

Diabetes Burnout Syndrom dengan Self Care Agency Pasien Diabetes Mellitus Tipe II (Diabetes Burnout Syndrom With Self Care Agency Diabetes Mellitus Type 2 Patient)

Nian Afrian Nuari
STIKES Karya Husada Kediri
nian.afrian@yahoo.co.id

Abstract

Management of Diabetes Mellitus requires commitment and not infrequently makes the patient feel saturated and discouraged. This psychological disorder can result in the management of diet and its treatment. The purpose of this study was to investigate the relationship between Diabetes Burnout Syndrome and Self Care Agency Type 2 Diabetes Mellitus Patients. The study was a cross-sectional study using a purposive sampling technique. This study used an instrument in the form of a Diabetes Burnout Syndrom questionnaire measured by an SMBM questionnaire. The Self Care Agency variable was measured using the Summary of Self Care Diabetes Activities questionnaire. Based on the results of this study indicated that most of the respondents have aged 51 to 60 years, male sex, educational background of primary school and have a history of Diabetes Mellitus disease for 1 to 5 years. Based on the research obtained almost all respondents have a low category of Diabetes Burnout Syndrome and have a Self Care Agency enough category. Spearman rho test results obtained relationship between Diabetes Burnout Syndrome with Self Care Agency ($p = 0,000$, $cc = -0,875$). It can be concluded that the lower the rate of Diabetes Burnout Syndrome the better the level of Self Care Agency Diabetes Mellitus Patients. Diabetic patients should be able to manage and minimize burnout syndrome that appears to improve independence in treatment and control of blood sugar.

Keywords: diabetes, burnout, selfcare

Abstrak

Penatalaksanaan Diabetes Mellitus memerlukan komitmen dan tidak jarang membuat pasien merasa jenuh dan putus asa. Gangguan psikologis ini dapat berakibat pada penatalaksanaan diet dan pengobatannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *Diabetes Burnout Syndrome* dengan *Self Care Agency* pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Penelitian ini merupakan studi *cross sectional* dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner Diabetes Burnout Syndrom diukur dengan kuesioner SMBM. Variabel *Self Care Agency* diukur dengan menggunakan kuesioner *Summary of Self Care Diabetes Activities*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir sebagian besar responden memiliki usia 51 sampai 60 tahun, berjenis kelamin laki-laki, berlatar belakang pendidikan sekolah dasar dan mempunyai riwayat menderita penyakit Diabetes Mellitus selama 1 sampai 5 tahun. Berdasarkan penelitian didapatkan hampir sebagian besar responden mempunyai *Diabetes Burnout Syndrome* kategori rendah dan mempunyai *Self Care Agency* kategori cukup. Hasil Uji Spearman rho didapatkan hubungan antara Diabetes Burnout Syndrome dengan Self Care Agency ($p = 0,000$, $cc = -0,875$). Dapat disimpulkan bahwa semakin rendah tingkat *Diabetes Burnout Syndrome* maka semakin baik tingkat *Self Care Agency*. Pasien Diabetes Mellitus. Pasien diabetes harus mampu mengelola dan meminimalisir *burnout syndrome* yang muncul

sehingga dapat meningkatkan kemandirian dalam melakukan pengobatan dan kontrol gula darah.

Kata Kunci: *diabetes, burnout, self care*

Pendahuluan

Kadar gula darah merupakan faktor yang penting dalam melakukan pengelolaan penyakit Diabetes mellitus. Diabetes merupakan penyakit yang sering diderita oleh orang dewasa dan lansia. Penyakit ini banyak diderita karena pergeseran gaya hidup dan pola konsumsi diet yang salah. Jumlah penderita penyakit Diabetes Mellitus meningkat dari tahun ke tahun. Jumlah Pasien Diabetes Mellitus tercatat 5,7 % di Indonesia (1). Penatalaksanaan Penyakit DM memerlukan komitmen dan tidak jarang membuat pasien merasa jenuh dan putus asa. Penderita DM tipe 2 harus benar benar disiplin dalam melakukan perawatan penyakitnya terutama diet dan aktivitas olahraga. Kejenuhan yang dialami perlu dikaji lebih dini agar tidak terjadi masalah psikologis yang serius. Masalah psikologis pada penderita DM dapat memicu terjadinya stres dan berdampak pada komplikasi metabolic.

