

HUBUNGAN PENERIMAAN DIRI (*SELF-ACCEPTANCE*) DENGAN TINGKAT STRES PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS

Komang Berly B. Prawerti¹, I Dewa Ayu Rismayanti¹, Putu Indah Sintya
Dewi¹

¹Program Studi S1 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng,
E-mail: indahsintya88@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes mellitus adalah suatu penyakit metabolik yang ditandai dengan adanya hiperglikemia yang terjadi karena pankreas tidak mampu mensekresi insulin, gangguan kerja insulin, ataupun keduanya. Stres merupakan reaksi tubuh terhadap situasi yang dapat menimbulkan tekanan maupun perubahan dan ketegangan emosi, salah satu upaya untuk mengatasi keadaan stres serta emosional penderita diabetes yaitu dengan penerimaan diri yang baik. **Tujuan:** Penelitian ini dilakukan untuk meneliti Hubungan Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) dengan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus. **Metode:** Penelitian ini menggunakan rancangan *Cross Sectional*. Jumlah sampel yang digunakan yaitu 82 responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner penerimaan diri dan kuesioner tingkat stres. Penelitian ini menggunakan uji *Spearman Rank* dengan nilai signifikan $\alpha=0,05$. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan hasil nilai *p value* sebesar 0,000 dengan tingkat signifikan yang telah ditentukan yaitu α (0,05) maka nilai *p value* < 0,05 sehingga dinyatakan H_0 ditolak dengan nilai korelasi sebesar -0,663 yang berarti menggambarkan hubungan negatif yang kuat. **Kesimpulan:** Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) dengan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus.

Kata Kunci: Penerimaan diri, tingkat stres, diabetes mellitus

Introduction: *Diabetes Mellitus is a metabolic disease characterized by hyperglycemia that occurs because the pancreas is unable to secrete insulin, impaired insulin action, or both. Stress is the body's reaction to situations that can cause stress as well as changes and emotional stress, one of the efforts to overcome the stressful and emotional state of people with diabetes is by good self-acceptance.* **Purpose:** *This study was conducted to examine the Correlation between Self-acceptance and the Level of Stress in Diabetes Mellitus Patients* **Methods:** *This study uses a cross sectional design. The number of samples used is 82 respondents using purposive sampling technique. The data collection tool used is a self-acceptance questionnaire and stress level questionnaire. This study uses the Spearman Rank test with a significant P value of = 0.05.* **Results:** *The results showed that the p-value was 0.000 with a predetermined significant level, namely (0.05), then the p-value <0.05, so it was stated that H_0 was rejected with a correlation value of -0.663, which means that it describes a strong negative correlation.* **Conclusion:** *This shows that there is a Correlation between Self-acceptance and the Level of Stress in Diabetes Mellitus Patients.*

Keywords: *Self-acceptance, stres level, diabetes mellitus*

LATAR BELAKANG

Diabetes Mellitus (DM) merupakan kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, ataupun keduanya (Widiastuti, 2020). Penyakit ini merupakan penyakit kronis yang kompleks sehingga membutuhkan perawatan medis berkelanjutan dengan strategi pengurangan risiko multifactorial di luar kendali glikemik (American Diabetes Association, 2020).

Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 537 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia mengalami diabetes pada tahun 2021 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 10,5% dari total penduduk pada usia yang sama. Indonesia termasuk ke dalam 10 negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi didunia, dengan menempati peringkat kelima dengan prevalensi penderita diabetes mellitus pada penduduk di umur 20-79 tahun sebesar 19,47 juta penduduk pada tahun 2021 (Boulton & Dianna, 2021).

Dalam perjalanan penyakit, penderita diabetes tergantung pada terapi pengelolaan untuk mengatasi perubahan fisik atau psikologis (Sukarno, 2018). Pengelolaan diabetes dan perubahan pola hidup dapat menimbulkan rasa putus asa (Marlina, Rosidin, & Pebrianti, 2021). Perubahan ditandai dengan perubahan perilaku para penderita yang menjadi mudah emosional dan kurang dapat mengendalikan diri dengan baik, oleh karenanya bukan suatu hal yang mustahil bila penderita diabetes mellitus mengalami stres (Yani, 2020).

