

## **ANXIETAS DITINJAU DARI HOPE PADA PASIEN PENDERITA PENYAKIT DIABETES DI KLINIK DIABETES DHARMA MEDAN**

**Erika Thiodora Rumabutar, Diny Atrizka, Nurmaizar Nilawati Siregar**

<sup>1</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Prima Indonesia

Email : fpsl@unprimdn.ac.id

### **Abstract**

*This study aimed to determine the correlation between hope and anxiety. The subjects were patients of diabetic in Clinic Diabetes Dharma Medan. The sampling technique used for this study was total sampling with the number of respondents 126 people. The collection of data for this study used self reports method. Data were obtained from a scale for measuring hope and anxiety. The calculation was performed by means of testing requirements analysis (assumption) that consists of a test for normality and linearity. Data collected was analyzed with Pearson Product Moment through SPSS 18 for Windows. The results of data showed correlation coefficient  $r = -0,472$ , and  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), indicating that there is a negative relationship between hope and anxiety. The results of this study indicated that the contribution ( $R^2$ ) of the hope variable on the anxiety was at 22.3 %, and 77.7 % was influenced by other factors not examined in this study. Based on the results it was concluded that there was a correlation between hope and anxiety.*

**Keywords :** Hope, Anxiety

### **Abstrak**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harapan dengan kecemasan. Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara harapan dengan kecemasan, dengan asumsi semakin tinggi harapan maka semakin rendah kecemasan dan sebaliknya semakin rendah harapan maka semakin tinggi kecemasan. Subjek dalam penelitian ini adalah pasien diabetes di Klinik Diabetes Dharma Medan sebanyak 126 subjek yang dipilih dengan menggunakan teknik total sampling. Data diperoleh dari skala untuk mengukur harapan dan kecemasan. Perhitungan dilakukan dengan melalui uji prasyarat analisis (uji asumsi) yang terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Analisis data yang digunakan adalah menggunakan Analisa Product Moment melalui bantuan SPSS 18 for Windows. Hasil analisis data menunjukkan  $r = -0.472$ , dan  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara harapan dan kecemasan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan ( $R^2$ ) yang diberikan variabel harapan terhadap kecemasan adalah sebesar 22.3 persen, selebihnya 77.7 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan dapat diterima, yaitu ada hubungan negatif yang signifikan antara harapan dengan kecemasan.*

**Kata kunci :** Harapan, Kecemasan

## **1. PENDAHULUAN**

Manusia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang memiliki status tertinggi dibandingkan dengan makhluk hidup lainnya, karena selain memiliki kemauan manusia juga memiliki kemampuan intelektual dalam aktifitas kehidupannya (Pieter & Lubis, 2010). Untuk menjalankan aktifitas dalam kehidupannya dengan baik maka setiap individu harus memiliki kesehatan yang baik secara fisik dan psikologis pula. Kesehatan fisik merupakan fisik yang tidak sakit atau bebas dari penyakit tidak cacat dan tidak lemah, semua organ tubuh dalam keadaan dan berfungsi normal tidak ada gangguan fungsi organ tubuh (Siswanto, 2010). Sedangkan keadaan jiwa yang sehat adalah pikiran yang sehat secara emosi dan dapat dicerminkan oleh kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya serta memiliki keyakinan adanya kekuasaan dan kekuatan Tuhan sehingga individu dapat berinteraksi dengan lingkungan sosial dengan baik.

Era globalisasi pada saat ini dapat merubah pola hidup setiap individu, sehingga mempengaruhi kesehatan setiap individu. Salah satu contoh pola hidup yang mempengaruhi kesehatan individu adalah pada saat ini semua masyarakat lebih sering menggunakan kendaraan bermotor dari pada berjalan kaki sehingga minimnya gerak tubuh dan dapat membuat kesehatan menurun, ditambah lagi dengan kecanggihan teknologi pada saat ini masyarakat dapat dengan mudah menggunakan transportasi *online* dan dapat memesan makanan apapun pada aplikasi tersebut. Gaya hidup yang dipengaruhi oleh kemajuan zaman pada saat ini membuat masyarakat lebih mementingkan ketenaran makanan tersebut dari pada gizi yang terkandung didalamnya. Banyak masyarakat yang lebih memilih makan di tempat makanan cepat saji dari pada mengolah makanan sendiri di rumah yang kualitas kebersihan dan gizinya lebih terjamin, setiap makanan yang dikonsumsi oleh individu merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk mempertahankan kelangsungan hidup. Menurut Achmadi (2012) untuk mempertahankan hidup, manusia primitif atau manusia modern memerlukan komponen udara untuk mengambil oksigen, air untuk menggantikan air di dalam tubuhnya, dan manusia juga memerlukan pangan untuk mendapatkan energi, serta perlu teman untuk bersosialisasi secara intim dan bereproduksi. Kualitas hidup manusia dalam satu wilayah tergantung kualitas pangan.

