

## **HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN TINGKAT SPIRITUALITAS DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA DM TIPE 2 DI PUSKESMAS CILACAP UTARA 1**

**Anisa Rahayu Ningtiyas<sup>1</sup>, Engkartini<sup>2</sup>, Opi Irawansah<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Universitas Al-Irsyad Cilacap

Email: <sup>1</sup>[anisarahayu7808@gmail.com](mailto:anisarahayu7808@gmail.com), <sup>2</sup>[engkaralirsyad@gmail.com](mailto:engkaralirsyad@gmail.com), <sup>3</sup>[irawan.opick@gmail.com](mailto:irawan.opick@gmail.com)

\* corresponding author: <sup>2</sup>[engkaralirsyad@gmail.com](mailto:engkaralirsyad@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang dderita semasa hidup dan ketika kadar gula darah tidak terkontrol akan menimbulkan berbagai komplikasi fisik hingga psikologi seperti depresi dan membutuhkan perawatan dan pengobatan jangka panjang memperpanjang usia serta meningkatkan kualitas hidup. Pasien DM memerlukan dukungan dari semua aspek termasuk domain spiritual. Spiritualitas mempengaruhi perilaku perawatan diri dan dalam mengontrol glukosa darah yang sehingga bisa menaikkan kualitas hidup. **Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat Stres dan Tingkat Spiritualitas dengan Kualitas Hidup pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1. **Metode** : Jenis penelitian ini rancangan *cross sectional*, jumlah sampel 70 penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 dengan teknik *purposive sampling*. instrumen yang menggunakan kuesinoer, Analisis data menggunakan *Rank Spearman*. **Hasil** : menunjukkan bahwa penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 sebagian besar mengalami tingkat stres normal (38,6%), yang mengalami tingkat spiritualitas sedang (97,1%), yang mengalami kualitas hidup sedang sebanyak 65 pasien (92,9%). Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kualitas hidup ( *p value* = 0,039 dan nilai *r* = -0,247 ). Ada hubungan antara tingkat spiritualitas dengan kualitas hidup ( *p value* = 0,017 dan nilai *r* = 0,285 ).

**Kata Kunci** : tingkat stres, tingkat spiritualitas, kualitas hidup, penderita DM

### **ABSTRACT**

**Background** :Diabetes mellitus is a chronic disease that is suffered throughout life and when blood sugar levels are not controlled it will cause various physical to psychological complications such as depression and require long-term care and treatment to extend life and improve quality of life. DM patients need support from all aspects including the spiritual domain. Spirituality affects self-care behavior and in controlling blood glucose which can improve quality of life. **Objectives**: This study aims to determine the relationship between stress level and spiritual level with quality of life in patients with type 2 DM at the Cilacap Utara 1 Health Center. **Methods**: This type of research was a cross-sectional design, the number of samples was 70 type 2 DM sufferers at the North Cilacap 1 Health Center with the technique purposive sampling. instrument using a questionnaire, data analysis using Rank Spearman **Results**: showed that patients with type 2 DM at Puskesmas Cilacap Utara 1 mostly experienced normal stress levels (38.6%), experienced moderate spirituality levels (97.1%), experienced moderate quality of life as many as 65 patients (92.9 %). There is a relationship between stress level and quality of life ( *p value* = 0.039 and *r value* = -0.247). There is a relationship between spirituality level and quality of life ( *p value* = 0.017 and *r value* = 0.285).

**Keywords** : Stress level, spirituality level, quality of life, type 2 DM patients.

## **PENDAHULUAN**

Diabetes Melitus adalah penyakit gangguan metabolik menahun yang lebih dikenal sebagai pembunuh manusia secara diam-diam atau *Silent Killer*. Penderita tidak mengetahui menderita diabetes, dan mengetahui setelah terjadi komplikasi. Angka kejadian DM di Indonesia tahun 2007 mengalami peningkatan dari 5,7% menjadi 6,9% atau sekitar 9,1 juta pada tahun 2013. Pada tahun 2018 terjadi peningkatan sebesar 8,5%. Perkiraan jumlah penderita DM di Indonesia mencapai lebih dari 16 juta (Risikesdas, 2013 dan 2018). Estimasi jumlah penderita DM di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 652.822orang (Dinkes Jateng, 2019).

Menurut *Internatonal Diabetes Federatiaon* atau *IDF* (2014), penderita DM terbanyak di wilayah Asia Pasifik yaitu sebesar 138 juta kasus (8.5%). Pada tahun 2035 jumlah insiden diabetes melitus menyerang pada direntang usia penderita DM 40-59 tahun. Indonesia berada di posisi kedua terbanyak di kawasan Asia Tenggara. Angka kejadian diabetes melitus di Indonesia sebesar 9,116.03 kasus.

