

JOURNAL OF HEALTH RESEARCH SCIENCE

bit.ly/JHRS_KU

Health administration and policy
Environmental health
Occupational safety and health
Ergonomics
Health promotion and behavioral science
Vaccines and immunization
Maternal and Child health
Reproductive health
Family planning
Health education and counseling
Midwifery community
Midwifery in complementary
Pathology



Medical Surgical,
Maternity, Pediatric,
Psichiatric, Comunity
Management,
Emergency,
Geontology and Family
Nursing

VOL 1
NO 1

PENERBIT

Lembaga Penelitian
Sekolah Tinggi
Ilmu Kesehatan Kuningan



INFO LEBIH LANJUT
0823-7168-1132



Jl. Lingkar Kadugede No.2
Kuningan, Jawa Barat 45566

Journal of Health Reasearch Science

Journal of Health Research Science (JHRS) terbit dua kali setahun pada bulan Juni dan Desember, berisi naskah hasil penelitian, literature review maupun laporan kasis dalam bidang pendidikan ilmu kesehatan dari disiplin kesehata masyarakat, keperawatan dan kebidanan. Fokus dan ruang lingkup :*Health administrarion and policy, Environmental health, Occuptanional safety and health, Ergonomics, Health promotion and behavioral science, Health law, Demography, Urban and rural health, Vector control, Infectious and non-communicable diseases, Environmmmental toxicology, Medical Surgical Nursing, Maternity Nursing, Pediatric Nursing, Psichatric Nursing, Comunity Nursing, Emergency Nursing, Geontology Nursing, Family Nursing, Vaccines and immunization, Maternal and child health, Reproductive health, Family planning, Health education and counseling, Midwifery in complementary, dan Pathology.*

Ketua : Nita Ike Dwi Kurniasih, S.Si.T., M.Keb

**Penyunting
(Editor in Chief)**

**Penyunting
Pelaksana** : Ns. Aditiya Puspanegara, S.Kep., M.Kep
(Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan)

(Section Editor) : A Asrina, S.ST., M.Keb
(Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan)
: Indrayani, A.Md.Keb., S.KM., M.KM
(Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan)

**Penyunting Ahli
(Mitra Bebestari)** : Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes. AIFO.
(Universitas Majalengka)
: Cecep Heriana, SKM., MPH
(Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan)

Bulan Terbit : Juni - Desember

Editorial Address : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan
Jalan Lingkar Kadugede No. 2 Kuningan – Jawa Barat 45561

Telp/Fax : (0232) 875847, 875123

E-mail : lemlit@stikeskuningan.ac.id

Website : <https://ejournal.stikku.ac.id>

Journal of Health Research Health Terindeks Oleh:



Journal of Health Research Science

VOL 1 No 1 (2021)



DAFTAR ISI

PENGARUH KOMPRES AIR HANGAT AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI OSTEOARTRITIS PADA LANJUT USIA DI DESA BATUBANTAR PANDEGLANG	1-11
<i>Devi Fahriah Suhatini, Selvy Afrioza</i>	
LITERATURE REVIEW: PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MERAH TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II	12-19
<i>Muhamad Daetun, Zahrah Maulidia Septimar</i>	
HUBUNGAN <i>SELF-MANAGEMENT</i> DENGAN <i>QUALITY OF LIFE</i> PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI INDONESIA	20-30
<i>Rodiyatul Nadawiyah Eka Putri, Yati Afyanti, Ida Faridah</i>	
TINJAUAN LITERATUR FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU IBU DALAM PEMENUHAN GIZI SELAMA KEHAMILAN	31-41
<i>Esti Astuti, Febi Ratnasari, H.A.Y.G Wibisono</i>	
LITERATURE REVIEW: DUKUNGAN SOSIAL MENGHADAPI MASA PENSIUN	42-52
<i>Irwan Novendra, Rina Puspitasari, Lastri Mei Winarni</i>	



PENGARUH KOMPRES AIR HANGAT AROMATERAPI LAVENDER TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI OSTEOARTRITIS PADA LANJUT USIA DI DESA BATUBANTAR PANDEGLANG

¹Devi Fahriah Suhartini, ²Selvy Afrioza

STIKes Yatsi Tangerang

devifahriah399@gmail.com

Abstrak

Gangguan pada penyakit persendian paling banyak ditemui di negara Indonesia yaitu pada usia lanjut adalah penyakit *Osteoarthritis* hampir mencapai 60%. Peneliti menemui 20 yang memiliki nyeri sendi *Osteoarthritis* responden di Desa Batubantar Pandeglang dengan mayoritas perempuan yang mengeluh nyeri sendi di bagian lengan, telapak tangan, lutut hingga telapak kaki. Angka kejadian *osteoarthritis* berdasarkan data dari kantor desa Batubantar Pandeglang tahun 2020 mengalami kenaikan di bulan Juni dibandingkan dengan di bulan April dengan jumlah 45 jiwa menjadi 70 jiwa yang mengalami *Osteoarthritis*. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres air hangat aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia di Desa Batubantar Pandeglang. Jenis penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Pre Eksperimen* dengan rancangan *One Group Pretest Posttest*. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi. Uji analisis yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukan skala nyeri sebelum pemberian terapi kompres air hangat aromaterapi lavender adalah 2,60, sedangkan sesudah adalah 1,20. Berdasarkan hasil uji analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*, menghasilkan nilai $Sig=0,00$ pada variabel skala nyeri sendi yang menunjukkan ada pengaruh antara skala nyeri sebelum dan sesudah diberikan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia. Pemberian intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender dapat menjadi alternatif dalam penurunan skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia.

Kata Kunci : *kompres air hangat, aromaterapi lavender, skala nyeri, Osteoarthritis, lanjut usia*



Pendahuluan

Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi setiap orang berhak atas kesehatan UU 36 tahun 2009 disahkan oleh presiden Dr. H. Susilo Bambang Yudhoyono pada tanggal 13 oktober 2009. Pada pasal 3 komisi nasional lanjut usia menyebutkan bahwa pembangunan meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya (Komisi Nasional Usia Lanjut, 2010)

Sehat adalah suatu kondisi tubuh yang sehat secara fisik, mental dan sosial, sehat merupakan kondisi tubuh yang rentan mengalami suatu penyakit yang diderita menurut *World Health Organization* (WHO, 2015). Adapun tentang kesehatan adalah kondisi seimbang yang dialami setiap individu yang dipengaruhi oleh faktor genetik atau keturunan, lingkungan disekitar rumah dan pola hidup sehari-hari seperti makan, minum, kerja, istirahat dan beraktivitas di dalam rumah hingga kehidupan emosional. Bisa saja kondisi kesehatan tersebut menjadi rusak akibat dari keseimbangan yang terganggu jika

individu mau menyadarinya (Santoso et al., 2012).

