

## RESILIENSI TERHADAP SELF CARE PADA LANSIA DENGAN DIABETES MELITUS

**Elly Fitriyah**

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

**Eppy Setiyowati**

Departemen Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

**Caesario Dimas Aditya**

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

**Aprilia Nurika Putri**

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

**Lailil Ika Feby**

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

**Shelly Nursofya Lestari**

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

**Miftakhul Dwi Ersanti**

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Koresponding Penulis : [ellyfitriyah085.ns19@student.unusa.ac.id](mailto:ellyfitriyah085.ns19@student.unusa.ac.id)

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus (DM) is a condition in which blood sugar levels exceed the normal range. Resiliency can be defined as the ability of a person with diabetes to adapt to stress and the disease, so that health care providers in this situation become better. The objective of this study is to determine the correlation of resilience to self-care among people with diabetes. This study used a cross-sectional design with statistical analysis of data from 33 people with diabetes, using a questionnaire with different criteria to determine the level of response among participants related to the variable. The data was analyzed using Spearman's rank correlation. The results showed that the level of resilience was 57.6%, while the level of self-care was bad at 63.6% in terms of correlation with the value of p value : 0.016 ( $p < 0,05$ ). The result of this study is that there is a level of resilience among people with advanced age related to the quality of care they provide for themselves. In other words, low resilience is associated with better care for oneself.*

**Keywords:** *Diabetes Mellitus, Elderly, Resilience, Self-Car.*

### ABSTRAK

Diabetes mellitus (DM) ialah kadar gula darah mencapai angka yang melebihi batas normal. Resiliensi dapat diartikan sebagai proses keberhasilan agar penderita DM dapat beradaptasi dengan stress dan penyakitnya, sehingga perawat diri dalam penyakit tersebut menjadi baik. Tujuan penelitian ini melihat bagaimana korelasi resiliensi terhadap self-care pada lansia

dengan DM. Penelitian ini menggunakan pendekatan cross-sectional dengan observasi analitik terhadap 33 lansia, pengambilan sampel menggunakan total sampling, instrumen pada 2 variabel menggunakan kuesioner yang memiliki kriteria yang berbeda dalam menentukan tingkatan skor untuk menghitung besar penilaian responden terkait variabel tersebut. Data yang terkumpul dianalisis dengan spearman rho. Hasil penelitian menunjukkan tingkat resiliensi sedang sebesar 57,6%, sedangkan tingkat self-care buruk sebesar 63,6% terkait corelation ditemukan adanya hubungan antara resiliensi dengan self-care menggunakan besaran p value : 0.016( $p < 0,05$ ). Hasil penelitian yaitu adanya tingkat ketahanan pada orang lanjut usia terkait dengan kualitas perawatan yang mereka berikan untuk diri mereka sendiri; Dengan kata lain, kurang ketahanan dikaitkan dengan perawatan diri yang lebih baik.

***Kata Kunci:*** *Diabetes Mellitus, Resiliensi, Self-Care, Lansia.*

## **PENDAHULUAN**

Diabetes mellitus adalah gangguan di mana tubuh tidak dapat menggunakan glukosa dengan benar untuk menghasilkan energi. Hal ini dapat mengakibatkan kadar gula darah tinggi (Saputri, 2020). Menurut data (IDF Diabetes Atlas, 2021) yang dikumpulkan, Negara Indonesia menempati urutan didunia dengan jumlah penderita dari diabetes sebesar 10,3 juta dan IDF membuat sebuah prediksi bahwa pasien Diabetes Melitus (DM) nantinya pada tahun 2030 akan mengalami peningkatan hingga 13,7 juta (PERKENI, 2021).

Dalam penelitian Rusiana (2021) mengatakan bahwa penyakit Diabetes Mellitus menyerang lansia karena tidak dapat memproduksi insulin yang cukup (Yuniarti et al., 2020). Diabetes Mellitus sangat rentan terhadap adanya komplikasi. Penderita diabetes mellitus dapat menghindari komplikasi melalui manajemen perawatan diri. Dengan adanya terapi nutrisi, tes glukosa darah, manajemen obat, perawatan kaki, dan aktivitas fisik, itu semua termasuk dalam Penatalaksanaan penyakit DM jangka panjang pada lansia dapat membuat mereka merasa bosan, stres, dan depresi, maka dari itu memerlukan penyesuaian strategi perawatan diri. Resiliensi merupakan penyesuaian diri yang diperlukan untuk mengelola diabetes (Agustin, 2019). Menurut penelitian sebelumnya (Damayanti et al., 2020) dari 32 pasien DM, 25 memiliki tingkat ketahanan yang tinggi (78,1 persen ).

Resiliensi dapat didefinisikan sebagai proses yang berhasil agar penderita DM dapat beradaptasi dengan stres dan penyakit (Agustin, 2019). Setelah membaca hal di atas, Anda akan berasumsi bahwa para peneliti ingin mempelajari hubungan antara perawatan diri dan ketahanan pada orang tua yang menderita diabetes.

