

RESILIENCE TERHADAP ANXIETY LANSIA DENGAN DIABETES MELLITUS

Sifa Urafidah

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Eppy Setiyowati

Departemen Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Ananda Yulistiya Kartini

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Sitti Lathifatul Isniah

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Riska Puspita Rahmawati

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Cindy Fareza

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Lailiyatul Fitri

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya

Korespondensi penulis: sifaurafidah114.ns19@student.unusa.ac.id

Abstract. *As people age, their physical condition deteriorates. Anxiety can lead to changes in physical and psychological conditions. This research aims to analyze the relationship between resilience and anxiety in the elderly with diabetes mellitus. The research method applies a cross sectional design. The study population was the elderly in Klurak Village, Candi, Sidoarjo. By using the total sampling method, the sample size was 33 respondents. The instruments used were the Connor and Davidson Resilience Scale (CD-RISC) questionnaire with 5 indicators to measure resilience and the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire with 14 assessment indicators to measure anxiety. The results of the statistical test p-value 0.018 using the Spearman test, meaning that there is a significant relationship between resilience and anxiety in the elderly with diabetes mellitus. In conclusion, the better the resilience possessed by the elderly with diabetes mellitus, the less anxiety will be, and vice versa. Suggestions that are expected to further researchers are to conduct more intensive research on the elderly with a larger sample size, which will obtain more significant results and can be a reference for future theories.*

Keywords: *Anxiety, Elderly, Resilience*

Abstrak. Seiring bertambahnya usia seseorang, kondisi fisiknya akan memburuk. Kecemasan dapat mengakibatkan perubahan pada kondisi fisik dan psikis. Tujuan Penelitian ini bertujuan menganalisis suatu hubungan antara resilience terhadap anxiety pada lansia dengan diabetes mellitus. Metode penelitian menerapkan desain *cross*

Received November 30, 2022; Revised Desember 02, 2022; Januari 19, 2023

*Corresponding author, sifaurafidah114.ns19@student.unusa.ac.id

sectional. Populasi penelitian ialah lansia di Desa Klurak, Candi, Sidoarjo. Dengan menggunakan metode *total sampling*, jumlah sampel sebesar 33 responden. Instrumen yang digunakan adalah angket Connor and Davidson Resilience Scale (CD-RISC) dengan 5 indikator untuk mengukur resilience dan kuesioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) dengan 14 indikator penilaian untuk mengukur kecemasan. Hasil penelitian uji statistik p-value 0,018 dengan menggunakan uji Spearman, artinya terdapat hubungan signifikan antara resilience terhadap anxiety pada lansia dengan diabetes mellitus. Kesimpulan, semakin baik resilience yang dimiliki oleh lansia dengan diabetes mellitus maka kecemasan akan semakin berkurang, begitu pula sebaliknya. Saran yang diharapkan kepada peneliti selanjutnya yaitu dapat melakukan penelitian yang lebih intensif pada lansia dengan jumlah sampel yang lebih besar, yang akan memperoleh hasil lebih signifikan dan dapat menjadi acuan teori dimasa mendatang

Kata kunci: Anxiety, Lansia, Resilience

LATAR BELAKANG

Seiring bertambahnya usia seseorang, kondisi fisiknya akan memburuk. Perubahan kondisi fisik dan psikis akan mengakibatkan berbagai perubahan, antara lain kecemasan, kesedihan, kesulitan tidur dan demensia (Review et al., 2020). Penyakit kronis seperti diabetes mellitus dapat mempengaruhi lansia dan memperburuk masalah kesehatan mereka (Yunalia et al., 2021).

Diabetes melitus yaitu suatu kondisi metabolisme yang bermanifestasi pada seseorang sebagai sejumlah gejala ketika kadar gula darah meningkat di atas normal (Asman, 2022), hal ini ditandai dengan hilangnya toleransi glukosa yang menyebabkan haus berlebihan, kencing berlebihan, nafsu makan berlebihan dan penglihatan kabur (Price dan Wilson, 2014). Gejala tersebut dapat mengganggu tidur, menyebabkan lebih sering terbangun, sulit tidur kembali dan tidak puas tidur, yang dapat menurunkan kualitas tidur seseorang (Gustimigo, 2015), sehingga tekanan darah yang tidak stabil mengakibatkan pasien dengan diabetes mellitus sering bergumul dengan kecemasan (Aftina et al., 2021).