Masalah kesehatan dapat mengakibatkan adanya peningkatan pada harapan hidup di usia lanjut yaitu masalah penyakit yang tidak menular seperti *degeneratif*, *kardiovaskuler* dan lainnya bercenderung semakin meningkat. Contoh dari penyakit yang tidak menular pada lanjut usia seperti hipertensi, stroke, diabetes melitus, dan radang di persendian bisa disebut rematik (Kemenkes, 2015). Di usia lanjut tubuh akan mengalami suatu penurunan fungsi otot menjadi lemah pada sistem muskuloskeletal yang ditandai dengan rasa nyeri di persendian seperti di lutut, telapak kaki (Rossii & Noortje Anita, 2019).

Gangguan pada penyakit persendian paling banyak ditemui di negara Indonesia yaitu pada usia lanjut adalah penyakit *Osteoarthritis* hampir mencapai 60%. Penyakit *Osteoarthritis* pun terdapat hasil asam urat mencapai 6-7% (Nainggolan, 2009).

Osteoarthritis merupakan suatu penyakit *degeneratif* berkaitan sendi yang sering mengenai golongan lanjut usia bahkan pada golongan pertengahan juga akibat dari pada kecederaan maupun penggunaan sendi yang berlebihan. Dalam



arti kata lain, *Osteoarthritis* didefinisikan sebagai kegagalan perbaikan kerusakan di sendi yang disebabkan oleh stress mekanik yang berlebihan (Dhanasekaran et al., 2010)

Penyebab primer dari *Osteoarthritis* masih belum dapat diketahui secara pasti namun terdapat beberapa faktor risiko yang berperan yaitu: usia, jenis kelamin, genetik, kegemukan, dan penyakit metabolik serta faktor lainnya. Berat badan biasanya dikaitkan dengan pemicu timbulnya *Osteoarthritis*. Obesitas meningkatkan beban sendi bertambah sehingga resultan gaya akan bergeser ke medial. Gejala dan tanda *Osteoarthritis* adalah nyeri sendi, hambatan gerak sendi, kaku pagi, krepitasi, deformitas, pembengkakan sendi yang asimetris, tanda-tanda peradangan, perubahan gaya berjalan. Latihan sendi jika dilakukan secara teratur akan meningkatkan peredaran darah sehingga metabolisme meningkat dan terjadi peningkatan difusi cairan sendi melalui matriks tulang (Dolenio, 2014)

Hasil riset Kesehatan Dasar (2013), yaitu populasi individu mengidap penyakit persendian berdasarkan diagnosis di Indonesia mencapai 11,9% dan berdasarkan gejalanya yaitu mencapai 24,7%. Populasi individu mengidap penyakit persendian paling tertinggi yang terjadi pada usia ≥ 75

tahun terdapat 33%, usia 65-74 tahun terdapat 30,6%, dan usia 55-64 tahun terdapat 25,2%. Populasi individu mengidap penyakit persendian tertinggi di daerah sekitar Indonesia berdasarkan diagnosis yaitu daerah Bali terdapat 19,3%, daerah Aceh terdapat 18,3%, daerah Jawa barat terdapat 17,5%, daerah Papua terdapat 15,4%, daerah Sumatera Barat terdapat 12,7%, dan di daerah Kalimantan Barat terdapat 13,3%.

Menurut hasil penelitian Cici Chintyawati pada tahun 2014, yaitu membahas nyeri suatu kondisi yang dialami tidak menyenangkan atau tidak adanya kenyamanan yang berhubungan adanya kerusakan jaringan bersifat aktual. Rasa nyeri mempunyai dampak yang besar terhadap pola hidup pada usia lanjut, efek dari rasa nyeri dapat mengakibatkan adanya penurunan aktivitas gerak, gangguan pola tidur, tidak bisa istirahat dengan nyaman, dan dapat mengalami depresi akibat rasa nyeri yang dialami. Hal ini dibuktikan dimana individu mengalami nyeri yang meningkat maka kemandirian aktivitas lanjut usia akan berkurang (Mass, 2011)

Berdasarkan hasil penelitian Mery Fanada pada tahun 2012, penanganan untuk menurunkan atau meredakan skala nyeri persendian atau rematik pada lanjut usia



dengan melakukan kompres hangat. Sedangkan menurut hasil penelitian Ana Wisdanora tahun 2012 (Fanada & Muda, 2012), penanganan untuk menurunkan nyeri dengan menggunakan kompres dingin tidak adanya berpengaruh.

Terapi secara non farmakologi dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti, sentuhan terapeutik, relaksasi, distraksi, stimulus kutaneus dan pemberian sensasi hangat dengan memberikan tindakan pemberian kompres hangat, karena pemberian sensasi kompres air hangat untuk mengurangi nyeri dan memberikan kesembuhan. Intervensi pemberian kompres hangat diberikan sesuai dengan kondisi klien (Perry, 2009).

Kompres air hangat memberikan efek mengatasi atau menghilangkan sensasi nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat. Pemakaian kompres air hangat biasanya dilakukan hanya pada bagian tubuh tertentu saja. Dengan pemberian kompres air hangat, pembuluh-pembuluh darah melebar, sehingga akan memperbaiki peredaran darah didalam jaringan dengan cara penyaluran zat asam dan bahan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat yang dibuang akan diperbaiki. Jadi akan timbul proses pertukaran zat yang lebih

baik. Aktivitas sel yang meningkat akan mengurangi rasa sakit dan akan menunjang proses penyembuhan luka, radang yang setempat seperti abses, bisul yang besar dan bernanah, radang empedu dan juga beberapa radang persendian. Pada otot-otot, kompres air hangat memiliki efek menghilangkan ketegangan (Hidayat, 2012).

Sistem penyembuhan terapi modalitas bisa disebut juga dengan pengobatan alternatif menggunakan aromaterapi yang berisi sari tumbuhan murni aromatik dan dilibatkan dengan pemakaian minyak atsiri murni. Minyak ini banyak manfaat di dalamnya yang mengandung beberapa efek yang biasanya digunakan dalam terapi komplementer yaitu ada minyak atsiri, bunga lavender, *chamomile*, jeruk, *ylang-ylang*, dan melati (Setyoadi, 2011).

Salah satu aromaterapi yang sangat bekerja dan sangat memberikan manfaat untuk penyakit nyeri sendi pada lanjut usia adalah minyak esensial aromaterapi lavender (Setyoadi, 2011). Minyak ini mengandung anti nyeri atau peradangan, anti bakteri atau virus, dan anti jamur. Minyak ini pun bisa menurunkan rasa emosional, memberikan efek relaksasi atau tenang, dan mengurangi rasa nyeri atau



sakit (Gaware et al., 2013). Menurut hasil penelitian Prima Dewi pada tahun 2013, mengenai aromaterapi sumber relaksasi, yang dijelaskan bahwa minyak esensial dari bunga lavender memberikan efek relaksasi, mengurangi rasa gelisah yang dialami oleh individu (Dewi, 2013).

