

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang telah dilakukan melalui wawancara dan observasi, maka ditemukan bahwa keempat subjek yang memiliki suami penderita Diabetes Mellitus menunjukkan gejala-gejala stres, namun gejala stres tersebut tidak dalam jangka waktu yang lama. Pada saat dan setelah mengetahui bahwa suami didiagnosis Diabetes Mellitus, keempat subjek mengalami stres. Pada saat ini subjek tidak mengalami stres.

Gejala stres yang dirasakan subjek pada saat dan setelah mengetahui bahwa suami didiagnosis Diabetes Mellitus antara lain gejala fisik, emosional, intelektual, dan interpersonal. Gejala fisik berupa pusing, susah tidur, maag kronis, pegal-pegal, urat tegang-tegang terutama pada leher dan bahu, dan mudah lelah. Gejala emosional berupa gelisah atau cemas, sedih, mudah menangis, merana jiwa dan hati, mudah tersinggung, dan marah-marah. Gejala intelektual berupa sulit berkonsentrasi atau memusatkan pikiran, melamun secara berlebihan, dan pikiran dipenuhi oleh satu pikiran saja. Gejala interpersonal meliputi mudah menyalahkan suami maupun anggota keluarga yang lain, menyerang dengan kata-kata, dan mendiamkan suami.

Dalam menghadapi stres yang dirasakan, subjek melakukan penilaian atau yang disebut dengan *cognitive appraisal*. Saat

mengalami stres karena pertama kali mengetahui bahwa suami didiagnosis Diabetes Mellitus, subjek menilai situasi sebagai sesuatu yang mengancam masa depan suami dan keluarga subjek. Subjek takut akan terjadi komplikasi pada suami oleh karena efek dari penyakit Diabetes Mellitus. Berdasarkan penilaian kognitif tersebut, subjek menggunakan *problem focused coping* berupa mencari dukungan sosial dan mengabaikan aktivitas lain; serta *emotion focused coping*, berupa menginterpretasikan situasi dengan sikap positif.

Setelah suami terdiagnosis Diabetes Mellitus, subjek masih menilai situasi sebagai sebuah ancaman namun selain itu subjek juga menilai bahwa situasi yang dialami subjek tersebut memang membuat stres (*stressfull*) sehingga membuat subjek tidak dapat berbuat apa-apa selain pasrah pada situasi. Berdasarkan penilaian kognitif tersebut, subjek menggunakan *emotion focused coping* berupa mencari dukungan emosional, bersikap positif, pasrah, dan berdoa.

Saat ini subjek menilai bahwa penyakit Diabetes Mellitus dan situasi yang dialami subjek merupakan anugerah dari Tuhan yang harus disyukuri dan dijalani dengan ikhlas. Berdasarkan penilaian kognitif tersebut, subjek tetap menggunakan *emotion focused coping* yaitu bersikap positif, menerima, pasrah, dan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan dengan berdoa. Hal ini dikarenakan adanya ketidakseimbangan antara tuntutan (*demand*) dengan sumber daya isteri, sehingga subjek tidak dapat meningkatkan efektivitas *coping*.

B. Saran

1. Bagi subjek penelitian

Bagi subjek 1, selain pasrah, subjek dapat menggunakan *problem focused coping* berupa mengambil langkah-langkah aktif diantaranya menyempatkan waktu untuk pergi berlibur bersama keluarga. Hal ini bertujuan untuk mengurangi ketegangan yang dialami subjek.

Bagi subjek 2, peneliti berharap agar jangan menyerah pada keadaan namun tetap berdoa dan memasrahkan diri pada Tuhan. Untuk mengurangi stres yang dirasakan, subjek dapat merealisasikan rencana berlibur ke tempat-tempat rekreasi terdekat namun dengan harga terjangkau. Selain itu subjek juga dapat menghubungi psikolog untuk melakukan konseling guna mengurangi stres yang dirasakan.

Bagi subjek 3, selain menggunakan *emotion focused coping*, juga dapat menggunakan *problem focused coping* berupa melakukan sharing dengan keluarga atau berencana pergi berlibur sekeluarga. Hal ini bermanfaat agar masing-masing anggota keluarga dapat terbuka sehingga dapat berempati satu sama lain.