Salah satu upaya yang dilakukan oleh pemerintah untuk membantu meningkatkan pola hidup yang sehat dengan cara melakukan promosi kesehatan kepada masyarakat. Salah satu contoh Promosi kesehatan yang dilakukan pemerintah adalah Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) merupakan suatu tindakan sistematis dan terencana yang dilakukan secara bersama-sama oleh seluruh komponen bangsa dengan kesadaran, kemauan dan kemampuan berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup. Pelaksanaan GERMAS harus dimulai dari keluarga, karena keluarga adalah bagian terkecil dari masyarakat yang membentuk kepribadian. GERMAS dapat dilakukan dengan cara melakukan aktifitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, memeriksa kesehatan secara rutin, membersihkan lingkungan, dan menggunakan jamban.

Naluri untuk bertahan hidup menyebabkan manusia selalu ingin hidup aman tanpa adanya ancaman. Salah satu ancaman dalam kehidupan individu adalah penyakit. Menurut Achmadi (2012), penyakit dapat diartikan sebagai suatu kondisi patologis berupa kelainan fungsi atau morfologi suatu organ atau jaringan tubuh manusia. Termasuk di dalamnya kelainan biokimia seperti kelainan enzim, namun pada dasarnya juga menimbulkan gangguan fungsi. Tumor atau kanker merupakan manifestasi kelainan

morfologi dan fungsi pada tingkat seluler bagian tubuh tertentu. Salah satu penyakit yang sering terjadi dilingkungan masyarakat adalah diabetes. Diabetes atau yang sering disebut juga kencing manis atau penyakit gula merupakan penyakit kronis karena adanya gangguan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein, diabetes ditandai dengan adanya peningkatan kadar gula dalam darah secara mendalam dan sangat beresiko terserang penyakit jantung, stroke, penyakit ginjal serta gangguan fungsi saraf (Junaidi, 2009) .

Menurut Novitasari (2012), ada 3 (tiga) tipe diabetes mellitus yaitu tipe 1, dalam diabetes mellitus tipe 1 pankreas benar-benar tidak dapat menghasilkan insulin karena rusaknya sel-sel beta yang ada dalam pankreas oleh virus atau autoimunitas. Diabetes mellitus tipe 2 yakni mengalami sekali kekurangan insulin dan resistensi insulin kekurangan insulin ditandai dengan berat badan cenderung normal sedangkan resistensi insulin cenderung memiliki berat badan besar atau gemuk, dan yang ketiga *gestational diabetes mellitus* (GDM). Diabetes mellitus tipe ini menjangkit wanita yang tengah hamil, lebih sering menjangkit di bulan ke enam masa kehamilan resiko neonatal yang terjadi keanehan sejak lahir seperti berhubungan dengan jantung dan menjadi sebab bentuk cacat otak.

Menurut pusat data dan informasi kementerian kesehatan Republik Indonesia (Infodatin) pada tahun 2014 menyatakan bahwa 0,6 % atau sekitar 1 juta jiwa penduduk indonesia usia 15 tahun ke atas menderita diabetes mellitus, pada tahun 2013 Jawa Timur menjadi kota tertinggi nomor satu penderita diabetes terbanyak di indonesia sebanyak 605.974 jiwa dan Papua Barat menjadi kota terendah penderita diabetes yakni sebanyak 5.575 jiwa (depkes.go.id).