Hasil penelitian Kim MJ, Nam ES & Paik SI pada tahun 2005, mengenai “*the effects of aromatherapy on pain, depression, and life satisfaction of arthritis patients*” menunjukkan salah satu aromaterapi lavender tersebut dapat menurunkan rasa nyeri dan depresi yang diderita oleh pasien arthritis yang memiliki efek yang sangat berarti.

Menurut hasil penelitian Teguh Wahyu Sardjono pada tahun 2011, pengaruh terhadap kompresan air hangat dengan menggunakan aromaterapi lebih efektif dalam menurunkan skala nyeri dibandingkan dengan message atau kompres hangat hanya diberikan kompresan air hangat saja (Sardjono, 2011).

Menurut hasil penelitian dari Argi Virgona&Susi Nureni pada tahun 2013, tentang manfaat aromaterapi lavender berpengaruh untuk mengurangi rasa nyeri pada pasien pasca operasi di Rumah sakit Dustira Cimahi. Dan memberikan efek untuk mengurangi skala nyeri yang diderita

oleh pasien tersebut secara langsung seperti obat analgesik dengan mencium lavender memberikan rasa relaksasi.

Menurut ilmu keperawatan menyatakan bahwa penggunaan kompres air hangat menggunakan aromaterapi adalah sistem perawatan yang lebih pendekatan secara holistik yang dapat meningkatkan pelayanan kesehatan terhadap perawatan pada pasien. Terapi komplementer dapat dipergunakan secara mandiri tidak berhubungan dengan terapi biomedis, karena terapi komplementer sebagai upaya dalam promosi kesehatan. Dan kompres air hangat dengan menggunakan aromaterapi lebih dikenal dengan terapi modalitas, terapi komplementer, terapi alternatif, terapi holistik, terapi non biomedis dan perawatan nontradisional. Penggunaan terapi komplementer dalam perawatan pasien sangat disarankan (Setyoadi, 2011).

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dan dari survei pendahuluan di Desa Batubantar Pandeglang terdapat 20 responden di sekitar penduduk bahwa memiliki keluhan nyeri pada lengan, telapak tangan, lutut sampai lutut. Dan peneliti akan memberikan terapi modalitas fisioterapi kompres air hangat dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan



skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia (Argi & Nur'aeni, 2013).

Metode

Subjek dalam penelitian ini adalah semua lanjut usia yang mengalami *osteoarthritis* di Desa Batubantar Pandeglang tahun 2020 dengan sampel 20 responden. Metode yang digunakan yaitu penelitian eksperimen semu (quasi experiment) dengan pendekatan One Group Pretest Posttest. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah Random Sampling (Setyoadi, 2011). Dimana peneliti ini untuk mengetahui pengaruh kompres air hangat aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia di Desa Batubantar Pandeglang tahun 2020. Variabel independen (intervensi dalam penelitian ini adalah

pemberian kompres air hangat aromaterapi lavender. Sedangkan variabel dependent (efek) adalah penurunan skala nyeri *Osteoarthritis*. Teknik analisa data dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Penelitian ini dilakukan di Desa Batubantar Pandeglang tahun 2020 dan waktu penelitian dimulai dari Juni-Agustus 2020.

Hasil

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 5 Juni sampai dengan 22 Juli 2020 di Desa Batubantar Pandeglang. Jumlah responden sebanyak 20 responden yang dipilih sesuai dengan kriteria sampel. Hasil penelitian dibahas dalam bentuk analisa univariat dan analisa bivariat yang akan dijelaskan sebagai berikut :

Analisa Univariat

Tabel 1. Skala nyeri sebelum (pretest) dan Skala nyeri sesudah (posttest) diberikan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender *Osteoarthritis* Tahun 2020

Skala Nyeri	Mean	Median	SD	Min-Max
Sebelum (pretest)	2,60	3,00	0,503	4-9
Sesudah (posttest)	1,20	1,00	0,410	1-3

Tabel diatas menunjukkan skala nyeri sebelum kompres air hangat aromaterapi lavender terendah 4 (sedang)

dan tertinggi 9 (berat). Sedangkan skala nyeri sesudah dilakukan kompres air hangat terendah 1 dan tertinggi 3.



Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil uji normalitas data menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebelum dan sesudah terapi kompres air

hangat aromaterapi lavender tidak normal ($p < 0,05$). Hasil distribusi data dilanjutkan menggunakan uji analisis *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Tabel 2. Pengaruh kompres air hangat aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri sendi pada penderita *Osteoarthritis* di Desa Batubantar Pandeglang

Skala nyeri	N	Mean	Sd	Negative Ranks	Positive Ranks	Ties	Z Hitung	Sig. (2-tailed)
Sebelum	20	2,60	0,503	20	0	0	-4,053	0,000
Sesudah	20	1,20	0,410					

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai mean sebelum dilakukan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender 2,60 dimana lebih besar dari pada nilai mean sesudah dilakukan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender yaitu 1,20 dan standar deviasi sebelum dilakukan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender adalah 0,503 dan sesudah dilakukan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender yaitu 0,410. *Negative Rank* skala nyeri sebelum dan sesudah adalah 20 responden yaitu menunjukkan adanya penurunan pada skala nyeri Sedangkan *Positive Rank* hasilnya 0 dan *Ties* hasilnya 0.

Hasil uji statistik pada *Wilcoxon Signed Rank Test* dapat diketahui bahwa nilai P value dari data tersebut adalah 0,000

($P < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh signifikansi antara skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender *osteoarthritis* pada lanjut usia di Desa Batubantar Pandeglang.

Pembahasan

Pengaruh perbedaan skala nyeri sendi sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada penderita *Osteoarthritis* di Desa Batubantar Pandeglang

Berdasarkan hasil data diatas menggambarkan bahwa terjadinya perubahan nilai hasil signifikansi setelah diberikannya intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender pada responden penderita *Osteoarthritis* di Desa Batubantar Pandeglang, nilai rata-rata skala nyeri sendi sebelum diberikan intervensi adalah 2,60%



skala 4-9, dan nilai rata-rata untuk skala nyeri sendi setelah diberikan intervensi adalah 1,20%. Dimana mengalami penurunan dengan jumlah responden sebanyak 20 orang. Sehingga intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender sangat bermanfaat bagi penderita *Osteoarthritis*.

Penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Hidayat (2012), Kompres air hangat memberikan efek mengatasi atau menghilangkan sensasi nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat. Pemakaian kompres air hangat biasanya dilakukan hanya pada bagian tubuh tertentu saja. Pada penelitian ini, penelitian ingin mengetahui reaksi responden tentang kompres air hangat aromaterapi lavender untuk *Osteoarthritis*. (Hidayat, 2012).

Hasil penelitian dari Sari, Y. P., & Rina, R. (2015), di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin menunjukkan rata-rata skala nyeri sendi sebelum diberikan intervensi kompres hangat aromaterapi lavender adalah $5,50 \pm$ skala 4-7. Kemudian nilai rata-rata untuk skala nyeri sendi setelah diberikan intervensi kompres hangat aromaterapi lavender $2,56 \pm$ mengalami penurunan pada saat post test menjadi skala 0-6 dengan

jumlah responden sebanyak 16 orang (Sari & Rina, 2015).

