

**HUBUNGAN MANAJEMEN DIRI DENGAN KECEMASAN PADA
PASIEN DIABETES MELLITUS TYPE 2**

(Studi di Ruang Rawat Inap Puskesmas Sopa'ah Pamekasan)

***THE RELATIONSHIP OF SELF-MANAGEMENT WITH ANXIETY IN
PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS***

(Study at the Sopa'ah Public Health Center, Pamekasan Regency)

Nur Aini Abriyanti¹, Moh Lutfi, S.Kep.,Ns.,M.Tr.Kep²

1) Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura

2) Dosen Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura

*email: ainiabriyantnur@gmail.com

Abstrak

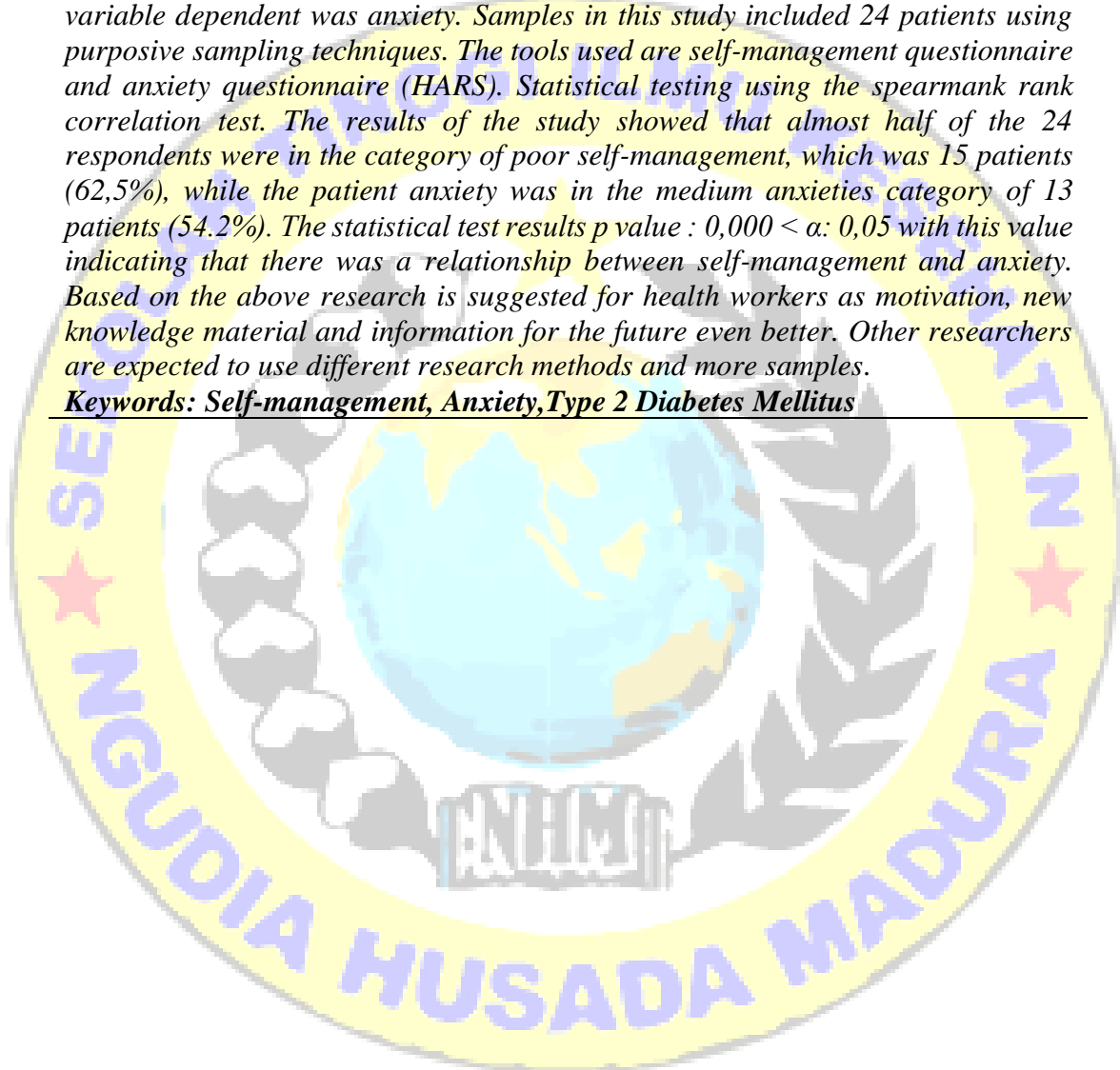
Kecemasan adalah perasaan was-was, khawatir, takut yang tidak jelas seakan-akan terjadi sesuatu yang mengancam pada diri yang disertai respon otonom maupun respon kegelisahan. Pasien DM tipe 2 dapat mengalami kecemasan seperti pasien merasa tegang dan gelisah sehingga membutuhkan peningkatan persepsi pemikirannya yang dapat mengurangi kecemasan pada pasien. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis hubungan manajemen diri dengan kecemasan pada pasien diabetes mellitus type 2 di ruang rawat inap puskesmas Sopa'ah Pamekasan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional. Variabel independen manajemen diri sedangkan variabel dependen kecemasan. Sampel pada penelitian ini sebanyak 24 pasien dengan menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner manajemen diri dan kuisioner kecemasan (HARS). Uji statistik menggunakan uji korelasi Spearman rank. Hasil penelitian menunjukkan hampir dari setengah dari 24 responden berada pada kategori manajemen diri kurang baik yaitu sebanyak 15 pasien (62,5%), Sedangkan kecemasan pasien berada pada kategori kecemasan sedang yaitu 13 pasien (54,2%). Hasil uji statistik didapatkan hasil p value : $0.000 < \alpha: 0,05$ dengan nilai ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara manajemen diri dengan kecemasan. Berdasarkan penelitian di atas disarankan bagi tenaga kesehatan sebagai motivasi, bahan pengetahuan dan informasi baru untuk kedepannya lebih baik lagi. Sedangkan bagi peneliti lain diharapkan menggunakan metode penelitian yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak.