Kecemasan adalah respon umum terhadap situasi yang ditandai dengan gejala sensasi kabur atau tidak jelas atau kekhawatiran terkait dengan perasaan ketidakpastian dan ketidakberdayaan dalam kondisi emosional yang tidak ada objek (Annisa & Ifdil, 2016).

Menurut penelitian (Kesehatan, 2018), keseluruhan kasus diabetes mellitus di Indonesia sebesar 2,0%. Statistik ini menunjukkan peningkatan di atas tahun 2013 sebesar 1,5%. Di Indonesia, penyakit mental emosional mempengaruhi 9,8% penduduk pada tahun 2018. (Kemenkes RI, 2018). Dari tahun 2013 hingga 2018, terjadi peningkatan

jumlah klien dengan penyakit mental emosional dan diabetes mellitus (Saswati et al., 2020). Jawa Timur adalah satu dari banyaknya wilayah dengan jumlah penderita diabetes mellitus terbanyak, dengan angka kejadian sebesar 2,2%.

Dari jumlah 10 lansia yang melakukan konsultasi psikologis, tiga masuk dalam kategori anxiety dan dua masuk kategori rendah bila diukur dengan menggunakan BAI (Puspitasari & Retnowati, 2016). Menurut Shah (2002), alasan penderita diabetes mellitus mengalami kecemasan adalah karena mereka yakin kondisinya tidak akan membaik. Akibatnya, mereka mengalami emosi yang tidak menyenangkan termasuk ketidakberdayaan, kemarahan, rasa malu dan rasa tidak peduli untuk menjadi lebih baik (PasaribuH & Tarigan, 2022).

Menurut beberapa penelitian, kecemasan adalah ketakutan yang tidak memiliki objek atau penyebab yang berbeda. Akibatnya, lansia harus memiliki rasa resiliensi atau kemampuan untuk mengatasi masalah internal. Setiap manusia memiliki potensi untuk ulet atau cemas, oleh karena itu resiliensi adalah kemampuan seseorang dalam memilih jalan yang positif untuk menghindari terjadinya faktor resiko dari kecemasan yang terjadi. Kapasitas individu untuk mengatasi kesulitan dalam hidup ditunjukkan dengan seberapa banyak kesulitan yang mereka hadapi. Seseorang mungkin lebih rentan terhadap masalah yang orang lain anggap mudah (Dewi & Haksasi, 2020).

Tujuan penelitian adalah menganalisis hubungan resilience terhadap anxiety lansia dengan diabetes mellitus di Desa Klurak, Kecamatan Candi, Sidoarjo.

METODE PENELITIAN

Penelitian menerapkan desain *cross-sectional*, dengan populasi semua lanjut usia yang ada di desa Klurak, Candi, Sidoarjo. Sampel didapatkan dengan *total sampling*, sehingga didapatkan sebanyak 33 lansia. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Connor and Davidson Resilience Scale (CD-RISC) dengan 25 item yang terdiri dari 5 indikator penilaian yakni, 1) Kecakapan Individu, keuletan, dan standar yang tinggi, 2) Toleransi terhadap efek samping, 3) Kemampuan menerima perubahan, 4) Pengendalian dan 5) Pengaruh spiritual. Dengan menggunakan 4 rentang jawaban dimulai dari tidak terjadi dengan skor 1 hingga selalu terjadi dengan skor 4. Skala ukur ordinal dengan kriteria penilaian menggunakan tiga kriteria yaitu: *resilience* rendah, *resilience* sedang, dan *resilience* tinggi. Sedangkan kecemasan diukur menggunakan instrument kuesioner

Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) yang memiliki 14 indikator penilaian, terdiri dari 1) Rasa cemas, 2) Perasaan tegang, 3) Rasa takut, 4) Masalah tidur, 5) Gangguan perkembangan otak, 6) Kesedihan, 7) Gangguan neurologis, 8) Gangguan syaraf, 9) Masalah yang terjadi pada jantung dan aliran darah, 10) Gejala pada pernapasan, 11) Masalah gastrointestinal, 12) Masalah kemih dan genital, 13) Gangguan syaraf, 14) Perilaku saat wawancara. Pemberian skor dengan menggunakan kategori penilaian dimulai skor 1 ketika tidak ada gejala hingga skor 5 dengan gejala berat sekali. Skala ukur ordinal dengan 5 kriteria penilaian, yaitu: cemas tidak ada, cemas tingkat ringan, cemas tingkat sedang, cemas tingkat berat, dan tingkat berat sekali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Karakteristik responden

| Karakteristik | Frekuensi (f) | % |
|-----------------------|---------------|-------|
| Umur | | |
| Elderly : 60-74 | 33 | 100% |
| Total | 33 | 100% |
| Jenis kelamin | | |
| Perempuan | 29 | 12,1% |
| Laki-laki | 4 | 87,9% |
| Total | 33 | 100% |
| Agama | | |
| Islam | 33 | 100% |
| Total | 33 | 100% |
| Pendidikan | | |
| SD | 24 | 72,1% |
| SMP | 5 | 15,2% |
| SMA | 3 | 9,1% |
| PT (Perguruan Tinggi) | 1 | 3,0% |
| Total | 33 | 100% |
| Pekerjaan | | |
| Tidak Bekerja | 16 | 48,5% |
| Lain-lain | 7 | 21,2% |
| Wiraswasta | 2 | 9,1% |
| Petani | 7 | 21,2% |
| Total | 33 | 100% |

Dilihat pada tabel 1, responden yang paling banyak adalah kelompok lansia dengan kategori elderly (60-74 tahun) yang berjumlah 33 orang (100%) dari total 33 orang yang diteliti. Responden berjenis kelamin perempuan terbanyak sebesar 29 lansia (87,9%). Karakteristik agama responden mayoritas beragama Islam berjumlah 33 (100%).

Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, terbanyak SD (sekolah dasar) sebanyak 24 responden (72,7%). Berdasarkan pekerjaan terbanyak ialah lansia tidak bekerja berjumlah 16 orang (48,5%).

Tabel 2 Tingkat resiliensi responden

| Resiliensi | Frekuensi (f) | % |
|-------------------|---------------|-------------|
| Resiliensi tinggi | 20 | 60,6% |
| Resiliensi sedang | 9 | 27,3% |
| Resiliensi rendah | 4 | 12,1% |
| Total | 33 | 100% |

Tabel 2 menunjukkan bahwa karakteristik sebanyak 20 lansia (60,6%) dengan responden mayoritas tinggi berdasarkan tingkat resiliensi.

Tabel 3 Tingkat kecemasan responden

| Anxiety | f | (%) |
|--------------|-----------|-------------|
| Tidak ada | 3 | 9,1% |
| Berat sekali | 7 | 21,2% |
| Berat | 4 | 12,1% |
| Sedang | 4 | 12,1% |
| Ringan | 15 | 45,5% |
| Total | 33 | 100% |

Tabel 3 diatas menunjukkan karakteristik berdasarkan kecemasan responden didapatkan mayoritas ringan yaitu sebanyak 15 orang (45,5%).

Tabel 4 Tabulasi silang hubungan resilience dengan anxiety pada lansia dengan diabetes melitus

| Resilience | Anxiety | | | | | | | | | | Total | |
|-------------------|-----------|-------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------|-------------|
| | Tidak ada | | Cemas (Ringan) | | Cemas (Sedang) | | Cemas (Berat) | | Sangat Berat | | | |
| | f | % | f | % | f | % | f | % | f | % | f | % |
| Resiliensi rendah | 0 | 0% | 2 | 6,1% | 0 | 0% | 0 | 0% | 2 | 6,1% | 4 | 12,1% |
| Resiliensi sedang | 0 | 0% | 2 | 6,1% | 2 | 6,1% | 2 | 6,1% | 3 | 9,1% | 9 | 27,3% |
| Resiliensi tinggi | 3 | 9,1% | 11 | 33,3% | 2 | 6,1% | 2 | 6,1% | 2 | 6,1% | 20 | 60,6% |
| Total | 3 | 9,1% | 15 | 45,5% | 4 | 12,1% | 4 | 12,1% | 7 | 21,2% | 33 | 100% |