Pengaruh Kompres Air Hangat Aromaterapi Lavender Osteoarthritis Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Lanjut Usia Di Desa Batubantar Pandeglang

Hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank* pada tabel 2 menunjukkan bahwa hasil analisa bivariat menggunakan analisis uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh bahwa nilai Z adalah -4,053, dan nilai signifikansi 0,00. Karena nilai signifikansi 0,00 kurang dari ($<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa “Ha diterima”. Artinya adanya pengaruh signifikansi yaitu antara skala nyeri sebelum dan setelah dilakukan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender pada lanjut usia di Desa Batubantar Pandeglang.

Sejalan dengan hasil penelitian Yanti Puspita Sari dan Rina (2014), di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin dengan 16 responden, hasil penelitian yang didapatkan bahwa terjadi penurunan nilai rata-rata skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia yang ditunjukkan dengan p value $(0,000) < p (0,05)$ menandakan adanya pengaruh



penurunan skala nyeri signifikan terhadap penurunan skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia (Sari & Rina, 2015). Teguh Wahju Sardjono (2011), menyatakan bahwa pengaruh kompres hangat aromaterapi dengan hasil aromaterapi dengan kompres hangat lebih efektif dalam menurunkan intensitas nyeri dibandingkan dengan masase dan kompres hangat, serta yang hanya diberi kompres hangat saja. Dari hasil uji pre test-post test diatas dapat dilihat terjadi penurunan skala nyeri setelah dilakukan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender dari sebelum diberikan intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender (Sardjono, 2011).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pemberian intervensi kompres air hangat aromaterapi lavender terhadap dalam penurunan skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia dengan $p=0,00$ ($p<0,05$).

Saran

Bagi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukkan sebagai penatalaksanaan dan intervensi non farmakologis dalam

menurunkan skala nyeri sendi pada lanjut usia penderita *Osteoarthritis*.

Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan sebagian masukkan dalam kegiatan belajar dan mengajar, khususnya menambah wawasan keilmuan tentang manfaat kompres air hangat aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri yang dapat dimasukkan kedalam kurikulum mata kuliah Fisioterapi mengenai pengobatan alternatif.

Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pilihan alternatif untuk pengobatan *Osteoarthritis* dengan obat tradisional selain dengan menggunakan obat kimia.

Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang kompres air hangat aromaterapi lavender terhadap penurunan skala nyeri *osteoarthritis* pada lanjut usia dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan dengan metode penelitian kualitatif agar lebih dapat



menggambarkan skala nyeri lanjut usia selama menjalani aktivitas sehari-hari.

Daftar Pustaka

- Argi, A. V., & Nur'aeni, S. (2013). *Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Pasca Operasi Di Rumah Sakit Dustira Cimahi*. Jurnal Keperawatan Soedirman, 8(2).
- Dewi, E. K. (N.D.). *Pemberian Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Pada Asuhan Keperawatan Post Partum Ny. V Di Ruang Mawar I Rsud Dr Moewardi Surakarta*.
- Dhanasekaran, S., Doherty, T. M., Kenneth, J., & Group, T. B. T. S. (2010). *Comparison Of Different Standards For Real-Time Pcr-Based Absolute Quantification*. Journal Of Immunological Methods, 354(1–2), 34–39.
- Fanada, M., & Muda, W. (2012). *Pengaruh Kompres Hangat Dalam Menurunkan Skala Nyeri Pada Lansia Yang Mengalami Nyeri Rematik Di Panti Sosial Tresna Werdha Teratai Palembang*. Jurnal Badan Diklat Provinsi Sumatera Selatan.
- Mass, Steven, D., Moreira, (2011). *Aromatherapy: Art Or Science*. International Journal Of Biomedical Research, 4(2), 74–83.
- Hidayat, R. (2012). *Gambaran Mikroskopis Penyembuhan Luka Bakar Yang Diberi Gerusan Daun Kedondong (Spondias Dulcis Forst) Pada Mencit (Mus Musculus L.)*. Skripsi. Fakultas Kedokteran Hewan Universitas Syiah
- Kuala. Banda Aceh.
- Kemenkes. (2015). *Decree Of The Minister Of Health Of The Republic Of Indonesia Number Hk. 02.02 / Menkes / 52/201, 02.02*.
- Komisi Nasional Usia Lanjut. (2010).
- Maharani, E. P. (2007). *Faktor-Faktor Risiko Osteoarthritis Lutut*. Semarang: Universitas Diponegoro Semarang, 14.
- Nainggolan, O. (2009). *Prevalensi Dan Determinan Penyakit Rematik Di Indonesia*. Majalah Kedokteran Indonesia, 59(12), 588–594.
- Perry, B. D. (2009). *Examining Child Maltreatment Through A Neurodevelopmental Lens: Clinical Applications Of The Neurosequential Model Of Therapeutics*. Journal Of Loss And Trauma, 14(4), 240–255.
- Santoso, S., Mcgranaghan, M. F., Dugan, R. C., & Beaty, H. W. (2012). *Electrical Power Systems Quality*. Mcgraw-Hill Education.
- Sari, Y. P., & Rina, R. (2015). *Pengaruh Kompres Hangat Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pasien Rematik (Osteoarthritis) Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2014*. Jurnal Kesehatan, 6(1).
- Setyoadi, K. (2011). *Terapi Modalitas Keperawatan Pada Klien Psikogeriatik*. Jakarta: Salemba Medika, 145.
- Sardjono, T. (2011). *Pengaruh Kompres Air Hangat Dengan Aromatherapy*.
- Rossii & Noortje Anita, (2019). *Pengaruh Pelatihan Senam Aerobik Intensitas*



Sedang Terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi (Vo2maks) Wanita Usia 30-39 Tahun. Jurnal Kesehatan Olahraga, 7(2).

WHO. (2015). *Regional Nutrition Strategy : Addressing Malnutrition And Micronutrient Deficiencies.*



LITERATURE REVIEW: PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MERAH TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II

¹Muhamad Daetun, ²Zahrah Maulidia Septimar

STIKes Yatsi Tangerang

muhamaddaetun888@gmail.com

Abstrak

Diabetes militus adalah salah satu penyakit yang tidak menular diabetes mellitus. Diabetes Melitus dapat dikontrol dengan pemberian terapi insulin. Selain dengan terapi insulin pengontrolan kadar gula darah dapat dilakukan dengan menggunakan buah naga. Tujuan dari *literature review* ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe II tahun 2020. Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan atau *Literatur review*, studi literatur bisa didapat dari berbagai sumber baik jurnal, buku, dokumentasi dan pustaka yaitu mengkaji atau meninjau secara kritis pengetahuan, gagasan atau temuan yang terdapat pada sebuah literatur. Hasil penelitian menunjukan pengaruh pemberian jus buah naga terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes militus tipe II dilakukan oleh penelitian sebelumnya berbagai manfaat bagi kesehatan dijadikan suatu minuman herbal untuk menurunkan kadar gula darah serta dapat diaplikasikan oleh berbagai subjek penelitian seperti remaja, dewasa serta lansia efektif untuk menurunkan kadar gula darah terlihat dari penurunan skor hasil pre-test dan post-test Kesimpulan dan Saran: terapi pemberian jus buah naga dapat dilakukan di mana saja bukan hanya untuk penderita diabetes tapi buah naga ini banyak manfaat dan bisa dikonsumsi oleh remaja dewasa.