Kata kunci: Manajemen Diri, Kecemasan, Diabetes Mellitus Type 2

Abstract

Anxiety is a feeling of awareness, anxiety, fear that is unclear as if something is happening that threatens the self accompanied by an response or anxious response. Type 2 DM patients experience anxiety as the patient feels tense and anxious so requiring increased perception of the thinker reduce anxieties in the patient. The purpose of this study is to analyze the relationship of self-management with anxiety in patients with type 2 diabetes mellitus in the Sopa'ah Public Health Center. This research used correlation analytical research methods with cross sectional approaches. The variable independent was self-management while the variable dependent was anxiety. Samples in this study included 24 patients using purposive sampling techniques. The tools used are self-management questionnaire and anxiety questionnaire (HARS). Statistical testing using the spearman rank correlation test. The results of the study showed that almost half of the 24 respondents were in the category of poor self-management, which was 15 patients (62,5%), while the patient anxiety was in the medium anxieties category of 13 patients (54.2%). The statistical test results p value : $0,000 < \alpha: 0,05$ with this value indicating that there was a relationship between self-management and anxiety. Based on the above research is suggested for health workers as motivation, new knowledge material and information for the future even better. Other researchers are expected to use different research methods and more samples.

Keywords: Self-management, Anxiety, Type 2 Diabetes Mellitus



PENDAHULUAN

Diabetes Melitus tipe 2 (DM Type 2) atau sering dikatakan Kencing Manis merupakan suatu kondisi hiperglikemia yang terjadi meski tersedia insulin endogen. Kadar insulin dihasilkan pada DM Type 2 berbeda-beda dan pasti ada, fungsi yang dirusak oleh resistensi insulin di jaringan perifer (Lemone, Priscilla, 2016).

