

MEKANISME KOPING DAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

^{1*}Madepan Mulia, ²Fitarina

^{1,2} Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang

*Email: madepanmulia@poltekkes-tjk.ac.id

Abstrak

Tujuan: Diabetes melitus dengan komplikasi mempengaruhi kualitas hidup pasien sehingga mekanisme koping adaptif dibutuhkan untuk mengatasinya. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2.

Metode: Metode penelitian adalah analitik kuantitatif menggunakan *cross sectional* dalam pendekatannya. Penelitian dilakukan kepada 100 penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Pesawaran dengan teknik *incidental sampling* dan alat bantu kuesioner. Kuesioner mekanisme koping menggunakan Brief COPE dan kuesioner kualitas hidup menggunakan DQOL. Analisis dengan uji *Chi-Square*, kemaknaan 0,05, dan nilai kepercayaan 95%.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pasien diabetes melitus tipe 2 dengan mekanisme koping adaptif sebesar 58% dengan kualitas hidupnya sebagian besar adalah rendah sebesar 62%. Ada hubungan antara mekanisme koping dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 ($p=0,038$).

Simpulan: Ada hubungan antara mekanisme koping dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Pesawaran. Penderita diabetes melitus tipe 2 disarankan menggunakan mekanisme koping adaptif agar kualitas hidupnya meningkat.

Kata kunci : Diabetes Melitus Tipe 2, Kualitas Hidup, Mekanisme Koping

Abstract

Aim: *Diabetes mellitus accompanied by complications will affect the patient's quality of life so that adaptive coping mechanisms are needed to overcome it. The aim of the research is to determine the relationship between coping mechanisms and the quality of life of type 2 diabetes mellitus sufferers.*

Method: *The research method is quantitative analytical using a cross sectional approach. The research was conducted on 100 type 2 diabetes mellitus sufferers at the Pesawaran Regional General Hospital using incidental sampling techniques and questionnaire tools. The questionnaire uses Brief COPE and DQOL. Analysis using the Chi-Square test, significance 0.05, and confidence value 95%.*

Result: *The results showed the adaptive coping mechanisms is 58% and their quality of life being is 62%. There is a relationship among coping mechanisms and the quality of life of type 2 diabetes mellitus sufferers ($p=0.038$).*

Conclusion: *There is a relationship among coping mechanisms and the quality of life of type 2 diabetes mellitus sufferers at Pesawaran Regional Hospital. Type 2 diabetes mellitus sufferers are advised to use adaptive coping mechanisms to improve their quality of life.*

Keywords: *Diabetes Melitus Type 2, Quality of Life, Coping Mechanisms,*

LATAR BELAKANG

Diabetes melitus yaitu sakit kronis akibat tidak dihasilkan cukup hormon insulin oleh pankreas dan kondisi ketika insulin yang dihasilkan tidak digunakan dengan baik dan efektif⁽¹⁾. Diabetes melitus yang disertai komplikasi menjadi salah satu faktor penentu kualitas hidup orang yang mengalami diabetes melitus^(2,3). Tujuan pengelolaan penyakit kronis ini adalah terpeliharanya kualitas hidup dengan baik. Hal ini memerlukan konsistensi yang tinggi dan kerja keras dari para penderita diabetes melitus.

Mekanisme koping adalah langkah seseorang dalam mengatasi masalah, adaptasi dengan perubahan, dan respons terhadap kondisi mengancam⁽⁴⁾. Keberhasilan mencapai kualitas hidup yang baik ditentukan oleh koping pada pasien diabetes melitus dipengaruhi oleh persepsi pasien terhadap penyakitnya dan penerimaan dengan kondisi yang dialami.

Kemampuan mengatasi stres pada individu berbeda satu sama lain, tergantung kemampuan koping yang dimiliki. Koping adalah suatu upaya tubuh memperkecil tekanan fisik, mental, dan emosi yang terkait dengan kegiatan sehari-hari⁽⁵⁾. Penelitian melaporkan ada korelasi signifikan diantara strategi/mekanisme koping dan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2^(6,7).

