

# KORELASI ANTARA PENERIMAAN DIRI DENGAN STRESS PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE-2 DI RSUP Dr. KARIADI

Wahyu Dhewa Yhani, Karyono \*penulis penanggung jawab  
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro  
Email: psikologiundip@yahoo.com/d\_waCkp@yahoo.com

## Abstrak

*Diabetes mellitus* (DM) mulai menjadi salah satu permasalahan terbesar di dunia, hal ini disebabkan oleh meningkatnya resiko DM tipe 2 di banyak negara berkembang. Tahun 2003 WHO memperkirakan 194 juta atau 5,1% dari penduduk Indonesia usia 20-79 tahun menderita DM tipe 2 dan pada tahun 2025 meningkat menjadi 333 juta kasus. Stres psikologis dan psikososial dapat memberatkan control metabolit pada DM Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis korelasi antara penerimaan diri dengan stres yang dialami pasien DM tipe-2 di RSUP Dr Kariadi.

Jumlah sampel penelitian ini adalah 40 pasien yang melakukan kontrol gula darah di Instalasi Rawat Jalan Penyakit Dalam RSUP Dr Kariadi. Sampel dibatasi dengan usia 40 hingga 60 tahun dan terdiagnosa DM tipe-2 kurang dari lima tahun. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala stres pada penderita DM tipe-2 yang terdiri dari 24 aitem ( $\alpha=0,904$ ) dan skala penerimaan diri yang terdiri dari 29 aitem ( $\alpha=0,910$ ).

Hasil analisis regresi menunjukkan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0,451 dengan  $p = 0,003$  ( $p < 0,05$ ), sehingga hipotesis yang menyatakan adanya hubungan negatif antara stres pada penderita DM tipe 2 dengan penerimaan diri dapat diterima. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penerimaan diri dengan stres pada penderita DM tipe 2 di RSUP Dr. Kariadi Semarang.

Kata kunci: stres, penerimaan diri, *diabetes mellitus*, RSUP Dr Kariadi.

## Abstract

*Diabetes mellitus* (DM) is likely to become one of the most prevalent important diseases of the 21st century largely owing to an increasing incidence of type 2 DM in many of the developing nations. WHO calculation 194 million or 5,1% Indonesian people at age 20-79 year old are diabetic, recent calculations suggest that in the year 2025 more than 333 million Indonesian people will have overt diabetes. Psychological and psychosocial stress result in aggravate metabolic control in diabetic. The purpose of this research is analyzing correlation between self acceptance and stress in type 2 diabetic.

The subjects of this study were 40 patients who controlling sugar blood in Instalasi Rawat Jalan, Penyakit Dalam, Dr.Kariadi Hospital. The subjects aged 40-60 years old and diagnosed of type 2 DM less than five years. This research

*use accidental sampling method. Scale of stress in type 2 diabetic (24 item) and scale of self acceptance (29 item) are data collection method for this research.*

*The result of regression analysis showed coefficients correlation ( $r_{xy}$ ) = -0,451 with  $p=0,003$  ( $p<0,05$ ), this meant hypothetic significantly relation between self acceptance an stress in type 2 diabetic are accepted. The conclusion is there is a negative correlation between self acceptance and stress in type 2 diabetic patients at Dr. Kariadi Hospital.*

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

*Diabetes mellitus (DM) mulai menjadi salah satu permasalahan terbesar di dunia, hal ini disebabkan oleh meningkatnya resiko DM tipe 2 di banyak negara berkembang (Scobie, 2007, h.1). DM tipe 2 sebagian besar terjadi pada individu yang memiliki berat badan lebih dari atau sama dengan 120% *relative body weight* (RBW) atau yang disebut obesitas (Tjokroprawiro, 2001, h 27).*

Di seluruh dunia, timbulnya DM tipe 2 meningkat dengan cepat. Pada tahun 1995, terdapat 135 juta kasus. Diperkirakan meningkat menjadi 300 juta kasus pada tahun 2025 (Watkins, 2003, h.5).

Walaupun DM mengganggu fisiologis manusia, kenyataan yang ditemukan dilapangan adalah penderita DM juga mengalami gangguan pada kondisi psikisnya.