Bagi subjek 4, peneliti berharap subjek dapat menggunakan *problem focused coping* berupa melakukan sharing dengan keluarga pada suatu waktu tertentu. Hal ini bertujuan agar masing-masing anggota keluarga dapat memahami situasi yang sedang terjadi di dalam keluarga sehingga dapat saling mendukung dan menguatkan satu sama lain.

2. Bagi keluarga yang salah satu anggota keluarga menderita Diabetes Mellitus

Apabila di dalam keluarga ada salah satu anggota keluarga yang menderita Diabetes Mellitus, peneliti berharap masing-masing anggota keluarga selalu memberikan dukungan dan saling menguatkan satu sama lain. Selain itu hendaknya masing-masing anggota keluarga memahami penyakit Diabetes Mellitus dan penanganan yang dapat dilakukan. Hal ini sangat membantu agar terhindar dari stres karena salah satu anggota keluarga menderita Diabetes Mellitus.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang juga meneliti tentang *coping* stres, agar menggali lagi mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi subjek menggunakan *coping* tertentu. Faktor-faktor yang mempengaruhi *coping* stres antara lain usia, pendidikan, status sosial ekonomi, dukungan sosial, jenis kelamin, karakteristik kepribadian, dan pengalaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, T. 2008. Strategi Coping Pengidap Diabetes Mellitus. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata
- Anggraini, M. 1999. Hubungan Antara Perilaku Coping Stress dengan Kematangan Emosi pada Remaja Akhir. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata (Tidak Diterbitkan)
- Badawi, H. 2009. *Melawan dan Mencegah Diabetes: Panduan Hidup Sehat Tanpa Diabetes*. Yogyakarta: Araska
- Beale, J. and Wong. 1996. *Diabetes*. Alih bahasa: Bakar-Tobing. <http://www.go-kes.id> (15 Juli 2007)
- Bishop, G. D. 1994. *Health Psychology: Integrating Mind and Body*. Singapore: Allyn and Bacon
- Chaplin, J. P. 2002. *Kamus Lengkap Psikologi*. Alih bahasa: Kartini Kartono. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Dagun, S. 1992. *Maskulin dan Feminin*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Darjanti, C. D. H. 1999. Work Family Conflict Pada Suami Dengan Istri Bekerja Ditinjau Dari Kesetaraan Gender dan Komunikasi Keluarga. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata (Tidak Diterbitkan)
- Dayton, B. I. and Raschick, M. 2004. The Relationship Between Care-Recipient Behaviors and Spousal Caregiving Stress. *The Gerontologist*. Washington: Gerontologist Society of America. Vol. 44. No. 3 (318-327)
- Doelhadi, E. 1997. Strategi Dalam Pengendalian dan Pengelolaan Stres. *Anima*. Vol. XII. No. 48
- Fleming, R., Baum, A., Gissrel, M., and Gatchel, R. J. 1984. Toward An Integrative Approach To The Study of Stress. *Journal of Personality and Social Psychology*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associate Publ. 46. (934-939)