Kata kunci : Buah naga, Diabetes



Pendahuluan

Menurut WHO melaporkan bahwa kejadian diabetes melitus ada di sekitar dunia berada dalam tren yang meningkat sejak 1980, naik dari 4,7% menjadi dua kali lipat 8,5% pada tahun 2014. Sebagian besar pasien dengan diabetes dipengaruhi oleh diabetes tipe 2 pre diabetes yang memiliki risiko tinggi untuk pengembangan diabetes di masa depan. Menurut *American Diabetes Association*, prediabetes ditandai dengan gangguan glukosa plasma puasa (fpg 100-125 mg/ dl), atau gangguan toleransi glukosa (igt) 2 jam uji toleransi glukosa oral: ogtt 140–199 mg / dl) atau hba1c 5,7–6,4% (Allhealth.pro, 2018).

Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa kejadian diabetes militus ada di sekitar dunia berada dalam tren yang meningkat sejak 1980, naik dari 4,7% menjadi dua kali lipat 8,5% pada tahun 2014 di Asia populasi orang dewasa. Sebagian besar pasien dengan diabetes dipengaruhi oleh diabetes tipe 2 Pre diabetes dipertimbangkan untuk individu yang memiliki risiko tinggi untuk pengembangan diabetes di masa depan. Menurut *American Diabetes Association*, (2003) prediabetes ditandai dengan gangguan glukosa plasma puasa (FPG 100-125 mg/dl) atau gangguan toleransi glukosa

darah. Menurut WHO (2016), diabetes melitus di dunia dari tahun ke tahun menunjukkan adanya peningkatan (WHO, 2016). Lebih dari 90% populasi diabetes melitus adalah diabetes tipe 2. Jumlah tersebut mayoritas berada pada berasal dari negara berkembang salah satunya adalah Indonesia. Penyakit diabetes melitus tipe 2 di Indonesia merupakan salah satu penyebab utama penyakit tidak menular atau sekitar 2,1% dari seluruh kematian. Penyakit ini rentan terjadi pada kelompok umur lebih dari 30 tahun dan pada seluruh status sosial ekonomi (PERKENI, 2010). Diabetes melitus kini telah menjadi ancaman serius pada manusia di dunia, diabetes melituss merupakan salah satu penyebab kematian urutan ke 7 di Indonesia.

Banten salah satu merupakan provinsi yang memiliki prevalensi diabetes militus tertinggi. Prevalensi diabetes militus tipe dua saat ini di perkotaan sebesar 5,3% mendekati angka Nasional sebesar 5,7% dan sementara prevalensi toleransi Glukosa saat ini terganggu provinsi Banten sebesar 10,3% diatas prevalensi Nasional sebesar 10,2% maka saat ini diperlukan pemeriksaan kadar gula darah secara berkala untuk skrining dan diagnosis



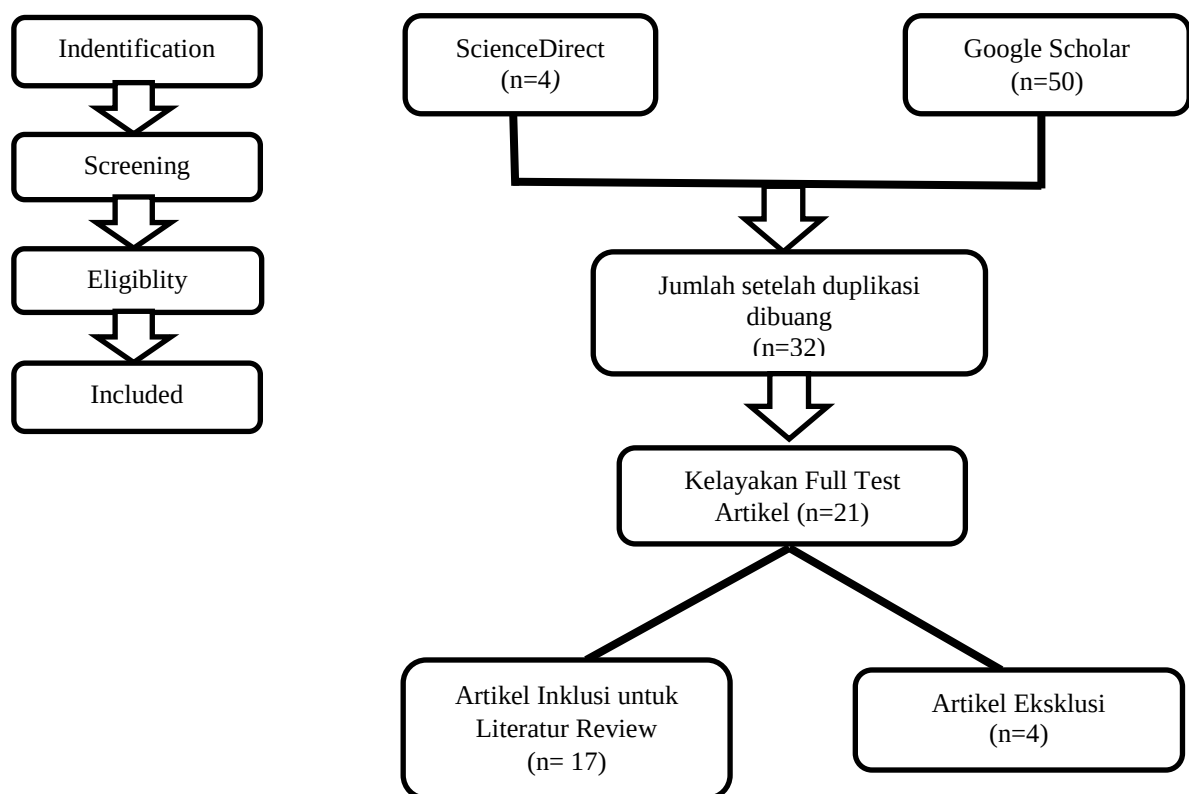
diabetes militus merupakan salah satu pemeriksaan kadar gula darah sewaktu.

Metode Penelitian

Literature Review merupakan suatu Analisa kritis terhadap sumber bacaan atau literatur yang terpublikasi pada suatu topik tertentu yang menjadi minat dan focus seorang peneliti (Suryani, 2016). Dibawah ini diuraikan langkah-langkah yang diambil dalam melakukan *literature review*. Kata Diabetes militus digunakan sebagai istilah pencarian utama di setiap judul artikel yang

diambil, peneliti mengambil kata Diabetes militus dikarenakan peneliti tertarik untuk melihat artikel- artikel yang memuat tentang Diabetes Militus Dimana saat ini Diabetes Militus suatu kondisi kronis yang mempengaruhi cara tubuh atau memproses.

