

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pembahasan

Pada bab ini akan dibahas mengenai dukungan keluarga terhadap tingkat stress penderita diabetes melitus tipe II

1. Karakteristik responden

a. Jenis kelamin

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan hasil jenis kelamin perempuan sebanyak 31 (58.5%) responden dan laki-laki sebanyak 22 (41.5%) responden. Peneliti beranggapan bahwa perempuan dengan diabetes mellitus cenderung lebih rentan mengalami stres dibandingkan laki-laki karena beberapa faktor. Perbedaan biologis, seperti fluktuasi hormon estrogen dan pengaruhnya terhadap metabolisme glukosa, serta peran ganda yang diemban perempuan dalam masyarakat, seringkali menyebabkan tekanan emosional yang lebih besar.

Hasil ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami stress (Livana, Sari dan Hermanto, 2018).

Jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat stres pada penderita diabetes mellitus. Perempuan lebih sulit untuk menenangkan diri, lebih mudah cemas dan lebih sering tidak tenang jika mempunyai masalah dan biasanya perempuan lebih cenderung sering berpikir dan lebih mementingkan perasaan dari pada logika dibandingkan laki-laki. Laki-

laki lebih rileks dan tenang saat menghadapi dan menanggapi suatu masalah. Sedangkan perempuan cenderung lebih sensitif, dikarenakan perempuan lebih menggunakan perasaannya dalam menghadapi suatu masalah. Seperti cepat merasa sedih dan mudah tersinggung (Widayani et al., 2021).

Perempuan banyak mengalami stress yang erat hubungannya dengan hypothalamus pituitary adrenal yang berhubungan dengan pengaturan hormon kortisol, kemudian sumber utama respon stress yaitu aktivasi HPA melalui neuron dalam nukleus paravestibular di hipotalamus yang menghasilkan CRH, hormon ini akan memicu hipofisis anterior melepaskan ACTH dan merangsang kelenjar adrenal untuk memproduksi kortisol atau glukokortikoid. Respon HPA ditemukan lebih tinggi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki sehingga mempengaruhi performance seseorang dalam menghadapi stressor psikososial. Respon HPA akan menyebabkan penurunan feedback negatif kortisol ke otak yang menyebabkan perempuan mudah mengalami stress. Perempuan ketika mengalami peristiwa atau masalah seperti tuntutan kehidupan yang dipengaruhi oleh lingkungan atau ancaman kesehatan fisik, psikologis dan intelektual lebih mengutamakan perasaannya sehingga tidak dapat mengendalikan emosi dan menimbulkan stress (Livana, Sari dan Hermanto, 2018).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hidayat, Jumaini dan Hasneli, 2021) dimana sebagian besar

responden berjenis kelamin perempuan dengan (40.3%) diantaranya mengalami tingkat stress sedang. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa responden perempuan lebih sering mengeluhkan kondisi ekonomi mereka serta mendapat gangguan fisik dan emosional yang lebih besar, disamping tidak dapat mengontrol emosi dan timbullah kondisi stres (Hidayat, Jumaini dan Hasneli, 2021).

Hal ini juga sejalan dengan pendapat Myres (Trismiati, 2020) dimana menyatakan bahwa perempuan lebih stress dan cemas akan ketidakmampuannya, salah satunya yaitu ketika sedang mengalami sakit diabetes melitus tipe 2. Perempuan dengan karakteristik yang sensitif, membuat perempuan cenderung lebih sering takut, khawatir dan merasakan stres yang lebih tinggi. Perempuan pada dasarnya sangat memperhatikan penampilan fisiknya, namun ketika mengalami sakit DM, secara perlahan-lahan akan mengalami perubahan pada fisiknya. Misalkan pada saat mengalami luka yang susah sembuh, sehingga membuat dia menjadi tidak percaya diri dan stres. Sedangkan pada laki-laki yang lebih dikenal aktif, eksploratif, dan lebih rileks, diduga bahwa lebih mampu menghadapi kecemasan, sehingga kecemasan yang dialami lebih rendah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harista dan Lisiswanti (2019) mengenai tingkat stress pada penderita diabetes mellitus tipe 2 , dimana kejadian cemas dan stress pada pasien DM wanita lebih banyak dibandingkan pada pasien laki-laki. Risiko