- Friedman, M. M. 1995. *Keperawatan Keluarga: Teori dan Praktik*. Alih bahasa: Ina Debora R. L., Yoakim Asy. Jakarta: EGC (Edisi ketiga)
- Garmezy, N. and Rutter, M. 1983. *Stress, Coping, and Development in Children*. New York: McGraw-Hill Book Company
- Gentry, WD. and Kobasa CO. 1984. *Social and Psychological Resources Mediating Stress – Illness Relationship in Human*. New York/London: The Guilford Press
- Hadi, S. 2002. *Metodologi Research: Jilid 2*. Yogyakarta: Andi
- Hadriami, E., Martaniah S. M. 2000. Peran Persepsi Keseriusan Sakit dan Koping pada Penyesuaian Psikologis Penderita Diabetes Mellitus. *Psikodimensia Kajian Ilmiah Psikologi*. Vol. 1. No.1 hal 27-28. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata
- Hadriami, E. 1994. Peran Persepsi Keseriusan Sakit dan Koping pada Penyesuaian Psikologis Penderita Diabetes Mellitus. *Tesis*. Program Pasca Sarjana Universitas Gadjah Mada Yogyakarta (Tidak Diterbitkan)
- Hardinge, M. G. dan Shryock, H. 2002. *Kiat Keluarga Sehat: Mencapai Hidup Prima dan Bugar Jilid 2*. Alih bahasa: P. A. Siboro. Bandung: Indonesia Publishing House
- Hardjana, A. 1994. *Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres*. Yogyakarta: Kanisius
- Hurlock, E. B. 1990. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayanti, dkk. Jakarta: Erlangga (Edisi kelima)
- Idriantoro, N. 1999. *Metodologi Penelitian Bisnis untuk Akuntansi dan Manajemen*. Yogyakarta: BPFE
- Jorgens, V., Gruber M., & Kronsbein P. 1994. *Bagaimana Mengobati Diabetes Secara Mandiri*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Kartono, K. 1992. *Psikologi Wanita: Mengenal Wanita Sebagai Ibu dan Nenek Jilid 2*. Bandung: Mandar Maju

- Lazarus, R. S. 1976. *Pattern of Adjustment*. Tokyo: McGraw-Hill Kogakusha
- Mistra. 2008. *Tiga Jurusan Melawan Diabetes Mellitus*. Jakarta: Puspa Swara
- Moleong, L. 2008. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset
- Munandar, U. S. C. 1985. *Emansipasi dan Peran Ganda Wanita Indonesia: Suatu Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Universitas Indonesia Press
- Nasution, S. 2005. *Sosiologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara
- Nawawi, H. H. 1987. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Ramaiah, S. 2003. *Diabetes*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer
- Sarafino, E. P. 1990. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. New York: John Wiley & Sons
- Sarafino, E. P. 2008. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions Sixth Edition*. USA: The College of New Jersey
- Siswanto. 2007. *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan, dan Perkembangannya*. Penerbit Andi: Yogyakarta
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo
- Sugiharti, dan Itsna H. S. 2007. *Gender & Inferioritas Perempuan: Praktik Kritik Sastra Feminis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Surayin. 2000. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Tambunan, E. H. 1985. *Pria Teladan*. Bandung: Indonesia Publishing House
- Taylor, S. E. 2003. *Health Psychology*. New York: McGraw-Hill
- Tim Penyusun Kamus. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka

Waspadji, S. 2005. *Pertanyaan Pasien dan Jawabannya Tentang Diabetes*. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Wijayanti, C. M. 2007. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Wanita Karier Memilih Hidup Melajang. *Skripsi*. Semarang: Universitas Katolik Soegijapranata (Tidak Diterbitkan)



PEDOMAN WAWANCARA DAN OBSERVASI

A. Pedoman Wawancara

1. Identitas Subjek

Nama :

Tempat/Tanggal Lahir :

Usia :

Pendidikan Terakhir :

Pekerjaan :

Agama :

