Study Tingkat Kecemasan Penderita Diabetes Mellitus Di Poli Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Kabupaten Ngawi

Oleh : Nurul Hidayah, S.Kep.Ns

ABSTRAK

Latar belakang : Diabetes mellitus adalah penyakit kronis yang mana penderitanya tidak dapat mengendalikan tingkat gula dalam darah. Setiap penderita diabetes mellitus umumnya mengalami rasa cemas terhadap segala hal yang terjadi berhubungan dengan diabetesnya misalnya cemas akan timbulnya komplikasi akibat diabetes mellitus, cemas terhadap gula darah yang tinggi, dan lain sebagainya. Hal ini dapat menyebabkan hormon counter-insulin (yang kerjanya berlawanan dengan insulin) lebih aktif, akibatnya glukosa darahpun akan meningkat.
Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengeidentifikasi tingkat kecemasan penderita diabetes mellitus di Poli Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Kabupaten Ngawi.
Metode : Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Sampling yang digunakan adalah consecutive sampling. Sample yang di ambil adalah 29 responden yaitu penderita diabetes mellitus di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba pada bulan Nopember - Desember 2015. Data penelitian menggunakan kuisioner menurut skala HARS yang diberikan pada responden dengan tabulasi, analisa dan persentase.
Hasil : Hasil analisa data secara keseluruhan didapatkan bahwa tingkat kecemasan penderita diabetes mellitus di Poli Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba adalah sebagian besar mengalami cemas ringan yaitu 19 orang (65,5 %), cemas sedang 7 orang (24,2 %) dan sebagian kecil mengalami cemas berat yaitu 3 orang (10,3 %).
Kesimpulan : Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan penderita diabetes mellitus di Poli Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba sebagian besar mengalami kecemasan ringan.

KATA KUNCI : Kecemasan, penderita diabetes mellitus.

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus adalah salah satu penyakit kronis yang paling sering ditemukan di abad ke-21 ini. Terkena diabetes mellitus kadang membuat orang menjadi cemas, panik, dan takut terhadap keluhan-keluhan yang dirasakan (Tandra, 2007). **Hidup** yang tenang tanpa dibayang-bayangi kecemasan adalah salah satu kunci utama menuju kesehatan dan kebahagiaan. Tetapi sebaliknya, bila hidup selalu dibayangi kecemasan maka gerbang menuju ketentraman dan kesehatan semakin tertutup. Kecemasan memang faktor yang dapat membuat seseorang menjadi rentan dan lemah, bukan hanya

secara mental tetapi juga fisik (Sustrani, 2006).

Diabetes mellitus telah menjadi penyebab kematian terbesar di dunia. Menurut laporan statistik dari Internasional Diabetes Federation (IDF) tahun 2003, Saat ini sudah ada 230 juta orang di dunia yang mengidap diabetes mellitus dan pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 350 juta orang terkena diabetes mellitus. Di Amerika Serikat angka kematian akibat diabetes mellitus mencapai 200.000 orang per tahun (Tandra, 2007). Menurut survey World Health Organization (WHO) tahun 2000, di Indonesia penderita diabetes mellitus mengalami kenaikan dari 8,4 juta jiwa pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta jiwa pada tahun 2020 (Sudoyo, 2006). Sedangkan di Jawa Timur diperkirakan minimal ada 300.000 orang penderita diabetes mellitus (Tjokroprabowo, 2007). Menurut data dari Puskesmas Ngawi Purba pada bulan September- Oktober 2015 didapatkan 80 penderita diabetes mellitus .

Dan berdasarkan dari hasil kuesioner terhadap 10 penderita diabetes mellitus di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Kabupaten Ngawi pada Nopember 2015 didapatkan 2 orang tidak mengalami cemas, 5 orang mengalami cemas ringan, dan 3 orang mengalami cemas sedang dalam menghadapi penyakit diabetes mellitus.

Diabetes mellitus adalah penyakit kronis yang mana penderitanya tidak dapat mengendalikan tingkat gula dalam darah. Adanya riwayat keturunan, obesitas, usia, stres merupakan faktor resiko utama seseorang menderita diabetes mellitus. Setiap penderita diabetes mellitus umumnya mengalami rasa cemas terhadap segala hal yang terjadi berhubungan dengan diabetes mellitusnya misalnya cemas akan timbulnya komplikasi akibat diabetes mellitus, cemas terhadap gula darah yang tinggi, dan lain sebagainya. Hal ini dapat menyebabkan hormon counter-insulin (yang kerjanya berlawanan dengan insulin) lebih aktif, akibatnya glukosa darahpun akan meningkat. Tetapi kadang kadar gula darah yang rendah juga bisa menimbulkan kecemasan, rasa lapar, dan gemetaran.

