada 26 puskesmas dengan total 1773 pasien dengan asma. Namun, data tersebut belum merinci jumlah pasien asma pada kelompok usia remaja. Mengacu pada penelitian Arikunto (2017), apabila jumlah populasi kurang dari 100 orang, maka sampel dapat diambil sebesar 20% dari total populasi. Oleh karena itu, peneliti menetapkan jumlah sampel sebesar 20% dari total populasi dan memilih lima puskesmas sebagai lokasi penelitian berdasarkan kemudahan akses dan ketersediaan responden, yaitu Puskesmas Bojong 1, Puskesmas Kedungwuni II, Puskesmas Kesesi I, Puskesmas Kesesi II, dan Puskesmas Buaran.

Dari kelima puskesmas tersebut diperoleh sebanyak 54 responden, yang terdiri dari Puskesmas Bojong I sebanyak 10 responden, Puskesmas Kedungwuni I sebanyak 18 responden, Puskesmas Kesesi I sebanyak 8 responden, Puskesmas Kesesi II sebanyak 10 responden, dan Puskesmas Buaran sebanyak 8 responden. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja puskesmas Bojong 1, Kedungwuni II, Puskesmas Kesesi I, Puskesmas Kesesi II, dan Puskesmas Buaran Kabupaten Pekalongan.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Pekalongan pada tanggal 26 Januari 2026 sampai 30 Januari 2026 dengan melibatkan 54 responden yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan.

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Pekalongan pada tanggal 26 Januari 2026 sampai 30 Januari 2026 dengan melibatkan 54 responden yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan.

### 1. Analisa Univariat

Karakteristik responden dalam penelitian ini mencakup usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, riwayat alergi, serta lama menderita asma. Data tersebut disajikan dalam bentuk tabel sebagai informasi deskriptif yang mendukung hasil penelitian.

**Tabel 5.1**

**Distribusi Karakteristik Remaja Dengan Asma Di Kabupaten Pekalongan**

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
<b>Umur</b>	54	2.85	2,9	10	18
<b>Lama menderita asma</b>	54	6.0	1,4	1	6
			<b>Presentase (%)</b>		<b>Frekuensi</b>
<b>Jenis Kelamin</b>			53,7	Laki-laki	29
			46,3	Perempuan	25
			<b>100,0</b>	<b>Total</b>	<b>54</b>
<b>Pendidikan</b>			40,7	SD	22

	29,6	SMP	16
	29,6	SMA/SMK	16
	100,0	<b>Total</b>	<b>54</b>
<b>Riwayat alergi</b>	7,4	Paparan debu	4

	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
Bulu hewan	4	22,2
Serbuk bunga	3	5,6
Makanan/minuman tertentu	11	20,4
Bau yang menyengat	10	18,5
Perubahan suhu dan cuaca	14	25,9
<b>Total</b>	<b>54</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 5.1 hasil pengolahan data terhadap 54 responden penderita asma di Kabupaten Pekalongan menunjukkan bahwa usia responden memiliki nilai minimum 10 tahun dan maksimum pada usia 18 tahun dengan nilai mean 2,85, SD sebesar 2,9 yang mengindikasikan bahwa sebaran usia relatif beragam. Lama menderita asma berkisar antara 1 hingga 6 tahun dengan mean 6,0, SD 1,4 sehingga mencerminkan adanya perbedaan lama penyakit di antara responden.

Berdasarkan jenis kelamin, sebagian besar responden adalah laki-laki sebanyak 29 orang (53,7%), sementara perempuan berjumlah 25 orang (46,3%). Ditinjau dari tingkat pendidikan, mayoritas responden berada pada jenjang sekolah dasar sebanyak 22 orang (40,7%). Riwayat alergi yang paling banyak dilaporkan adalah perubahan suhu dan cuaca, yaitu 14 responden (25,9%), kemudian diikuti oleh konsumsi makanan atau minuman tertentu sebanyak 11 responden (20,4%), paparan bau yang menyengat sebanyak 10 responden (18,5%), bulu hewan sebanyak 4 responden (22,2%), serta serbuk bunga sebanyak 3 responden (5,6%). Secara umum, karakteristik responden didominasi oleh anak usia sekolah dasar dengan variasi lama menderita asma dan faktor pencetus yang beragam, sehingga memberikan gambaran awal mengenai kondisi subjek penelitian.