komplikasi hingga kematian akibat DM pada perempuan relatif lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

b. Umur

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan hasil distribusi umur responden dengan hasil umur 26-35 tahun sebanyak 4 (7.5%) responden, umur 36-45 tahun sebanyak 17 (32.1%) responden, umur 46-55 tahun sebanyak 25 (28.3%) responden dan umur 56-65 tahun sebanyak 27 (32.1%) responden. Peneiti berasumsi bahwa Penderita diabetes, terutama pada usia yang lebih tua, cenderung mengalami stres lebih tinggi karena beberapa faktor. Penurunan fungsi tubuh terkait usia, seperti penurunan sensitivitas insulin dan penurunan fungsi pankreas, membuat lansia lebih rentan terhadap diabetes tipe 2. Selain itu, stresor yang umum pada lansia, seperti perubahan peran dalam keluarga, masalah keuangan, dan kekhawatiran tentang komplikasi penyakit, dapat memperburuk kondisi diabetes dan memicu stres.

Penelitian ini sesuai dengan teori yang menunjukkan semakin bertambahnya usia maka tingkat stress yang di alami akan semakin tinggi (Makalew, 2021).

Umur adalah faktor dalam peningkatan terjadinya stres pada penderita diabetes mellitus. Umur 40 tahun keatas biasanya akan terjadi penurunan kekuatan fisik, sering pula diikuti oleh penurunan daya ingat akibat proses penuaan. Semakin bertambahnya usia seorang, maka semakin tinggi presentasi mengalami stres bahkan

berujung depresi. Perubahan dan kemunduran yang dialami lebih progresif dan semakin parah, jika tidak menggunakan coping yang baik dan akan berdampak pada ketidak puasan pada kehidupan dan terjadi stres. Stres sangat dipengaruhi oleh penurunan status kesehatan. Perubahan fisik dapat menghambat seseorang untuk bisa melakukan kegiatan yang menyenangkan dan keterbatasan ini mendorong terjadinya stres pada penderita diabetes mellitus (Alfaqih mohamad et al., 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuraisyah, (2018) Umur 40 tahun keatas biasanya akan terjadi penurunan kekuatan fisik, sering pula diikuti oleh penurunan daya ingat akibat proses penuaan. Semakin bertambahnya usia seorang, maka semakin tinggi presentasi mengalami stres bahkan berujung depresi. Perubahan dan kemunduran yang dialami lebih progresif dan semakin parah, jika tidak menggunakan coping yang baik dan akan berdampak pada ketidak puasan pada kehidupan dan terjadi stres. Stres sangat dipengaruhi oleh penurunan status kesehatan. Perubahan fisik dapat menghambat seseorang untuk bisa melakukan kegiatan yang menyenangkan dan keterbatasan ini mendorong terjadinya stres pada penderita diabetes mellitus.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (Utami, 2020), diketahui bertambahnya usia seseorang, maka dapat menimbulkan suatu perubahan fisik, psikologis, maupun

intelektual. Perubahan tersebut dapat menyebabkan kerentanan terhadap berbagai penyakit dan dapat menimbulkan kegagalan dalam mempertahankan homeostatis terhadap stres.

c. Pendidikan

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil distribusi pendidikan responden dengan hasil penelitian responden dengan pendidikan tidak sekolah sebanyak 17 (32.1%) responden, sd sebanyak 19 (35.8%) responden, smp 11 (20.8%) responden dan sma sebanyak 6 (11.3%). Peneliti berasumsi bahwa Tingkat pendidikan yang rendah pada penderita diabetes (DM) dapat berkontribusi pada stres karena beberapa alasan. Kurangnya pengetahuan tentang diabetes, termasuk cara mengelola penyakit dan komplikasinya, dapat menyebabkan ketidakpastian dan kekhawatiran. Selain itu, pendidikan yang rendah juga dapat membatasi kemampuan seseorang untuk memahami informasi medis, mencari perawatan yang tepat, dan membuat keputusan yang tepat terkait gaya hidup dan pengobatan

Hasil ini sesuai dengan teori yang menunjukkan bahwa semakin rendah pendidikan responden maka akan semakin tinggi tingkat stress yang dialami (Hidayat, Jumaini & Hasneli, 2021).