Sebenarnya kesembuhan diabetes mellitus tergantung pada penderitanya dalam mengontrol kadar gula darah agar selalu dalam keadaan normal. Makin buruk kontrol gula darah, makin mudah penderita mengalami komplikasi. Hal ini dapat dilakukan dengan pencegahan diabetes mellitus yang benar antara lain melakukan olahraga, diet diabetes mellitus, mengikuti pengobatan medis, dan kurangi kegemukan. Penderita diabetes tidak perlu khawatir lagi bila kadar gula darah terkontrol dengan baik karena akan mengurangi resiko terkena komplikasi dan tidak perlu mengeluarkan banyak biaya.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian untuk mencari tahu tingkat kecemasan penderita Diabetes Melitus di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Kab. Ngawi.

BAHAN DAN METODE

Berdasarkan tujuan penelitian desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian deskriptif yaitu memaparkan peristiwa-peristiwa yang terjadi pada masa kini (Nursalam, 2001). Penelitian dilakukan pada bulan Nopember – Desember 2015 di Poli Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Kabupaten Ngawi. Pada penelitian ini populasinya adalah penderita diabetes mellitus yang berkunjung di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Kabupaten Ngawi dengan jumlah 29 orang pada bulan Nopember - Desember 2015. Sample dalam penelitian ini adalah Penderita diabetes mellitus di Rawat Jalan Puskesmas yang memenuhi kriteria : menderita diabetes, berada di tempat saat penelitian, dan bersedia diteliti sejumlah 29 orang . Teknik sampling yang digunakan adalah *consecutive sampling*. Variabel pada penelitian ini adalah tingkat kecemasan penderita diabates mellitus di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba.

Data tingkat kecemasan penderita diabetes dapat didefinisikan sebagai Kecemasan: Perasaan khawatir yang tidak jelas terhadap suatu penyebab, Penderita : Orang yang terkena penyakit atau cedera dan memerlukan pengobatan, Diabetes mellitus : Suatu penyakit dimana kadar gula didalam darah tinggi karena tubuh tidak dapat menggunakan insulin dengan adekuat. Dengan parameter berdasarkan skala HARS 14 item yaitu perasaan cemas, ketegangan, ketakutan, gangguan tidur, gangguan kecerdasan, perasaan depresi, gejala somatik, gejala sensorik, gejala kardiovaskuler, gejala pernafasan, gejala gastrointestinal, gejala urologi, gejala otonom, perilaku sewaktu wawancara. Kriteria penilaian kecemasan dibedakan menjadi 4 kategori yang masing-masing mempunyai nilai yaitu 0 sampai 4 mulai dari tidak ada gejala sampai semua gejala ada. Kemudian nilai didapatkan dari jumlah keseluruhan jawaban dengan nilai < 14 = Tidak cemas, 14–20 = cemas ringan, 21–27 = cemas sedang, 28–41 = cemas berat dan 42-56 = panik.

HASIL

Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian terhadap 29 responden didapatkan hampir setengahnya berusia 51-55 tahun yaitu 9 orang (31,0%), dan sebagian kecil berusia 61-65 tahun yaitu sebanyak 2 orang (7,0%). Dari hasil penelitian terhadap 29 responden didapatkan hampir setengahnya pendidikan SD yaitu sebanyak 10 orang (34,5%) dan sebagian kecil pendidikan tidak sekolah yaitu sebanyak 4 orang (13,8%). Mayoritas responden bekerja sebagai wiraswasta yaitu sebanyak 9 orang (31,0%) dan sebagian kecil bekerja sebagai PNS yaitu sebanyak 2 orang (7,0%). Sebanyak 19 orang (65,5%) mengalami tingkat kecemasan ringan dan sebagian kecil kecemasan berat yaitu sebanyak 3 orang (10,3%)

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden penderita diabetes mellitus di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Desember 2015

Karakteristik responden	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
41 – 45	6	20,7
46 - 50	2	6,9
51 – 55	9	31,0
56 – 60	7	24,1
61 – 65	2	7,0
66 - 70	3	10,3
Pendidikan		
Tidak	4	13,8
sekolah	10	31,0
SD	8	27,6
SLTP	7	27,6
SLTA		
Pekerjaan		
Ibu rumah	5	17,2 %
tangga	9	31,0 %
Wiraswasta	8	27,6 %
Swasta	5	17,2 %
Petani	2	7,0 %
PNS		
Pekerjaan		
Tidak cemas	0	0
Cemas	19	65,5
ringan	7	24,2
Cemas	3	10,3
sedang	0	0
Cemas berat		
Panik		