**Tabel 5.3**  
**Distribusi Frekuensi dan Presentase *Self Efficacy* Remaja Dengan Asma Di Kabupaten Pekalongan**

Variabel		
<i>Self Efficacy</i>	Frekuensi	Presentase (%)
<b>Sedang</b>	4	7,4
<b>Tinggi</b>	50	92,6
<b>Total</b>	<b>54</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 5.2 mengenai distribusi frekuensi dan presentase *self efficacy* remaja dengan asma di Kabupaten Pekalongan, diperoleh bahwa mayoritas responden memiliki tingkat *self efficacy* tinggi, yaitu sebanyak 50 responden (92,6%). Sementara itu, responden dengan *self efficacy* sedang berjumlah 4 responden (7,4%), dan tidak ditemukan responden dengan *self efficacy* rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja dengan asma memiliki keyakinan diri yang baik dalam mengelola kondisi kesehatannya.

## PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Remaja Dengan Asma Di Kabupaten Pekalongan

Usia responden dalam penelitian ini berkisar 10-18 tahun dengan nilai mean 2,85 yang mengindikasikan bahwa sebaran usia responden relatif beragam. Sejalan dengan penelitian Handayani et al., (2023), melaporkan bahwa mayoritas pasien asma berada pada kelompok usia 5-18 tahun, yaitu sebanyak 66,7% dari total responden, yang menunjukkan bahwa asma banyak ditemukan pada usia anak dan remaja. Pada rentang usia tersebut terjadi perubahan fisiologis dan hormonal, yang dapat memengaruhi fungsi paru

sehingga meningkatkan kerentanan terhadap gejala asma. Rentang usia ini merupakan fase perkembangan kognitif dan emosional, sehingga dapat memengaruhi cara remaja membangun keyakinan diri dalam mengelola penyakitnya (Handayani et al., 2023),

Berdasarkan jenis kelamin, pada penelitian ini sebagian besar responden yang terkena asma adalah laki-laki sebanyak 29 orang (53,7%). Sejalan dengan penelitian Hamdin, (2021) menunjukkan bahwa penderita asma didominasi oleh responden laki-laki sebanyak 81 orang (68,6%). Dominasi responden laki-laki tersebut secara fisiologis, dimana laki-laki memiliki diameter saluran napas yang relatif sempit dibandingkan perempuan, sehingga lebih mudah mengalami obstruksi saluran napas. Keadaan tersebut menyebabkan laki-laki lebih rentan terhadap terjadinya gejala asma. Perbedaan karakteristik biologis dan psikologis berdasarkan jenis kelamin tersebut dapat memengaruhi pengalaman individu dalam menghadapi penyakit kronis dalam membentuk *self efficacy* (Hamdin, 2021) .

Ditinjau dari tingkat pendidikan, mayoritas responden berada pada jenjang sekolah dasar sebanyak 22 orang (40,7%). Sejalan dengan penelitian Holley et al., (2019), menunjukkan bahwa sebagian besar responden penderita asma berada pada kelompok anak usia sekolah, yang menunjukkan bahwa fase usia sekolah tersebut merupakan kelompok rentan terhadap paparan faktor pemicu asma. Pada fase ini, kemampuan serta keyakinan dalam mengelola penyakit kronis masih berkembang, sehingga berisiko menyebabkan pengendalian penyakit yang kurang optimal.

Dalam penelitian ini, pemicu alergi yang paling banyak dilaporkan responden adalah perubahan suhu dan cuaca, yaitu sebanyak 14 orang (25,9%). Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Mercy et al., (2021) yang melaporkan sebanyak 15 responden (50%) terpapar perubahan suhu dan cuaca. Studi tersebut menegaskan bahwa alergen dan perubahan cuaca merupakan faktor utama pencetus serangan asma. Paparan terhadap alergen serta fluktuasi suhu lingkungan dapat meningkatkan sensitivitas saluran napas sehingga memperbesar risiko terjadinya kekambuhan.

