

## CORRELATION OF ANXIETY TO DIABETES MELLITUS PATIENTS WITH SELF MANAGEMENT: A QUALITATIVE STUDY

Cipta Citra Karyani Gulo<sup>1\*</sup>, Ismed Krisman Amazihono<sup>2</sup>, Ardika Fifin Fatma Zebua<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Politeknik kesehatan kementerian kesehatan Medan

Email : cinygulo@gmail.com

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus is a chronic disease caused by the inability of certain organs, especially the pancreas, to produce adequate amounts of insulin, so that the insulin produced is ineffective. Anxiety is a feeling that arises because of worry about something, perhaps because it is unclear and related to a danger that will not occur in the future. Self-management is setting eating patterns, increasing physical activity, availability of diabetes drugs and regular use, and routine blood glucose checks. This study aims to identify the correlation between the anxiety level of patients diabetes mellitus and self-management at the Gunungsitoli Barat Health Center In 2023. This research is a quantitative study, examining 58 respondents who were obtained through a purposive sampling technique and tested with the Spearman correlation test. Through this research, a correlation was obtained between patient anxiety and self-management, where the P value = 0.029,  $P < 0.05$ , with a correlation value of 0.286, which has a correlation value in the weak category. It is hoped that this research can add insight to patients about self-management and motivate them to carry out self-management.*

**Keywords:** Anxiety, Self Management , Diabetes Mellitus

### INTRODUCTION

Diabetes Mellitus sebagai penyakit kencing manis yang dimana ini merupakan penyakit kronis yang dapat disebabkan oleh ketidakmampuan organ tertentu terutama pankreas dalam memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup sehingga insulin yang dihasilkan tidak efektif. Selain itu, Diabetes Militus dalam hal ini juga merupakan suatu penyakit yang dapat diturunkan dan ditandai oleh kadar glukosa dalam darah yang melebihi dari jumlah normal serta terjadi gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang disebabkan oleh karena ketidakefektifan hormon insulin. Kriteria Diabetes Mellitus ditegakkan bila kadar glukosa dalam darah puasa melebihi  $\geq 126$  mg/dl, atau kadar glukosa darah sewaktu  $\geq 200$  mg/dl dengan adanya gejala berupa sering lapar, sering haus, sering buang air kecil dalam jumlah banyak, dan berat badan turun (1).

Menurut *World Health Organization* diabetes melitus telah menyebabkan kematian langsung pada 1,6 juta orang di seluruh dunia, menurut (2) didapatkan sebanyak 123 juta orang dengan

usia diatas 65 tahun dan 327 juta orang dengan usia 20-36 tahun di diagnosa menderita diabetes diseluruh dunia dan pada tahun 2019 *International Diabetes Federation* memperkirakan bahwa diabetes mellitus mengalami peningkatan dengan jumlah sebanyak 436 juta orang dengan usia 20-70 tahun didunia yang setara dengan 9,3% dari total usia yang sama serta berdasarkan jenis kelamin didapatkan sebanyak 9% perempuan dan laki-laki berjumlah sebanyak 9,65%. Prevarensi Diabetes Mellitus menurut *International Diabetes Federation* akan selalu meningkat berdasarkan pada peningkatan umur penduduk di perkirakan menjadi sebanyak 19,9% atau 112,2 juta orang pada umur 65-79 tahun Dan akan akan terus meningkat sebanyak 578 juta pada tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 jika tidak adanya penanganan.

