

## MEKANISME KOPING DAN TINGKAT KEPATUHAN PADA PENDERITA PENYAKIT DIABETES MELLITUS

*Coping Mechanism and Compliance Level In Patients With Diabetes Mellitus*

Diah Jerita Eka Sari<sup>1</sup>, Widiharti<sup>2</sup>, Nuning Khurotul Afida<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Muhammadiyah Gresik

Alamat Korespondensi : Jl. Proklamasi No.54, Telp. (031) 3984249

Gresik 61121, Jawa Timur - Indonesia

E-mail : [diahjes@umg.ac.id](mailto:diahjes@umg.ac.id)

### ABSTRAK

Diabetes Mellitus adalah penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan yang baik untuk mengontrol kadar gula darah. Kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit ini sangat penting dalam mencegah komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup penderita. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan pada penderita diabetes adalah mekanisme koping atau cara individu menghadapi dan mengatasi stres atau tuntutan yang dihadapi. Tujuan penelitian menganalisis hubungan mekanisme koping dengan tingkat kepatuhan pada penderita penyakit diabetes mellitus. Penelitian observasional bersifat analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah penderita diabetes mellitus dengan besar sample 52 orang menggunakan *simple random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan mekanisme koping yang paling besar adalah adaptif (61,5%), sedangkan untuk kepatuhan adalah dalam kategori patuh yang paling banyak (57,6%) dengan nilai uji statistic *rank spearman*  $p=0,00$ . Ada hubungan mekanisme koping dengan tingkat kepatuhan pada penderita penyakit diabetes mellitus.

**Kata kunci** : Mekanisme koping, Kepatuhan, Diabetes Mellitus

### ABSTRACT

*Diabetes Mellitus is a chronic disease that requires good management to control blood sugar levels. Compliance with the management of this disease is very important in preventing long-term complications and improving the quality of life of sufferers. One of the factors that can affect the level of adherence in people with diabetes is the coping mechanism or the way individuals face and deal with the stress or demands they face. The aim of the study was to analyze the correlation between coping mechanisms and compliance level in people with diabetes mellitus. Analytic observational research with a cross sectional approach. The population in this study were people with diabetes mellitus with a sample size of 52 people using simple random sampling. The research instrument used a questionnaire. The results showed that adaptive coping mechanisms were the greatest (61.5%), while compliance was in the most obedient category (57.6%) with a statistical test value of  $p=0.00$ . There is a correlation between coping mechanisms and the level of compliance in people with diabetes mellitus.*

**Keywords** : *Coping mechanisms, Compliance, Diabetes Mellitus*

### PENDAHULUAN

Meningkatnya populasi lansia tidak dapat dipisahkan dari masalah kesehatan yang dialaminya. Berbagai permasalahan terkait penurunan kondisi fisik lansia memicu

terjadinya berbagai penyakit degeneratif.

Penyakit degeneratif yang paling banyak dialami oleh lansia salah satunya adalah diabetes mellitus.

Penyakit diabetes menimpa banyak masyarakat Indonesia. Setiap tahun jumlahnya semakin besar. Penyakit diabetes merupakan penyakit yang sangat berbahaya jika tidak dirawat dengan baik karena dapat menimbulkan berbagai komplikasi menyebabkan penderitaan bahkan kematian.

Angka penderita diabetes berdasarkan data IDF (*International Diabetic Federation*) yang di Indonesia sejumlah 6,2% pada tahun 2015 dan menempati urutan ketujuh negara dengan jumlah pasien diabetes terbanyak di dunia menjadi urutan kelima pada tahun 2021 dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta atau prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6%.

Penyakit diabetes memiliki dampak yang besar terhadap kehidupan individu, pasangan, keluarga dan hubungan sosial lainnya. Adapun dampak psikologis dirasakan oleh penderita sejak didiagnosis oleh dokter. Gangguan psikis yang terjadi berupa stres berkaitan dengan penatalaksanaan yang harus dijalani. Hal yang dapat membantu penderita diabetes melalui mempertahankan strategi koping adaptif seperti memodifikasi gaya hidup.