Diabetes mellitus merupakan penyakit yang memerlukan waktu yang lama dan seumur hidup pengobatan. Penyakit kronis seperti DM memerlukan pengobatan seumur hidup, sehingga menjadikan penderita mudah stres, karena setiap orang pada dasarnya rentan mengalami stres. Penderita DM 50 persen lebih mengalami stres ringan sampai sedang (Suciani & Nuraini, 2017)

Stres dan depresi umum terjadi pada seseorang dengan diabetes. Stres dialami penderita karena treatment seperti diet atau pengaturan makan, kontrol gula darah, konsumsi obat, olahraga dan lain-lain yang harus dilakukan sepanjang hidupnya. Selain itu, risiko komplikasi penyakit yang dapat dialami penderita juga akan meningkatkan stres pada 4 penderita (Shahab, 2006). Seperti yang dinyatakan oleh Yusra (2011) bahwa penyakit diabetes mellitus tipe 2 dapat meningkatkan risiko pasien untuk mengalami ketidakmampuan baik secara fisik, psikologis, dan sosial akibat keluhan-keluhan yang dialami. Gejala yang dirasakan menyebabkan keterbatasan baik dari segi fisik, psikologis maupun sosial. Gangguan fungsi tersebut dapat berdampak terhadap kualitas hidup pasien.

Kualitas hidup penderita DM merupakan perasaan puas dan bahagia akan hidup secara umum (Ningtyas, Wahyudi, & Prasetyowati, 2013). *World Health Organization Quality of Life (WHOQOL)* mendefinisikan kualitas hidup sebagai persepsi individu terhadap kehidupannya di masyarakat dalam konteks budaya dan sistem nilai yang ada yang terkait dengan tujuan, harapan, standar, dan juga perhatian. (Suardana, Rasdini, & Kusmarjathi, 2015).

Kualitas hidup yang kurang baik bisa memperburuk kondisi suatu penyakit, begitu pula sebaliknya. Kualitas hidup yang buruk dengan segala problem psikologis dapat memperburuk gangguan metabolik, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui komplikasi (Hermawan, 2017).

Pasien DM memerlukan dukungan dari semua aspek termasuk domain spiritual. Spiritualitas mempengaruhi perilaku perawatan diri dan dalam mengontrol kadar gula darah yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas hidup. Spiritual merupakan komitmen tertinggi dan prinsip yang paling kuat dalam diri individu terhadap pilihan yang dibuat dalam hidupnya (Damayanti, Sitorus, & Sabri, 2011). Spiritualitas mempunyai peranan penting sebagai sentral kehidupan seseorang dalam menghadapi tantangan dengan mengutamakan kekuatan dan harapan. spiritualitas salah satu mekanisme koping stres yang dapat menurunkan hormon kortisol yang membantu menurunkan kadar gula darah (Hardiyanti, Fitriani & Fatima, 2022).

### Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian jenis kuantitatif, desain penelitian komparatif dengan rancangan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah responden 70 penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 sesuai dengan kriteria yang ditentukan. Instrumen yang digunakan menggunakan kuesioner tingkat spiritualitas, tingkat stres dan kualitas hidup.

### Hasil dan Pembahasan

**Tabel 1: Karakteristik penderita DM Tipe 2 Berdasarkan Umur dan Lama Dididagnosa Diabetes Melitus di Puskesmas Cilacap Utara 1**

| Umur               |         |       |
|--------------------|---------|-------|
| Minimum            | Maximum | Mean  |
| 60                 | 80      | 64,87 |
| Lama didiagnosa DM |         |       |
| Minimum            | Maximum | Mean  |
| 1                  | 20      | 5,521 |

Berdasarkan tabel diatas rata-rata umur penderita DM yaitu 64,8 tahun dan lama menderita DM rata-rata 5, 5 tahun.