Orang dengan DM Type 2 memiliki penurunan sensitivitas insulin pada kadar glukosa, yang dapat mengakibatkan produksi glukosa hepatic berkelanjutan, bahkan sampai dengan kata glukosa darah tinggi. Hal ini yang memicu terjadinya peningkatan hormone kortisol pada pasien DM Type 2 pada saat dilakukan perawatan di puskesmas atau rumah sakit, sehingga pasien mudah mengalami kecemasan. Pasien DM Type 2 yang mengalami perawatan & rawat inap di puskesmas dapat menimbulkan persoalan-persoalan psikologis tertentu terhadap pengalaman rawat inap di puskesmas.

Hal ini berkaitan dengan manajemen diri pada setiap individu pasien DM Type 2. Manajemen diri merupakan pemantauan atau pemahaman perilaku pada hidup dalam melakukan self management yang terdiri dari perilaku pasien Dm Type 2 seperti mempertahankan control gula darah sehingga hal ini dapat menghindari perasaan cemas.

Manajemen diri yang kurang baik akan berpengaruh terhadap kecemasan pasien.

Kecemasan adalah perasaan was-was, khawatir, takut yang tidak jelas seakan-akan terjadi sesuatu yang mengancam pada diri yang disertai respon otonom maupun respon kegelisahan. Pasien DM Type 2 dapat mengalami kecemasan seperti pasien merasa tegang dan gelisah sehingga membutuhkan peningkatan persepsi pemikirannya yang dapat mengurangi kecemasan pada pasien.

Menurut WHO (World Health Organizing, 2018) menyatakan bahwa kecemasan merupakan gangguan jiwa umum yang prevalensinya paling tinggi. Lebih dari 200 juta orang di seluruh dunia (3,6% dari populasi) menderita kecemasan. Di Indonesia prevalensi terkait gangguan kecemasan menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa sebesar 6% untuk usia 15 tahun ke atas atau sekitar 14 juta penduduk di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan (Depkes, 2019).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di rawat inap Puskesmas Sopa'ah pada tanggal 9-10 Desember di dapatkan data dari 10 responden di rawat inap Puskesmas Sopa'ah, sebanyak 2 responden dengan persentase (20%) mengalami cemas ringan, sebanyak 3 responden dengan persentase

(30%) mengalami cemas sedang, dan sebanyak 5 responden dengan persentase (50%) mengalami cemas berat akibat manajemen diri selama dilakukan rawat inap di puskesmas, seperti tidak melakukan diet yang tepat, kepatuhan minum obat, dan tidak dapat mengontrol kadar gula darahnya sehingga hal tersebut yang dapat menjadikan pasien DM Type 2 menjadi cemas saat perawatan rawat inap di puskesmas Sopa'ah.

Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan dibagi menjadi dua : faktor internal adalah sosial demografi yaitu usia, jenis kelamin, dan pengetahuan. Faktor eksternal adalah tindakan medis yaitu komunikasi terapeutik dan lingkungan. Pada pasien penderita DM Type 2 yang dirawat inap akan merasa kecemasan, karena hal ini menimbulkan ketidak nyamanan dan cemas yang dirasakan pasien terkait kesembuhan penyakit yang dideritanya. Rasa nyaman merupakan kebutuhan pasien dalam perawatan rawat inap. Jika ketidak nyamanan yang terjadi maka dapat mempengaruhi keadaan psikologis pasien dan akan berpengaruh terhadap kestabilan glukosa darah (Jauhari, 2019).

Adapun dampak dari faktor kecemasan pada pasien DM Type 2 yang dilakukan rawat inap diantaranya; pasien sering merasa tidak tenang, tidak bisa tidur, gugup, kegiatan motoric menjadi tanpa arti dan tujuan,

misalnya jari kaki mengetuk- ngetuk, dan sangat kaget terhadap suara yang terjadi secara tiba-tiba. Kecemasan dapat menyebabkan kekhawatiran dan keprihatinan pasien mengenai hal yang tidak menyenangkan yang mungkin terjadi. Pasien tersebut tidak memperhatikan masalah yang ada, sehingga pasien sering tidak bekerja atau belajar secara efektif, dan akhirnya akan menjadi lebih merasa cemas.