Karakteristik responden dalam penelitian ini didominasi oleh anak usia sekolah dasar dengan variasi lama menderita asma serta faktor pencetus yang beragam, dimana serangan asma mulai muncul dalam rentang waktu 1 hingga paling lama 6 tahun dengan nilai mean 6,0. Sejalan dengan penelitian Awaludin & Lismayanti (2025), yang melaporkan bahwa lama menderita asma pada responden bervariasi, mulai dari <1 tahun, hingga 2-5 tahun, 6-10 tahun, hingga lebih dari 10 tahun, yang menunjukkan bahwa asma merupakan penyakit kronis dengan perjalanan penyakit jangka panjang. Lamanya seseorang hidup dengan penyakit kronis dapat memengaruhi proses adaptasi individu terhadap kondisi kesehatannya, termasuk dalam membentuk persepsi dan keyakinan diri dalam pengelolaan penyakit Awaludin & Lismayanti (2025).

## 2. Gambaran *Self Efficacy* Remaja Dengan Asma Di Kabupaten Pekalongan

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi dan presentase *self efficacy* remaja dengan asma di Kabupaten Pekalongan, diperoleh bahwa mayoritas responden

memiliki tingkat *self efficacy* tinggi, yaitu sebanyak 50 responden (92,6%). Sementara itu, responden dengan tingkat *self efficacy* sedang berjumlah 4 responden (7,4%), dan tidak ditemukan responden dengan tingkat *self efficacy* rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja penderita asma memiliki keyakinan diri yang baik dalam mengelola kondisi kesehatannya.

Tingginya *self efficacy* pada remaja penderita asma menjadi hal yang penting, mengingat pada masa remaja individu dituntut untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab terhadap perilaku kesehatannya. *General self efficacy* membantu remaja mengarahkan perilaku untuk mencapai tujuan hidup menjadi bagian penting dari berbagai aspek kehidupan (Analya, 2025).

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Holley et al., (2019) melaporkan bahwa sebagian besar remaja penderita asma menunjukkan tingkat *self efficacy* yang baik dalam mengontrol gejala, mematuhi pengobatan, serta melakukan manajemen diri secara mandiri. Kondisi ini menunjukkan bahwa *self efficacy* yang baik berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja untuk mengelola penyakitnya secara konsisten dan berkelanjutan.

Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian Ariantini et al., (2022) juga menunjukkan bahwa sebanyak 30 responden (75%) pasien asma berada pada kategori *self efficacy* tinggi. Tingginya *self efficacy* tersebut ditunjukkan melalui kemampuan pasien dalam mengontrol asma. Hal ini memperkuat temuan penelitian ini bahwa keyakinan diri yang baik merupakan faktor penting dalam mendukung keberhasilan pengelolaan penyakit asma.

Berdasarkan analisis 10 item kuesioner, item P4 dengan pertanyaan memiliki skor rata-rata tertinggi yaitu 3.48, dengan pertanyaan mengenai keyakinan remaja dalam bertindak dengan baik pada situasi yang tidak terduga. Hal ini mengindikasikan bahwa remaja dengan asma dalam penelitian ini memiliki tingkat *self efficacy* yang baik dalam menghadapi situasi baru atau mendadak. Hal ini sejalan dengan teori Bandura (1997) dalam Suciono (2021) yang menyatakan bahwa *self efficacy* merupakan keyakinan diri sebagai kepercayaan terhadap kemampuan diri dalam melakukan suatu tindakan untuk menghadapi suatu situasi sehingga dapat memperoleh hasil yang diharapkan. Tingginya *self efficacy* pada aspek ini menunjukkan remaja mampu percaya pada kemampuan dirinya dalam mengelola kondisi asmanya (Holley et al., 2019).

Sebaliknya, item P7 menunjukkan skor rata-rata terendah yaitu 3.19, terkait dengan kemampuan remaja untuk tetap tenang saat menghadapi kesulitan. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun remaja memiliki keyakinan dalam bertindak pada situasi tidak terduga, mereka masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi dan kecemasan ketika menghadapi masalah (Holley et al., 2019).

Hal ini sejalan dengan Supinganto, (2024) yang menyatakan bahwa stress, kecemasan, serta gejala fisik yang mengganggu dapat menurunkan *self efficacy*, sedangkan kondisi fisik yang baik dan suasana emosional yang positif dapat memperkuat rasa percaya diri individu. Dengan demikian, kesehatan fisik dan psikologis memiliki keterkaitan yang erat dalam

membentuk *self efficacy* pada remaja dengan asma.