Pendidikan adalah bagian dari kebudayaan dan peradaban manusia yang akan terus berkembang. Kondisi pendidikan merupakan indikator dalam pengukuran tingkat pembangunan manusia suatu negara. Pendidikan akan memberikan kontribusi terhadap perubahan

perilaku kesehatan melalui pengetahuan. Pengetahuan yang dipengaruhi oleh tingkat pendidikan merupakan faktor yang berperan untuk mempengaruhi keputusan seseorang dalam berperilaku sehat (Kemenkes RI, 2020).

Hasil ini juga diperkuat hasil penelitian Sativa (2019) yang menunjukkan hasil korelasi yang kuat antara dua variabel yaitu, variabel tingkat pendidikan dan variabel derajat depresi dengan $p < 0,001$ yang menunjukkan korelasi bermakna. Dari angka koefisien korelasi yang didapatkan dapat diketahui bahwa korelasi antara kedua variabel bersifat negatif, yaitu semakin tingginya tingkat pendidikan maka semakin rendah derajat depresi pasien diabetes melitus.

Pendidikan dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, terutama dalam mengendalikan emosi. Ketika seseorang sedang merasa cemas karena penyakit yang dideritanya dan kurang pengetahuan tentang cara pengendalian penyakitnya maka akan menimbulkan kondisi stres (Pahlawati & Nugroho, 2019). Dalam penelitian ini, responden sering merasa cemas karena tidak mengetahui bagaimana cara mengendalikan penyakitnya agar tidak terjadi komplikasi. Rasa cemas berlebihan yang dirasakan dapat menimbulkan kondisi stress

2. Analisis univariat

a. Dukungan keluarga

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hasil responden dengan dukungan keluarga baik sebanyak 25 (47.2%), dukungan keluarga sedang 13 (24.5%) dan dukungan keluarga buruk sebanyak 15 (28.3%). Peneliti beramsumsi bahwa dukungan keluarga kategori baik karena keluarga paham akan masalah kesehatan anggota keluarga dan mengetahui bahwa sangat penting perawatan untuk responden yang mengalami diabetes mellitus, keluarga selalu memberikan dukungan dan perhatian yang besar terlebih dalam masa perawatan. Karena pada dasarnya yang dibutuhkan individu yaitu berupa perhatian dan kepedulian untuk mendukung dalam menjalani perawatan maka dengan demikian individu merasa dihargai. Jenis dukungan instrumental yang dapat diberikan keluarga yaitu keluarga selalu menyiapkan menu makanan sesuai dengan aturan makanan yang sedang dijalani, keluarga tidak pernah lupa mengingatkan individu untuk meminum obat diabetes, keluarga juga tidak terlalu memberikan kebebasan bagi individu untuk memilih makanan sesuai keinginan jika melanggar aturan diet yang sedang dijalankan, dan menurut individu keluarga selalu mengingatkan untuk makan dan minum sesuai jadwal yang telah ditentukan.

Dukungan keluarga yang baik mempunyai peran yang penting dalam menjalankan perawatan kesehatan. Keluarga mempunyai hubungan yang sangat erat, baik dari aktifitas secara fisik maupun emosional, individu sangat membutuhkan dukungan dari keluarga agar dapat mempengaruhi kenyamanan dan kesehatannya. Hubungan

kekeluargaan yang baik akan meningkatkan pemberian dukungan yang tinggi maka dalam pemberian perawatan pada individu juga akan semakin baik. Perhatian yang dapat diberikan keluarga dapat dimulai dari keluarga mengingatkan untuk meminum obat secara teratur (Dwipayanti, 2017).