Cemas mengakibatkan kondisi pasien akan semakin memburuk jika tidak cepat ditangani. Cara menangani cemas pada pasien DM Type 2 yaitu dengan memberikan motivasi atau dorongan untuk dapat mengatasi persepsipenyakitnya atau situasi tertentu berupa kehadiran keluarga, cinta dan kasih sayang serta mampu mendengarkan pasien seutuhnya ketika bercerita terkaitkeluhan atau kesenangan yang dialami pasien sehingga dapat menguatkan mental pada pasien cemas (Indra Ruswadi, 2021). Pasien rawat inap cenderung mengalami cemas karena cenderung merasa khawatir dengan kesembuhan penyakit yang dideritanya. Oleh karena itu kecemasan pasiendikategorikan menjadi 4 faktor dalam manajemen diri yaitu lingkungan yang baru, kehilangan kemandirian sehingga mengalami ketergantungan pada aorang lain, ancaman penyakit yang lebih parah dan biaya pengobatan yang mahal.

METODE

Penelitian ini desain yang digunakan analitik korelasi pendekatan cross sectional. Variabel independen manajemen diri dan variabel dependen kecemasan. Populasi dalam penelitian ini adalah 25 pasien DM Tipe 2 di rawat inap Puskesmas Sopa'ah Pamekasan dengan estimasi sampel yaitu sebanyak 24 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner manajemen diri dan kuesioner HARS.

HASIL

Tabel 1 Berdasarkan Karakteristik Responden

Usia	Frekuensi	(%)
26-35	2	8,3%
36-45	7	29,1%
46-55	7	29,1%
56-65	6	25,0%
67-76	2	8,3%
Total	24	100%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	10	41,7 %
Perempuan	14	58,3 %
Total	24	100 %

Sumber: Data Primer, 2023

Dari tabel 1 data usia pasien hampir sebagian besar dari responden di usia 36-55 tahun sejumlah 14 responden dengan presentase (58,3%). Sebagian besar jenis kelamin responden di Ruang Rawat Inap Puskesmas Sopa'ah adalah perempuan yaitu sebanyak 14 responden dengan persentase (58,3%).

Tabel 2 Manajemen Diri dan Kecemasan

Manajemen Diri	Frekuensi	(%)
Kurang Baik	15	62,5 %
Baik	9	37,5 %
Total	24	100 %
Kecemasan		
Ringan	3	12,5%
Sedang	13	54,2 %
Berat	8	33,3%
Total	24	100 %

Sumber: Data Primer, 2023

Dari tabel 2 diatas didapatkan sebagian besar pasien DM Tipe 2 di Ruang Rawat Inap Puskesmas Sopa'ah manajemen dirinya berada pada kategori kurang baik yaitu 15 responden dengan persentase (62,5%). kecemasan pasien hampir dari setengah dari 24 responden berada pada kategori kecemasan sedang sebanyak 13 responden dengan persentase (54,2%).

Tabel 3 Hubungan Antara Manajemen Diri Dengan Kecemasan Pasien Di Ruang Rawat Inap Puskesmas Sopa'ah

Kecemasan	Manajemen Diri	Manajemen Diri		Total
		Kurang Baik	Baik	
Ringan	F	0	3	3
	%	0,0%	100,0%	
Sedang	F	7	6	13
	%	53,8%	46,2%	
Berat	F	8	0	8
	%	100,0%	0,0%	
Total	F	15	9	24
	%	62,5%	37,5%	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 3 didapatkan sebagian besar pasien DM Tipe 2 rawat inap Puskesmas Sopa'ah mengalami kecemasan berat yaitu 8 pasien dengan manajemen diri pada kategori kurang baik 8 pasien, pada kategori baik 0 pasien. Sedangkan pada pasien dengan kecemasan sedang yaitu 13 pasien dengan manajemen diri pada kategori kurang baik 7,

pada kategori baik 6 pasien dan pada pasien dengan kecemasan ringan yaitu 3 pasien dengan manajemen diri pada kategori kurang baik 0, pada kategori baik 3 pasien. Berdasarkan uji statistik Spearman Rank Correlation didapatkan hasil P Value: $0,000 < \alpha: 0,05$ dengan nilai Correlation Coefficient - 731 sehingga H1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan manajemen diri. dengan interpretasi tingkat hubungan sedang