Masalah kejenuhan pada pasien DM harus segera diatasi agar tidak menyebabkan komplikasi. Penanganan Diabetes Mellitus yang terus menerus membuat pasien DM kadang merasa bosan dan menyebabkan ketidakpatuhan terhadap penatalaksanaan. Hal ini menyebabkan munculnya beberapa gejala psikologis. *Diabetes burnout syndrom* adalah respon psikologis distress yang frustrasi terhadap penyakit Diabetes Mellitus yang dideritanya dan bosan dengan perawatan diri penyakit Diabetes Mellitus. Gejalanya sering ditandai dengan mengabaikan kadar gula darah dan mengabaikan diet yang harus dijalaninya. Hal ini akan membuat pasien merasa marah terhadap dirinya sendiri karena penyakitnya dan merasa terbebani dengan kadar gula darahnya. Hal ini akan berpengaruh terhadap tindakan mandiri pasien dalam melakukan perawatan Diabetes Mellitusnya.

Penderita DM tipe 2 dituntut dapat melakukan perawatan penyakitnya dengan teratur dan patuh. Oleh karena itu perlu pengukuran tingkat kemandirian pasien DM dalam melakukan perawatan dengan melakukan pengukuran *Self Care Agency*. Kemandirian pasien DM perlu dilakukan untuk melakukan pengobatan dan kepatuhan diet agar gula darah terkontrol (2). Kemandirian dapat ditingkatkan melalui edukasi tentang penyakit dan penatalaksanaannya kepada penderita DM tipe 2. Pemberian edukasi terhadap individu, keluarga dan masyarakat merupakan bagian dari tugas Perawat sebagai tenaga kesehatan (3). Perawat perlu memberikan perawatan dengan sikap *caring* agar dapat meningkatkan *self care* yang dimiliki pasien (4). Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi hubungan antara *Diabetes Burnout Syndrome* dan *Self care agency* pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di wilayah Kabupaten Kediri. Sampel yang diambil adalah sebagian penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 sebanyak 85 orang. Penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Variabel *Diabetes Burnout Syndrom* diukur dengan kuesioner SMBM (5). Variabel *Self Care Agency* diukur dengan menggunakan kuesioner SCDA (*Summary of Self Care Diabetes Activities*). Pengambilan data dilakukan selama 2 bulan mulai bulan Februari sampai Maret 2018.

Hasil

Dari hasil penelitian didapatkan data responden meliputi usia, jenis kelamin, latar belakang pendidikan, dan lama menderita penyakit Diabetes Mellitus

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan usia pasien

Usia	n	%
41-50 Tahun	16	19
51-60 Tahun	37	44
61-70 Tahun	21	25
71 -80 Tahun	9	11
>81 Tahun	2	2
Total	85	100

Dari tabel 1 terlihat bahwa hampir sebagian besar responden mempunyai usia 51 sampai dengan 60 tahun sebanyak 44 %.

Tabel 2. Distribusi frekuensi berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	N	%
Laki-laki	55	52
Perempuan	41	48
Total	85	100

Dari tabel 2 terlihat bahwa sebagian besar responden mempunyai jenis kelamin laki-laki sebanyak 52%.

Tabel 3. Distribusi frekuensi berdasarkan latar belakang pendidikan

Latar belakang pendidikan	n	%
Tidak sekolah	0	0
SD	30	35
SMP	17	20
SMA	27	32
Perguruan Tinggi	11	13
Total	85	100

Dari tabel 3 terlihat bahwa hampir sebagian besar (35%) responden mempunyai latar belakang pendidikan sekolah dasar.

Tabel 4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan lama menderita Diabetes Mellitus

Lama menderita Diabetes Mellitus	n	%
1-5 tahun	39	46
6-10 tahun	37	44
11-15 tahun	7	8
16-20 tahun	1	1
>21 tahun	1	1
Total	85	100

Dari tabel 4 terlihat bahwa hampir sebagian besar (46%) responden mempunyai 1 sampai 5 tahun.