Koping maladaptif memperburuk kontrol gula darah yang dilakukan oleh penderita diabetes melitus tipe 2⁽⁸⁾. Strategi koping maladaptif seperti konsumsi makanan yang tidak sehat atau stres berlebihan juga dapat mengakibatkan kesulitan penderita diabetes

melitus tipe 2 dalam melakukan pengelolaan terhadap kadar gula darah sehingga akan memperburuk kondisi pasien⁽⁹⁾. Hal senada juga mengungkapkan bahwa ada korelasi antara masalah metabolik pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan koping maladaptif. Stres dapat mengarah pada perilaku maladaptif seperti makan berlebihan atau kurang olahraga yang berdampak buruk pada kontrol gula darah⁽¹⁰⁾.

Penelitian lainnya juga melaporkan adanya hubungan mekanisme koping dan kualitas hidup pada penderita diabetes melitus tipe 2⁽¹¹⁾. Penelitian lain juga mengungkapkan adanya korelasi signifikan antara koping mekanisme dan hidup yang berkualitas pada penderita diabetes melitus tipe 2⁽¹²⁾.

METODE

Peneliti menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan jenis penelitian analitik kuantitatif. Peneliti melibatkan 100 pasien yang menderita diabetes melitus, dengan teknik pengambilan sampel insidental, dan dilaksanakan selama 1,5 bulan. Untuk menganalisis hubungan, digunakan uji Chi-Square.

Kuesioner tertutup menjadi pilihan utama peneliti dalam mengumpulkan data. Peneliti menggunakan kuesioner mekanisme koping yang mengacu pada *Brief COPE*, dikategorikan sebagai maladaptif jika skor ≤ 70 , dan adaptif jika skor > 70 . Sementara itu, kualitas hidup dianggap tinggi jika skor berada di rentang 0–59, dan rendah jika skor berada di rentang 60–120 berdasarkan kuesioner DQOL.

HASIL

Tabel 1
Mekanisme Koping pada Responden Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Pesawaran Tahun 2024 (n=100)

No.	Mekanisme Koping	Jumlah	
		Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Adaptif	58	58
2	Maladaptif	42	42
Total		100	100

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa sebanyak 58 pasien (58%) dengan mekanisme koping adaptif dan 42 pasien (42%) dengan mekanisme koping maladaptif.

Tabel 2
Kualitas Hidup pada Responden Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Pesawaran Tahun 2024 (n=100)

No.	Kualitas Hidup	Jumlah	
		Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Tinggi	38	38
2	Rendah	62	62
Total		100	100

Pada tabel 2 dapat dilihat bahwa sebanyak 38 pasien (38%) dengan kualitas hidup tinggi dan 62 pasien (62%) dengan kualitas hidup rendah.

Tabel 3
Hubungan Mekanisme Koping dan Kualitas Hidup Pasien pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Pesawaran Tahun 2024 (n=100)

Mekanisme Koping	Kualitas Hidup				Total	P-value
	Tinggi		Rendah			
	n	%	N	%		
Adaptif	31	53	27	47	58	0,038
Maladaptif	7	16	35	84	42	
Total	38	38	62	62	100	

Pada tabel 3 dapat dilihat hasil tabel silang bahwa pasien dengan mekanisme koping adaptif akan cenderung memiliki kualitas hidup tinggi dibandingkan mekanisme koping maladaptif sebanyak 31 pasien (53%). Sedangkan pasien dengan mekanisme koping maladaptif akan cenderung memiliki kualitas hidup rendah dibandingkan dengan pasien dengan mekanisme koping adaptif yaitu 35 pasien (84%).

Peneliti mendapatkan nilai $p = 0,038$ ($\alpha < 0,05$) berdasarkan uji statistik *Chi-square* yang dilakukan, yang mengindikasikan bahwa mekanisme koping dan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Pesawaran Tahun 2024 ada hubungan yang signifikan.