PEMBAHASAN

Manajemen Diri Pasien DM Type 2 Rawat Inap Puskesmas Sopa'ah

Berdasarkan data yang di dapatkan dari sebagian besar dari 24 responden pasien rawat inap puskesmas sopa'ah memiliki manajemen diri berada pada kategori kurang baik yaitu 15 responden. Berdasarkan hasil analisis kuesioner manajemen diri domain tertinggi yang menandakan manajemen diri yang baik adalah pertanyaan komponen 1 yaitu pemeriksaan gula darah, komponen 2 makanan yang dikonsumsi dan komponen 4 yaitu mengkonsumsi obat diabetes sesuai dengan petunjuk dokter.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, salah satu faktor yang menyebabkan manajemen diri di kategorikan kurang baik oleh responden adalah tidak bisa mengontrol untuk mengonsumsi makanan yang manis. Pasien mengatakan masih sering sekali

mengonsumsi makanan manis/kaya akan karbohidrat (tepung,dll) dalam jumlah yang banyak . Berdasarkan hasil analisis kuesioner manajemen diri domain terendah berada pada domain 6 yaitu mencatat kadar gula darah secara teratur.

Menurut peneliti perawat hendaknya bekerjasama dengan pasien dimana perawat dalam memberikan pelayanan dapat mengacu pada manajemen diri pasien berupa motivasi terkait penyakit yang dideritanya, proses dan perencanaan kesembuhan untuk kedepannya, dan perawat juga dapat memberikan penetapan tujuan sehingga pasien dapat memiliki sumber control dan pemantauan terhadap penyakit yang dideritanya, sehingga ada komunikasi baik antara perawat dan pasien yang akan menimbulkan hal positif terkait pasien yang dapat memajemen diri sendiri sehingga dapat mengontrol pola makan dan diet yang sehat.

Hal ini di dukung oleh peneliti sebelumnya Reni Kumalasari & Fitroh Asriyadi (2020) di mana pasien diabetes melitus membutuhkan kerja sama dengan perawat supaya dapat memajemen diri terkait penyakitnya dan bagaimana pasien harus berperilaku dan mengubah gaya hidup yang lebih sehat. Perawat juga harus memperhatikan hal-hal yang membuat pasiennya merasakan ketidaknyamanan ataupun kegelisahan. Pemahaman yang baik

yang diberikan kepada pasien merupakan komponen terpenting untuk memberikan kesadaran pasien mengenai manajemen dirinya.

Sejalan juga dengan teori Aklima (2019) yang mengatakan penderita DM sebagian besar mengetahui tentang jadwal makan dan tantangan makanan, namun tidak mengetahui perhitungan jumlah kalori sesuai dengan kebutuhan, informasi yang didapat hanya Sebata tentang penyakit. Maka dari itu dukungan pemahaman sangat penting bagi proses manajemen diri pada pasien DM Type 2 ini agar dapat memberikan pengetahuan mengenai manajemen diri yang baik dan dapat diterapkan oleh pasien

Kecemasan Pasien DM Type 2 Rawat Inap Puskesmas Sopa'ah

Berdasarkan data didapatkan dari responden sebagian besar pasien DM Type 2 rawat inap puskesmas sopa'ah menunjukkan kecemasan sedang yaitu 13 responden. Berdasarkan hasil analisis kuesioner skala HARS didapatkan domain tertinggi pada pertanyaan komponen 1 yaitu lebih gugup dan cemas dari biasanya saat dirawat di puskesmas, komponen 2 merasa takut tanpa alasan saat dilakukan perawatan di puskesmas dan komponen 10 yaitu merasa lemah dan mudah Lelah saat dirawat di puskesmas.