Dukungan keluarga sangat berpengaruh besar terhadap penatalaksanaan diabetes melitus dikarenakan keluarga berperan sebagai motivator utama ,juga sebagai pemantauan kepatuhan nya dalam minum obat ,selain daripada itu keluarga sangat berperan sebagai fasilitasi pasien dalam menghadapi kekhawatiran yang berkaitan pada penyakitnya seperti mendukung usaha pasien untuk olahraga, menyiapkan makanan sesuai diet, membantu administrasi pengobatan ,serta memberikan saran untuk mengikuti edukasi tentang diabetes melitus (Rahmi et al., 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Yanto & Setyawati, 2017) didapatkan hasil kategori dukungan keluarga yang tinggi dengan jumlah 70 responden (72,9%) dibandingkan dengan dukungan keluarga kategori rendah sebanyak 26 responden (27,1%).

Hasil lain juga didapatkan dari jurnal hasil analisis artikel Yanto (2017) mengenai gambaran dukungan keluarga pada penderita diabetes melitus tipe 2 bahwa dukungan keluarga lebih dominan kedalam kategori baik sebesar 72 ,9%. Penelitian Rahmawati (2019) juga menunjukkan bahwa dukungan keluarga lansia dengan diabetes melitus di desa citayam

bogor juga masuk dalam kategori baik dengan presentase (70%) dibandingkan dengan dukungan keluarga kategori rendah (Arini et al., 2022).

Peneliti beransumsi bahwa Dukungan Keluarga merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap proses pemulihan pasien yang mengalami DM. Dukungan Keluarga merupakan lingkungan sosial yang paling dekat dengan pasien, diharapkan dapat mempercepat atau mengurangi adanya komplikasi yang terjadi pada pasien DM, dapat mengontrol dan membentuk perilaku yang baik sehingga hal yang buruk tidak memungkinkan terjadi.

Menurut teori Hopper, (2020) Dukungan keluarga merupakan hal yang sangat penting dalam proses penyembuhan pasien karna dengan adanya dukungan mampu meningkatkan percaya diri pada pasien yang terkena penyakit diabetes, jadi dukungan keluarga bisa di katakan sangat penting dalam memacu proses pemulihan pada pasien.

Keluarga mempunyai nilai strategis dalam pembangunan kesehatan, karena setiap masalah individu merupakan masalah keluarga (Erda roza, 2020). Dukungan keluarga adalah suatu bentuk hubungan interpersonal yang meliputi sikap, tindakan dan penerimaan terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan informasional, dukungan instrumental, dukungan emosional dan dukungan (Erda et al., 2020). Dukungan keluarga dapat berupa dukungan sosial internal, seperti dukungan dari suami, istri atau dukungan dari saudara kandung dan dapat juga berupa

dukungan keluarga eksternal bagi keluarga inti. Hal ini meningkatkan kesehatan dan adaptasi keluarga (Friedman, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mahmuda, 2016) dengan data sebagian responden mengalami stres ringan sebanyak 43 (66,2%). Penelitian lain memiliki hal yang sama. Begitu juga hasil penelitian yang dilakukan oleh (Litae et al., 2019) dengan data sebagian responden mengalami stres ringan sebanyak 29 (44,6%).

b. Tingkat stress

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan responden dengan tingkat stress ringan sebanyak 19 (35.8%), stress sedang sebanyak 16 (30.2%) dan stress berat sebanyak 18 (34.0%). Peneliti berasumsi bahwa Penderita diabetes melitus (DM) memang lebih rentan mengalami stres karena berbagai faktor yang saling berkaitan. Stres pada penderita DM bisa disebabkan oleh faktor fisik seperti perubahan kadar gula darah dan komplikasi penyakit, serta faktor psikologis seperti kekhawatiran akan kondisi kesehatan, tuntutan diet ketat, dan dampak sosial. Selain itu, stres juga dapat memperburuk kondisi DM itu sendiri karena memicu pelepasan hormon kortisol yang dapat meningkatkan kadar gula darah.