Rincian strategi pencarian kelayakan artikel dan termasuk artikel yang di pilih untuk tinjauan dalam penelitian diringkas dalam diagram dibawah ini menggunakan format PRISMA (Moher, et al., 2009).



Gambar 1. PRISMA Pencarian *Literatue*



Kriteria Pencarian

Kriteria Inklusi:

Penelitian dilakukan Penelitian tentang Pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes militus tipe II.

Kriteria Eksklusi:

Penulisan tidak mengambil artikel yang diterbitkan dalam format tinjauan artikel seperti Literatur Review, *Systematic Review* atau metode *Literatur Review*, *Concept Analysis*, *Editorial*, *Correspondence* dan *Meta- analysis*.

Hasil Review

Hasil temuan dengan pencarian secara sistematis diperoleh 22 artikel. Dari 22 artikel yang terpilih mempunyai metode penelitian yang berbeda diantaranya adalah *Quasi-eksperiment*, *Experimental*, dan *cross sectional*. Tempat penelitian dalam artikel tersebut ada yang dilakukan di Indonesia dan Luar negeri. Berdasarkan 22 artikel yang ditemukan terdapat intervensinya pemberian jus buah naga untuk mengetahui pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II.

Tabel 1. Ekstraksi Data

No	Peneliti	Sampel	Judul	Sumber	Hasil/ Kesimpulan
1	Gresty, M Masi, Mulyadi.	sebanyak 75 responden .	Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado	e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 5 Nomor 1, 23 Oktober 2017	Hasil kesimpulan yang di dapat diabetes melitus tipe II biasanya ditemukan pada orang dewasa usia 40 tahun keatas. Dan diberikan terapi non farmakologi jus buah naga merah.
2	Dita Wahyu Hestiana	sampel 57 responden	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang	Journal of Health Education, Jhe 2 (2) (2017)	Hasil kesimpulan bahwa adanya hubungan yang signifikan pada kelompok umur lebih dari 45 tahun, yang lebih beresiko menderita DM tipe 2. Didapatkan hasil penderita DM lebih banyak pada kelompok umur dewasa daripada lansia. Dengan



No	Peneliti	Sampel	Judul	Sumber	Hasil/ Kesimpulan
3	Ana Roiffatul Hidayati	Jumlah responden 30 orang.	Pengaruh Buah Naga Terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Puskesmas Temon 1 Kulon Progo Yogyakarta	Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta 2017	bertambahnya usia maka terjadi penurunan fungsi pendengaran Hasil kesimpulan Penyakit diabetes melitus ini merupakan suatu kelainan yang terjadi akibat tubuh kekurangan hormon, insulin, akibatnya glukosa tetap beredar di dalam aliran darah dan sukar menembus dinding sel. Tidak adanya glukosa yang masuk kedalam sel mengakibatkan sel mengalami kurang energi untuk proses metabolisme selular. Hal ini kemudian diinterpretasikan oleh sel-sel tubuh sebagai kondisi kekurangan glukosa sehingga tubuh akan merespon dengan berbagai mekanisme yang bertujuan untuk menimbulkan kadar glukosa darah
4	Amalia Nita Widyastuti	Sebanyak 28 Peneliti ini merupakan penelitian <i>quasi experimental</i> dengan rancangan <i>pre-post group</i>	Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah (<i>Hylocereus Polyrrhizus</i>) Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Pria Prediabetes	Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Tahun 2015	Hasil kesimpulan Saat penelitian mengkonsumsi jus buah naga merah dan tiga lainnya tidak bersedia diambil darahnya saat post test. Sehingga jumlah subjek pada setiap kelompok menjadi 14 subjek dengan total 28 subjek untuk kedua kelompok
5	Muhammad Sahlan Zamaa	sebanyak responden 54	Hubungan Kepatuhan Pengobatan Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii	Jambura Nursing Journal Vol. 1, No. 1, Januari 2019 Jambura Nursing Journal ISSN: 2654-2927	Hasil kesimpulan Pada penelitian ini ditemukan pasien yang patuh berobat namun kadar gula darahnya tinggi sebanyak 7 responden (28,0%). Hal ini disebabkan karena pasien hanya patuh berobat namun tidak



No	Peneliti	Sampel	Judul	Sumber	Hasil/ Kesimpulan
					mematuhi diet dan melakukan perubahan gaya hidup sehat. Kepatuhan perawatan diabetes melitus dalam hal ini penderita harus melaksanakan program perawatan diabetes melitus seperti melakukan hidup sehat, melakukan pengobatan secara rutin, aturan berobat yang ditetapkan

Pembahasan

Dari 22 artikel yang ditemukan di antaranya 8 bahwa pemberian jus 200 g buah naga selama 10 hari menurunkan kadar glukosa diabetes melitus sebesar 43,1 mg/dl. Salah satu buah yang bisa dimanfaatkan sebagai kontrol glukosa darah adalah Buah Naga (*Hylocereus*) yang memiliki keunggulan yaitu kaya serat, kalsium, magnesium, kalium dan natrium. Divisi Nutrisi Fakultas Kedokteran Malaysia (2011) menyimpulkan pemberian buah naga 200-300 g/hari mampu menurunkan kadar glukosa darah, trigliserida dan kolesterol penderita Diabetes Melitus Tipe II. Pada pengaturan pola makan, penderita Diabetes Melitus dianjurkan untuk memperhatikan asupan karbohidrat dan serat karena penting artinya dalam pengendalian glukosa darah. Hasil penelitian di Amerika Serikat menunjukkan

asupan serat pada penderita Diabetes Melitus < 25 g/hari, lebih rendah dari anjuran yaitu 25 g/hari. Hasil penelitian Wiardani 2014 terhadap penderita Diabetes 12 Melitus tipe 2 di RSUP Sanglah Denpasar melaporkan rerata asupan serat mereka hanya 8,9 g/hari.

Penderita penyakit diabetes melitus ini, Pada usia 20 tahun ke atas. Saat ini seseorang dapat terdiagnosa DM meliputi apabila mempunyai gejala klasik DM. seperti fanfagi, poliuria dan polidipsi dengan di sertai kadar gula darah sewaktu >200mg/dl, dan glukosa darah puasa >126mg/dl menurut (PERKENI, 2015). Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang terjadi pada pankreas tidak dapat menghasilkan hormon insulin yang sangat cukup ketika tubuh tidak efektif menggunakan insulin yang dihasilkan (WHO, 2016).



Kesimpulan

Berdasarkan hasil *Literatur Review* tentang pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes militus tipe II didapatkan bahwa buah naga merah sangat efektif untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes militus tipe II pada orang dewasa sampai lansia. Buah naga merah merupakan terapi non farmakologi untuk penderita diabetes militus tipe II yang mudah di dapatkan dan ekonomis.