Perubahan ini ditandai dengan perubahan perilaku para penderita yang mudah menjadi emosional dan kurang dapat ,mengendalikan diri dengan baik. Menjaga pola makan, menjalani diet, berolahraga teratur, pengecekan gula darah rutin, aktivitas tersebut mudah dijalani tetapi tidak jarang menimbulkan kejenuhan. Kejenuhan tersebut membuat penderita mengalami frustrasi dan stres (Tjokoprawiro, 2001, h.55).

Kondisi fisik dan psikis dari penderita DM tipe 2 membawa dampak negatif bagi perkembangannya. Penderita yang tidak dapat menerima diri sendiri akan merasa dirinya tidak berarti, tidak berguna, sehingga akan semakin merasa terasing dan terkucil dari lingkungannya (Monty dkk, 2003).

Pasien DM tipe 2 memerlukan penerimaan diri yang

baik agar dapat menjalani kehidupannya dengan normal. Salah satu dampak jika pasien tidak memiliki penerimaan diri yang baik adalah stres sehingga dapat memperparah kondisi fisiknya. Penerimaan diri merupakan sikap individu yang mencerminkan perasaan menerima dan senang atas segala kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya serta mampu mengelola segala kekhususan diri dengan baik sehingga dapat menumbuhkan kepribadian dan fisik yang sehat.

### **Rumusan Masalah**

Apakah ada korelasi antara penerimaan diri pasien DM tipe 2 dengan stres yang dialami?

### **Tinjauan Pustaka**

#### ***Stres***

Stres adalah respons umum terhadap adanya tuntutan pada tubuh. Tuntutan tersebut adalah keharusan untuk menyesuaikan diri disebabkan oleh keseimbangan tubuh terganggu (Selye, 1976, h.64)

Stres merupakan perasaan terancam disertai dengan usaha mengatasi untuk mengurangi rasa

terancam tersebut (Calhoun dan Accocella, 1990, h.12)

Pervin, dkk (2004, h.496) mendefinisikan stres sebagai situasi yang membebani atau melampaui kemampuan individu.

Stres didefinisikan sebagai reaksi fisik dan psikis terhadap stimulus dari luar (*stressor*) yang mengancam dan menuntut adanya penerimaan diri terhadap *stressor* yang terjadi pada individu dengan penyakit DM tipe 2.

#### ***Penerimaan Diri***

Penerimaan diri merupakan sikap positif terhadap dirinya sendiri, dengan segala kelebihan dan kekurangannya. Individu bebas dari rasa bersalah, rasa malu, dan rendah diri karena keterbatasan diri serta kebebasan dari kecemasan akan adanya penilaian dari orang lain terhadap keadaan dirinya (Maslow dalam Hjelle & Ziegler, 1992, h.32).

Menurut Perls (dalam Schultz, 1991, h.186) penerimaan diri berkaitan dengan orang yang sehat secara psikologis yang memiliki kesadaran dan penerimaan penuh terhadap dirinya.

Calhoun dan Acocella (1990, h.28) menyatakan orang yang memiliki penerimaan terhadap diri sendiri adalah orang yang memberikan penilaian yang tinggi pada individualitas dan keunikan diri mereka sendiri.

Penerimaan diri didefinisikan sebagai sikap positif terhadap dirinya sendiri, dapat menerima keadaan dirinya dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta memiliki kesadaran dan penerimaan penuh terhadap siapa dan apa diri mereka, dapat menghargai diri sendiri dan menghargai orang lain, serta menerima keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif korelasional negatif yaitu bilamana nilai variabel X yang tinggi selalu disertai oleh variabel Y yang rendah nilainya., dan sebaliknya (Hadi, 2000, h.233) Dalam penelitian ini adalah, nilai stres pada penderita DM tipe 2 yang tinggi akan diikuti

dengan nilai penerimaan diri yang rendah, begitu pula sebaliknya.

### **Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel terikat (*dependent variable*) : stres.
2. Variabel bebas (*independent variable*) : penerimaan diri

### **Subjek Penelitian**

Subjek penelitian adalah pasien Instalasi Rawat Jalan RSUP Dr.Kariadi yang melakukan kontrol gula darah. Kriteria subjek yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah individu dewasa madya dengan usia 40-60 tahun dan menderita DM tipe 2 selama kurang dari lima tahun. Peneliti mendapatkan 40 subjek penelitian

### **Pengumpulan Data**

#### ***Definisi Operasional***

Stres didefinisikan sebagai reaksi fisik dan psikis terhadap stimulus dari luar (*stressor*) yang mengancam dan menuntut adanya penerimaan diri terhadap *stressor* yang terjadi pada individu dengan penyakit DM tipe 2. Data tentang stres didapat melalui skala yang

disusun berdasarkan aspek gangguan emosional, gangguan kognitif dan gangguan psikologis.