Stres merupakan reaksi tubuh terhadap situasi yang dapat menimbulkan tekanan maupun perubahan dan ketegangan emosi (Naibaho & Dyan K, 2020). Stres dua

kali lebih mudah menyerang orang dengan diabetes dibandingkan dengan orang yang tidak mengidap diabetes (Setyorini, 2017). Stres dialami penderita karena treatment seperti diet atau pengaturan makan, kontrol gula darah, konsumsi obat, olahraga dan lain-lain yang harus dilakukan sepanjang hidupnya (Hermawan, 2017). Salah satu upaya untuk mengatasi keadaan stres serta emosional penderita diabetes yaitu dengan penerimaan diri yang baik.

Penerimaan diri merupakan suatu kondisi dimana individu dapat mengaktualisasi diri dengan menerima segala kelebihan dan kelemahannya (Bernard, 2013). Individu yang memiliki self-acceptance akan memandang kelemahan atau kekurangan diri sebagai hal yang wajar. Penerimaan diri memiliki kontribusi 48,7% terhadap motivasi kesembuhan penderita dalam menghadapi segala permasalahan kondisinya (Azizah, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Utomo, 2020) yang berjudul "Hubungan Penerimaan Diri dengan Tingkat Stres pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II" didapatkan hasil uji korelasi spearman rank diperoleh nilai sebesar 0,659 dengan signifikan p-value sebesar $0,00 < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan tingkat stres pada penderita diabetes mellitus.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 25 Januari 2022 di wilayah Puskesmas Sawan I diperoleh data pasien yang menderita penyakit diabetes mellitus dari tiga bulan terakhir yaitu dari bulan Oktober sampai dengan Desember 2021 sebanyak 102 orang. Dari hasil observasi dengan melakukan wawancara kepada 10 responden didapatkan 6 orang diantaranya mengatakan stres yang disebabkan oleh rasa lelah karena harus berulang kali ke kamar mandi, waktu tidur

berkurang sehingga mudah marah dan tersinggung serta jantung berdebar-debar, sedangkan untuk penerimaan dirinya responden mengatakan merasa dirinya berbeda dari orang yang sehat karena harus kontrol terus-menerus. Sedangkan 4 orang lainnya mengalami stres rendah dan penerimaan diri yang baik mengatakan dirinya berharga sama seperti orang lainnya, tidak merasa malu melakukan pengobatan setiap bulan karena untuk kesehatannya.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang "Hubungan Penerimaan Diri (*Self - Acceptance*) dengan Tingkat Stres pada penderita Diabetes Mellitus".

METODOLOGI

Desain penelitian pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan *cross sectional* yaitu pengukuran atau pengumpulan data dari variabel bebas dan variabel terikat dalam waktu yang bersamaan atau sekaligus. Dimana responden diberikan kuesioner yang harus diisi terlebih dahulu kemudian setelah responden mengisi kuesioner maka akan dilakukan skoring terkait dengan jumlah responden yang sudah mengisi kuesioner tersebut (Notoatmodjo, 2018).

Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Sawan I pada tanggal 18 April – 18 Mei 2022 dengan waktu yang diberikan peneliti kepada responden untuk mengisi kuesioner selama 20 menit dalam satu kali pemberian kuesioner. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu *non probability sampling* dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan mempertimbangkan karakteristik tertentu sehingga didapatkan hasil sampel sebanyak 82 responden.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah berupa data primer dan data sekunder yang didapatkan dari Puskesmas Sawan I. Dimana data primer di ambil dari pembagian kuesioner dengan menggunakan kuesioner penerimaan diri dan kuesioner tingkat stres dan data sekunder didapatkan dari data penderita diabetes mellitus di Puskesmas Sawan I dalam 3 bulan terakhir.

Pada penelitian ini menggunakan analisis univariat dalam penelitian ini yaitu mengidentifikasi karakteristik responden sedangkan analisis bivariat dalam penelitian ini adalah menggunakan uji statistic uji *Spearman Rank* dilakukan menggunakan program komputer SPSS versi 13.0, dalam penelitian ini menggunakan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kesalahan 5% (0,05).

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Sawan I yang berlokasi di Jalan Raya Sangsit, Kecamatan Sawan, Kabupaten Buleleng. Puskesmas Sawan I didirikan pada tahun 1973. Puskesmas Sawan I memiliki luas wilayah kerja seluas 30,58 km dengan wilayah kerja meliputi 7 desa dan 24 dusun. Ketujuh desa tersebut antara lain desa Kerobokan, desa Sangsit, desa Giri emas, desa Bungkulan, desa Sinabun, desa Suwug dan desa Sudaji.