Menurut peneliti setiap penderita DM masing-masing individu memiliki coping tersendiri terhadap stres, seseorang yang memiliki coping yang tinggi dapat mengatasi stresnya sendiri akan tetapi bila seseorang memiliki coping stres yang rendah akan membuat tingkat stres menjadi

tinggi sehingga dapat meningkatkan kadar glukosa darah. Perubahan pola hidup yang mendadak ini akan mempengaruhi seseorang baik secara mental, fisik, emosional dan spiritual. Oleh karena itu peneliti menyarankan untuk mengurangi ataupun mengontrol pola pikir sehingga dapat mengurangi tingkat stres pada penderita diabetes mellitus.

Stress adalah respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari, setiap orang mengalaminya, stress, memberi dampak secara total pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial dan spiritual, stres dapat mengancam keseimbangan fisiologis (Meivy, 2017).

Stress merupakan stimulus tidak jelas atau spesifik akan sesuatu hal yang diperlukan, keadaan umum ada perharinya & nihi berpaling, tiap individu potensi ada, pressure mendorong dampak totalitas seseorang berupa: stress fisiologis, intelektual, fisik (Meivy I Derel, 2017). Derajat stress high maka jika seseorang pressure tinggi klien Diabetes, keadaan umum menjadi rusak (Meivy I Derel, 2017). Pressure dan DM mempunyai korelasi digaya hidup kota. Pressure & gaya hidup hedonis berlebihan sangat riskan, ditunjang teknologi membuat individu jarang menyalurkan energi ke aktivitas (Meivy I Derel, 2017). Penelitian ini sejalan dengan Bedjo (2014) yang dilakukan di STIKES Nu Tuban yang didapatkan tingkat stress ringan sebanyak 17 (47,2%), stress sedang sebanyak 10 responden (27,7%) dan tingkat stress berat sebanyak 89 responden (25%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Bedjo (2014) stres merupakan gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi baik oleh lingkungan maupun penampilan individu dalam lingkungan tersebut. Menurut (Izzati, 2015) keharusan pasien diabetes mellitus mengubah pola hidupnya agar gula darah dalam tubuh tetap seimbang dapat mengakibatkan mereka rentan terhadap stress, karena stress akan terjadi apabila seseorang merasakan adanya ketidak sesuaian antara sumber daya yang dimiliki dengan tuntutan situasi yang harus dijalankan ketika tuntutan situasi dirasakan berbeda dengan situasi sebelumnya dan terlalu berat maka stress akan terjadi. Sumber stress dapat menimbulkan depresi dan kecemasan disini antara lain, penyakit, kecelakaan, operasi atau pembedahan aborsi, dan lain sebagainya. Dalam hal ini penyakit yang banyak menimbulkan depresi dan kecelakaan adalah penyakit kronis, kanker, dan sebagainya (Yosep, 2014).

3. Bivariat

Hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat stress penderita diabetes melitus tipe II di Desa Depok Kecamatan Toroh.

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa hasil dari uji koelasi *Rank Spearman* diperoleh nilai $r = 0,640$ karena nilai $p\text{-value}$ sebesar $(0.000) < \alpha (0,05)$ maka dapat diartikan hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat stress penderita diabetes melitus tipe II di Desa Depok Kecamatan Toroh.

Berdasarkan nilai koefisien korelasi dari output SPSS diketahui bahwa besarnya nilai koefisien korelasi yaitu +0.640 sehingga hal ini menunjukkan dukungan keluarga terhadap tingkat stress penderita diabetes melitus tipe II memiliki hubungan kuat dan berkorelasi positif. Peneliti berasumsi bahwa dukungan keluarga yang baik dapat menurunkan tingkat distress pada penderita diabetes. Adanya dukungan keluarga dapat meningkatkan rasa aman dan nyaman sehingga akan meningkatkan motivasi untuk melakukan perawatan diabetes. Kondisi ini dapat mencegah terjadinya distress pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Penderita diabetes melitus dituntut untuk melaksanakan berbagai rutinitas yang berkaitan dengan pengaturan pola makan, diet, olah raga, penyuntikan insulin, check up, dan pengontrolan glukosa darah. Seseorang yang telah menderita diabetes melitus akan terjadi perubahan-perubahan pada rutinitas kehidupannya, apalagi bila sudah dialami dalam waktu yang cukup lama, biasanya perubahan-perubahan tersebut akan lebih dirasakan. Perubahan-perubahan ini dapat menjadi beban bagi pasien sehingga dapat menyebabkan tekanan atau stres bagi pasien, oleh karena itu bukan suatu yang mustahil bila penderita diabetes melitus mengalami stres. Berdasarkan fenomena tersebut, dapat diasumsikan bahwa penderita diabetes melitus mengalami stres terhadap perubahan pola hidupnya. Pada pasien penderita diabetes melitus, selain membutuhkan perawatan medis, juga membutuhkan penanganan secara psikologis. Adapun salah satu manajemen perawatan pasien diabetes melitus yang mengalami stres adalah dengan adanya