Saran

1. Bagi Institusi STIKes Yatsi

Hasil *Literature Review* ini diharapkan dapat mengembangkan mata kuliah keperawatan Medikal Bedah tentang Diabetes Militus salah satunya terapi non farmakologi tentang buah naga merah sehingga dapat diaplikasikan bagi pembaca, khususnya STIKes Yatsi dalam penyuluhan kesehatan di masyarakat tentang terapi pemberian jus buah naga merah terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien diabetes militus tipe II.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan

Diharapkan hasil dari penelitian ini menjadi salah satu promosi kesehatan yang dilakukan pelayanan kesehatan

mengenai pengobatan herbal, terutama penggunaan buah naga merah pada pasien Diabetes militus di masyarakat umumnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran untuk peneliti selanjutnya adalah peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan jumlah sampel yang lebih banyak, serta waktu penelitian yang lebih lama sehingga didapatkan hasil yang lebih baik, lengkap, dan akurat.

Daftar Pustaka

- Allhealth.pro. (2018). Pradiabetes: Apa Selanjutnya untuk Gaya Hidup Anda?
- Association, A. D. (2003). Standards of medical care for patients with diabetes mellitus. *Diabetes Care*, 26(suppl 1), s33–s50.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA Statement. *Open Medicine*, 3(2).
- PERKENI. (2010). *Consensus Pengendalian Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia.



PERKENI. (2015). *Konsensus pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia.

Suryani. (2016). *Mencegah plagiarisme:*

Ilmu dan seni melakukan literatur review. Bandung.

WHO. (2016). *Global Report On Diabetes*. France: World Health Organization.



HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN *QUALITY OF LIFE* PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI INDONESIA

¹Rodiyatul Nadawiyah Eka Putri, ²Yati Afiyanti, ³Ida Faridah

STIKES YATSI TANGERANG

Wiwiekaputri19@gmail.com

Abstrak

Pasien diabetes melitus di Indonesia meningkat setiap tahunnya, salah satu penyebab yang mungkin mempengaruhinya adalah manajemen diri yang kurang, pada pasien yang kurang menerapkan manajemen diri yang baik akan memiliki peluang besar untuk mengalami komplikasi dari penyakit ini, yang mungkin akan berpengaruh pula terhadap kualitas hidupnya. Tujuan umum dari penelitian ini agar diketahui bagaimana hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus di Indonesia. Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelatif, dengan pendekatan *cross sectional*, teknik *total sampling* dengan jumlah responden 408 pasien diabetes melitus di Indonesia. Uji statistik yang digunakan adalah *chi square* dan regresi logistik berganda. Hasil uji *chi square*, diperoleh nilai *p-value* $0,000 > 0,05$, yang artinya terdapat hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus. Uji regresi logistik berganda didapatkan usia (13,4%) dan lamanya menderita diabetes melitus (10,9%) merupakan faktor perancu dalam penelitian ini, sedangkan jenis kelamin (5,2%) dan tingkat pendidikan (0,5%) bukan merupakan faktor perancu dalam penelitian ini. Hasil dari keseluruhan 2 variabel terdapat hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus dan dari 4 faktor perancu yang diteliti, terdapat 2 faktor yang merupakan perancu dan 2 faktor bukan merupakan perancu. Penelitian selanjutnya untuk mencari variabel *confounding* lainnya yang mempengaruhi *self-management* dan *quality of life* pada pasien diabetes melitus.

Kata Kunci : Manajemen diri, Kualitas hidup, Pasien, Diabetes Melitus.



Pendahuluan

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka penyakit diabetes meningkat dari 6,9 persen menjadi 8,5 persen. Di Indonesia didapatkan data dari Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI) bahwa tahun 2015 yang menderita diabetes melitus mencapai 9,1 juta orang, dan menempati urutan ke 5 terbanyak penderita diabetes melitus setelah negara Cina, India, USA dan Brazil yang sebelumnya Indonesia menempati urutan ke 7 pada tahun 2013 (PERKENI, 2015).

Data yang didapat dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, terdapat kenaikan persentase pada penderita diabetes melitus usia ≥ 15 tahun. Pada tahun 2013 terdapat 6,9% pasien yang tercatat dan terdapat kenaikan sejumlah 8,5% pada tahun 2018 (KEMENKES, 2018).

Berdasarkan data-data tersebut menunjukkan pasien diabetes melitus di Indonesia meningkat setiap tahunnya, salah satu penyebab yang mungkin mempengaruhinya adalah manajemen diri yang kurang, pada pasien yang kurang menerapkan manajemen diri yang baik akan memiliki peluang besar untuk mengalami komplikasi dari penyakit ini, yang mungkin

akan berpengaruh pula terhadap kualitas hidupnya.

Metode

Desain penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang merupakan metode pengumpulan atau pengukuran data dari variabel independen dan variabel dependen yang dilakukan dalam satu waktu.

Metode ini digunakan dengan tujuan untuk mengidentifikasi ada atau tidaknya hubungan variabel independen terhadap variabel dependen dalam satu kali pengukuran menggunakan alat ukur yaitu kuesioner. Dimana Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus di Indonesia.

Responden penelitian ini adalah pasien diabetes melitus di Indonesia. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling* dengan jumlah responden 408 pasien diabetes melitus di Indonesia. Uji statistik yang digunakan adalah *chi square* dan regresi logistik berganda.



Hasil

Analisa Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, pengolahan data univariat terkait variabel yang diteliti yaitu usia, jenis

kelamin, tingkat Pendidikan, lamanya menderita diabetes melitus, *self-management* dan *quality of life* dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, Lamanya Menderita Diabetes Melitus, *Self-management* dan *Quality of Life* (n=408)

No	Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Usia		
	≤ 45 Tahun	188	46,1
	> 45 Tahun	220	53,9
	Total	408	100
2.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	183	44,9
	Perempuan	225	55,1
	Total	408	100
3.	Tingkat Pendidikan		
	Rendah	210	51,5
	Tinggi	198	48,5
	Total	408	100
4	Lamanya Menderita Diabetes Melitus		
	≤ 5 Tahun	196	48
	> 5 Tahun	212	52
	Total	408	100
5.	<i>Self-management</i>		
	Kurang	181	44,4
	Baik	227	55,6
	Total	408	100
6.	Quality of Life		
	Buruk	155	38
	Baik	253	62
	Total	408	100
	Sub Variabel Kesehatan Fisik		
	Buruk	176	43,1
	Baik	232	56,9
	Total	408	100
	Sub Variabel Psikologis		
	Buruk	166	40,7
	Baik	242	59,3
	Total	408	100
	Sub Variabel Hubungan Sosial		
	Buruk	202	49,5
	Baik	206	50,5
	Total	408	100



No	Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
	Sub Variabel		
	Lingkungan		
	Buruk	180	44,1
	Baik	228	55,9
	Total	408	100