## **METODE**

Pada studi ini, kami menggunakan pendekatan metode *cross sectional* menggunakan *observasional analitik*. Penelitian ini dilakukan supaya dapat mengetahui korelasi *Ressilience* terhadap *Self Care* di Lansia dengan Diabetes Melitus. Penelitian ini dilakukan dengan populasi pada lansia penderita diabetes melitus yaitu sebanyak 33 orang. Studi ini mengambil sampel sejumlah besar orang dari seluruh populasi.

Penelitian menggunakan dua instrumen pada dua variable, yaitu pada variabel resiliensi menggunakan kuesioner *Resilience Scale* dibuat oleh Wagnild & Young. Kuesioner terdiri dari 25 pernyataan dengan lima indikator relisiensi yaitu hidup penuh arti, ketekunan, kemandirian, kesepian eksistensial dan ketenangan. Skala pengukuran data menggunakan ordinal dengan 3 kriteria yaitu rendah dengan skor 113-123, sedang dengan skor 124-144, dan tinggi dengan skor 145-17.

Instrumen sampel perawatan diri, kuesioner *Self Care Inventory* didesain oleh Anetta Lagrecha pada tahun 2004 dan dipergunakan dalam variabel *Self Care*. Dalam kuesioner tersebut terdapat 15 pertanyaan. Indikator dari kuesioner ini yaitu tentang perencanaan makanan, pemantauan kadar glukosa darah, konsumsi obat/insulin, aktivitas fisik, dan pencegahan komplikasi. Skala pengukuran menggunakan skala ordinal dengan 2 kriteria yaitu self care buruk dengan skor 31-47 dan self care baik dengan skor 48-64. Pada penelitian ini pengolahan data menggunakan komputerisasi dengan program SPSS. Uji analisis yang digunakan adalah korelasi Spearman. Nilai p untuk tes ini ditemukan  $<0,05$  yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi antar variabel signifikan.

---

## HASIL

---

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

<b>Data Karakteristik</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
<b>Usia</b>		
Middle Age (45-59)	20	60,6
Elderly (60-74)	11	33,3
Old (75-90)	1	3
Very Old (>90)	1	3
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	9	27,3
Perempuan	24	72,7
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>
<b>Pendidikan</b>		
Sekolah Dasar	3	9,1
Sekolah Menengah Pertama	7	21,2
Sekolah Menengah Akhir	20	60,6
Sarjana	3	9,1
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	14	42,4
Guru	2	6,1
Wiraswasta	9	18,2
Pegawai Swasta	6	18,2
Tni/Polri	1	3
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100%</b>

Menurut tabel distribusi frekuensi respons, sebagian besar pasien DM termasuk dalam kelompok usia menengah, antara usia 45 dan 59, dan sebanyak 20 orang lanjut usia (606 persen). Pada jenis kelamin ditemukan sebanyak 24 responden (72,7%) berjenis kelamin perempuan. Pada pendidikan terakhir ditemukan sebesar 20 lansia (60,6%) pada tingkat SMA. Sebesar 14 lansia (42,4%) tidak bekerja.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi *Ressilience*

<b>Resiliensi</b>		
<b>Kriteria</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Rendah (113-123)	4	12,1
Sedang (124-144)	19	57,6
Tinggi (145-175)	10	30,3
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel yang diatas telah ditemukan lansia yang memiliki tingkat resiliensi sedang sebesar 19 lansia (57,6%), disusul dengan tingkat resiliensi tinggi sebesar 10 lansia (30,3%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Self-Care

Self Care		
Kriteria	F	%
Buruk (31-47)	21	63,6
Baik (48-64)	12	36,4
<b>Total</b>	<b>33</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas ditemukan lansia dengan tingkat self-care buruk sebesar 21 lansia (63,6%), disusul dengan tingkat self-care baik sebesar 12 lansia (36,4%).

Tabel 4 Tabulasi Silang “Hubungan *Ressilience* terhadap *Self-Care* Pada Lansia Diabetes Melitus”

Resiliensi	Self Care				Total		Korelasi Spearman rho	
	Buruk		Baik		f	%	Nilai r	P value
	f	%	f	%				
Rendah	4	12,1%	0	0,0%	4	12,1%	0,382	0,028
Sedang	13	39,4%	6	18,2%	19	57,6%		
Tinggi	4	12,1%	6	18,2%	10	30,3%		
<b>Total</b>	21	63,6%	12	36,4%	33	100%		

Berdasarkan tabulasi silang didapatkan lansia yang memiliki resiliensi yang rendah dengan self care buruk sebesar 4 orang (12,1%), sedangkan tidak ada resiliensi rendah dengan self care baik. Lansia yang memiliki tingkat resiliensi yang sedang dengan self care buruk sebesar 13 orang (39,4%), sedangkan lansia yang memiliki resiliensi sedang dengan self care baik sebesar 6 orang (18,2%). Resiliensi tinggi dengan self care buruk sebesar 4 orang (12,1%), dan resiliensi dengan self care baik sebesar 6 orang (18,2%).

Ditemukan p-value yaitu 0,028 yang menunjukkan adanya suatu hubungan secara statistik pada *ressilience* dengan *self-care* pada lansia dengan diabetes. Hasil r-tabel menunjukkan 0,382 yang mempunyai arti bahwa ada hubungan yang cukup kuat dan berarah positif.