Tabel 5. Distribusi frekuensi berdasarkan *Diabetes Burnout Syndrom*

<i>Diabetes Burnout syndrome</i>	n	%
Rendah	36	42
Sedang	33	39
Tinggi	16	19
Total	85	100

Dari tabel 5 terlihat bahwa hampir sebagian besar (42%) responden mempunyai *burnout syndrome* kategori rendah.

Tabel 6. Distribusi frekuensi berdasarkan *Self Care Agency*

<i>Self Care Agency</i>	n	%
Kurang	13	15
Cukup	39	46
Baik	33	39
Total	85	100

Dari tabel 6 terlihat bahwa hampir sebagian besar responden (46%) mempunyai *self care agency* kategori cukup.

Tabel 7. Hubungan antara *Diabetes Burnout Syndrom* dan *Self Care Agency*

<i>Diabetes Burnout Syndrom</i>	<i>Self Care Agency</i>			Total
	Kurang	Cukup	Baik	
Rendah	0	3	32	35
Sedang	0	34	0	34
Tinggi	14	0	2	16
Total	14	37	34	85

Spearman Rho $P= 0,000$, $cc = - 0,875$

Hasil pengumpulan data menunjukkan bahwa dari sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki. Hampir sebagian besar responden pendidikan SD, sedangkan lama menderita DM yang paling banyak antara 1 sampai dengan 5 tahun. Hampir sebagian besar responden mempunyai usia 51-60 tahun. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebanyak 34 orang responden yang mempunyai *Diabetes Burnout* kategori sedang dan mempunyai *self care agency* kategori cukup. Sedangkan yang mempunyai *Diabetes Burnout syndrome* rendah mempunyai *self care agency* yang baik. Hasil analisis uji statistik Spearman Rho didapatkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *Diabetes Burnout syndrome* dengan *self care agency* dengan tingkat hubungan kuat.

Pembahasan

R Dari hasil penelitian didapatkan bahwa hampir sebagian besar pasien mempunyai usia 51 sampai 60 tahun. Penderita Diabetes Mellitus banyak didapatkan pada usia diatas 40 tahun (6). Hal ini senada dengan penelitian Nuari, bahwa umur seseorang berhubungan dengan potensi penyakit Diabetes Mellitus karena adanya proses penuaan yang mempengaruhi resistensi insulin (7). Berdasarkan penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden mempunyai jenis kelamin laki- laki. Ini berbeda dengan penelitian Nuari bahwa responden pasien Diabetes Mellitus banyak ditemukan pada jenis kelamin perempuan (6). Hampir separuh responden mempunyai latar belakang pendidikan Sekolah Dasar. Pada hasil penelitian ditemukan bahwa sebanyak 27 orang mempunyai pendidikan SMA. Responden dengan latar belakang pendidikan yang lebih tinggi mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam beradaptasi dengan masalah karena pemikiran kognitif yang lebih baik daripada yang mendapat pendidikan rendah. Latar belakang pendidikan seseorang berhubungan dengan tingkat kognitif seseorang dalam menerima pengetahuan atau informasi. Pemahaman seseorang terhadap sesuatu akan berakibat pada kemampuan menghadapi masalah atau disebut dengan resiliensi (8). Kejenuhan seseorang ketika menderita penyakit dapat dipengaruhi faktor pendidikan. Penderita Diabetes Mellitus perlu mendapatkan informasi yang cukup agar mampu mengelola fisik maupun psikologis agar mampu meningkatkan kualitas hidup pasien Diabetes Mellitus (9).

Lama menderita diabetes mellitus juga berkontribusi terhadap kejenuhan. Hampir sebagian besar responden yang mempunyai lama penyakit Diabetes lebih dari 5 tahun maka angka untuk terjadi *Diabetes Burnout syndrome* semakin tinggi. Seseorang yang lama menderita penyakit kronis merasakan kebosanan dan kejenuhan dan akhirnya akan bersikap putus asa. Pasien Diabetes harus segera bangkit agar penatalaksanaan penyakitnya tidak terganggu (10). Kemandirian pasien Diabetes Mellitus sangat diperlukan dalam pengobatan agar gula darah pasien dapat terkontrol (11). Kejenuhan yang dirasakan saat menderita penyakit yang kronis tidak hanya dirasakan oleh pasien tetapi juga keluarga yang mendukung dalam penatalaksanaan penyakitnya (12).