Upaya peningkatan *self efficacy* pada remaja dengan asma dapat dilakukan melalui pemberian edukasi kesehatan yang berkelanjutan, dukungan keluarga, serta pendampingan dalam pengelolaan gejala. Bandura (1997) dalam Suciono (2021) menjelaskan bahwa *self efficacy* dapat ditingkatkan melalui pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), dukungan verbal, serta pengelolaan kondisi emosional. Sejalan dengan Supinganto (2024), kondisi psikologis yang stabil dan manajemen stres yang baik dapat memperkuat keyakinan diri individu dalam menghadapi penyakit kronis.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa gambaran *self efficacy* pada remaja dengan asma di Kabupaten Pekalongan menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori *self efficacy* tinggi. Temuan ini menggambarkan bahwa mayoritas remaja memiliki keyakinan diri yang baik dalam mengelola kondisi asmanya, termasuk dalam menghadapi situasi yang tidak terduga. Namun demikian, gambaran *self efficacy* juga menunjukkan masih adanya aspek yang perlu ditingkatkan, khususnya dalam mengendalikan emosi dan tetap tenang saat menghadapi kesulitan.

## **KESIMPULAN**

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan tentang gambaran *self efficacy* pada remaja dengan asma di Kabupaten Pekalongan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan 54 responden, usia responden berada pada rentang 10-18 tahun dengan mean 2,85, standar deviasi 2,9. Lama menderita asma berkisar antara 1-6 tahun dengan mean 6,0, standar deviasi 7,6. Mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 29 orang (53,7%) dan berpendidikan sekolah dasar sebanyak 22 orang (40,7%). Faktor pencetus asma yang paling banyak dilaporkan adalah perubahan suhu dan cuaca sebanyak 14 responden (25,9%).
2. Mayoritas responden memiliki tingkat *self efficacy* tinggi, yaitu sebanyak 50 responden (92,6%), sedangkan 4 responden (7,4%) berada pada kategori sedang dan tidak ditemukan responden dengan *self efficacy* rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja dengan asma memiliki keyakinan diri yang baik dalam mengelola kesehatannya.

## REFERENSI

- Analya, P. (2025). *Efikasi Diri dan Motivasi*. Zahir Publisher.
- Ariantini, N. P., Wira, P., Putra, K., & Kio, A. L. (2022). Hubungan Self-Management Dengan Self-Efficacy Pada Pasien Asma Di Masa Pandemi Covid-19 Di Poliklinik Paru Rsu Denpasar The Correlation Between Self-Management and Self-efficacy in Asthma Patients during the COVID-19 Pandemic at the Pulmonary Polyclinic of RSU X Denpasar. *CARING*, 6(1), 45–53.
- Awaludin, R., & Lismayanti, L. (2025). Pengaruh Jenis Terapi dan Karakteristik Penyakit Asma Terhadap Kualitas Hidup : Literature Review. In *Public Health and Complementary Journal (PHCJ)* (Vol. 1, Number 3).
- Bachrun, E. (2025). *Model Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan pada Perilaku Pencegahan Faktor Risiko Sindroma Metabolik* (1st ed.). Penerbit NEM. <https://books.google.co.id/books?id=kk1CEQAAQBAJ>