Penerimaan diri didefinisikan sebagai sikap positif terhadap dirinya sendiri, dapat menerima keadaan dirinya dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, serta memiliki kesadaran dan penerimaan penuh terhadap siapa dan apa diri mereka, dapat menghargai diri sendiri dan menghargai orang lain, serta menerima keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain. Data tentang penerimaan diri didapat melalui skala yang disusun berdasarkan aspek memiliki gambaran positif terhadap dirinya, dapat mengatur keadaan emosinya, dapat mengatur serta bertoleransi dengan rasa frustrasi dan kemarahan, dapat berinteraksi dengan orang lain tanpa memusuhi apabila orang lain memberi kritik.

Masing-masing skala memuat 40 aitem, yang terdiri dari 20 aitem *favorable* dan 20 aitem *unfavorable*. Setiap aitem terdiri dari 5 pilihan respon jawaban, yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), N (Netral), TS

(Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai).

### **Analisis Data**

Metode analisis data yang digunakan untuk penelitian ini adalah uji korelasi. Hipotesis yang digunakan dalam pengujian ini adalah :

Ho : Variabel bebas (penerimaan diri) tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat (stres pada penderita DM tipe 2).

Ha : Variabel bebas (penerimaan diri) mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap variabel terikat (stres pada penderita DM tipe 2).

Penghitungan akan dilakukan dengan menggunakan komputer program *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) for Window versi 16.0*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

#### ***Uji coba***

Uji coba ini dilaksanakan pada 3 September 2012 hingga 16 Oktober 2012 di RSUP. Dr Kariadi. Peneliti mendapatkan subjek secara

*accidental sampling*. Data penelitian skala yang terkumpul sebanyak 30 dari hasil pengisian skala yang memenuhi kriteria.

Dari 40 item skala stres yang diuji coba tersisa sebanyak 23 item valid. Koefisien validitas berkisar antara 0,378 hingga 0,719 dengan koefisien korelasi kurang dari 5%. Hasil pengujian reliabilitas menghasilkan koefisien alpha 0,904.

Dari 40 item skala penerimaan diri yang diuji coba tersisa 29 item valid. Koefisien validitas berkisar antara 0,305 hingga 0,805 dengan koefisien korelasi kurang dari 5%. Hasil pengujian reliabilitas menghasilkan koefisien alpha 0,910.

### ***Penelitian***

Penelitian dilakukan kepada 40 pasien IRJ Penyakit Dalam RSUP Dr. Kariadi yang memenuhi kriteria subjek. Sebelum diuji hipotesis dilakukan uji normalitas dan uji liniaris data.

Tes untuk menguji normalitas pada data penelitian ini adalah *Kolmogorov-Smirnov*. Dari hasil uji normalitas didapatkan nilai signifikansi 0,200 (20%) > 0,05

(5%), yang berarti data berdistribusi normal. Hubungan variabel penerimaan diri dengan stres linear. Variabel penerimaan diri terbukti mempengaruhi variabel stres terlihat dari nilai signifikansi  $0,003 < 0,05$  (5%).

Berdasarkan hasil analisis regresi diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = -0,451 pada  $p = 0,003$  ( $p < 0,05$ ). Nilai signifikansi 0,003 ( $p < 0,05$ ) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres pada penderita DM tipe 2 dengan penerimaan diri. Nilai koefisien korelasi negatif menunjukkan adanya hubungan negatif antara stres pada penderita DM tipe 2 dengan penerimaan diri dapat diterima. Persamaan garis regresi pada hubungan kedua variabel tersebut adalah:

$$Y = 115,235 - 0,431 X$$

Persamaan tersebut menunjukkan nilai B konstan 115,235. Dapat diartikan bahwa jika penerimaan diri diabaikan maka stres pada penderita DM tipe 2 berada pada tingkat 115,235. Dengan kata lain penambahan satu poin pada penerimaan diri menurunkan stres

pada penderita DM tipe 2 sebesar 0,431.