PEMBAHASAN

Sebanyak 58% mayoritas pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Pesawaran menggunakan mekanisme koping adaptif. Hasil ini senada dengan laporan yaitu penderita diabetes melitus menggunakan mekanisme koping adaptif sebesar 63,9% di RS Roemani Semarang⁽⁷⁾ dan 56,8% di Jakarta⁽¹³⁾. Sebagian besar responden berdoa atau bermeditasi saat menghadapi masalah. Dalam hal ini, keyakinanlah yang mendasari responden melakukan koping berdasarkan agama yang dianutnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang membuktikan bahwa koping religius positif mampu memberikan efek yang signifikan pada tingkat harapan seseorang⁽¹⁴⁾.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa mayoritas penderita diabetes melitus tipe 2 berada dalam kondisi yang rendah untuk kualitas hidupnya, dengan persentase sebesar 62%. Kualitas hidup yang rendah terjadi akibat koping maladaptif pada pasien diabetes melitus⁽¹⁵⁾. Koping maladaptif berkontribusi terhadap kondisi tersebut melalui beberapa mekanisme saling terkait antar variabel⁽¹⁶⁾. Mekanisme ini melibatkan faktor psikologis, fisik, dan sosial yang memperburuk pengelolaan penyakit serta mempengaruhi kesejahteraan secara keseluruhan.

Responden mengatakan bahwa mereka tidak puas dengan kehidupannya karena harus melakukan perawatan dan pengobatan seumur hidup serta mengalami perasaan takut seperti takut kehilangan pekerjaan, tidak dapat melakukan liburan/perjalanan, meninggal dunia, dan mengalami komplikasi karena diabetes mellitus. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan penderita diabetes melitus tipe 2 cenderung dalam kondisi kualitas hidup kategori tengah (tidak tinggi atau rendah), di mana mereka harus menjalani perawatan medis dan mengonsumsi obat secara rutin yang membuat mereka merasa hidupnya tidak dapat sepenuhnya dinikmati. Perawatan medis yang panjang membuat penderita

diabetes melitus tipe 2 merasa kesepian, cemas, hampir putus asa, bahkan depresi⁽⁷⁾.

Mekanisme koping dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan berdasarkan hasil statistik yang dilakukan peneliti. Temuan tersebut sejalan dengan laporan penelitian yaitu mekanisme koping dan kualitas hidup orang yang mengalami diabetes melitus tipe 2 menunjukkan ada hubungan antar kedua variabel^(11,17,18). Diabetes melitus dapat menyebabkan stres yang berdampak pada kualitas hidup penderita. Kondisi penyakit penderita diabetes melitus menjadi bertambah buruk akibat kualitas hidup yang rendah mengingat diabetes melitus merupakan salah satu penyakit yang bersifat kronis dan sulit disembuhkan⁽⁷⁾.

Penggunaan mekanisme koping adaptif membuat seseorang mendapatkan kualitas hidup yang lebih baik dan sebaliknya. Temuan senada dengan pernyataan strategi koping adaptif dapat mendorong tindakan dan kualitas hidup positif. Sebaliknya, penggunaan strategi koping maladaptif dapat menyebabkan kualitas hidup yang buruk dan berisiko menimbulkan distress psikologis⁽⁷⁾. Penelitian ini juga mendukung temuan penelitian lain yang menyatakan ada relasi antara koping mekanisme dan kualitas hidup pasien dengan fraktur^(19,20).

SIMPULAN

Pasien dengan mekanisme koping yang adaptif cenderung memiliki kualitas hidup tinggi. Penelitian melaporkan ada hubungan mekanisme koping dengan kualitas hidup orang yang mengalami diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini menyarankan kepada orang yang mengalami diabetes melitus tipe 2 untuk dapat meningkatkan mekanisme koping adaptif sehingga kualitas hidupnya meningkat. Selain itu, perawat diharapkan dapat melatih pasien dalam meningkatkan strategi koping adaptif dan efektif sehingga kualitas hidup meningkat.

