

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN MEKANISME KOPING PENDERITA DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS MARTAPURA 2 KABUPATEN BANJAR

Martini Nur Sukmawaty^{1*}

¹Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Stikes Intan Martapura, Indonesia

Email : tinez.ns@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang menempati peringkat 10 besar dunia penyebab kematian. Dampak negatif pada psikologis penderitanya diantaranya kecemasan, sehingga diperlukan mekanisme koping yang baik agar kecemasan yang dialami penderita dapat diatasi. **Tujuan:** Mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita diabetes melitus. **Metode:** Penelitian deskriptif korelasi dengan desain cross sectional. Populasi sebanyak 242 orang dengan sampel 71 orang menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpul menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji Spearman Rank. **Hasil:** Responden dengan kecemasan berat 71,8%, kecemasan ringan 28,2%, koping adaptif 73,2%, responden dengan koping maladaptif 26,8%. Hasil uji Spearman Rank diperoleh nilai signifikan $p = 0,034 < \alpha 0.050$. **Kesimpulan:** Mayoritas Responden memiliki tingkat kecemasan berat dengan mekanisme koping adaptif, nilai $p = 0,034 (p < 0.050)$ yang berarti ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita Diabetes Melitus. **Saran:** Penderita diabetes melitus sebaiknya mengontrol hati dan pikiran sehingga memiliki mekanisme koping yang baik agar dapat menurunkan angka kejadian diabetes melitus.

Kata Kunci : tingkat kecemasan, mekanisme koping, diabetes melitus

ABSTRACT

Introduction: Diabetes mellitus is a chronic disease that ranks in the world's top 10 causes of death that has a negative impact on the psychology of the sufferer, one of which is anxiety, so a good coping mechanism is needed so that the anxiety experienced by people with diabetes mellitus can be overcome. Objective: This study aims to determine whether there is a relationship between anxiety levels and coping mechanisms in people with diabetes mellitus. Methods: This research is a descriptive correlation study with a cross sectional design. The population is 242 people and obtained a sample of 71 people using purposive sampling technique. Data were collected using a questionnaire and analyzed using the Spearman Rank test. Results: The results obtained data, respondents with severe anxiety 71.8%, mild anxiety 28.2%, adaptive coping 73.2%, respondents with maladaptive coping 26.8%. The results of the Spearman Rank test obtained a significant number $p = 0.034 < 0.050$. Conclusion: The majority of respondents have a severe level of anxiety with adaptive coping mechanisms. The results of the analysis $p = 0.034 (p < 0.050)$ then H_0 is rejected, which means that there is a relationship between anxiety levels and coping mechanisms in people with diabetes mellitus.

keywords: anxiety level, coping mechanism, diabetes mellitus

Cite this as : Sukmawaty, MN.(2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Mekanisme Koping Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Martapura 2 Kabupaten Banjar. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 9(2), 127-131.

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus merupakan masalah kesehatan yang sangat prioritas untuk ditindaklanjuti oleh dunia khususnya Indonesia, karena Diabetes Melitus merupakan penyakit yang tidak menular namun berdampak pada dunia kesehatan. Jumlah kasus dan prevalensi Diabetes Melitus terus meningkat selama beberapa dekade terakhir. Orang yang terdiagnosa Diabetes Melitus yang lama tidak dilakukan pengobatan dan kontrol akan berlanjut menjadi penyakit kronis dimana akan terjadi kekurangan insulin dalam tubuh karena pankreas mengalami kerusakan sehingga tubuh tidak menghasilkan insulin (*WHO Global Report*, 2016).