- Beti Kristinawati, M. K. N. S. K. M. B. (2025). *Keperawatan Medikal Bedah: Kardiovaskuler, Pernafasan, Perioperatif dan Hematologi (Pendekatan Asuhan Keperawatan Holistik)*. Muhammadiyah University Press. <https://books.google.co.id/books?id=ni5oEQAAQBAJ>
- Calicchio, S. (2023a). *Albert Bandura dan faktor efikasi diri: Sebuah perjalanan ke dalam psikologi potensi manusia melalui pemahaman dan pengembangan efikasi diri dan harga diri*. Stefano Calicchio. <https://books.google.co.id/books?id=6t7YEAAAQBAJ>
- Calicchio, S. (2023b). *Albert Bandura dan faktor efikasi diri: Sebuah perjalanan ke dalam psikologi potensi manusia melalui pemahaman dan pengembangan efikasi diri dan harga diri*. Stefano Calicchio. <https://books.google.co.id/books?id=6t7YEAAAQBAJ>
- Dr. Reni Prima Gusty, S. K. M. K., & Adab, P. (2024). *Teknik Pernafasan Buteyko Mengatasi Sesak Nafas Penderita Asma*. Penerbit Adab. <https://books.google.co.id/books?id=dRMIEQAAQBAJ>
- Faisal Sangadji, Ns. Febriana,, Ns. Felicia Risca Ryandini, Nurlela Petra SaragihTheodora Rosaria Geglorian, S. K. M. K., Annisaa Fitrah Umara,, Heni Kusumawati, Caraka, L. D., Himansyah, R., & Jiddan, D. S. S. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah I* (1st ed.). Mahakarya Citra Utama Group. <https://books.google.co.id/books?id=LCDwEAAAQBAJ>
- Girsang, I. M., Suza, D. E., & Tarigan, A. P. (2024). Hubungan Self-Efficacy dan Kepatuhan Pengobatan terhadap Asthma Control Test pada Pasien Asma. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(1), 254–261. <https://doi.org/10.31539/joting.v6i1.9118>
- Handayani, I., Syahputra Siregar, I., Prabowo, R., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Medan, S. (2023). *Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Faktor Predisposisi Penyakit Asma Di Puskesmas Tanah Tinggi Binjai* (Vol. 3, Number 1). Bulan Januari.
- Holley, S., Knibb, R., Latter, S., Lioffi, C., Mitchell, F., Radley, R., & Roberts, G. (2019). Development and validation of the Adolescent Asthma Self-Efficacy Questionnaire (AASEQ). *European Respiratory Journal*, 54(1).

<https://doi.org/10.1183/13993003.01375-2018>

- Indah, M. F., & Agustina, N. (2021). *Dampak Kualitas Aliran Sungai Terhadap Paparan Merkuri (Hg) Pada Penambangan Emas*. Deepublish.  
<https://books.google.co.id/books?id=BRhPEQAAQBAJ>
- Indriyani, L. + S. R. + M. A. R. + S. S. + K. M. B. (2024). *Kesehatan Reproduksi*. Euraka Media Aksara.
- Kartikasari, D., Jenie, I. M., & Primanda, Y. (2019). Latihan Pernapasan Diafragma Meningkatkan Arus Puncak Ekspirasi (Ape) Dan Menurunkan Frekuensi Kekambuhan Pasien Asma. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(1), 53–64.  
<https://doi.org/10.7454/jki.v22i1.691>
- Kartikasari, D., & Nurlaela, E. (2023). *Pursed Lips Breathing pada Pasien Asma* (1st ed.). Penerbit NEM.  
<https://books.google.co.id/books?id=jSjFEAAAQBAJ>
- Kementerian, K., & Ri. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia*. Kemenkes.
- Khusniyati Masykuroh, M. P., Chandra Dewi S., M. P. K., Eka Heriyani, M. P. K., & Haning Tri Widiastuti, M. P. (2022). *Modul Psikologi Perkembangan* (1st ed.). Feniks Muda Sejahtera.  
<https://books.google.co.id/books?id=XJVyEAAAQBAJ>
- Krismiadi, D., & Rahmadania, W. O. (2025). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Pernapasan*. Penerbit NEM.  
<https://books.google.co.id/books?id=ooJoEQAAQBAJ>
- Kurniawan, A., & Suminar, T. (2025). Laporan Kasus Pasien Asma Dengan Pola Napas Tidak Efektif Di Bangsal Ibnu Sina RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Jurnal Penelitian Nusantara*, 1, 140–144.  
<https://doi.org/10.59435/menulis.v1i7.517>
- Lapau, B. +Birwin, A. (2017). *Prinsip & Metode Epidemiologi* (1st ed.). Kencana.  
[https://books.google.co.id/books?id=l\\_pDDwAAQBAJ](https://books.google.co.id/books?id=l_pDDwAAQBAJ)
- Masriadi + Baharuddin, A. + S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan Kedokteran dan Keperawatan*.
- Media, T. K. (2024). *Cara Mengatasi Asma* (1st ed.). Cahaya Harapan.  
<https://books.google.co.id/books?id=WG4MEQAAQBAJ>