2. Karakteristik Subjek Penelitian

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Lama Menderita DM

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Lama Menderita DM

Variabel	N	Mean	Min	Max	SD	95% CI
Umur	8	58,9	40	71	8,14	57,15-
Lama	2	4	1	5	7	60,73
DM	8	3,16			1,26	2,88-
	2				2	3,44

(Sumber: Data Primer, 2022)

Hasil penelitian didapatkan rata-rata umur responden adalah 58,94 tahun. Dengan usia tertinggi yaitu 71 tahun dan usia terendah yaitu 40 tahun. Sedangkan berdasarkan lama menderita DM didapatkan rata-rata lama penderita DM yaitu 3,16 tahun, dengan penderita paling lama yaitu 5 tahun dan paling singkat adalah 1 tahun.

- b. Karakteristik Responden Berdasarkan jenis Kelamin, Pendidikan dan Pekerjaan

Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan

Variabel	Jumlah	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	31	37,8
Perempuan	51	62,2
Pendidikan		
Tidak Tamat	4	4,9
SD	5	6,1
SMP	27	32,9
SMA	30	36,6
Akademi/PT	16	19,5
Pekerjaan		
Tidak bekerja	20	24,4
Buruh	10	12,2
Petani	5	6,1
Wiraswasta	5	6,1
Pegawai swasta	2	2,4
Ibu rumah tangga	34	41,5
PNS	6	7,3
Total	82	100%

(Sumber: Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel diatas dilihat dari 82 responden didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 51 orang (62,2%) dan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 31 orang (37,8%). Pada tingkat pendidikan mayoritas responden berpendidikan SMA yaitu sebanyak 30 orang (36,6%) dan responden terendah yaitu tidak tamat sebanyak 4 orang (4,9%). Sedangkan berdasarkan pekerjaan didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden sebagai ibu rumah tangga yaitu 34 orang (41,5%) dan paling rendah bekerja sebagai pegawai swasta yaitu 2 orang (2,4%).

3. Analisa Data

- a. Distribusi Responden Berdasarkan Penerimaan Diri pada Penderita DM

Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Penerimaan Diri pada Penderita Diabetes Mellitus

Penerimaan Diri	Jumlah	Presentase (%)
Tinggi	21	25,6
Sedang	42	51,2
Rendah	19	23,2
Total	82	100%

(Sumber: Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat dilihat dari 82 responden didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki penerimaan diri sedang yaitu sebanyak 42 orang (51,2%) sedangkan paling sedikit memiliki penerimaan diri rendah yaitu sebanyak 19 orang (23,2%).

- b. Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Stres pada Penderita Diabetes Mellitus

Tabel 4.4 Distribusi Responden berdasarkan Tingkat Stres pada Penderita Diabetes Mellitus

Tingkat Stres	Jumlah	Presentase (%)
Ringan	16	19,5
Sedang	52	63,4
Berat	14	17,1
Total	82	100%

(Sumber: Data Primer, 2022)

Berdasarkan tabel 4.4 diatas dapat dilihat dari 82 responden didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang yaitu sebanyak 52 orang (63,4%) sedangkan paling sedikit memiliki tingkat stres berat yaitu sebanyak 14 orang (17,1%).

- c. Distribusi Responden berdasarkan Hubungan Penerimaan diri dengan Tingkat stres pada Penderita DM

Tabel 4.5 Distribusi Responden berdasarkan Hubungan Penerimaan Diri dengan Tingkat Stres pada Penderita DM

Variabel	N	R	P Value
Penerimaan diri-Tingkat Stres	82	-0,663	0,000

(Sumber: Data Primer, 2022)

Berdasarkan hasil tabel 4.5 diatas didapatkan hasil nilai P (0,000) kurang dari nilai alpha (0,05) yang artinya ada hubungan antara Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) dengan Tingkat Stres pada penderita Diabetes Mellitus, dengan nilai kekuatan hubungan (R) -0,663 yang berarti menggambarkan hubungan negatif yang kuat. Dimana hubungan negatif (-) menggambarkan arah hubungan kedua variabel yang berlawanan, hal tersebut berarti semakin tinggi penerimaan diri maka semakin rendah tingkat stres, begitu juga sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka semakin tinggi tingkat stres.

PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Karakteristik responden berdasarkan umur didapatkan rata-rata umur responden adalah 58,94 tahun, dengan usia tertinggi yaitu 71 tahun dan usia terendah yaitu 40 tahun. Pasien diabetes mellitus banyak dijumpai pada masa dewasa awal hingga manula dan mayoritas pada kelompok usia 65 tahun keatas (Prasetya, 2017).

Menurut asumsi peneliti usia merupakan hal yang mempengaruhi kesehatan maupun fisik seseorang, dimana semakin tua usia seseorang maka semakin rentan orang tersebut terkena sakit hal ini dikarenakan aktifitas berkurang dan akibat proses penuaan. Menurut (Komariah & Rahayu, 2020) faktor usia berhubungan

dengan fisiologi usia tua dimana semakin tua usia seseorang maka fungsi tubuh juga mengalami penurunan. Komponen tubuh yang mengalami penurunan yaitu sel beta pankreas, sel-sel jaringan target glukosa, sistem saraf dan hormon lainnya termasuk kerja hormon insulin sehingga tidak mampu bekerja secara optimal dan menyebabkan tingginya kadar gula darah.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Anggut & , Nugroho, 2021) yang meneliti sebanyak 20 responden menyatakan bahwa pasien diabetes mellitus berada pada rentang usia 51-70 tahun. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Masruroh, 2018) yang mengatakan bahwa dari 30 responden yang diteliti didapatkan bahwa rata-rata umur responden adalah 57 tahun.

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Lamanya Menderita DM

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan bahwa rata-rata lama penderita diabetes mellitus yaitu 3,16 tahun, dengan penderita paling lama yaitu 5 tahun dan paling singkat adalah 1 tahun.

Menurut asumsi peneliti semakin lama seseorang menderita DM maka akan semakin tinggi penerimaan dirinya, sedangkan seseorang yang baru menderita diabetes akan cenderung menolak keadaan dan membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menerima keadaan dirinya. Menurut (Ari, 2020) semakin lama menderita diabetes mellitus maka individu akan semakin memahami kondisinya, kondisi ini membawa pengaruh positif terhadap coping yang efektif sehingga berdampak pada penerimaan diri yang semakin baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Prasetyo & Sari, 2021) pada penelitiannya yang dilakukan pada 48 penderita DM didapatkan hasil lama menderita berdurasi 1-5 tahun.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Anggut et al., 2021) dimana didapatkan hasil penelitian mayoritas responden pria dan wanita pada penelitian ini memiliki durasi atau lama menderita diabetes pada rentang 1 – 5 tahun, yakni sebanyak 45% pada pasien pria dan 65% pada pasien wanita.

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 51 orang (62,2%) dan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 31 orang (37,8%).

Menurut asumsi peneliti jenis kelamin dapat mempengaruhi resiko penyakit salah satunya yaitu diabetes, perempuan lebih banyak berada dirumah, kurang melakukan aktivitas sehingga rentan terkena obesitas dan mengakibatkan diabetes. Menurut (Diani et al., 2019) jenis kelamin perempuan cenderung lebih beresiko mengalami penyakit diabetes mellitus berhubungan dengan indeks masa tubuh (IMT) yang besar, sindrom siklus haid saat menopause yang mengakibatkan mudah menumpuknya lemak yang akan mengakibatkan terhambatnya pengangkutan glukosa kedalam sel.

Hal ini sejalan dengan data (Kemenkes RI, 2018b) tentang prevalensi penderita diabetes di Indonesia adalah perempuan sebanyak 1,7% dibandingkan laki-laki. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Komariah & Rahayu, 2020) yang menyatakan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 81 pasien (60,4%) tergolong dalam jenis kelamin perempuan.

d. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan didapatkan rata-rata responden ini lebih dari

separuhnya berpendidikan menengah yaitu SMA 30 orang (36,6%) sedangkan terendah yaitu tidak tamat sebanyak 4 orang (4,9%). Data subjek dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien DM memiliki tingkat pengetahuan menengah dan mempunyai tingkat stres yang sedang.