Penyakit yang diderita individu membuat produktifitas kerja tubuh melemah dan banyak individu yang mengalami kekhawatiran dan kecemasan akan penyakit yang dideritanya. Menurut Chaplin (2002), kecemasan atau anxietas adalah perasaan campuran berisikan ketakutan dan keperihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut, rasa takut atau kekhawatiran kronis pada tingkat yang ringan, kekhawatiran atau ketakutan yang kuat dan meluap-luap.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah harapan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Rajandram, dkk., (2011), bahwa terdapat hubungan yang signifikan negatif antara harapan dengan kecemasan. Artinya semakin tinggi harapan yang dimiliki oleh seorang individu, maka semakin rendah kecemasan yang ada di dalam diri individu tersebut dan sebaliknya.

Snyder (2000) menyatakan harapan (*hope*) adalah keseluruhan dari kemampuan yang dimiliki individu untuk menghasilkan jalur mencapai tujuan yang diinginkan, bersamaan dengan motivasi yang dimiliki untuk menggunakan jalur-jalur tersebut.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Tracy, dkk., (1999) kepada 44 orang pasien di rumah sakit terbesar yang ada di New Jersey dengan karakteristik pasien yang mengalami pasca trauma operasi dan mengidap penyakit jantung koronik menemukan hasil adanya hubungan signifikan negatif antara harapan dan kecemasan. Artinya semakin tinggi harapan yang ada di dalam diri pasien, maka semakin rendah kecemasan yang dirasakan oleh pasien tersebut, dan sebaliknya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan negatif antara harapan dengan kecemasan. Semakin tinggi harapan seseorang, maka semakin rendah kecemasan yang akan dialami dan sebaliknya semakin rendah harapan seseorang, maka semakin tinggi kecemasan yang akan dirasakan oleh individu tersebut.

## 2. METODE PENELITIAN

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes di klinik diabetes Dharma medan. Metode pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *total sampling*. Jadi jumlah sampel pada penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes di klinik diabetes Dharma Medan yang berjumlah 126 orang.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pembagian skala, yaitu untuk skala kecemasan dan skala harapan. Jenis skala yang digunakan adalah skala *Likert*.

Skala kecemasan dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan oleh Safaria dan Nofrans (2009) yaitu: reaksi fisik, perilaku, pemikiran dan suasana hati. Skala harapan disusun berdasarkan karakteristik harapan yang dikemukakan oleh Snyder (1999) yaitu: tujuan berpikir (*goals thinking*), jalur pemikiran (*pathways thinking*), dan *agency thinking*

Metode analisis data menggunakan korelasi *Product Moment (Pearson Correlation)* dengan bantuan SPSS 18 *for windows* untuk mengetahui bagaimana hubungan antara variabel harapan dengan variabel kecemasan.

## 3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukan analisis *Product Moment (Pearson Correlation)*, data yang terkumpul terlebih dahulu ditentukan normalitas sebaran dan linieritas hubungannya. Dari uji normalitas dan uji linieritas diketahui bahwa hasilnya memenuhi asumsi tersebut. Hasil uji normalitas sebaran dan uji linieritas hubungan dapat dilihat pada Tabel 1 dan Tabel 2 di bawah ini.

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas**

| Variabel  | SD    | K-SZ  | Sig   | p          | Keterangan     |
|-----------|-------|-------|-------|------------|----------------|
| Kecemasan | 11,89 | 0,514 | 0,954 | $p > 0,05$ | Sebaran normal |
| Harapan   | 10,09 | 0,853 | 0,461 | $p > 0,05$ | Sebaran normal |

**Tabel 2. Hasil Uji Linieritas Hubungan**

| Variabel             | F      | Sig   | p          | Keterangan |
|----------------------|--------|-------|------------|------------|
| Kecemasan<br>Harapan | 37,401 | 0,000 | $p < 0,05$ | Linier     |

Hipotesis dalam penelitian ini adalah hubungan negatif antara harapan dengan kecemasan pada pasien diabetes di klinik diabetes Dharma Medan. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada Tabel 3 berikut.

**Tabel 3. Korelasi Antara Harapan dengan Kecemasan**

| Variabel             | <i>Pearson Correlation</i> | Sig.  |
|----------------------|----------------------------|-------|
| Kecemasan<br>Harapan | -0,472                     | 0,000 |

Berdasarkan hasil analisis korelasi antara harapan dengan kecemasan, diperoleh koefisien korelasi *product moment* sebesar -0.472 dengan sig sebesar 0.000 ( $p < 0.05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif antara harapan dengan kecemasan.