## PEMBAHASAN

Menurut penelitian, ada hubungan antara *ressilience* dan *self-care* pada lansia penderita diabetes. Tingkat ketahanan yang lebih tinggi berarti bahwa orang lebih siap menghadapi tantangan dalam hidup mereka. Orang lanjut usia dengan DM mungkin mengalami kesulitan mentolerir rasa sakit, jadi mereka tidak bahagia menjalani hidup mereka seperti sebaliknya.

Hal ini mungkin berdampak negatif pada penatalaksanaan penyakit DM mereka yang tidak dapat disembuhkan hanya dengan obat-obatan. Jadi orang lanjut usia dengan DM memerlukan resiliensi yang tinggi untuk dapat mengendalikan tekanan emosional dari penyakitnya (Khotmi, 2019).

Lansia yang memiliki tingkat *ressilience* yang tinggi akan mendorong mereka untuk menjalankan *self care* atau perawatan diri yang harus dilakukan untuk meminimalisir terjadinya komplikasi. Penderita diabetes sangat rentan terhadap komplikasi yang dapat mengurangi kualitas hidup (Arifin et al., 2019). Risiko dari komplikasi dapat dikurangi dengan peningkatan perawatan diri. Perawatan diri juga membantu orang dengan diabetes tidak hanya untuk mengontrol, tetapi juga memantau hidup mereka.

Hasil penelitian menunjukkan ada korelasi yang cukup kuat antara resiliensi dan perawatan diri pada lansia dengan DM dibuktikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,382 dan memiliki arah yang positif. Lebih lanjut, dapat disimpulkan bahwa lansia dengan tingkat *ressilience* yang lebih tinggi maka semakin baik perawatan dirinya tentang diabetes melitus dan sebaliknya lansia yang memiliki tingkat ketahanan yang lebih rendah maka semakin buruk pula tingkat perawatan dirinya.

Penelitian lain telah dilakukan oleh (Damayanti et al., 2020) terdapat hubungan diantara resiliensi dengan penderita (DM) dengan perawatan diri yang baik type II di puskesmas silo Jember. Hasil studi ini didukung dari penelitian terdahulu (Harahap et al., 2020) dengan subjek yang berbeda yaitu mahasiswa, mereka yang mempunyai ketahanan tentang akademik tinggi dapat menghadapi kesulitan akademik yang dihadapinya serta tidak pantang menyerah. Mahasiswa yang mempunyai ketahanan akademik yang tinggi dapat bertahan pada pada tekanan serta dapat menggali jalan keluar terhadap permasalahan akademik mereka hadapi.

## **SIMPULAN**

Kesimpulan dari studi ini yaitu sebagian besar dari 33 responden memiliki tingkat resiliensi rendah sebesar 19 lansia dan tingkat *self-care* buruk sebesar 21 lansia (63,6%). Studi ini membuktikan terdapat hubungan antara *ressilience* dengan *self-care* pada lansia penderita diabetes melitus (DM). Lansia yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi cenderung dapat melakukan *self-care* terhadap penyakit diabetes melitus nya dengan baik. Resiliensi sangat berpengaruh terhadap pengelolaan penyakit diabetes mellitus, khususnya pada lansia. Tanpa adanya tingkat resiliensi yang tinggi, maka lansia dapat mengalami distress terhadap penyakit yang dapat dideritanya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, L. A. (2019). Hubungan Resiliensi Dengan Perilaku Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember. In *Digital Repository Universitas Jember*.  
<https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/92424>
- Arifin, H., Wahyuni, E. D., & Pradipta, R. O. (2019). Diabetes Resilience Training On Self-Care, Glicemic Control, And Diabetes Burnout Of Adult Type II Diabetes Mellitus. *Indonesian Nursing Journal Of Education And Clinic (INJEC)*, 4(2).
- Damayanti, I. Y., Widada, W., & Adi, G. S. (2020). *Hubungan Resiliensi Dengan Manajemen Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus Type II di Puskesmas Silo Jember*.
- Harahap, A. C. P., Harahap, S. R., & Harahap, D. P. (2020). Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19. *JURNAL PENDIDIKAN DAN KONSELING*, 2859.
- IDF Diabetes Atlas. (2021). IDF Diabetes Atlas 9th. In *IDF Diabetes Atlas, 10th edition*.
- Khotmi, N. (2019). Pelatihan Logoanalis Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Penderita Diabetes Melitus (DM) Tipe II. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 8(2), 113–128.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.20414/altazkiah.v8i2.1313>
- PERKENI. (2021). *Pemantauan gula darah mandiri*. halaman 36.
- Saputri, R. D. (2020). Komplikasi Sistemik Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 230–236.  
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v11i1.254>
- Yuniarti, I. I., Kariasa, I. M., & Waluyo, A. (2020). Efektifitas Intervensi Self-Management pada Pasien Stroke. *(JKG) JURNAL KEPERAWATAN GLOBAL*, 5(1), 6–17.  
<https://doi.org/10.37341/jkg.v5i1.94>