dukungan keluarga (Kurniawan, 2020). Menurut Friedman (2017), dukungan keluarga dapat membantu individu untuk beradaptasi dengan segala situasi dan peristiwa yang tidak diinginkan. Adanya dukungan keluarga dapat membantu untuk mencegah stres dari sesuatu yang dapat membahayakan dan mengancam dirinya sendiri. Dukungan yang diterima penderita diabetes diharapkan mampu menurunkan stres pada penderita dalam melakukan perubahan pola hidup dan penerapan manajemen diabetes

Adanya dukungan keluarga sangat membantu lansia DM tipe 2 untuk mendapatkan perasaan aman dan nyaman sehingga akan meningkatkan motivasi untuk melakukan pengelolaan penyakit. Kondisi ini akan mencegah stres pada penderita lansia DM tipe 2. Dukungan keluarga sangat berpengaruh karena keluarga merupakan suatu kelompok yang mempunyai peranan penting dalam mencegah, mengadaptasi dan memperbaiki masalah kesehatan dalam keluarga (Bangun et al, 2020).

Dukungan keluarga sangat bermanfaat bagi kesehatan pasien dengan penyakit kronis, khususnya diabetes mellitus. Dukungan keluarga sangat penting sebagai penyangga (buffer) selama kondisi stres yang dirasakan pasien. Pasien DM tipe 2 yang mendapatkan dukungan suportif dari keluarga akan menurunkan gejala stres, sebaliknya gejala stres akan meningkat apabila pasien DM tipe 2 mendapatkan dukungan yang non suportif dari keluarga. Dukungan dari keluarga juga dapat membantu pasien DM untuk meningkatkan motivasi dan keyakinan akan kemampuannya agar

tetap bisa mempertahankan manajemen perawatan diri dengan baik (Miller & DiMatteo, 2018).

Menurut Friedman (2017), dukungan keluarga dapat membantu individu untuk beradaptasi dengan segala situasi dan peristiwa yang tidak diinginkan. Adanya dukungan keluarga dapat membantu untuk mencegah stres dari sesuatu yang dapat membahayakan dan mengancam dirinya sendiri. Dukungan yang diterima penderita diabetes diharapkan mampu menurunkan stres pada penderita dalam melakukan perubahan pola hidup dan penerapan manajemen diabetes.

Menurut peneliti Hal ini terjadi karena terkadang penderita DM merasa bahwa kurang mendapat perhatian dari keluarganya sehingga mereka merasa kesulitan dalam mengendalikan penyakit yang dideritanya. Untuk mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut mereka memiliki koping yang bagus dalam mengatasi rasa stresnya sehingga hanya memiliki tingkat stres yang sedang. Studi membuktikan bahwa upaya pencegahan bermanfaat pada penderita DM tipe 2 yaitu dengan diet, aktivitas fisik, farmakoterapi, dan pemeriksaan gula darah secara teratur. DM tipe 2 yang tidak terkontrol dengan baik dapat menimbulkan komplikasi akut dan kronis. Adanya dukungan keluarga sangat membantu lansia DM tipe 2 untuk mendapatkan perasaan aman dan nyaman sehingga akan meningkatkan motivasi untuk melakukan pengelolaan penyakit. Kondisi ini akan mencegah stres pada penderita lansia DM tipe 2. Dukungan keluarga sangat berpengaruh karena keluarga merupakan suatu kelompok yang mempunyai peranan penting

dalam mencegah, mengadaptasi dan memperbaiki masalah kesehatan dalam keluarga. Peneliti menarik kesimpulan bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diberikan kepada lansia maka semakin berkurang mengalami kejadian stres, dan semakin kurang lansia mendapatkan dukungan keluarga maka semakin tinggi untuk mengalami kejadian stres