Diabetes Mellitus adalah penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan yang baik untuk mengontrol kadar gula darah (Sari & Mindiharto, 2021). Kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit ini sangat penting dalam mencegah komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup penderita (Alqarni et al., 2018).

Kepatuhan merupakan tingkat kataatan terhadap petunjuk atau instruksi yang

diberikan baik terapi, diet, latihan, pengobatan atau ketepatan kontrol kesehatan. Tingkat ketidakpatuhan terhadap penatalaksanaan penyakit kronis salah satu yang terbesar dijumpai pada penderita diabetes melitus dikarenakan kurangnya pemahaman dan faktor psikologis yang disebabkan karena penyakitnya. Sekitar 95% perawatan diri penderita diabetes adalah dengan patuh terhadap penatalaksanaan diabetes, ketidakpatuhan dapat menyebabkan buruknya kontrol gula darah, dan dapat menyebabkan komplikasi mikrovaskuler dan makrovaskuler. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan pada penderita diabetes adalah mekanisme koping atau cara individu menghadapi dan mengatasi stres atau tuntutan yang dihadapi (Nasrin Pourhabibi et al., 2022; Ranjbaran et al., 2020).

Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan mekanisme koping dengan tingkat kepatuhan pada penderita penyakit diabetes mellitus.

## METODE

Metode penelitian menggunakan observasional bersifat analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah penderita diabetes mellitus dengan besar sampel 52 orang menggunakan Teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner. Uji statistik menggunakan uji *chi square*. Penelitian ini telah melalui Uji etik penelitian yang dilakukan oleh Komisi Etik Penelitian

Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan dan memperoleh izin etik dengan nomor 246/EC/KEPK - S2 / 04 / 2022.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data karakteristik responden dan hasil penelitian ditampilkan dalam Tabel 1.

Tabel 1. karakteristik repsonden dan hasil penelitian

Data	f	%
Usia		
40 – 50 tahun	10	19,2
51 – 60 tahun	24	46,2
61 – 70 tahun	18	34,6
Jenis kelamin		
Laki-laki	14	27
Perempuan	38	73
Pekerjaan		
PNS	4	7,7
Wiraswasta	12	23
Swasta	8	15,4
Ibu Rumah Tangga	28	53,9
Mekanisme Koping		
Adaptif	32	61,5
Mal Adaptif	20	38,5
Kepatuhan		
Patuh	30	57,6
Tidak Patuh	22	38,5

Hasil penelitian dalam Tabel 1. Menunjukkan bahwa hampir separuh responden yaitu 24 orang (46,2%) memiliki usia antara 51-60 tahun. Lebih dari separuh responden yaitu 38 orang (73%) berjenis kelamin perempuan. Lebih dari separuh yaitu 28 orang (53,9%) adalah ibu rumah tangga. Mekanisme koping yang paling besar adalah adaptif yaitu 32 orang (61,5%), sedangkan untuk kepatuhan adalah dalam kategori patuh yang paling banyak yaitu 30 orang (57,6%). Hasil analisis Hubungan Mekanisme Koping Dengan Tingkat Kepatuhan Pada Penderita Penyakit Diabetes Mellitus.

Tabel 2. Hasil analisis

Mekanisme koping	Tingkat kepatuhan		Total	%		
	Patuh	Tidak patuh				
	$\Sigma$	%	$\Sigma$	%		
Adaptif	30	93,8	2	6,2	32	100
Maladaptif	0	0,0	20	100	20	100