Berdasarkan hasil statistik didapatkan bahwa terdapat hubungan antara *Diabetes Burnout syndrome* dengan *self care agency* dengan tingkat hubungan kuat. Seseorang yang mempunyai burnout akan mudah sekali stres dan putus asa hal ini akan berimbas pada keteraturan dalam melaksanakan penatalaksanaan Diabetes mellitus. Penatalaksanaan rutin diabetes mellitus meliputi kontrol gula darah dengan pemeriksaan gula darah sendiri, pengelolaan diet, latihan fisik atau olah raga, perawatan kaki setiap hari dan minum obat secara teratur (13).

Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *Diabetes Burnout syndrome* dengan *self care agency* dengan tingkat hubungan kuat. Penatalaksanaan Penyakit DM memerlukan komitmen dan tidak jarang membuat pasien merasa jenuh dan putus asa. Penderita DM

tipe 2 yang mengalami kejenuhan dapat berdampak terhadap kepatuhan dalam pengobatan dan diet sehingga harus segera diatasi. Diharapkan pasien Diabetes mellitus mampu mengelola *Diabetes burnout* selama pengobatan sehingga akan meningkatkan *self care agency*. Hal ini dapat meningkatkan kemandirian dan kepatuhan pasien agar mempunyai kualitas hidup yang baik

Referensi

1. Ministry of Health Republic of Indonesia. Hasil Riset kesehatan dasar (RISKESDAS). Jakarta; 2014.
2. Song MK. Diabetes Mellitus and the Importance of Self-care. *J Cardiovasc Nurs*. 2010;
3. Mersal FA, Mahday NE, Mersal NA. Efficiency of web-based education versus counseling on diabetic patients' outcomes. *Life Sci J*. 2012;
4. Nuari NA, Halim P, Badruddin S, Maulamin T, Setiawan MI. Caring of Disabilities Deaf Mute Patient with Talking Devices Application Based on Mobile. 2018;7:432–7.
5. Dewa CS, Loong D, Bonato S, Trojanowski L. The relationship between physician burnout and quality of healthcare in terms of safety and acceptability : a systematic review. *BMJ Open*. 2017;
6. Smeltzer et al. BRUNNER & SUDDARTH'S TEXTBOOK of Medical- Surgical Nursing. Lippincott Williams & Wilkins. 2014.
7. Nuari NA, Tinggi S, Karya K, Kediri H. ANALISIS KORELASI PERSONAL FACTOR , PERCEIVED BENEFIT DAN PERCEIVED BARRIER DENGAN PEMBERDAYAAN DIRI PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II BERBASIS TEORI HEALTH. 2014;XI(2).
8. Nuari NA, Budury S, Pramesti TA. Factor Influencing Resiliency of Efficacy Diabetes Mellitus Patients Factor Influencing Resiliency of Efficacy Diabetes Mellitus Patients. *J Appl Enviromental Biol Sci*. 2018;(April).
9. Nuari NAKM. Peningkatan Self Empowerment dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Dengan Pendekatan DEE Berbasis Health Promotion Model. *Ners*. 2015;
10. Nuari NA. Pengembangan model peningkatan pemberdayaan diri dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe 2. *Lentera*. 2016;4(2):152–65.
11. Nuari N. Strategi manajemen Edukasi pasien Diabetes Mellitus. yogyakarta: Deepublish; 2017. 200 p.
12. Lindström C, Åman J, Norberg AL. Parental burnout in relation to sociodemographic, psychosocial and personality factors as well as disease duration and glycaemic control in children with Type 1 diabetes mellitus. *Acta Paediatr*. 2011;
13. Hailu E, Mariam WH, Belachew T, Birhanu Z. Self-care practice and glycaemic control amongst adults with diabetes at the jimma university specialized hospital in south-west Ethiopia: A cross-sectional study. *African J Prim Heal Care Fam Med*. 2012;