Berdasarkan hal itu didapatkan Indonesia sendiri merupakan negara dengan kasus Diabetes Mellitus tertinggi ke-7 sedunia. Menurut pendapat (3) meskipun jumlah penderita Diabetes Mellitus terus meningkat setiap tahunnya, namun sampai saat ini belum ada terapi yang mampu menyembuhkan penyakit Diabetes Mellitus. Selain itu prevarensi Diabetes Mellitus tahun 2018 didapatkan meningkat berdasarkan pada pemeriksaan gula darah sebanyak 6,9% pada tahun 2013 dan tahun 2018 menjadi 8,5% orang. Presentase Diabetes Mellitus di provinsi Sumatra Utara pada tahun 2020 diketahui sebanyak 161.267 penderita dimana 144.43 orang dan diantaranya 90,80% telah mendapat pelayanan kesehatan namun sebanyak 14.834 penderita diketahui tidak memeriksa diri ke fasilitas pelayanan kesehatan (4). Presentase Diabetes diwilayah Gunungsitoli tahun 2018 didapatkan sebanyak 1.354 jiwa, pada tahun 2019 didapatkan sebanyak 833 jiwa (5).

Penderita Diabetes Mellitus pada dasarnya akan mengalami banyak kejadian dalam kehidupannya baik dari bagaimana dia mengatur pola makan, olah raga, control gula darah, dan masih banyak lagi dan itu semua harus tetap dilakukan sepanjang hidupnya untuk mengontrol supaya tidak terjadi kenaikan gula darah. Menurut pendapat (6) mengatakan bahwa perubahan ini dapat membuat penderita Diabetes Mellitus dapat menunjukkan beberapa reaksi terutama secara psikologis yang dapat meningkat serta dapat mengalami depresi serta perubahan ini juga terjadi dikarenakan penderita Diabetes Mellitus yang mengalami banyak jenis komplikasi dan menyebabkan kecemasan bertambah bagi penderitanya dikarenakan dengan adanya jenis komplikasi yang lain akan membuat penderita mengeluarkan biaya yang melebihi dari anggarannya seseorang sehingga menimbulkan pandangan negatif tentang masa depan. Berdasarkan pendapat (7) kecemasan dapat dijadikan sebagai suatu penyebab bagi penderita Diabetes Mellitus dan sebagai masalah utama tahun 2020 setelah jantung istemik. Menurut

pendapat (8) bahwa seseorang dengan penyakit kronis terutama Diabetes Mellitus akan sangat rentan mengalami kecemasan dan terdapat sekitar 48% penderita Diabetes ini mengalami kecemasan akibat dari penyakit yang dideritanya.

Berdasarkan Badan kesehatan Dunia ini juga mencatat 27% pasien Diabetes Mellitus mengalami yang namanya kecemasan. Kecemasan adalah perasaan yang timbul karena khawatir pada sesuatu hal yang kurang jelas dan berkaitan dengan bahaya yang belum akan terjadi dimasa depan dan perasaan ini terasa akan tidak bebas, gugup, takut, gelisah, tegang, dan resah. Berdasarkan Penelitian (9) ditemukan bahwa faktor dari terjadinya kecemasan ini dikarenakan kekhawatiran terhadap berdasar jenis kelamin, lama menderita dan alasan masuk rumah sakit. Selain itu dapat juga karena komplikasi yang akan dialaminya, lamanya proses pengobatan, merasa tidak berdaya dan putus asa terhadap penyakit yang dialaminya.

Menurut pendapat (10) penatalaksanaan dari Diabetes Mellitus terdiri dari beberapa hal yaitu berupa edukasi, aktivitas fisik, serta terapi diet, dan terapi farmakologi. Sehingga dalam mengendalikan diabetes ini perlu keinginan dan mampu dalam mengendalikan kehidupannya sehari-hari serta meminimalisir dampak dari hal yang dideritanya, hal ini disebut dengan *Self Management* atau manajemen diri. Dalam mencerminkan *Self Management* pada pasien diabetes ada beberapa hal yang dilakukan berupa diet atau pengaturan pola makan secara sehat, meningkatkan aktivitas secara fisik, tersedianya obat diabetes dan dalam penggunaanya teratur, dan melakukan penilaian glukosa darah secara rutin, serta perawatan terutama pada kaki. Menurut pendapat (11) mengatakan bahwa *Self Management* atau manajemen diri pada penderita diabetes jika dilaksanakan dengan baik maka mengendalikan penyakit diabetes bisa dicapai dan akan bisa mencegah berbagai komplikasi pada pasien diabetes mellitus.