**Tabel 4. Model Summary Sumbangan Efektif**

| Model | R      | R Square | Adjusted R Square | Std. Error of the Estimate |
|-------|--------|----------|-------------------|----------------------------|
| 1     | -0,472 | 0,223    | 0,217             | 10,527                     |

Berdasarkan Tabel 4 *Model Summary* Sumbangan Efektif di atas, diperoleh koefisien determinasi *R Square* ( $R^2$ ) sebesar 0.223. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa sumbangan 22.3 persen harapan mempengaruhi kecemasan dan selebihnya 77.7 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diuji dalam penelitian ini.

Adapun hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Davis (2005), bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harapan dan kecemasan ( $r = -0.55$   $p < 0,000$ ).

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan negatif antara harapan dan kecemasan pada pasien diabetes di Klinik Diabetes Dharma dengan korelasi *Product Moment* ( $r$ ) sebesar -0,472 dengan  $p$  sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), artinya semakin tinggi harapan yang ada didalam diri pasien, maka semakin rendah kecemasan yang akan dialami oleh pasien tersebut, dan sebaliknya jika semakin rendah harapan, maka semakin tinggi kecemasan pada pasien.
2. *Mean* dari kecemasan pada subjek penelitian pasien diabetes di Klinik Diabetes Dharma secara keseluruhan menunjukkan bahwa kecemasan subjek penelitian menunjukkan kategori rendah. Hal ini dapat dilihat dari nilai empirik sebesar 66,44 lebih rendah dari *mean* hipotetik sebesar 75. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat terdapat 36 orang

atau 28,8 persen yang memiliki kecemasan rendah, 88 orang atau 69,6 persen pasien memiliki kecemasan sedang, dan 2 orang atau 1,6 persen memiliki kecemasan yang tinggi.

3. *Mean* dari harapan pada subjek penelitian pasien diabetes di Klinik Diabetes Dharma Medan secara keseluruhan menunjukkan bahwa harapan subjek penelitian menunjukkan kategori tinggi. Hal ini dapat dilihat dari *mean* empirik 72,08 lebih tinggi dari *mean* hipotetik sebesar 62,5. Berdasarkan kategori, maka dapat dilihat terdapat 2 orang pasien atau 1,6 persen yang memiliki harapan rendah, terdapat 66 orang atau 52,1 persen memiliki harapan sedang, dan 58 orang atau 46,3 persen memiliki harapan yang tinggi.
4. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangan yang diberikan variable harapan terhadap variabel kecemasan adalah sebesar 22,3 persen, selebihnya 77,7 persen dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

## 5. SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti mengemukakan beberapa saran yang diharapkan berguna untuk kelanjutan studi korelasional ini.

### 1. Saran bagi pasien diabetes mellitus

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka diharapkan agar pasien dapat selalu berharap kepada Tuhan Yang Maha Esa, serta dapat mendekatkan diri dengan cara beribadah sesuai dengan agama dan kepercayaan masing-masing. Tidak menutup diri dari lingkungan sosial dan dapat menambah aktivitas di luar rumah, seperti mengikuti kegiatan keagamaan dan kegiatan kemasyarakatan yang ada di lingkungan sekitar tempat pasien tinggal.

Serta dapat menjaga pola makan, menghindari makanan yang manis-manis, melakukan olahraga teratur, mengikuti aturan dari dokter, dan rutin mengecek kesehatan. Serta selalu berpikir positif agar kesehatan semakin membaik.

### 2. Saran bagi pihak klinik

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka disarankan agar pihak dari klinik yang terkait dapat lebih memperhatikan pasien yang sedang melakukan pengecekan kesehatan/kontrol DM, dengan memberikan edukasi tentang DM yang diperoleh melalui dokter serta memberikan penanganan yang optimal kepada pasien. Klinik juga diharapkan dapat memberikan pelayanan yang baik agar pasien merasa puas, serta memberikan motivasi dan dorongan agar pasien dapat selalu berpikir positif dan memiliki keyakinan dalam diri agar dapat sembuh.