Tabulasi silang antara usia dengan kecemasan penderita diabetes

Tabel 2. Tabulasi silang antara usia dengan tingkat kecemasan penderita diabetes mellitus di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Desember 2015

No	Kelompok usia	Kecemasan					
		Ringan	%	Sedang	%	Berat	%
1	41 – 45	4	21,0	2	28,6	0	0
2	46 - 50	1	5,3	1	14,2	0	0
3	51 – 55	6	31,6	2	28,6	1	33,3
4	56 – 60	4	21,0	2	28,6	1	33,3
5	61 – 65	1	5,3	0	0	1	33,3
6	66 - 70	3	15,8	0	0	0	0
	Jumlah	19	100	7	100	3	100

Tabulasi silang antara pendidikan dengan kecemasan penderita diabetes mellitus

Tabel 3. Tabulasi silang antara pendidikan dengan tingkat kecemasan penderita diabetes mellitus di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Desember 2015

No	Kelompok pendidikan	Kecemasan					
		Ringan	%	Sedang	%	Berat	%
1	Tidak sekolah	3	15,8	0	0	1	33,3
2	SD	6	31,6	2	28,6	2	66,7
3	SMP	4	21,0	4	57,1	0	0
4	SMA	6	31,6	1	14,3	0	0
	Jumlah	19	100	7	100	3	100

Tabulasi silang antara pekerjaan dengan kecemasan penderita diabetes mellitus

Tabel 4. Tabulasi silang antara pekerjaan dengan tingkat kecemasan penderita diabetes mellitus di Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Desember 2015

No	Kelompok pekerjaan	Kecemasan					
		Ringan	%	Sedang	%	Berat	%
1	IRT	1	5,3	3	42,9	1	33,3
2	Wiraswasta	7	36,8	2	28,5	0	0
3	Swasta	5	26,3	1	14,3	2	66,7
4	Petani	4	21,1	1	14,3	0	0
5	PNS	2	10,5	0	0	0	0
	Jumlah	19	100	7	100	3	100

Dari tabel di atas diketahui bahwa tingkat kecemasan yang paling banyak terjadi pada penderita usia 51-55 tahun yaitu cemas ringan 6 responden (31,6%), cemas sedang 2 responden (28,6%), dan cemas berat 1 responden (33,3%) sedangkan kecemasan yang paling kecil pada penderita usia 46-50 tahun yaitu cemas ringan 1 responden (5,3 %), cemas sedang 1 responden (14,2 %) dan cemas berat (0 %) dan pada penderita usia 61-65 tahun yaitu cemas ringan 1 responden (5,3 %), cemas sedang (0 %) dan cemas berat 1 responden (33,3 %)

Dari tabel di atas diketahui bahwa tingkat kecemasan yang paling banyak

terjadi pada penderita yang berpendidikan SD yaitu cemas ringan 6 responden (31,6%), cemas sedang 2 responden (28,6 %), dan cemas berat 2 responden (66,7%) sedangkan kecemasan yang paling kecil pada penderita yang tidak berpendidikan yaitu cemas ringan 3 responden (15,8 %), cemas sedang (0 %) dan cemas berat 1 responden (33,3 %). Dari tabel di atas diketahui bahwa tingkat kecemasan yang paling banyak terjadi pada penderita dengan pekerjaan wiraswasta yaitu cemas ringan 7 responden (36,8%), cemas sedang 2 responden (28,5 %), dan cemas berat (0%) sedangkan kecemasan yang paling kecil pada penderita dengan pekerjaan PNS yaitu cemas ringan 2 responden (10,5%), cemas sedang (0 %) dan cemas berat (0 %).