Menurut asumsi peneliti tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap kejadian penyakit diabetes mellitus. Orang yang tingkat berpendidikan tinggi biasanya akan memiliki banyak pengetahuan tentang kesehatan. Menurut (Isnaeni & Risti, 2018) Individu dengan tingkat pendidikan yang tinggi mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam menerima informasi yang diberikan dan secara tidak langsung akan meningkatkan pengetahuan serta berpikir lebih kreatif untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Anggut et al., 2021) pada penelitiannya yang berjudul "Perbandingan Dukungan Keluarga dan Penerimaan Diri Pasien Pria Dan Wanita Dengan Diabetes Mellitus Tipe II" menyatakan bahwa mayoritas pendidikan terakhir responden didominasi pada jenjang Sekolah Menengah Atas yaitu (60%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pahlawati & Nugroho, 2019) dari 111 responden penderita diabetes sebagian besar berpendidikan SMA yaitu 30 orang (31,5%).

e. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Pekerjaan

Karakteristik responden berdasarkan jenis pekerjaan dari 82 responden sebagian besar responden didominasi sebagai ibu rumah tangga yaitu 34 orang (41,5%). Hal ini dapat dilihat dari sebagian besar penderita diabetes mellitus pada penelitian ini adalah perempuan.

Menurut asumsi peneliti melakukan

pekerjaan rumah saja hanya dalam waktu yang singkat dapat menyebabkan seseorang tersebut kurang dalam melakukan aktifitas fisik. Pekerjaan seseorang akan mempengaruhi aktivitas fisiknya sehingga orang yang cenderung kurang melakukan aktivitas fisik dan tidak terjadi pergerakan anggota-anggota tubuh akan menyebabkan lebih mudah terkena penyakit diabetes mellitus (Lutfi S & Rayasari, 2018)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (L.S Yan, 2017) yang menyatakan faktor aktivitas fisik wanita lebih rendah dibanding laki-laki, sehingga hal ini memperkuat faktor resiko diabetes lebih besar pada wanita, aktivitas fisik yang rendah pada wanita menyebabkan meningkatnya obesitas, dan resistensi insulin serta penurunan toleransi glukosa, sehingga dari penelitian yang dilakukan didapatkan dari 77 orang responden mayoritas sebagai IRT yaitu 37 responden (48,1%). Sejalan dengan penelitian (Mokolomban & Wiyono, 2018) yang menyatakan dari 45 responden yang paling banyak ditemukan pada jenis pekerjaan yaitu sebagai ibu rumah tangga 14 responden (31,11%).

f. Hasil Identifikasi Penerimaan Diri (*Self-acceptance*) pada Penderita Diabetes Mellitus

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Sawan I didapatkan hasil penerimaan diri dari 82 responden didapatkan sebagian besar responden memiliki penerimaan diri sedang yaitu sebanyak 42 orang (51,2%) sedangkan paling sedikit memiliki penerimaan diri rendah yaitu sebanyak 19 orang (23,2%). Ini menjelaskan bahwa penerimaan diri pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Sawan I sebagian besar memiliki penerimaan diri sedang.

Menurut asumsi peneliti penerimaan diri pada seseorang muncul

secara bertahap pada diri seseorang, pada awalnya seseorang yang menderita diabetes akan menolak perasaan tersebut namun lama kelamaan seiring proses yang dilalui seseorang akan mampu menerima keadaan dirinya dengan dibantu oleh orang terdekatnya. Hal tersebut dapat dilihat dari jawaban responden terhadap pertanyaan pada kuesioner yang telah diberikan, sebagian responden mengatakan bahwa dalam proses manajemen diabetes nya dibantu oleh keluarganya sehingga lingkungan keluarga yang mendukung dapat membantu pasien untuk menerima kondisi atau keadaan dirinya. Menurut (Marlina et al., 2021) Penerimaan diri tidak datang dengan mudah, dibutuhkan sikap mengakui atas diagnosis dan keadaan penyakitnya, sikap menerima dapat ditunjukkan dari perilaku pengelolaan penyakit.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Inonu, Wulan, & Rodiani, 2018) dengan responden berjumlah 52 orang dimana hasil yang didapatkan sebagian besar responden memiliki penerimaan diri sedang sebanyak 33 orang (63,5%). Didukung juga oleh penelitian (Hawe, 2021) didapatkan bahwa dari 33 responden sebagian besar responden memiliki penerimaan diri sedang yaitu 23 orang (69,7%).

g. Hasil Identifikasi Tingkat Stres pada Penderita Diabetes Mellitus

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 82 penderita diabetes mellitus di Puskesmas Sawan I didapatkan hasil tingkat stres sedang yaitu sebanyak 52 orang (63,4%) sedangkan paling sedikit memiliki tingkat stres berat yaitu sebanyak 14 orang (17,1%). Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stres pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Sawan I paling banyak berkategori sedang.