Spearman correlation p-value 0,018

Tabel 4 Hasil tabulasi silang analisis hubungan resilience terhadap kecemasan dari 33 responden menunjukkan lansia dengan resiliensi rendah berjumlah 4 responden (12,1%), diantaranya memiliki tingkat kecemasan kategori ringan berjumlah 2 (6,1%) dan kecemasan berat sekali berjumlah 2 responden (6,1%). Lansia dengan tingkat resiliensi sedang berjumlah 9 responden (27,3%), diantaranya dengan tingkat kecemasan yang rendah berjumlah 2 lansia (6,1%), tingkat anxiety sedang berjumlah 2 lansia (6,1%), tingkat kecemasan tinggi berjumlah 2 responden (6,1%), dan 3 (9,1%) responden memiliki tingkat kecemasan berat sekali. Sedangkan lansia dengan tingkat resiliensi tinggi berjumlah 20 responden (60,6%), 3 (9,1%) diantaranya tidak ada kecemasan, cemas tingkat ringan berjumlah 11 lansia (33,3%), cemas tingkat sedang 2 responden (6,1%), dengan cemas tingkat tinggi sebanyak 2 lansia (6,1%), dan lansia dengan adanya tingkat cemas sangat berat berjumlah 2 responden (6,1%). Uji statistik diperoleh p -value 0,018.

Uji statistik dengan p -value 0,018 dapat dikaitkan dengan adanya hubungan yang signifikan antara resilience terhadap anxiety pada lansia dengan diabetes mellitus. Hasil diatas menggambarkan bahwa para lansia mampu untuk mengatasi dan menghadapi secara cukup baik terhadap penyakit yang sedang dideritanya. Jika seseorang ingin bangkit dari sebuah kesulitan, atau kegagalan, maka dibutuhkan resilience agar kesulitan yang dapat menyebabkan terjadinya depresi atau kecemasan dapat teratasi. Oleh karena itu, manusia akan dapat menarik kesimpulan bahwa dengan adanya resilience, mereka dapat mencoba hal baru yang lebih baik dari sebelumnya, sehingga dapat menurunkan resiko terjadinya depresi atau kecemasan (Sya'diyah et al., 2022). Resilience juga dapat menganalisis dan mengubah mindset atau pola pandang seseorang menjadi lebih positif serta dapat meningkatkan dan mengontrol kehidupan sesuai dengan kapasitas resilience.

Lansia yang memiliki resilience tinggi sebanyak 60,6% kemungkinan dapat disebabkan oleh responden yang mengalami lama sakit lebih dari 1 tahun sehingga lansia dapat lebih tenang dalam menghadapi penyakit yang dideritanya. Menurut (Sugeng et al., 2016), salah satu cakupan dari resilience yaitu suatu kemampuan untuk menstabilkan kondisi yang penuh tekanan atau regulasi emosi. Seseorang yang resilience menggunakan keterampilan mereka yang lebih intens untuk membantu dalam mengontrol emosi, perhatian, dan perilakunya. Untuk membentuk hubungan yang baik dan keberhasilan di

lingkungan kerja serta mengimbangi dengan menjaga kesehatan fisik dengan regulasi diri.

Dapat diartikan bahwa, semakin baik resilience yang dimiliki oleh lansia dengan diabetes mellitus maka kecemasan tidak akan meningkat, tetapi jika semakin berkurangnya resilience maka kecemasan pada lansia dengan diabetes mellitus akan semakin meningkat pada tingkatan yang berat sekali.

Zhang et al., (2020) melakukan penelitian yaitu individu dengan tingkat ketahanan yang lebih tinggi juga memiliki tingkat kecemasan dan keputusasaan yang lebih rendah, kami menemukan bahwa ketahanan mempunyai hubungan negatif dengan kedua emosi ini, pasien dengan resiliensi yang lebih kuat mungkin lebih mampu menangani stress psikologis karena mereka dapat mempertahankan pandangan positif mereka dalam menghadapi keadaan yang berpotensi fatal (Guo, Liu, Kong, Solomon, & Fu, 2018). Jika dibandingkan dengan orang yang kesehatan fisik dan mental lebih baik, dapat mengalami peningkatan kesehatan fisik, tingkat depresi, kecemasan, gangguan tidur, dan PTS yang lebih rendah, (Straud et al.,2018); (Finklestein et al., 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan Tingkat resiliensi terbanyak ialah resiliensi tinggi berjumlah 20 responden (60,6%) dan tingkat kecemasan terbanyak ialah kecemasan ringan berjumlah 15 responden (45,5%). Lansia dengan resiliensi rendah mengalami kecemasan ringan dan kecemasan berat sekali. Lansia dengan resiliensi sedang mengalami kecemasan ringan hingga kecemasan berat sekali. Sedangkan lansia dengan resiliensi tinggi tidak mengalami kecemasan, mengalami kecemasan ringan hingga kecemasan berat sekali. Semakin baik resilience yang dimiliki oleh lansia dengan diabetes mellitus maka kecemasan akan semakin berkurang, begitu pula sebaliknya. Saran yang diharapkan kepada peneliti selanjutnya yaitu dapat melakukan penelitian yang lebih intensif pada lansia dengan jumlah sampel lebih besar, yang akan memperoleh hasil lebih signifikan dan dapat menjadi acuan teori dimasa mendatang.