Penderita DM Type 2 yang mengalami kecemasan akan mengalami

gangguan fisiologis seperti perasaan was-was, jantung berdebar lebih kencang, dan merasa tidak bergairah, ketika memikirkan suatu hal yang menurutnya akan mengancam kehidupannya seperti menderita penyakit DM Type 2 ini. Kecemasan sedang yang terjadi pada pasien DM Type 2 biasanya akan menjadikan individu lebih fokus hanya pada pikiran yang menjadi perhatiannya pada saat perawatan di puskesmas, sehingga dapat terjadi penyempitan lapangan persepsi pada pasien DM Type 2, tetapi masih bisa melakukan sesuatu dengan arahan orang lain.

Menurut peneliti salah satu faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah faktor usia, hal ini didukung dengan data dalam penelitian yang di dapatkan setengah dari responden berusia 44-62 tahun, usia seorang pasien DM Type 2 yang di rawat di puskesmas pada umumnya yang mempengaruhi kecemasan sedang. Gangguan kecemasan dapat terjadi pada semua usia, lebih sering pada usia dewasa. dimana tingkat perkembangan pada individu juga mempengaruhi respon tubuh terhadap kecemasan dimana semakin matang perkembangan seseorang maka semakin baik pula kemampuan untuk mengatasi permasalahannya.

Menurut Long, (2020) dikutip dalam nursalam, (2021) , menyatakan bahwa semakin tua umur seseorang maka penggunaan coping akan lebih konstruktif.

Semakin bertambah usia seseorang, semakin meningkat pula kedewasaan teknis dan psikologinya yang menunjukkan kematangan jiwa dalam arti semakin bijaksana, berpikir rasional, pengendalian emosi dan toleransi terhadap orang lain. Selain itu Stuart dan Laraia (2019), menyatakan bahwa umur berhubungan dengan pengalaman seseorang dalam menghadapi berbagai macam stressor, kemampuan memanfaatkan sumber dukungan dan keterampilan coping.

Faktor kedua yang dapat mempengaruhi kecemasan yaitu jenis kelamin. Berdasarkan hasil dari data yang di dapatkan dari sebagian besar dari 24 responden pasien rawat inap puskesmas Sopa'ah yaitu mayoritasnya adalah perempuan sebanyak 14 responden.

Kecemasan biasanya banyak terjadi pada perempuan dibandingkan dengan laki-laki, karena laki-laki lebih aktif dan eksploratif dalam pemikirannya. Jenis kelamin merupakan sifat yang melekat pada kaum laki-laki dan perempuan yang dikonstruksi secara sosial maupun kultural. Biasanya pada perempuan dikenal lemah lembut, cantik, emosional atau sering dikatakan sensitive. Sedangkan laki-laki dianggap kuat, rasional, jantan, serta perkasa. Dari beberapa perbedaan diatas adanya perbedaan karakteristik antara laki-laki dan perempuan ketika menghadapi situasi yang sangat menganggunya, salah satunya yaitu

ketika sedang mengalami sakit DM Type 2 yang diduga akan dapat mempengaruhi kecemasan yang dirasakan individu.

Menurut pendapat peneliti diharapkan pasien yang dirawat di puskesmas memiliki tingkat kecemasan yang ringan karena hal ini dapat mempercepat proses pemulihan pasien, hal ini sangat menguntungkan bagi pasien untuk menghemat biaya perawatann dan kebutuhan lainnya selama berada di puskesmas. Pasien harus mampu mengontrol tingkat kecemasan untuk memperoleh tingkat kecemasan yang baik(ringan) sehingga dapat meminimalisir gangguan ketidaknyamanan dalam proses rawat inap dan dapat meningkatkan proses penyembuhan dengan cepat dan tidak menambah proses rawat inap. Hal ini dapat didukung oleh tindakan perawat dengan segala fasilitas kesehatannya diharapkan dapat membantu pasien dalam meningkatkan Kesehatan dan mencapai kesembuhan baik fisik, psikis, maupun sosial.