2. Latar belakang

a. Identitas subjek

b. Kegiatan sehari-hari subjek

3. Situasi sebelum suami didignosis Diabetes Mellitus

a. Hubungan yang terjalin antara subjek dengan suami

b. Hubungan yang terjalin antara subjek dengan anak

c. Situasi di dalam keluarga

4. Situasi saat suami didiagnosis Diabetes Mellitus

a. Penerimaan diri subjek

b. Tindakan yang dilakukan subjek

5. Situasi setelah suami didiagnosis Diabetes Mellitus

a. Tindakan yang dilakukan subjek dalam merawat suami

b. Masalah yang timbul ketika merawat

c. Gejala stres

d. Akibat stres yang dialami subjek

e. Cara menghadapi stres

6. Situasi saat ini

a. Penerimaan subjek

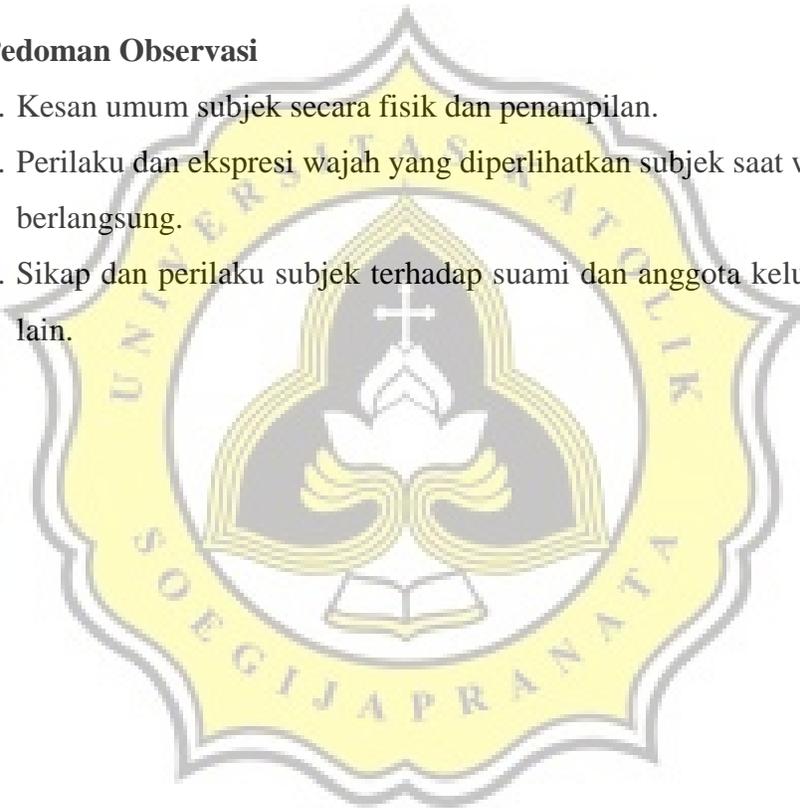
b. Harapan sembuh suami

B. Pedoman Observasi

1. Kesan umum subjek secara fisik dan penampilan.

2. Perilaku dan ekspresi wajah yang diperlihatkan subjek saat wawancara berlangsung.

3. Sikap dan perilaku subjek terhadap suami dan anggota keluarga yang lain.



PEDOMAN KODING

No.	Efek Diabetes Mellitus (E)	Koding
1.	Penurunan fungsi seksual	E1
2.	Komplikasi	E2
3.	Pengontrolan gula darah secara teratur (berimbang pada segi ekonomi, fisik, dan psikis)	E3

No.	Gejala Stres	Koding
1.	Gejala Fisikal	G1
2.	Gejala Emosional	G2
3.	Gejala Intelektual	G3
4.	Gejala Interpersonal	G4

No.	<i>Coping</i>	Koding
<i>Problem Focused Coping (A)</i>		
1.	Memikirkan cara yang tepat untuk mengatasi stres (perencanaan)	A1
2.	Mengambil langkah-langkah aktif untuk memindahkan sumber stres atau mengurangi efek stres	A2
3.	Mengabaikan aktivitas lain agar dapat berhadapan langsung dengan sumber stres	A3
4.	Menunggu waktu dan kesempatan yang tepat untuk melakukan tindakan yang tepat	A4
5.	Mencari dukungan sosial dengan meminta nasehat, mencari bantuan dan informasi yang dibutuhkan	A5
<i>Emotion Focused Coping (B)</i>		
1.	Berusaha mendapatkan dukungan moral, simpati, dan pemahaman	B1
2.	Menginterpretasikan kembali situasi yang ada dengan	B2

	sikap yang positif	
3.	Menerima kenyataan dari situasi yang ada	B3
4.	Menyangkal kenyataan dari situasi yang ada	B4
5.	Berdoa, meminta pertolongan Tuhan dan mencari ketenangan dari agama	B5
6.	Berpasrah diri pada situasi	B6
7.	Berpaling pada aktivitas yang lain	B7

No.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Coping</i> (F)	Koding
1.	Faktor Internal (usia, pengalaman, karakteristik kepribadian)	F1
2.	Faktor Eksternal (pendidikan, status sosial ekonomi, dukungan sosial)	F2