### 3. Saran kepada peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan seperti dukungan sosial, kecerdasan emosi, religiusitas, *self efficacy* dan optimisme. Peneliti selanjutnya juga diharapkan mampu mengikuti kaidah-kaidah penulisan aitem yang tepat, seperti menggunakan kata-kata yang dengan mudah dimengerti oleh subjek agar semakin banyak aitem yang sah pada saat melakukan uji

coba. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat melakukan pendekatan diri kepada subjek sebelum menyebarkan skala agar subjek dapat menjawab pernyataan dengan baik.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Achmadi, U. F. 2012. ***Manajemen Penyakit Berbasis Wilayah***. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- [2] Chaplin, 2015. ***Kamus Lengkap Psikologi***. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada.
- [3] Davis, B. 2005. Mediators Of The Relationship Between Hope and Well-being In Older Adults. ***Jurnal Clinical Nursing Research, Vol 14. No. 3***. Diakses pada tanggal 15 Maret 2017 dari: <http://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/1054773805275520>.
- [4] Junaidi, I. 2009. ***Kencing Manis***. Edisi pertama. Jakarta : PT Bhuana Ilmu Populer.
- [5] Novitasari. 2012. ***Diabetes Mellitus***. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [6] Pieter, H. Z & Lubis, N. L. 2010. ***Pengantar Psikologi Dalam Keperawatan***. Jakarta : Kencana.
- [7] Rajandram, R. K., Ho, S. M., Samman, N., Chan, N., Mcgrath, C., & Zwahlen, R., A. 2011. Interrection Of Hope and Optimism With Anxiety and Depression In a Specific Group Of Cancer Survivors: a Preliminary Study. ***Journal BioMed Central. Vol 2 No 3*** .Diakses pada tanggal 6 februari 2017 dari: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3314421/>.
- [8] Safaria, T. & Nofrans, E. S. 2009. ***Manajemen Emosi. Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda***. Jakarta : PT. Bumi Aksara.
- [9] Siswanto, H. 2010. ***Pendidikan Kesehatan Anak Usia Dini***. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- [10] Snyder, C. R. 1999. ***The Psychology of What Work***. New York: Oxford University Press. Diakses pada tanggal 15 februari 2017 dari : <https://books.google.co.id/books?id=z45iqgEFNYwC&printsec=frontcover&dq=book+of+The+Psychology+of+What+Work&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwi5zs7E9PfWAhXEm5QKHTYgA7oQ6AEIJAA#v=onepage&q=book%20of%20The%20Psychology%20of%20What%20Work&f=false>
- [11] Snyder, C. R. 2000. ***Hand Book Of Hope, Theory, Measure, & Applications***. Cetakan pertama. London : Academic Press. Diakses pada tanggal 15 Februari 2017 dari : <https://books.google.co.id/books?id=2KHRRaqqxTMC&printsec=frontcover&dq=book+of+Hand+Book+Of+Hope,+Theory,+Measures,+and+Applications&hl=id&sa=X&ved=0ahUKEwi5pavf9PfWAhUDqJQKHW3WAQ4Q6AEIKTAA#v=o>

nepage&q=book%20of%20Hand%20Book%20Of%20Hope%2C%20Theory%2C%20Measures%2C%20and%20Applications&f=false

- [12] Tracy, J., Flower, S., & Magarelli, K. 1999. Hope and Anxiety Of Individual Family Members Of Critically III Adults. *Journal of Nursing Research*. Vol. 12 No. 3. Diakses Pada Tanggal 5 Maret 2017 dari: [https://www.researchgate.net/publication/12841556\\_Hope\\_and\\_anxiety\\_of\\_individual\\_family\\_members\\_of\\_critically\\_III\\_adults](https://www.researchgate.net/publication/12841556_Hope_and_anxiety_of_individual_family_members_of_critically_III_adults).
- [13] Depkes.go.id. 2016. Data Statistik Penderita Penyakit Diabetes Di Indonesia. Diakses pada tanggal 27 Februari 2017 dari: <http://www.depkes.go.id/infodatin-diabetesdiindonesia/2016>.
- [14] Depkes.go.id. 2018 . Pengertian GERMAS dan Tujuannya . Diakses pada tanggal 21 Januari 2018 dari: <http://www.depkes.go.id/article/view/16111500002/germas-wujudkan-indonesia-sehat.html>