Menurut Smet (2020), menyatakan bahwa bentuk dan tingkat kecemasan yang dialami pasien masing-masing tidak sama. Hal ini karena kecemasan merupakan perasaan subjektif yang hanya dapat dirasakan oleh individu yang bersangkutan. Secara umum perbedaan kecemasan pasien dipengaruhi oleh ciri-ciri usia dan jenis kelamin. Keadaan penyakit dan tingkat keparahan seseorang yang berbeda antar

pasien satu dengan lainnya juga dapat menimbulkan perbedaan tingkat kecemasan.

Hal ini didukung oleh teori McGhie (2020) rasa cemas dan takut ini dapat menjadi parah apabila pasien tidak mengetahui hal-hal yang berkaitan dengan penyakit dan pengobatannya sehingga pasien bereaksi secara berlebihan dan dapat menimbulkan hal-hal yang tidak diinginkan. Kecemasan yang ringan akan membantu memulihkan pasien dalam meningkatkan kesehatan dan mencapai kesembuhan sehingga dapat menjaga emosi dan jasmani yang akan membuat pasien merasa nyaman.

Hal ini sejalan dengan penelitian Harista dan Lisiswanti, (2020) yang menyatakan bahwa pada pasien DM Type 2 perempuan lebih banyak mengalami kecemasan yang lebih tinggi dari pada laki-laki bahkan resiko komplikasi yang diderita hingga kematian akibat DM Type 2 pada perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki

Hubungan Manajemen Diri dengan Kecemasan Pasien DM Type 2

Hasil uji statistic *Spearman Rank* diperoleh nilai *P Value*: $0,007 < \alpha: 0,05$ dengan nilai *Correlation Coefficient* -731 sehingga H1 diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecemasan dengan manajemen diri pada pasien DM Type 2 di ruang rawat inap puskesmas sapa'ah.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, ada beberapa faktor yang menyebabkan

manajemen pada pasien DM Type 2 kurang baik yaitu masih banyak pasien DM Type 2 yang masih sering kali mengonsumsi makanan yang mengandung manis atau gula. Namun konsumsi makanan manis yang berlebihan bagi penderita DIM Type 2 perlu dihindari karena jika terlalu banyak mengonsumsi makanan dengan indeks glikemik yang tinggi dapat memicu tingginya kadar gula darah dalam tubuh, dan dapat memperparah kondisi seorang penderita DM Type 2. Hal ini dapat memicu terjadinya manajemen diri yang kurang baik pada pasien DM Type 2.

Menurut peneliti dari penelitian yang dilakukan bahwa manajemen diri yang kurang baik akan mengganggu tingkat kecemasan pasien selama perawatan di ruang rawat inap puskesmas. Seseorang yang tidak dapat memajemen diri dengan baik akan membuat pasien merasakan kecemasan, gelisah dan gugup sehingga dapat menyebabkan tidak betah selama perawatan di puskesmas. Jika seseorang tidak dapat memajemen diri dengan baik maka akan mengakibatkan kecemasan berlebih sehingga pasien mengalami hambatan dalam pemulihan.