### **Pembahasan**

Hasil skor skala penerimaan diri ini sesuai dengan hasil yang didapat dari skala stres membuktikan bahwa penerimaan diri mempengaruhi stres yang dialami penderita DM tipe 2. Karena hasil dari skala stres berada pada kategori sedang maka penerimaan diri berada pada kategori tinggi, kondisi ini sesuai dengan pernyataan bahwa individu lanjut usia atau sudah terkena penyakit lebih rentan terhadap perubahan terhadap stres (Segerstrom dan Miller 2004 dalam Feldman, 2009.h.246).

Masa dewasa madya dikarakteristikan dengan penurunan umum kebugaran fisik, penurunan tertentu dalam kesehatan juga telah diperkirakan dan lebih banyak waktu dihabiskan untuk mengawatirkan kesehatan dibandingkan pada masa dewasa awal (Santrock, 2002, h.141). Adanya fasilitas kesehatan yang lengkap serta banyaknya asuransi yang tersedia untuk masyarakat membuat kekhawatiran ini berkurang. Terbukti dengan hasil

penelitian yang menyatakan tingkat stres yang rendah pada subjek.

Individu dewasa madya memiliki kesadaran lebih baik mengenai apa yang dapat mereka lakukan untuk mengubah keadaan stres tinggi dan lebih baik dalam menerima apa yang tidak bisa diubah (Feldman, 2009, h.246). Pernyataan tersebut adalah salah satu alasan adanya hasil skor penerimaan diri yang tinggi pada penelitian ini, fase dewasa madya juga memiliki pengalaman masa lalu yang lebih banyak dibandingkan dengan fase dewasa awal. Pengalaman hidup yang lebih banyak membuat individu dewasa madya dapat berfikir lebih baik untuk menghindari stres dan lebih dapat menerima kodisinya.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penerimaan diri dengan stres pada penderita DM tipe 2 di RSUP Dr. Kariadi Semarang. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima.

## Saran

### 1. Bagi Pasien

Pasien harus dapat lebih menerima kondisi kesehatannya sehingga tidak memperberat beban yang dipikirkannya, menjalani rutinitas sehat sesuai anjuran dokter. Dimulai dengan menjalani aktivitas olahraga ringan dan diet rendah glukosa.

### 2. Bagi Pihak Rumah Sakit

Rumah sakit hendaknya lebih memperhatikan aspek psikologis

yang mempengaruhi kondisi pasien. Dokter dapat memberikan masukan pada pasien untuk lebih mengembangkan penerimaan diri terhadap DM tipe 2.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk lebih memperhatikan faktor penyusunan alat ukur dan tidak memberatkan pasien dengan memberikan pertanyaan penelitian terlalu banyak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Calhoun, J.F., Acocella, J.R. 1990. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan (Edisi ketiga)*. New York: McGraw-Hill.
- Feldman, Ruth Duskin., Papalia, Diane E., Olds, Sally W. 2009. *Human Development (Perkembangan manusia) Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hadi, Sutrisno. 2000. *Statistik, Jilid 2*. Yogyakarta: Andi
- Hjelle, L.A., Zeigler, D.J. 1992. *Personality Theories: Basic Assumptions, Research And Application*. Tokyo: MC Graw Hill
- Monty, P., Satiadarma, A. 2003. Hubungan Antara Penerimaan Diri dengan Kesepian. Suatu Studi Pada Penderita Stroke Berat. *Abstrak Penelitian*. Fakultas Psikologi Universitas Tarumanegara.
- Pervin, Lawrence.A., Cervone, Daniel., John, Oliver.P. 2004. *Personality: Theory and Research, 9nd Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Santrock, John.W. 2002. *Life Span Development, Jilid 2, Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga
- Schultz, D. 1991. *Psikologi Pertumbuhan: Model-model Kepribadian Sehat*. Yogya: Kanisius
- Scobie, Ian N. 2007. *Atlas of diabetes mellitus, third edition*. London: Replika Press
- Selye, H, 1976. *The Stress of Life (Revised Edition)*. New York: McGraw-Hill.
- Tjikoprawiro, Askandar. 2001. *Hidup Sehat dan Bahagia Bersama Diabetes*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Watkins, Peter J. 2003. *ABC of Diabetes.Fifth Edition*. London: BMJ Publishing