BAHASAN

Tingkat kecemasan penderita diabetes mellitus

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 29 responden sebagian besar mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 19 orang (65,5 %), Dari 29 responden hampir setengahnya berusia 51-55 tahun yaitu 9 orang (31,0 %), karena semakin cukup umur seseorang tersebut maka semakin berpengalaman dalam memecahkan suatu masalah sehingga mereka dapat lebih mudah mengatasi suatu kecemasan, sesuai teori Widayatun (2000) yang menyatakan bahwa semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja. Sedangkan menurut Notoatmodjo (2003) pada usia yang semakin tua maka seseorang semakin banyak pengalamannya sehingga pengetahuannya semakin bertambah. Karena pengetahuannya banyak maka seseorang akan lebih siap dalam menghadapi sesuatu **(Tabel 2)**.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa dari 29 responden sebagian kecil mengalami kecemasan berat yaitu sebanyak 3 responden (10,3 %). Dari 29 responden hampir setengahnya berpendidikan SD yaitu sebanyak 10 orang (34,5 %).Seseorang berpendidikan rendah kemungkinan kurang memiliki kemampuan yang cukup sehingga mereka kurang mampu menggunakan koping yang efektif. Selain itu orang yang berpendidikan rendah kemungkinan mereka juga kurang pengetahuan yang mempengaruhi pola pikir seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah. Sesuai dengan teori Brower (1993) yang dikutip oleh Nursalam (2000) yaitu faktor pendidikan seseorang sangat menentukan kecemasan seseorang, seseorang dengan pendidikan tinggi akan lebih mampu mengatasi, menggunakan koping pendidikan yang efektif dan kontitutif daripada seseorang dengan pendidikan rendah **(Tabel 3)**.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 29 responden sebagian besar mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 19 orang (65,5 %). Dari 29 responden sebagian besar bekerja sebagai wiraswasta yaitu sebanyak 9 orang (31,0 %), mereka lebih banyak menggunakan waktunya untuk bekerja sehingga biasanya kurang memperhatikan masalah kesehatan, mereka lebih cenderung memikirkan bagaimana memenuhi kebutuhan ekonomi untuk kebutuhan sehari-hari. Sesuai dengan teori Poerwodarminto (1999) yang menyatakan bahwa pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan untuk mendapatkan nafkah. Seseorang yang mempunyai pekerjaan yang penting dan memerlukan aktivitas yang prima dan banyak memakan waktu makan akan lebih mementingkan pekerjaan tersebut daripada kepentingan lainnya **(Tabel 4)**.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian yang telah dilaksanakan terdapat beberapa kesimpulan yang diperoleh yaitu Tingkat kecemasan penderita diabetes mellitus di

Rawat Jalan Puskesmas Ngawi Purba Kabupaten Ngawi dari 29 responden didapatkan sebagian besar mengalami tingkat kecemasan ringan yaitu sebanyak 19 responden (65,5%). Setelah mengkaji hasil – hasil penelitian di atas peneliti menyarankan hal – hal antara lain : Diharapkan penderita diabetes mellitus untuk lebih dekat lagi dengan dunia kesehatan dan lebih mengerti didalamnya. Dan adanya saling keterbukaan antara perawat dan penderita diabetes mellitus, sehingga tidak timbul rasa kecemasan lebih lanjut. Serta dengan adanya penelitian ini diharapkan Puskesmas semakin bak dalam memberikan pelayanan bukan hanya pengobatan masalah fisik tetapi juga pengobatan masalah psikis khususnya kecemasan yang di alami penderita diabetes mellitus.

RUJUKAN

1. Admin, (2007). *Diabetes Mellitus*, *http://www.medicastore.com*. Diunduh tanggal 13 November 2015, pukul 10.00 WIB.
2. Arikunto, Suharsimi, (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta : Rineka Cipta.
3. Hawari, Dadang, (2001). *Manajemen Stres Cemas dan Depresi. Edisi I.* Jakarta : Balai Penerbit FKUI.
4. Hidayat, A. Aziz Alimul, (2006). *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta : Salemba Medika.
5. Hoetomo M. A, (2005). *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya : Mitra Pelajar
6. Wirnata, Made, (2009). Cemas Bikin Anda Rentan Diabetes. *http://wir-nursing.blogspot.com/2009/07/kecemasan-pada-penyakit-dm.html*. Diunduh pada tanggal 2 Desember 2015. Pukul 09.00 WIB.
7. Notoadmodjo, Soekidjo, (2005). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Jakarta : Asdi Mahasatya.
8. Nursalam, Siti Pariani, (2001). *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta : CV Infomedika.
9. Setiadi, (2007). *Konsep & Penulisan Riset Keperawatan*. Jilid I. Yogjakarta : Graha Ilmu.
10. Stuart, Gail W, (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Edisi 5. Jakarta : EGC.
11. Sudoyo, Aru W, dkk, (2006). *Ilmu Penyakit Dalam*. Jilid III. Jakarta : FKUI.
12. Suhaemi, mimin, (2003). *Etika Keperawatan Aplikasi Pada Praktek*. Jakarta : EGC
13. Sustrani, Lanny, dkk, (2006). *Diabetes*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
14. Suyono, Slamet, dkk, (2007). *Pelaksanaan Diabetes Mellitus Terpadu*. Jakarta : FKUI.
15. Tandra, Hans, (2007). *Segala Sesuatu Yang Harus Anda Ketahui Tentang Diabetes.* Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.
16. Tjokroprawiro, Askandar, dkk, (2007). *Ilmu Penyakit Dalam*. Surabaya : Airlangga University Press.