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Spiritualitas pada penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1**

| No    | Tingkat Spiritualitas | F  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| 1.    | Sedang                | 68 | 97,1  |
| 2.    | Tinggi                | 2  | 2,9   |
| Total |                       | 70 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa tingkat stres pasien diabetes sebagian besar sedang yaitu 97,1%.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1.**

| No    | Tingkat Stres | F  | %     |
|-------|---------------|----|-------|
| 1.    | Normal        | 27 | 38,6  |
| 2.    | Ringan        | 18 | 25,7  |
| 3.    | Sedang        | 23 | 32,9  |
| 4.    | Berat         | 2  | 2,9   |
| Total |               | 70 | 100,0 |

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa tingkat stres pasien diabetes melitus sebagian besar kategori normal yaitu sebesar 38,6%

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup pada penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1**

| No    | Kualitas hidup | F  | %    |
|-------|----------------|----|------|
| 1.    | Sedang         | 65 | 92,9 |
| 2.    | Tinggi         | 5  | 7,1  |
| Total |                | 70 | 100  |

Berdasarkan tabel diatas kualitas hidup pasien dalam kategori sedang yaitu 92,9%

**Tabel 5. Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup pada Penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1**

| Kualitas Hidup |        |       |        |                 | Total |     |
|----------------|--------|-------|--------|-----------------|-------|-----|
| Tingkat Stres  | Sedang |       | Tinggi |                 | N     | %   |
|                | f      | %     | f      | %               |       |     |
| Normal         | 23     | 85,2  | 4      | 14,8            | 27    | 100 |
| Ringan         | 17     | 94,4  | 1      | 5,6             | 18    | 100 |
| Sedang         | 23     | 100,0 | 0      | 0               | 23    | 100 |
| Berat          | 2      | 100,0 | 0      | 0               | 2     | 100 |
| r = -0,247     |        |       |        | p value = 0,039 |       |     |

Hasil uji *Rank Spearman* pada tingkat stres dan kualitas hidup didapatkan hasil *p value* sebesar 0,039 dengan nilai signifikansi  $< 0,05$  artinya dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1. Berdasarkan nilai koefisien korelasi -0,247 yang berarti tingkat kekuatan hubungan tingkat stres dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 hubungannya sangat lemah dan angka koefisien korelasi pada hasil diatas bernilai negatif yaitu -0,247 sehingga hubungan kedua variabel tersebut bersifat tidak searah.

**Tabel 6. Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1**

| Tingkat Spiritualitas | Kualitas Hidup |      |        |                           | Total |     |
|-----------------------|----------------|------|--------|---------------------------|-------|-----|
|                       | Sedang         |      | Tinggi |                           | N     | %   |
|                       | f              | %    | f      | %                         |       |     |
| Sedang                | 64             | 94,1 | 4      | 5,9                       | 68    | 100 |
| Tinggi                | 1              | 50,0 | 1      | 50,0                      | 2     | 100 |
| $r = 0,285$           |                |      |        | $p \text{ value} = 0,017$ |       |     |

Hasil uji rank spearman pada tingkat spiritualitas dan kualitas hidup didapatkan hasil  $p \text{ value}$  sebesar 0,017 dengan nilai signifikansi  $< 0,05$  artinya dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat spiritualitas dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1. Berdasarkan nilai koefisien korelasi 0,285 yang berarti tingkat kekuatan hubungan tingkat spiritualitas dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 hubungannya cukup dan angka koefisien korelasi pada hasil diatas bernilai positif yaitu 0,285 sehingga hubungan kedua variabel tersebut bersifat searah.

#### **1. Hubungan Tingkat Stres dengan kualitas hidup pada penderita DM Puskesmas Cilacap Utara 1**

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 ( $p \text{ value}$  0,039  $< 0,05$ ). Stres pada penderita diabetes mellitus menyebabkan stresor- stresor yang dirasakan oleh penderita secara kontinyu, sebab adanya perubahan pola hidup, medikasi, treatment, komplikasi, lingkungan dan dukungan yang kurang terhadap penderita DM. Penelitian Vitaliano (2006) dalam Kusumadewi (2011) menunjukkan bahwa stresor yang dirasakan penderita diabetes melitus dapat mengakibatkan peningkatan glukosa darah dan mengurangi kesehatan secara psikologis dalam jangka pendek dan menghasilkan simptom fisik, sehingga stresor harian dapat menghasilkan stres dan memperburuk kesehatan fisik dan psikologis. Faktor yang mempengaruhi tingkat stress yaitu kepribadian yang mempunyai prosentase besar terhadap tingkat stres dan kualitas hidup individu penderita DM. Faktor kepribadian dapat memperburuk kualitas hidup, baik penderitaan yang diakibatkan penyakit fisik dan komplikasi yang muncul. (Kusumadewi, 2011).

#### **2. Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1**

Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat spiritualitas dengan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 ( $p \text{ value}$  0,017  $< 0,05$ ). Spiritualitas merupakan komponen integral yang mempengaruhi kesehatan dan status fungsional lansia.