Bila seseorang terkena Diabetes Melitus yang tidak ditangani dengan baik maka akan mendapatkan perawatan secara rutin dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi. Terjadinya komplikasi pada seorang penderita Diabetes Melitus akan mengganggu psikologis berupa Kecemasan (Fatimah, 2015). Kecemasan merupakan hal yang normal terjadi pada setiap individu. Kecemasan dapat muncul apabila situasi tertentu, seperti Peningkatan gula darah, yang mengacu pada individu yang merasakan kekhawatiran, ketegangan dan rasa tidak nyaman yang tidak terkendali yang akan menimbulkan sesuatu hal yang buruk terjadi pada seseorang yang terdiagnosa Diabetes Melitus (Richard dan Susan, 2016). Dalam menjalani kecemasan seseorang terdiagnosa Diabetes Melitus memerlukan usaha agar dapat mengatasi stres psikologi, dimana menyelesaikan gejala stres dengan menggunakan Mekanisme Koping. Dimana mekanisme Koping yang negatif akan memperburuk kesehatan dan mekanisme koping yang positif akan membantu penyelesaian masalah. Mekanisme koping yang negatif akan memperbesar potensi terjadinya sakit (Perry, 2015). Data Dunia menunjukkan bahwa Indonesia menempati urutan ke 6 terbanyak penderita Diabetes Melitus, hingga mencapai 9 juta orang. Di Kabupaten Banjar yang merupakan salah satu kabupaten tertinggi di Kalimantan Selatan penderita Diabetes Melitus terbanyak yaitu 7.145 orang.

Faktor risiko penyebab Diabetes Melitus antara lain obesitas, riwayat keluarga, usia, kehamilan, kelompok etnis, tekanan darah tinggi, kadar kolesterol dan peningkatan pola makan dan pola pikir yang tidak terkontrol (Budi K, 2016). dampak penyakit Diabetes Melitus dapat menimbulkan kecemasan ketika peningkatan gula darah yang sangat tinggi, selain penyakit yang disertai degeneratif yang memerlukan

penanganan yang serius dan tepat. Pengontrolan Mekanisme Koping sangat diperlukan dalam menghadapi kecemasan yang terjadi akibat Diabetes Melitus. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adakah hubungan tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Martapura 2? Sehingga memungkinkan muncul Hipotesa, yaitu H_0 diterima atau H_0 ditolak.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik desain penelitian menggunakan rancangan *cross sectional* rancangan untuk mencari apakah ada hubungan dari dua variabel dimana waktu pengukuran dan pengamatan data dilakukan sekaligus pada waktu yang sama. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 2 sejak Januari hingga April 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien DM di wilayah kerja Puskesmas Martapura 2 berjumlah 242 orang, Pengambilan sampel dilakukan dengan tehnik *purposive sampling* yaitu pengambilan sampel berdasarkan kriteria tertentu sejumlah 71 orang yang akan dijadikan responden dalam penelitian ini.

Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner sebanyak 27 pertanyaan, yang telah disebarkan kepada responden yang sebelumnya diberikan *informed consent*. Pengumpulan data berasal dari data primer dan sekunder yang diolah dan dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman Rank, yang hasilnya akan dibandingkan apakah ada kesesuaian antara variabel independen dengan variabel dependen hingga menghasilkan sebuah hipotesa.

HASIL

Pada penelitian ini diperoleh 71 orang subjek pasien Diabetes Melitus. Subjek dalam penelitian ini memiliki pendidikan bervariasi namun ada yang tidak sekolah sebanyak 5 orang (7.04%), memiliki pendidikan SMA sebanyak 23 orang (32.39%), Pekerjaan mayoritas Ibu Rumah Tangga 31 orang (43,66%) dan minoritas Buruh/Tani 5 orang (7.04%), Jenis kelamin mayoritas Perempuan 46 orang (64,79%), Usia responden mayoritas rentang usia 51-60 tahun 31 orang (43,66%).

Tabel. 1 Karakteristik Variabel Penelitian

Karakteristik Responden	N	%
Pendidikan		
Tidak sekolah	5	7.04
SD	15	21.12
SMP	17	23.94
SMA	23	32.39
Perguruan Tinggi	11	15.49
Pekerjaan		
Wirasswasta	24	33.80
PNS	11	15.49
Buruh/Tani	5	7.04
Ibu Rumah Tangga	31	43.66
Jenis Kelamin		
Laki-laki	25	35.21
Perempuan	46	64.79
Usia		
40-50 Tahun	19	26.76
51-60 Tahun	31	43.66
61-70 Tahun	18	25.35
71-80 Tahun	3	4.28
Total	71	100

Sumber : Data Primer

Tabel. 2 Tabel Tingkat Kecemasan

No	Tingkat Kecemasan	Frekuensi	%
1	Cemas Ringan	20	28.2
2	Cemas Berat	51	71.8
	Jumlah	71	100

Dari tabel 2 hasil penelitian berdasarkan kategori pertanyaan tentang tingkat kecemasan didapatkan bahwa sebanyak 51 responden mengalami kecemasan berat (71.8%).