Presentase Diabetes mellitus tahun 2020 di wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Barat didapatkan pasien sebanyak 168 orang, pada tahun 2021 didapatkan sebanyak 150 orang, berlanjut bulan Januari - Juni 2022 didapatkan sebanyak 140 orang dan pada bulan November 2022 didapatkan bahwa jumlah penderita Diabetes Mellitus meningkat sebanyak 151 orang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan secara wawancara dari 9 penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 didapatkan 6 orang pasien mengatakan bahwa mereka cemas mengenai perawatan yang mereka lakukan termasuk pengaturan pola makan serta jarang melakukan kontrol gula darah sehingga *Self Manajement* mereka buruk dalam pengontrolan kesehatan ke fasilitas kesehatan. Sedangkan 3 orang mengatakan mereka cemas namun selalu rajin untuk control kesehatan ke fasilitas kesehatan.

## **METHOD**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, menggunakan desain penelitian korelasi spearman yang mengidentifikasi hubungan antara dua variabel yaitu hubungan antara kecemasan dan *Self Management* di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Barat. Hal ini dilakukan dengan pendekatan pengamatan sewaktu (*cross sectional*) yaitu pengambilan data pada waktu bersamaan pada data variabel independen dan dependen. Populasi dalam hal ini merupakan seluruh pasien Diabetes Mellitus di wilayah Puskesmas Gunungsitoli Barat dari tahun 2022 sebanyak 140 orang, dengan jumlah sample sebanyak 58 orang.

## **RESULTS AND DISCUSSION**

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Kecemasan Pasien Diabetes**  
**Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas**  
**Gunungsitoli Barat Tahun 2023 (n=58 )**

<b>Kecemasan</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Ringan	31	53,4
Sedang	25	43,1
Berat	2	3,4
Panik	0	0
<b>Total</b>	<b>58</b>	<b>100.0</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki kecemasan ringan sebanyak 31 responden (53,4%), memiliki kecemasan sedang sebanyak 25 responden (43,1%), yang memiliki kecemasan berat sebanyak 2 responden (3,4 %) dan panik sebanyak 0 responden

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi *Self Manajement* Pasien Diabetes**  
**Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas**  
**Gunungsitoli Utara Tahun 2023 (n=58 ).**

<i>Self Manajement</i>	F	%
Buruk	3	5,2
Cukup	29	50,0
Baik	26	44,8
Total	58	100.0

Berdasarkan tabel 2 diatas didapatkan hasil bahwa responden mayoritas memiliki *self manajement* cukup sebanyak 29 responden (50,0 %), responden yang memiliki *self manajement* yang Baik sebanyak 26 responden (44,8 %), dan yang memiliki *self manajement* yang buruk sebanyak 3 responden (5,2 %).

**Tabel 3**  
**Hasil Tabulasi Silang Antara Hubungan Kecemasan Dengan**  
***Self Manajement* Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah UPTD**  
**Puskesmas Gunungsitoli Barat Tahun 2023 (n= 58 )**

Kecemasan	<i>Self Manajement</i>						Total	p. Value
	Baik		Cukup		Buruk			
	F	%	F	%	F	%		
<b>Ringan</b>	10	17,2	19	32,7	2	3,4	31	53,4
<b>Sedang</b>	14	24,1	10	17,2	1	1,7	25	43,1

<b>Berat</b>	2	0	0	0	0	2	3,4
	3,4						
<b>Panik</b>	0	0	0	0	0	0	0
<b>Total</b>	<b>26</b>	<b>29</b>	<b>3</b>	<b>58</b>	<b>100</b>		