DAFTAR REFERENSI

Aftina, F. V. F., Poeranto, S., & Utami, Y. W. (2021). The Effectiveness of Psychoreligius Therapy on Sleep Quality and Anxiety in Diabetes Mellitus Patientstype 2.

- International Journal of Science and Society*, 3(1), 99–107. <https://doi.org/10.54783/ijsoc.v3i1.274>
- Asman, A. dkk. (2022). *Asuhan Keperawatan Sistem Pernapasan Berbasis SDKI, SLKI, SIKI*. Media Sains Indonesia dan Penulis.
- Dewi, W. N. A., & Haksasi, B. S. (2020). Pengaruh Tingkat Kecemasan dan Resilience Terhadap Motivasi Berprestasi Mahasiswa Prodi BK-FKIP UNIVERSITAS IVET. *Pawiyatan*, 27(2), 36–48.
- Finklestein, M., Pagorek-Eshel, S., & Laufer, A. (2022). Adolescents' individual resilience and its association with security threats, anxiety and family resilience. *Journal of Family Studies*, 28(3), 1023–1039. <https://doi.org/10.1080/13229400.2020.1778504>
- PasaribuH, I., & Tarigan, M. (2022). JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psikologi Hubungan Optimisme dengan Kecemasan akan Kematian pada Penderita Penyakit Diabetes Mellitus di Klinik Romana Relationships Optimism with Anxiety of Death in Patients with Diabetes Mellitus at the Romana Clinic. *JOUSKA: Jurnal Ilmiah Psjikologi*, 1(1), 8–15. <https://doi.org/10.31289/jsa.v1i1.1093>
- Puspitasari, E., & Retnowati, S. (2016). Program Lansia Sabar Berbasis Reminiscence dan Terapi Seni untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia Penyandang Diabetes Melitus Tipe II. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 2(2), 60. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.33357>
- Review, L., Studi, P., Program, K., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Medika, W. (2020). *Literature Review Terapi Mindfulness Mengatasi*.
- Saswati, N., Sutinah, S., & Dasuki, D. (2020). Pengaruh Penerapan Hipnosis Lima Jari untuk Penurunan Kecemasanpada Klien Diabetes Melitus. *Jurnal Endurance*, 5(1), 136. <https://doi.org/10.22216/jen.v5i1.4632>
- Sugeng, Proyogi, A. S., & Agung, G. A. K. (2016). Hubungan antara Resiliensi dengan Tingkat Kecemasan Pasien Kanker. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, VII(3), 149–155.
- Sya'diyah, H., Mutyah, D., Mayasari, A. C., Kirana, S. A. C., & Myra, M. (2022). Relationship between resilience level and anxiety level of family who has elderly in facing the Covid-19 pandemic. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 17(2).
- Yunalia, E. M., Soeharto, I. P. S., Eureka, S., Sulistyawati, W., & Nurma, A. N. (2021). Penatalaksanaan Ansietas Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe-Ii. *Jaim Unik*, 4(2), 59–65.
- Zhang, J., Yang, Z., Wang, X., Li, J., Dong, L., Wang, F., Li, Y., Wei, R., & Zhang, J. (2020). The relationship between resilience, anxiety and depression among patients with mild symptoms of COVID-19 in China: A cross-sectional study. *Journal of Clinical Nursing*, 29(21–22), 4020–4029. <https://doi.org/10.1111/jocn.15425>