- Musmiah, S. B. + R. N. + S. (2019). *Selamat Datang Masa Remaja* (1st ed.). Deepublish.
- Nasir, A. + M. A. + I. E. (2018). *Buku Ajar: Metodologi Penelitian Kesehatan* (edisi 2). Nuha Medika.
- Ni'mah, L., Sukartini, T., Bakar, A., Suarilah, I., Mariyanti, H., Qona'ah, A., Hidayati, L., Pratiwi, I. N., Dewi, L. C., & Pradipta, R. O. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Klien Dewasa Sistem Kardiovaskular, Respiratori, Hematologi*. Airlangga University Press.  
<https://books.google.co.id/books?id=MkMYEQAAQBAJ>
- Nursalam. (2020a). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (5th ed.). salemba.
- Nursalam. (2020b). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 5*.
- Pandanwangi, A., Analya, P., Kiswantomo, H., Rahmani, K., Rohinsa, M., Kuntari Cahyono, M. Y. M., Sembiring, T., Victoriana, E., & Adelina, I. (2025). *Kesehatan Mental E-generation* (1st ed.). Zahir Publishing.  
[https://books.google.co.id/books?id=y\\_JIEQAAQBAJ](https://books.google.co.id/books?id=y_JIEQAAQBAJ)
- Pangandaheng, T., Suryani, L., Syamsiah, N., Kombong, R., Kusumawati, A. S., Masithoh, R. F., Eltrikanawati, T., Nurjanah, U., Eldawati, E., & Sasmito, P. (2023). *Asuhan Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Respirasi dan Kardiovaskuler* (1st ed.). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.  
<https://books.google.co.id/books?id=FMPaEAAAQBAJ>
- Pinzom, R. T. + E. D. W. R. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (1st ed.). Penerbit ANDI.
- Ratnaningsih, T. + I. S. + P. T. (2017). *Buku Ajar (Teori Dan Konsep) Tumbuh Kembang Dan Stimulasi Bayi, Toddler, Pra Sekolah, Usia Sekolah dan Remaja (Pertama)*. Indomedia Pustaka.
- Resiko Yang Berhubungan Dengan Riwayat Serangan, F., Manese, M., Bidjuni, H., & Rompas, S. (2021). Faktor Risiko Yang Berhubungan Pada Penderita Asma Di Kabupaten Minahasa Selatan. In *Jurnal Keperawatan* (Vol. 9, Number 2).
- Sinaga, M. (2019). *Dasar Epidemiologi* (1st ed.). Deepublisher.  
<https://books.google.co.id/books?id=15HeDwAAQBAJ>

- Suciono, W. (2021). *Berpikir Kritis (Tinjauan Melalui Kemandirian Belajar, Kemampuan Akademik dan Efikasi Diri)* (1st ed.). Penerbit Adab.  
<https://books.google.co.id/books?id=h1YsEAAAQBAJ>
- Sudaryana, B. + A. R. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.
- Supinganto, A. (2024). *Pencegahan Tuberkulosis : Integrasi Konsep Health Belief Model*. Asadel Liamsindo Teknologi.  
<https://books.google.co.id/books?id=3ysUEQAAQBAJ>
- Suprpto Haddy. (2020). *Penerapan Metodologi Penelitian Dalam Karya Ilmiah*.
- Supriatin, E., Hendra, A., Supriatin, T., & Lindayani, L. (2021). The Relationship Between Self-Efficacy And Self-Management Among Teenager With Asthma: A Systematic Review. *JNC*, 4, 244–254.
- Sutrisna, M. + R. E. (2022). Hubungan Self Efficacy Dengan Kontrol Asma Bronkial. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6, 1999–2004.
- Swarjana I Ketut. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Utama, S. Y. A. (2018). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Sistem Respirasi* (1st ed.). Deepublish. <https://books.google.co.id/books?id=X-tnEQAAQBAJ>
- Zen Amirudin, husni. (2022). Kualitas Hidup Anak Usia 6-18 Tahun Dengan Asma Di Wilayah Kerja Puskesmas Wanaraja Dan Cilawu. *Jurnal Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 22, 80–99.