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Thania et al., 2021) yang menyatakan bahwa perubahan peran dalam keluarga yaitu perubahan peran ganda dimana suatu individu memiliki waktu untuk memenuhi peran tertentu dan kesulitan untuk memenuhi peran lainnya, kesulitan untuk merubah perilaku dari satu peran ke peran lainnya sehingga terganggunya peran lainnya sehingga terjadi tekanan secara emosional yang berhubungan dengan stres.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan (Jia Z., 2019) Penyakit diabetes yang menyebabkan komplikasi pada penderita diabetes berdampak terhadap perubahan peran dalam keluarga dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari. Perubahan peran pasien diabetes yang terjadi dalam keluarga yaitu terjadinya disfungsi peran yaitu seorang penderita diabetes yang kehilangan perannya di dalam keluarga akibat komplikasi dari penyakitnya seperti penurunan fungsi mata dan penurunan fungsi organ tubuh lainnya yang menyebabkan penderita diabetes tidak dapat melakukan peran dalam keluarga, karena berkurangnya peran dalam keluarga penderita diabetes mengalami mudah marah, bereaksi berlebihan terhadap sesuatu, mudah

tersinggung dan sulit untuk tenang dan sabar, hal tersebut dapat memicu terjadinya stres.

Hasil penelitian yang dilakukan Pamungkas & Gayatri (2018); Pramesti et al (2019); Syatriani (2019) serta Solikhah et al (2020) menunjukkan adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stress pada pasien diabetes mellitus tipe II. Dukungan dapat mengurangi persepsi bahwa situasi stres sehingga menurunkan neuroendokrin respons terhadap stres. Individu yang menanggapi dukungan sosial sebagai dukungan yang mampu dan sesuai dengan kebutuhannya maka individu dapat merasakan dampak positif dukungan sosial terhadap kesehatan. Dukungan sosial diyakini sebagai kontributor penting dalam kesehatan manusia terutama dalam hal biopsikososial (Pamungkas & Gayatri, 2018). Dukungan keluarga dapat bertindak segera sebagai buffer terhadap stres dan akibatnya terhadap kerusakan tubuh. Dukungan keluarga dapat membantu untuk mencegah stres dan sesuatu yang berbahaya atau mengancam (Pramesti et al, 2019).

Menurut Syatriani (2019) orang-orang dengan dukungan yang baik berkemungkinan kecil untuk bereaksi secara negatif terhadap masalah-masalah hidup dibandingkan dengan orang-orang yang mendapat dukungan sangat sedikit. Dukungan keluarga yang baik, misalnya dukungan dari istri, suami, anak, saudara atau orang tua akan mengurangi efek dari kejadian yang menyebabkan seseorang stres dan meningkatkan kesehatan mental individu.

Sementara menurut Solikhah et al (2020) penderita DM yang merasa kurang mendapat perhatian dari keluarganya akan mengalami kesulitan dalam mengendalikan penyakit yang dideritanya sehingga akan memiliki coping yang kurang bagus dalam mengatasi rasa stress. Erda et al (2021) menyatakan dukungan keluarga sangat berpengaruh karena keluarga merupakan suatu kelompok yang mempunyai peranan penting dalam mencegah, megadaptasi, dan memperbaiki masalah kesehatan dalam keluarga.

B. Keterbatasan penelitian

Penelitian mengenai Hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat stress penderita diabetes melitus tipe II di Desa Depok Kecamatan Toroh memiliki keterbatasan berikut:

1. Warga desa hanya bersedia di waktu tertentu
2. Peneliti terhambat jika hanya datang beberapa hari saja.