Asymp. Sig. (2-sided) = <0,001

Hasil analisis dalam Tabel 2. Menunjukkan hampir keseluruhan yang memiliki koping adaptif, patuh dalam melaksanakan pengelolaan penyakit diabetes. Hasil uji *Chi square* menunjukkan nilai  $p < 0,001$ , hal ini menguatkan kesimpulan bahwa ada hubungan mekanisme koping dengan tingkat kepatuhan pada penderita penyakit diabetes mellitus.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Hapunda (2022), yang menunjukkan bahwa strategi koping adaptif dikaitkan dengan peningkatan kepatuhan perawatan diri pasien diabetes dengan lebih baik ( $r = 0,263, p < 0,01$ ). Sebaliknya pada strategi koping maladaptif ternyata berhubungan dengan tingkat kepatuhan perawatan diri diabetes yang buruk ( $r = -0,171, p < 0,05$ ) (Hapunda, 2022). Hasil penelitian Mita (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan antara mekanisme koping dengan kepatuhan pada penderita diabetes mellitus di RSI Sultan Agung Semarang ( $p = 0,032; r = 0,583$ ) (Mita, 2021). Demikian pula hasil penelitian Freeman-Hildreth (2019) menunjukkan bahwa kemampuan koping secara signifikan mempengaruhi kepatuhan pasien diabetes terhadap pengelolaan perawatan ( $\beta = 0,28, p < 0,001$ ) dan kepuasan pengobatan ( $\beta = 0,32, p < 0,001$ ) (Freeman-Hildreth et al., 2019).

Diabetes Mellitus adalah penyakit kronis yang memerlukan pengelolaan yang

baik untuk mengontrol kadar gula darah (Sari & Mindiharto, 2021). Kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit ini sangat penting dalam mencegah komplikasi jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup penderita (Alqarni et al., 2018). Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan pada penderita diabetes adalah mekanisme koping atau cara individu menghadapi dan mengatasi stres atau tuntutan yang dihadapi (Nasrin Pourhabibi et al., 2022; Ranjbaran et al., 2020).

Mekanisme koping adalah strategi psikologis yang digunakan seseorang untuk menghadapi tekanan, tantangan, atau situasi yang sulit (Bustanul Arifin et al., 2020). Ada dua jenis utama mekanisme koping: mekanisme koping yang adaptif dan mekanisme koping yang maladaptif (Lau et al., 2021).

Mekanisme koping adaptif adalah strategi yang membantu individu mengatasi stres dengan cara yang sehat dan positif. Penderita diabetes yang menggunakan mekanisme koping adaptif cenderung memiliki tingkat kepatuhan yang lebih tinggi karena mereka mampu menghadapi tuntutan penyakit dengan lebih efektif. Penderita diabetes yang menerima kondisi mereka dengan baik cenderung lebih mampu menghadapi tantangan dan perubahan dalam manajemen penyakit (Murakami et al., 2020).

Mekanisme koping maladaptif adalah strategi yang tidak sehat atau negatif dalam menghadapi stres. Penderita diabetes yang cenderung menggunakan mekanisme koping maladaptif mungkin memiliki tingkat

kepatuhan yang lebih rendah karena cara mereka mengatasi stres dapat mengganggu pengelolaan diabetes. Mengabaikan atau menyangkal keberadaan penyakit diabetes dan pentingnya pengelolaannya dapat menyebabkan penurunan kepatuhan, Menghindari atau mengabaikan perawatan yang dianjurkan dan kunjungan ke dokter dapat menyebabkan masalah dalam pengelolaan diabetes (Norio et al., 2019).

Penting bagi penderita diabetes dan perawat untuk mengenali mekanisme koping yang digunakan oleh penderita dalam menghadapi penyakit ini. Dengan demikian, dapat dilakukan upaya untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan koping yang adaptif serta membantu penderita dalam mengatasi tantangan yang dihadapi sehingga dapat meningkatkan tingkat kepatuhan dalam pengelolaan penyakit diabetes.

Namun, perlu diingat bahwa tingkat kepatuhan pada diabetes mellitus dipengaruhi oleh banyak faktor lainnya seperti pendidikan, ekonomi, dukungan keluarga, dan akses terhadap perawatan kesehatan. Oleh karena itu, penelitian lebih lanjut mungkin diperlukan untuk memahami secara menyeluruh faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan penderita diabetes dan untuk mengembangkan pendekatan yang lebih holistik dalam meningkatkan manajemen penyakit ini.