Kehadiran spiritualitas dikaitkan dengan adanya keluhan fisik, mental maupun gangguan adiksi lain dengan peningkatan kualitas hidup lansia, sehingga jika spiritualitas dalam kategori rendah maka akan berpengaruh terhadap rendahnya kualitas hidup. Hal ini sesuai dengan pendapat Dewi (2016) bahwa lansia dengan kehidupan spiritualitas yang baik dan religius memiliki coping yang baik dan mampu beradaptasi terhadap perubahan fisik yang terjadi, sebaliknya jika spiritualitas rendah maka coping yang dimiliki akan kurang baik sehingga kurang mampu beradaptasi dengan perubahan fisik yang terjadi. Seorang lansia akan memiliki spiritualitas yang bagus ketika kebutuhan spiritualnya terpenuhi. Spiritualitas pada penderita diabetes mellitus memegang peranan penting yang meningkatkan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus. Kualitas hidup pasien DM mempunyai peranan penting karena kualitas hidup sangat berkorelasi erat dengan respon terhadap terapi, perkembangan penyakit and bahkan kematian akibat DM (Teli, 2017)

## **Kesimpulan**

Terdapat hubungan antara tingkat stres dan tingkat spritualitas dengan kualitas hidup pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara.

## **Referensi**

- Ardian, I. (2016). Konsep Spiritualitas dan Religiusitas (Spiritualitas and Religion) dalam Konteks Keperawatan Pasien Diabetes Militus Tipe 2. *NURSCOPE Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah*, 2 (5). 1-9.
- Ani Astuti, Maulani. 2017. Pangan Indeks Glikemik Tinggi dan Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES Harapan Ibu, Jambi. *Journal Endurance* 2 (2) June 2017 (225-231).
- Dewi, 2016, Spiritualitas Dan Persepsi Kesehatan Lansia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Mayang Jember, *The Indonesian Journal Of Health Science*, Vol. 6, No. 2, Juni2016
- Damayanti, S., Sitorus, R., & Sabri, L.2011. Hubungan Antara Spiritualitas dan Efikasi Diri Dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di RS Jogja
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Jateng Tahun 2019. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah,
- Hardiyanti, Fitriani &Fatima, 2022 Relationship between Spirituality and Coping Strategies in Diabetes Mellitus Patients at Tk IV Hospital Aryoko Sorong, *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, JKPBK. 2022;
- Hermawan. B, 2017 Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajahan Surakarta, *skripsi*
- Idf. (2019). *Idf Diabetes Atlas* (9th Ed.). Belgium: International Diabetes Federation.
- Perkeni, 2015, Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Indonesia, Perkeni, Jakarta.
- Riskesdas, 2013 Dan 2018 Riset Kesehata Dasar (Riskesdas)
- Ningtyas Dw, Wahyudi P, Prasetyowati I. Analisis Kualitas Hidup Pasien Dabetes Mellitus Tipe Ii Di Rsud Bangil Kabupaten Pasuruan Jember: Universitas Jember; 2013.
- Shahab, 2006, Diagnosis Dan Penatalaksanaan Diabetes Mellitus ( Disarikan Dari Konsensus Pengelolaan Diabetes Mellitus Di Indonesia

- Suardana, K. I., Rasdini, I.G.A., Kusmarjathi, N. K. 2015, „Hubungan Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas Iv Denpasar Selatan“, Jurnal Skala Husada, Vol. 12, No. 1, h.1.
- Suciani & Nuraini, 2017 Kemampuan Spiritualitas Dan Tingkat Stres pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Perawatan: Studi Pendahuluan *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 20 No.2, Juli 2017
- Teli M, 2017 Quality Of Life Type 2 Diabetes Mellitus At Public Health Center Kupang City kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Se Kota Kupang. *Jurnal Info Kesehatan* Vol.15, No 1
- Yusra, 2011, Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati Jakarta, Tesis, Magister Ilmu Keperawatan Kekhususan Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, Depok
- Zainuddin 1, Wasisto Utomo 2, Herlina 3. Hubungan Stres Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. 2015;2(1):890–8.
- Suciani & Nuraini, 2017 Kemampuan Spiritualitas Dan Tingkat Stres pasien Diabetes Mellitus Di Rumah Perawatan: Studi Pendahuluan *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 20 No.2, Juli 2017
- Hardiyanti, Fitriani & Fatima, 2022 Relationship between Spirituality and Coping Strategies in Diabetes Mellitus Patients at Tk IV Hospital Aryoko Sorong, *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, JKPBK. 2022