Berdasarkan hasil tabulasi silang pada penelitian hubungan Kecemasan dengan *Self Manajement* pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Gunungsitoli Barat Tahun 2023, menunjukkan bahwa dari 58 responden didapatkan mayoritas dengan kecemasan ringan dengan *self manajement* cukup sebanyak 19 responden (32,7%), responden yang memiliki kecemasan ringan dengan *self manajement* baik sebanyak 10 responden (17,2%), responden yang memiliki kecemasan ringan dengan *self manajement* buruk sebanyak 2 responden (3,4%), responden yang memiliki kecemasan sedang dengan self manajemen baik sebanyak 14 responden (24,1%), responden yang memiliki kecemasan sedang dengan self manajemen cukup sebanyak 10 responden (17,2 %), responden yang memiliki kecemasan sedang dengan self manajemen buruk sebanyak 1 responden (1,7 %), responden yang memiliki kecemasan berat dengan self manajemen baik sebanyak 2 responden (3,4%), responden yang kecemasan berat dengan self manajemen cukup sebanyak 0 responden,responden yang mamiliki kecemasan berat dengan self manajemen buruk sebanyak 0 responden.

Hasil didapatkan mayoritas dengan kecemasan ringan dengan *self manajement* cukup sebanyak 19 responden (32,7%). Hasil tersebut dikarenakan mereka memiliki kecemasan ringan namun *self manajement* cukup dikarena pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 mereka tidak mengetahui edukasi terkait penanggulangan penyakit DM yang mereka alami biasanya ini terjadi karena kurang seringnya ke tempat pelayanan kesehatan terdekat serta rutin mengontrol kesehatan mereka terkait penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2..

Hasil responden yang memiliki kecemasan sedang dengan self manajemen baik sebanyak 14 responden (24,1%). Hal ini terjadi karena Hal ini menunjukkan bahwa meskipun responden memiliki tingkat kecemasaan sedang beberapa responden melakukan Manejemen Diri yang baik dan terkontrol karena mengetahui pola hidup yang sehat dan benar untuk penderita DM,seperti pola makan dan pengontrolan gula darah ke fasilitas kesehatan terdekat sehingga dapat melakukan pemantuan.

Hasil didapatkan responden yang memiliki kecemasan berat dengan self manajemen baik sebanyak 2 responden (3,4%), Hal ini menunjukkan bahwa meskipun tingkat kecemasaan berat

responden hanya memiliki Manajemen Diri yang baik dikarenakan faktor-faktor lain yang mempengaruhi Manajemen Diri seperti faktor biologis, faktor psikologis dan sosial dan pengetahuan dan lain-lain.

Berdasarkan hasil analisis uji statistic dengan menggunakan uji *spearman corerration* dengan nilai  $p= 0,029$  jika dibandingkan dengan  $\alpha=0,05$  maka  $\rho \text{ value}=\leq 0,05$  dengan nilai korelasi  $0,286$  Dengan demikian memiliki kekuatan hubungan lemah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bawah dalam penelitian ini ada Hubungan Kecemasan Dengan *Self Manajement* Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Gunungsitoli Barat Tahun 2023.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (12) yang menyatakan bahwa ada hubungan bermakna antara kecemasan dengan *self management* pada penderita Diabetes Melitus tipe II. Hal ini terbukti dengan di peroleh nilai P value  $0,004 < \alpha (0,05)$  sehingga dapat dinyatakan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang artinya terdapat hubungan bermakna antara kecemasan dengan *self management* pada penderita Diabetes Melitus tipe II dan nilai koefisien korelasi  $0,396$  yang berarti nilai korelasinya positif dengan kekuatan lemah. Jika melakukan pola hidup yang sehat dan mengetahui informasi yang jelas tentang penyakit diabetes maka akan mengurangi tingkat kecemasan dan beraktiifitas fisik dapat menurunkan tingkatan kecemasan serta mengikuti anjuran yang telah diberikan oleh tenaga kesehatan dengan menerapkan Manajemen Diri yang baik dapat menurunkan resiko tingkat kecemasan, semakin rendahnya kecemasaan pada penderita diabetes mellitus jenis II maka akan semakin baik manajemen diri penderita tersebut. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dari (13) yang menyatakan bahwa aktifitas fisik dapat mengurangi perasaan strees dan dapat menurunkan kecemasaan dan mengurangi resiko pada penyakit kronis seperti diabetes mellitus.