Menurut asumsi peneliti stres dapat dirasakan penderita diabetes karena

tingkat kecemasan yang dirasakan, pola hidup yang berubah dan belum mampu menerima keadaan dirinya. Pada penelitian ini mayoritas responden mengatakan sudah menerima sakit yang dideritanya, sehingga mereka hanya berfokus pada manajemen kesehatan yang harus dilakukan salah satunya rutin kontrol ke Puskesmas, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kusnanto & Sundari, 2019) yang mengatakan sebagian responden telah menerima kondisi sakit yang diderita dan menerima keadaan bahwa DM sulit untuk sembuh, sehingga responden lebih berusaha berpikir positif dan tidak terlalu memikirkan tentang keadaannya.

Stres dua kali lebih mudah menyerang orang dengan diabetes dibandingkan dengan orang yang tidak mengidap diabetes. Stres yang timbul dan lamanya stres ditentukan oleh berbagai kesulitan yang dialami pasien diabetes selama melaksanakan diet terutama berhubungan dengan jumlah makanan yang harus diukur, pembatasan jenis makanan, pola kebiasaan makan yang salah sebelum sakit serta selama menderita diabetes (Abbasi, et al., 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (L.S Yan, 2017) hasil pada penelitian ini didapatkan bahwa responden yang mempunyai tingkat stres sedang lebih banyak daripada tingkat stres ringan ataupun berat. Sejalan dengan penelitian (Adam & Tomayahu, 2019) yang meneliti 52 responden penderita diabetes mellitus didapatkan hasil sebagian besar responden mengalami stres sedang yaitu 38 orang (73,1%).

h. Hasil Analisa Hubungan Penerimaan Diri (Self-Acceptance) dengan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus

Hasil uji analisis data hubungan penerimaan diri dengan tingkat stres pada penderita diabetes mellitus dengan menggunakan uji Spearman

Rank dengan α sebesar 0,05. Hasil dari 82 responden didapatkan nilai p value sebesar 0,000 dengan tingkat signifikan yang telah ditentukan yaitu α (0,05) maka nilai p value < 0,05 hal ini menunjukkan H_0 ditolak, yang berarti bahwa ada Hubungan Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) dengan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus. Dengan nilai kekuatan hubungan $r = -0,663$ yang berarti menggambarkan hubungan negatif (-) yang kuat.

Menurut asumsi dari peneliti, penerimaan diri seseorang akan sangat berpengaruh pada tingkat stres pada penderita diabetes mellitus. Dimana penerimaan diri yang baik didapat dari diri sendiri, lingkungan dan keluarga yang mendukung sehingga membantu pasien untuk menerima kondisi atau keadaan dirinya. Seseorang yang memiliki penerimaan diri yang baik mampu menerima keadaan yang ada pada dirinya, perubahan hidup atau kebiasaan baru yang harus dijalani, mengerti akan apa yang harus dilakukan maka akan semakin rendah tingkat stres yang dirasakan nya. Sebaliknya jika seseorang selalu menolak keadaan dirinya yaitu dengan penerimaan diri yang rendah, maka akan semakin tinggi tingkat stres yang dirasakan nya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Okta Ramadan, 2017) dengan judul "Hubungan Penerimaan Diri dan Stres pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Rawat Jalan di Puskesmas Padang" dengan hasil penelitian menunjukkan nilai korelasi (r) sebesar -0,614 dengan nilai p sebesar 0,000 yang berarti terdapat hubungan antara variabel penelitian yaitu penerimaan diri dan stres.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (L.S Yan, 2017) yang berjudul "Hubungan Penerimaan Diri Dan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus" dengan hasil menunjukkan adanya signifikan

hubungan antar variabel penerimaan diri dan tingkat stres diantara penderita diabetes mellitus p value (0,002) dengan kekuatan korelasi sedang $r = -0,347$. Didukung juga oleh penelitian dari (Utomo, 2020) yang berjudul "Hubungan Penerimaan Diri Dengan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II" didapatkan hasil uji korelasi spearman rank diperoleh nilai sebesar $-0,659$ dengan signifikan p-value sebesar $0,00 < 0,05$ yang artinya terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan tingkat stres pada penderita diabetes mellitus.