Hal ini didukung oleh teori Falco (2020) mengatakan bahwa penderita diabetes melitus yang mengalami kurangnya pengetahuan dalam memajemen dirinya yang dapat

menimbulkan komplikasi yang mengiringi perjalanan penyakitnya. Pada manajemen diri dapat memberikan suatu sikap yang berfokus pada kedudukan dan tanggung jawab individu dalam pengelolaan penyakitnya yang berupa Tindakan setiap individu secara teratur untuk control diabet termasuk melaksanakan penyembuhan dan menghindari komplikasi yang kan timbul.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ade Indra Mawan, (2021) yang menyatakan kecemasan yang terjadi disebabkan karena manajemen diri yang kurang baik saat seseorang menjalani rawat inap di puskesmas. Manajemen diri yang baik meriupakan kondisi yang dapat mengurangi kecemasan pasien, perawat berusaha memberikan motivasi dan dukungan dalam proses manajemen diri yang baik, sehingga diharapkan pasien dapat menyesuaikan diri dalam melaksanakan manajemen diri dan mengontrol kecemasan

KESIMPULAN

- a. Sebagian besar pasien memiliki manajemen diri pada kategori kurang baik di ruang rawat inap puskesmas sopa'ah.
- b. Sebagian besar pasien berada pada kategori tingkat kecemasan sedang di ruang rawat inap puskesmas sopa'ah
- c. Ada hubungan manajemen diri dengan kecemasan pada pasien DM Type 2 di ruang rawat inap puskemas sopa'ah

REFERENSI

- Aklima. (2019). Effect of family-based Dietary self management support program on dietary behavior in patient with type 2 diabetes millitus Indonesia. Prince of songkla University, Hatyai, Thailand
- Amalina, R. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Covid-19 dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil saat Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan
- Falco, Gemma et al. (2020). Mei, *The Relationship between Stress and Diaabetes Mellitus*. Jurnal Neurology and Psychology Vol 3 No. 1. 2020. h. 742-743
- Harista, R. A & Lisiswanti. (2020). Februari, *Depresi Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Majority 4*, h. 158-159
- Harista, R. A. & Lisiswanti, R, (2020). Depresi pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Majority, Vol.4(2), 73-77.
- Indra, Ade Mawan & Siti Khoiroh Muflihatin. (2021). April, *Hubungan Kecemasan Dengan Manajemen Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Kota Samarinda*. Borneo Student Research Vol 2, No. 2, 2021. h.741-742
- Jauhari. (2019). Dukungan sosial dan Kecemasan Pada Pasien Diabetes Melitus. <http://jurnal.unmuhjember.ac.id>
- Kumalasari, Reni & Fitroh Asriyadi. (2020). Agustus, *Hubungan Manajemen Diri (Self Management) Dengan Harga Diri Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Samarinda*. Borneo Student Research Vol 1, No. 3, 2020. h. 1493

- Lemone, Peiscilla, Keren M. Burke, Dan Gerene Bauldoff. (2016). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah: Gangguan Kardiovaskuler Edisi 5. Jakarta: EGC
- McGhie, A. (2020). Oktober, *Penerapan Psikologi dalam Perawatan*. Yogyakarta: Yayasan Essentia Medica dan Penerbit Andi. h. 47-48
- Muyasaroh, H. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. In LP2M (Lembaga penelitian dan pengabdian masyarakat. <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
- Polit & Beck, P. (2018). *Essential of Nursing Research : methods, apraisal, and utilization* (Sixth Edition ed). Philadelphia : Lippincot Williams & Wilkins.
- Ruswandi Indra. 2021. April. Keperawatan Jiwa Panduan Praktis Untuk Mahasiswa Keperawatan. Indramayu Jawa Barat: Penerbit Adab. h. 22-25
- Samsu (2017) *Metode penelitian: teori dan aplikasi penelitian kualitatif, kuantitatif, mixed methods, serta research & development*, Diterbitkan oleh: Pusat Studi Agama dan Kemasyarakatan (PUSAKA),.
- Sentana, A'an Dwi. (2016), Faktor- faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan keluarga pasien yang dirawat di Ruang Intensive Care RSUD Provinsi NTB tahun 2015, *Jurnal Kesehatan Prima*, 10 (2)
- Smet, B. (2020). Oktober, *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia. h. 16
- Stuart, G. W & Laraia, M. T. (2019). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Psikiatrik*. Jakarta: EGC, h. 53
- Stuart, G. W. (2016). *Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa*. Singapore: Elsevier.