Menurut (9) masalah timbulnya kecemasaan pada individu yang menderita DM ini merupakan suatu masalah yang kompleks dimana dipengaruhi oleh beberapa faktor, setiap penderita DM umumnya mengalami rasa cemas terhadap setiap hal yang berhubungan dengan penyakitnya, misal cemas terhadap kadar glukosa darah yang tinggi atau cemas akan timbulnya komplikasi, dan semakin rendah kecemasaan seseorang maka semakin baik pula manajemen diri self-management merupakan suatu usaha pencegahan komplikasi yang dapat dilakukan penderita DM, dengan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan terhadap penyakit sehingga memahami tentang DM dan dapat menangani pula tentang kecemasaan yang dialami.

## **CONCLUSION**

Berdasarkan hasil statistik terdapat hubungan tingkat Kecemasan Dengan *Self Manajemen* Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Gunungsitoli Barat Tahun 2023 dengan hasil analisis korelasi variable uji statistik spearman correlation yang telah didapatkan  $p=0,029$  dimana  $p<0,05$  dengan nilai korelasi 0,286 memiliki kekuatan hubungan lemah. Apabila pasien mempunyai pola hidup sehat dan mengetahui informasi yang jelas mengenai penyakit diabetes maka akan menurunkan tingkat kecemasan dan aktivitas fisik dapat menurunkan tingkat kecemasan dan mengikuti anjuran yang diberikan oleh petugas kesehatan dengan menerapkan manajemen diri yang baik dapat menurunkan risiko tingkat kecemasan.

## **ACKNOWLEDGEMENT**

Ucapan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam membuat jurnal penelitian ini.

## **REFERENCES**

1. Kemenkes RI. Infodatin tetap produktif, cegah, dan atasi Diabetes Melitus 2020. Pus Data dan Inf Kementerian Kesehat RI. Pus Data dan Inf Kementerian Kesehat RI; 2020. p. 1–10.
2. IDF. Internasional Diabetes Federation (IDF). 2019;
3. Riskesdas. Riset Kesehatan Dasar. 2018.
4. Dinkes Sumut. Profil Kesehatan Sumatera Utara. 2020.
5. Gunungsitoli BK. Data Statistik Kota Gunungsitoli. 2019.
6. Schmitt A D. The Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ): Development And Evaluation Of An Instrument To Assess Diabetes Self-Care Activities Associated With Glycaemic Control. *Health Qual Life Outcomes*. 2014;11:1–14.
7. Setyorini A. Stres dan Koping pada Pasien Dengan DM Tipe 2 dalam Pelaksanaan Manajemen Diet di Wilayah Puskesmas Banguntapan II Kabupaten Bantul. *Heal Sci Pharm J*. 2017;1(1):1.
8. Nurfadillah D. Faktor – faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah puskesmas pebayuran. 2022;
9. Grenn D. A Metasynthesis of Factors Affecting Self-Management of Chronic Illness. *J Diabetology*. 2017;3:1–7.



10. Perkeni. Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia. 2015;
11. Hanafi D. Peningkatan Pengetahuan Diet Diabetes, Self Management diabetes dan Penurunan Tingkat Stres Menjalani Diet pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Universitas Sebelas Maret. 2021;
12. Anggraini S. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Batua Kota Makassar. *J Ilmu Kesehat.* 2020;15:102–6.
13. Handriana. Gambaran self care management pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Majalengka. *Pros Senentis.* 2020;1:1189–11194.