REFERENSI

1. Khairani. (2019). Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: Hari Diabetes Sedunia tahun 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
2. Nisa, H., & Kurniawati, P. (2022). Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus dan Faktor Determinannya. *Medical Technology and Public Health Journal*, 6(1), 72-83.
3. Meidikayanti, W., & Wahyuni, C. U. (2017). Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kualitas Hidup Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Pademawu. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 5(2), 240-252
4. Nasir, A. & Muhith, A. (2011). Dasar Dasar Keperawatan Jiwa. Jakarta: Salemba Medika
5. Snyder, C.R. 1999. Coping: The Psychology of What Works. Doi: <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195119343.001.0001>. Inggris: Oxford University Press
6. Yousaf, M. K. R., & Kausar, R. 2016. Self Care, Coping Strategies and Quality of Life of Individuals With Diabetes. *Journal of Behavioural Sciences*, 26(1), 17-31
7. Asafitri, R. N., Aini, F., & Galih, Y. (2019). Hubungan Mekanisme Koping dengan Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RS Roemani Semarang. *Journal of Holistics and Health Sciences (JHHS)*, 1(1), 45-51.
8. Buchanan, T. A., & Kahn, S. E. (2020). Impact of Psychosocial Factors on Diabetes Management and Glycemic Control. *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, 8(2), 128-134.
9. Gomez-Perez, A. M., et al. (2021). Coping Strategies and Their Effects on Glycemic Control in Patients with Type 2 Diabetes: A Longitudinal Study. *Journal of Diabetes and Its Complications*, 35(1), 107-113.
10. Mouro, L., et al. (2017). Psychological and Behavioral Factors Associated with Type 2 Diabetes: A Review of Coping Strategies and Emotional Distress. *European Journal of Clinical Nutrition*, 71(5), 553-559.
11. Sabania, S., Alini, A., & Hidayat, R. (2024). Hubungan Mekanisme Koping dengan Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Desa Kualu Wilayah Kerja UPT BLUD Puskesmas Tambang. *Jurnal Ners*, 8(1), 819-825.
12. Dewi, R., et. al. (2021). Hubungan Mekanisme Koping dengan Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 9(1), 1-9.
13. Natasha, D., et. al. (2023). Mekanisme Koping, Efikasi Diri dan Kualitas Hidup di Antara Pasien Diabetes Melitus Tipe II: Coping Mechanisms, Self-Efficacy and Quality of Life Among Patients with Type II Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(5), 657-668.
14. Taluta, Y., Mulyadi, N., & Hamel, R. (2014). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Mekanisme Koping pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum Daerah Tobelo Kabupaten Halmahera Utara. *Jurnal Keperawatan*, 2(1).
15. Almeida, F. A., & Silva, A. D. (2020). Coping Strategies and Quality of Life in Patients with Diabetes Mellitus: a Longitudinal Study. *Journal of Clinical Nursing*, 29(9-10), 1472-1481.
16. Nicolau, A. P., et al. (2021). Coping Strategies and Their Effects on Glycemic Control in Patients with Type 2 Diabetes: a Longitudinal Study. *Journal of Diabetes and its Complications*, 35(1), 107-113.
17. Coelho, R., Amorim, I., & Prata, J. (2003). Coping styles and quality of life in patients with non-insulin-dependent diabetes mellitus. *Psychosomatics*, 44(4), 312-318.
18. Rochmah, P. H., Rasni, H., & Nur, K. R. M. (2019). Hubungan Mekanisme Koping dengan Kualitas Hidup pada Klien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kaliwates-Jember. *Pustaka Kesehatan*, 7(2), 80-87.

19. Chayati, N., & Destyanto, A. A. (2021). Mekanisme koping dengan kualitas hidup: Studi korelasi pada pasien yang menjalani terapi hemodialisa di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 1(2), 115-124.
20. Caesar, S. M., Mekeama, L., & Sari, P. I. (2023). Hubungan Mekanisme Koping dengan Kualitas Hidup pada Pasien Fraktur di Poliklinik Orthopedi Rumah Sakit Bhayangkara Jambi. *Jurnal Ners*, 7(2), 1548-1555.