Tabel. 3 Tabel Mekanisme Koping

No	Mekanisme Koping	Frekuensi	%
1	Adaptif	52	73.2
2	Maladaptif	19	26.8
	Jumlah	71	100

Dari tabel 3 hasil penelitian berdasarkan kategori pertanyaan tentang mekanisme koping adaptif dan maladaptif didapatkan bahwa sebanyak 52 responden mengalami mekanisme koping adaptif (73.2%).

Tabel. 4 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Mekanisme Koping

	Hasil Tingkat Kecemasan	Hasil Mekanisme Koping
Spearman's Rho	Tingkat Kecemasan	1000
P = >0.05	Sig. (2-tailed)	.252'
	Jumlah	71
	Mekanisme Koping	71
		1000

<http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>

Sig. (2-tailed) 0.034

Jumlah 71

Tabel 4 menuangkan hasil penelitian ini guna untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita diabetes melitus, data disajikan dalam bentuk tabel dan dilakukan uji Spearman Rank nilai $p = 0,034$ ($p < 0,05$), hipotesa nol ditolak yang berarti ada hubungan signifikansi antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita diabetes melitus.

PEMBAHASA

Penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Martapura 2 ini menggunakan 71 responden, berdasarkan jenis kelamin mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 64.79% (46 responden). Hal ini diperkuat oleh teori Kassler (2014) dalam Halgin (2015) kecemasan umumnya terjadi pada wanita, dikarenakan Wanita lebih banyak menggunakan perasaan dan perempuan bersifat lemah secara fisik dan mental, Perempuan dapat dengan mudah mengalami cemas oleh karena itu perempuan lebih mudah merasa cemas dan sensitif, khususnya dalam menghadapi kenyataan bahwa harus menjalani pengobatan secara terus menerus untuk kelangsungan hidupnya.

Berdasarkan umur, responden yang paling banyak menderita diabetes melitus adalah umur 51-60 tahun sebanyak 31 responden (43.66%). Penelitian Trisnawati (2012), kejadian diabetes melitus paling banyak yaitu terdapat pada kelompok umur ≥ 45 tahun. Umur adalah salah satu faktor risiko yang tidak dapat dirubah, dengan semakin bertambahnya umur semakin lambat tubuh bermetabolisme dimana kemampuan jaringan untuk mengambil glukosa darah semakin menurun, paling banyak terdapat pada orang yang berumur diatas 40 tahun (Budiyanto dalam Suraoka, 2012).

Berdasarkan pendidikan didapatkan hasil penelitian berpendidikan SMA sederajat yang paling banyak 32.39% dan paling sedikit Tidak Sekolah 7.04%, tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi pengetahuannya, semakin tinggi tingkat pendidikan maka pengetahuannya cenderung baik. Pekerjaan responden yang paling banyak adalah sebagai Ibu rumah tangga 43.66% dan yang paling sedikit adalah buruh/petani hanya 7,04%, penelitian terkait lainnya oleh Hartono (2012) sebagian besar penderita diabetes melitus adalah ibu rumah tangga aktivitas ringan tetapi mengkonsumsi makanan yang tinggi kalori dan tidak dikeluarkan melalui olah raga dan aktivitas tubuh akan

mengalami obesitas yang merupakan salah satu faktor pencetus terjadinya diabetes melitus, disamping itu gaya hidup karena kemajuan teknologi dan kemapanan ekonomi orang lebih cenderung menggunakan kendaraan ketika keluar rumah walaupun jarak yang tidak terlalu jauh yang bisa ditempuh dengan berjalan kaki (Suiraoaka, 2012).