Sehingga dapat disimpulkan dari pembahasan di atas bahwa penerimaan diri sangatlah erat kaitannya dengan tingkat stres pada penderita diabetes mellitus, karena semakin responden menerima keadaan dirinya maka semakin rendah pula stres yang dirasakan penderita tersebut.

KESIMPULAN

1. Berdasarkan karakteristik responden, rata-rata umur responden 58,94 tahun, dengan usia tertinggi yaitu 71 tahun dan usia terendah yaitu 40 tahun. Rata-rata lama penderita DM yaitu 3,16 tahun. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 51 orang, didominasi oleh responden yang berpendidikan SMA yaitu sebanyak 30 orang dan paling banyak bekerja sebagai ibu rumah tangga yaitu 34 orang.
2. Berdasarkan distribusi penerimaan diri didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki penerimaan diri sedang yaitu sebanyak 42 orang (51,2%) sedangkan paling sedikit memiliki penerimaan diri rendah yaitu sebanyak 19 orang (23,2%).
3. Berdasarkan distribusi tingkat stres didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stres sedang yaitu sebanyak 52 orang (63,4%) sedangkan paling sedikit

memiliki tingkat stres berat yaitu sebanyak 14 orang (17,1%).

4. Hasil uji statistik Spearman Rank didapatkan hasil nilai p value sebesar 0,000 dengan tingkat signifikan yang telah ditentukan yaitu $\alpha (0,05)$ maka nilai p value $< 0,05$ sehingga dinyatakan signifikan dengan nilai korelasi sebesar $-0,663$ yang berarti menggambarkan hubungan negatif (-) yang kuat. Hal tersebut berarti semakin tinggi penerimaan diri maka semakin rendah tingkat stres, begitu juga sebaliknya semakin rendah penerimaan diri maka semakin tinggi tingkat stres.

SARAN

Hasil yang didapatkan dari penelitian ini, diharapkan mampu memberikan informasi secara tertulis ataupun sebagai referensi mengenai Hubungan Penerimaan Diri (*Self-Acceptance*) dengan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus. Serta, peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadikan sumber informasi dan sebagai data tambahan dalam penelitian keperawatan untuk pengembangan selanjutnya dalam ruang lingkup yang sama.

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terimakasih diberikan kepada:

1. Dr. Ns. I Made Sundayana, S.Kep.,MSi selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng atas segala fasilitas yang diberikan kepada peneliti selama menempuh perkuliahan.
2. Ns. I Dewa Ayu Rismayanti, S.Kep., M.Kep selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan tepat waktu.

3. Ns. Putu Indah Sintya Dewi S.Kep., MSi., M.Kes selaku pembimbing kedua yang selalu memberikan arahan dalam penulisan dan penyusunan skripsi.
4. Kedua orang tua dan keluarga saya yang selalu memberikan dana, doa dan semangat, kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini, serta kepada wahyu dananjaya dan ayu desi yang telah mendukung dan membantu dalam mencari data untuk penyusunan skripsi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Abbasi, Y.F., See, & Paruchuri, S. (2018). Diabetes knowledge, attitude, and practice among the 2 diabetes mellitus patients. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Review*, 12(6), 1057-1063.
- [2] Adam, L., & Tomayahu, M. B. (2019). Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah. *Journal Health and Sport*, 1(1), 1-5.
- [3] American Diabetes Association. (2020). Introduction: Standards of Medical Care in Diabetes 2020. 43(December 2019), 2019-2020.
- [4] Anggut, S., & Nugroho, F. C. (2021). Perbandingan Dukungan Keluarga Dan Penerimaan Diri Pasien Pria Dan Wanita Dengan Diabetes Mellitus Tipe I. *Jkep*, 6(2), 47-55.
- [5] Ari, S. A.-Z. (2020). Gambaran Penerimaan Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus. 1, 22-52.
- [6] Azizah, N. (2019). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kualitas Hidup Pada Pasien DM Tipe 2 Di Poli Penyakit Dalam RS Tingkat III Baladhika Husada JEMBER.
- [7] Bernard, M. E. (2013). *The Strength of Self-Acceptance*. Melbourne: Bussines Media LCC.
- [8] Boulton, A., & Dianna, M. (2021). *IDF Diabetes Atlas 2021* (Internet). Retrieved from www.diabetesatlas.org
- [9] Diani, N., Wahid, A., Ilmukeperawatan, P., Mangkurat, U., Km, A. U., & Banjarbaru, U. (2019). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Lama Menderita Diabetes Dengan Kejadian Neuropati Perifer Diabetik. 3(2), 31-37.
- [10] Hawe, U. (2021). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kualitas Hidup Dan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. Retrieved from <http://repository.stikesnhm.ac.id/id/eprint/952/>
- [11] Hermawan, B. (2017). HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS HIDUP PENDERITA DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GAJAHAN SURAKARTA. 2035, 1-11.
- [12] Inonu, V. F., S.R.W. Dyahwulan, & Rodiani.(2018). Hubungan Penerimaan Diri dengan Self-Management Diabetes Mellitus Pada Peserta Prolanis di Puskesmas Kedaton Bandarlampung. Bandarlampung:Universitas Lampung.
- [13] Isnaeni, F. N., & Risti, K. N. (2018). EDUCATION LEVEL , DIETARY KNOWLEDGE AND DIETARY ADHERENCE AMONG DIABETIC. 1(2), 40-45.
- [14] Kemenkes RI. (2018a). *Diet Diabetes Melitus (DM)*.