## **PENUTUP**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mekanisme koping adaptif berhubungan dengan tingkat kepatuhan yang lebih tinggi

pada penderita diabetes. Di sisi lain, mekanisme coping maladaptif cenderung berhubungan dengan tingkat kepatuhan yang lebih rendah pada penderita diabetes.

Perawat perlu untuk memperhatikan mekanisme coping yang digunakan oleh pasien dalam menghadapi diabetes. Dengan memahami mekanisme coping pasien, perawat dapat memberikan dukungan yang sesuai dan membantu memperkuat strategi coping adaptif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alqarni, A. M., Alrahbeni, T., Qarni, A. Al, & Qarni, H. M. Al. (2018). Adherence to diabetes medication among diabetic patients in the Bisha governorate of Saudi Arabia - a cross-sectional survey. *Patient Prefer Adherence, Des*(13), 63–71. <https://doi.org/10.2147/PPA.S176355>.  
Erratum in: *Patient Prefer Adherence*
- Bustanul Arifin, Probandari, A., Purba, A. K. R., Perwitasari, D. A., Schuiling-Veninga, C. C. M., Atthobari, J., Krabbe, P. F. M., & Postma, M. J. (2020). “Diabetes is a gift from god” a qualitative study coping with diabetes distress by Indonesian outpatients. *Qual Life Res, 29*(1), 109–125. <https://doi.org/10.1007/s11136-019-02299-2>. Epub 2019 Sep 23
- Freeman-Hildreth, Y., Aron, D., Cola, P. A., & Wang, Y. (2019). Coping with diabetes: Provider attributes that influence type 2 diabetes adherence. *PLoS One, 14*(4), e0214713. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0214713>
- Hapunda, G. (2022). Coping strategies and their association with diabetes specific distress, depression and diabetes self-care among people living with diabetes in Zambia. *BMC Endocr Disord, 22*(1), 215. <https://doi.org/10.1186/s12902-022-01131-2>
- Lau, C. Y. K., Kong, A. P. S., Lau, J. T. F., Chan, V., & Mo, P. K. H. (2021). Coping skills and glycaemic control: the mediating role of diabetes distress. *Acta Diabetol, 58*(8), 1071–1079. <https://doi.org/10.1007/s00592-021-01679-w>. Epub 2021 Mar 25
- Mita, D. T. (2021). *Hubungan Mekanisme Coping Dengan Kepatuhan Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang* [Universitas Islam Sultan Agung Semarang]. <http://repository.unissula.ac.id/26547/>
- Murakami, H., Yasui-Furukori, N., Otaka, H., Nakayama, H., Murabayashi, M., & Mizushiri, S. (2020). Coping styles associated with glucose control in individuals with type 2 diabetes mellitus. *J Diabetes Investig, 11*(5), 1215–1221. <https://doi.org/10.1111/jdi.13225>. Epub 2020 Mar 8
- Nasrin Pourhabibi, Mohebbi, B., Sadeghi, R., Shakibazadeh, E., Sanjari, M., Tol, A., & Yaseri, M. (2022). Factors associated with treatment adherence to treatment among in patients with type 2 diabetes in Iran: A cross-sectional study. *Front Public Health, Nov*(10), 976888. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.976888>
- Norio, Y.-F., Murakami, H., Otaka, H., Nakayama, H., Murabayashi, M., & Mizushiri, S. (2019). Coping behaviors and depressive status in individuals with type 2 diabetes mellitus. *Ann Gen Psychiatry, Jul*(18), 11. <https://doi.org/10.1186/s12991-019-0235-5>
- Ranjbaran, S., Shojaeizadeh, D., Dehdari, T., Yaseri, M., & Shakibazadeh, E. (2020). Determinants of medication adherence among Iranian patients with type 2 diabetes: An application of health action process approach. *Heliyon, 6*(7), e04442. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04442>
- Sari, D. J. E., & Mindiharto, S. (2021). The Effect Of Blood Type On The Incidence Of Diabetes Mellitus In The Elderly. *Journal of Public Health Science Research, 1*(2), 19–22. <http://journal.umg.ac.id/index.php/jphsr/article/view/2479>