Berdasarkan lama menderita penyakit ini juga bervariasi dan paling banyak yaitu > 1 tahun sebanyak 54 responden (76.06%) dan paling sedikit < 1 tahun hanya 17 responden (23.94%), hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bataha, Y,B, bahwa mayoritas penderita diabetes melitus menjadi responden adalah yang lama menderita penyakit > 1 tahun (Bataha, Y,B, 2011). Variabel tingkat kecemasan dalam penelitian ini diperoleh hasil, responden dengan tingkat kecemasan ringan 28.2% dan yang banyak adalah tingkat kecemasan berat 71.8% . Penyakit diabetes melitus mempunyai komplikasi jangka panjang seperti gangguan penglihatan, penyakit ginjal, kerusakan saraf dan pembuluh darah. Gaya hidup adalah salah satu cara untuk mengontrol perasaan cemas dan cukup efektif dalam penatalaksanaan perawatan pada penderita juga mempunyai kontribusi terhadap perasaan cemas yang dialami penderita diabetes melitus serta dapat merasa tidak berdaya atau tidak mampu mengatasi masalahnya (Purwaningsih & Karlina 2010).

Variabel mekanisme koping menunjukkan hasil bahwa responden dengan koping adaptif lebih banyak dari yang maladaptif yakni sebanyak 52 orang (73,2%), mekanisme koping terbentuk melalui proses belajar dan mengingat, belajar yang dimaksud adalah kemampuan beradaptasi pada pengaruh faktor internal dan eksternal, bila mekanisme koping berhasil maka orang tersebut dapat beradaptasi terhadap perubahan yang terjadi (Nursalam, 2013). Hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita diabetes melitus, dilakukan uji Spearman Rank, hasil uji ditemukan Sig. (2-tailed) 0.034 lebih besar dari 0,05 maka artinya ada hubungan signifikansi, angka koefisien korelasi 0,252 berarti kekuatan korelasi Cukup, dengan demikian nilai 0,252 hubungan antara kedua variabel tersebut bersifat searah. Penelitian yang dilakukan oleh Sahara (2010) tentang koping Lansia terhadap penyakit kronis diabetes melitus, disimpulkan bahwa sebagian besar menggunakan koping yang adaptif yakni optimis dengan masa depan, adanya harapan akan kesembuhan, berbicara dengan orang lain, mendapatkan dukungan

sosial, menggunakan sumber spiritual, dan menerima kenyataan hidup, hal ini sesuai dengan penelitian ini bahwa masih lebih banyak responden yang menggunakan mekanisme koping adaptif dalam menghadapi kecemasannya yaitu sebanyak 54 dari 71 subjek penelitian dengan persentase 73,2%.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, Mayoritas penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Martapura 2 mengalami kecemasan berat yaitu 71.8% dengan mekanisme koping adaptif yaitu 73.2%, dengan hasil Analisa didapat $p=0,034$ ($p<0,050$) dimana H_0 ditolak yang artinya Ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Martapura 2.

SARAN

Disarankan kepada masyarakat agar dapat mengontrol hati dan pikiran serta merubah pola hidup menjadi lebih baik agar tidak mengalami kecemasan yang berlebihan sehingga tenang dalam menjalankan pengobatan dan fokus untuk kesembuhan dari penyakit yang diderita. Kepada peneliti selanjutnya agar menambahkan variabel penelitian atau melanjutkan kepada perlakuan dari penderita yang mengalami Diabetes Melitus dalam menghadapi permasalahan kecemasan dan kejenuhan dalam mengkonsumsi obat secara rutin yang dikonsumsi bertahun-tahun.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatimah. 2015. Latar Belakang Diabetes Melitus. Jakarta: Salemba Medika
- Richard dan Susan. 2010. Defenisi kecemasan yang terjadi pada individu. Jakarta : EGC.
- Potter & Perry. 2010. Pengertian Koping yang dilakukan individu untuk mengatasi masalah. Jakarta : Salemba Medika
- Purwaningsih, W & Karlina, I. 2010. Asuhan Keperawatan Jiwa. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kristanto Budi. 2014. Faktor risiko Penyebab Diabetes. Jakarta : EGC
- Nursalam. 2013. Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Suiraoaka, I. 2012. Penyakit Degeneratif. Yogyakarta: Nuha Medika.

- Trisnawati. 2012. Faktor Resiko Kejadian DM Tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Cingkareng Jakarta Barat Tahun 2012. Jurnal Ilmiah.
- WHO. *Global Report On Diabetes*. France: *World Health Organization*; (2016).