- [15] Komariah, K., & Rahayu, S. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada, (Dm)*, 41–50. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.412>
- [16] Kusananto, K., & Sundari, P. M. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Diabetes Self-Management Dengan Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus Yang Menjalani Diet. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 22(1), 31–42. <https://doi.org/10.7454/jki.v22i1.780>
- [17] L.S Yan, D. (2017). Hubungan penerimaan diri dan tingkat stres pada penderita diabetes mellitus. 2(October), 312–322.
- [18] Lutfi S, B., & Rayasari, F. (2018). PENINGKATAN SELF EFFICACY MELALUI SPIRITUAL CARE PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2. 83–91.
- [19] Marlina, S., Rosidin, U., & Pebrianti, S. (2021). Studi literatur: Gambaran penerimaan diri penderita diabetes mellitus tipe II. 15(1), 117–132.
- [20] Masruroh, E.-. (2018). Hubungan Umur Dan Status Gizi Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 153. <https://doi.org/10.32831/jik.v6i2.172>
- [21] Mokolomban, C., & Wiyono, W. I. (2018). Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Disertai Hipertensi Dengan Menggunakan Metode Mmas-8. *Pharmacon*, 7(4), 69–78.
- [22] Naibaho, R. A., & Dyan K, N. S. (2020). ASSESSMENT OF STRESS IN PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS. 1–8.
- [23] Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [24] Okta Ramadan, F. (2017). Hubungan Penerimaan Diri dan Stres pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Rawat Jalan di Puskesmas Nanggalo Kota Padang.
- [25] Pahlawati, A., & Nugroho, P. S. (2019). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Usia dengan Kejadian Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda Tahun 2019. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(1), 1–5. Retrieved from <http://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/479>
- [26] Prasetya, J. (2017). Tingkat Kepatuhan Penggunaan Obat Antidiabetes Oral pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Koh-Libong Thailand. *Jurusan Farmasi*, 6–18.
- [27] Prasetyo, R. A., & Sari, Y. (2021). Correlation between Self-Acceptance and Peer Support with Self- Efficacy among Type 2 Diabetes Mellitus (DM) Patients undergoing Self-Care At Work Area Of Sumbang I Public Health. (Dm), 2–3.
- [28] Setyorini, A. (2017). Stres dan Koping pada Pasien dengan DM Tipe 2 dalam Pelaksanaan Manajemen Diet di Wilayah Puskesmas Banguntapan II Kabupaten Bantul. 1(1), 1–9.

- [29] Sukarno, S. (2018). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Tingkat Stress Pada Penderita Diabetes Millitus Melalui Tinjauan Dari Beberapa Artikel Penelitian. 2030(Dm), 1–9.
- [30] Utomo, S. B. (2020). Hubungan Penerimaan Diri Dengan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas Kasihan Ii Bantul Yogyakarta.
- [31] Widiastuti, L. (2020). Acupressure dan Senam Kaki terhadap Tingkat Peripheral Arterial Disease pada Klien DM Tipe 2. Jurnal Keperawatan Silampari, 3(2), 694–706.
<https://doi.org/10.31539/jks.v3i2.1200>
- [32] Yani, S. I. (2020). Hubungan Penerimaan Diri dengan Tingkat Stres Pasien Diabetes Mellitus SKRIPSI.