Sumber : Hasil Output SPSS yang diolah, 2020

Berdasarkan data pada tabel 1 diperoleh usia responden separuhnya berusia lebih dari 45 tahun sebanyak 53,9% dan sisanya kurang dari atau sama dengan 45 tahun. Responden berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 55,1% dan laki-laki sebanyak 44,9%. Sebagian responden berpendidikan rendah yaitu 51,5% dan selebihnya berpendidikan tinggi. Lamanya menderita diabetes melitus mayoritas diperoleh 52% lebih dari lima tahun dan selebihnya kurang dari atau sama dengan lima tahun. Mayoritas 55,6% pasien diabetes melitus memiliki *self-management* yang baik dan 44,4% pasien diabetes melitus memiliki *self-management* yang kurang. 62% pasien diabetes melitus memiliki *quality of life* yang baik dan 38%

memiliki *quality of life* yang buruk. Distribusi frekuensi sub variabel dari *quality of life* meliputi kesehatan fisik mayoritas dengan kategori baik sebanyak 56,9% dan kategori buruk sebanyak 43,1%, psikologis dengan kategori baik sebanyak 59,3% dan kategori buruk sebanyak 40,7%, hubungan sosial dengan kategori baik sebanyak 50,5% dan kategori buruk sebanyak 49,5%, lingkungan dengan kategori baik sebanyak 55,9% dan kategori buruk sebanyak 44,1%.

Analisis Bivariat

Analisa bivariat pada penelitian ini menggunakan uji *Chi-square*. Uji signifikan menggunakan batas kemaknaan *alpha* (0,05) dan tingkat kepercayaan (95%).

Tabel 2
Crosstabulation Berdasarkan Hubungan Self-management Dengan Quality of Life Pada Pasien Diabetes Melitus Di Indonesia (n=408)

Tasiran Diabetes Mellitus DI Indonesia (n=400)							
Self-management	Quality of Life						p-value
	Buruk		Baik		Jumlah		
	N	%	N	%	N	%	
Kurang	149	36,5	32	7,8	181	44,4	0,000
Baik	6	1,5	221	54,2	227	55,6	
Total	155	38	253	62	408	100	

Sumber : Hasil Output SPSS yang diolah, 2020



Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui hasil analisis hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus diperoleh bahwa *self-management* yang kurang memiliki *quality of life* yang buruk sebanyak 149 orang (36,5%) dan *quality of life* yang baik sebanyak 32 orang (7,8%). Sedangkan *self-management* yang baik memiliki *quality of life* yang buruk sebanyak 6 orang (1,5%)

dan *quality of life* yang baik sebanyak 221 orang (54,2%). Berdasarkan uji *chi-square* didapatkan *p-value* $0,000 < 0,05$ maka dapat dinyatakan H_a diterima artinya ada hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus di Indonesia Tahun 2020.

Analisis Multivariat

Berikut hasil dari analisis multivariat dari penelitian ini:

Tabel 3
Confounding Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan dan Lamanya Menderita Diabetes Melitus dengan Self-management (n=408)

Variabel	<i>p-value</i>	OR
<i>Self-management</i>	0,000	200,657
Usia	0,114	145,925
Jenis Kelamin	0,409	189,170
Tingkat Pendidikan	0,722	199,550
Lamanya Menderita Diabetes Melitus	0,284	168,505

Sumber : Hasil Output SPSS yang diolah, 2020

Berdasarkan hasil uji diatas, didapatkan nilai OR pemodelan awal 200,657. Setelah dilihat dari *p-value* terbesar terdapat pada tingkat pendidikan maka, tingkat pendidikan dikeluarkan dari pemodelan yang didapatkan perubahan OR sebesar 199,550 (0,55%) yang artinya tingkat pendidikan bukan variabel perancu. Untuk pemodelan ke dua jenis kelamin dengan *p-value* dikeluarkan dari pemodelan dengan perubahan OR sebesar 189,170

(5,2%) yang artinya jenis kelamin bukan variabel perancu. Untuk pemodelan ketiga lamanya menderita diabetes melitus dengan *p-value* 0,284 dikeluarkan dari pemodelan dengan perubahan OR sebesar 168,505 (10,9%) yang artinya lamanya menderita diabetes melitus merupakan variabel perancu. Untuk pemodelan terakhir dilihat dari *p-value* usia 0,114 dikeluarkan dari pemodelan dengan perubahan OR sebesar 145,925 (13,4%) yang artinya



usia merupakan variabel *confounding*. Sehingga didapatkan usia dan lamanya menderita diabetes melitus merupakan variabel perancu dengan hasil penghitungan presentasi OR > 10%. Untuk jenis kelamin dan tingkat pendidikan bukan variabel perancu dalam penelitian ini karena hasil penghitungan presentasi OR <10%.

Pembahasan

Hasil temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar 55,6% Pasien diabetes melitus memiliki *self-management* yang baik yaitu sering melakukan pemeriksaan ke dokter, mengkonsumsi obat dan menjaga pola makan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Inonu et al., (2018) didapatkan 69,2% responden memiliki *self-management* yang baik (Inonu, Wardani, & Rodiani, 2018). Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Luthfa & Fadhilah (2019) menunjukkan bahwa dari total responden 118 orang, 95,8% memiliki *self-management* yang baik (Luthfa & Fadhilah, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini dan penelitian terdahulu didapatkan mayoritas pasien diabetes melitus memiliki *self-management* yang baik dikarenakan pasien diabetes melitus dapat memperhatikan

secara baik kondisi kesehatannya seperti sering melakukan pemeriksaan ke dokter, mengatur pola makan untuk mengontrol gula darah, olahraga, perawatan kaki dan meminum obat secara teratur. *Self-management* ini harus dilakukan secara konsisten sehingga dapat mengontrol kestabilan gula darah dan mencegah komplikasi dari penyakit itu sendiri.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas sebanyak 62% pasien diabetes melitus memiliki *quality of life* yang baik yaitu puas terhadap kualitas hidupnya, puas dengan kondisi kesehatannya, dapat menikmati hidupnya, dan puas terhadap kondisi fisiknya.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Luthfa & Fadhilah, 2019) menunjukkan bahwa dari total responden 118 orang, 95,8% memiliki *quality of life* yang baik. Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Laoh & Tampongangoy (2015) bahwa mayoritas responden yaitu sebanyak 63,3% memiliki *quality of life* yang baik (Laoh & Tampongangoy, 2015).

Quality of life menurut peneliti didasarkan pada kepuasan diri terhadap hidupnya, bagaimana pasien menikmati hidup yang jalani, merasa hidup ini sangat berarti, menerima kondisi fisik dan



penampilannya, sehat lingkungan disekitarnya, memiliki hubungan sosial yang baik dan lainnya. *Quality of life* yang buruk biasanya dipengaruhi oleh kesehatan fisik, psikologi, sosial dan lingkungannya.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukan *p-value* $0,000 > 0,05$ yang artinya H_a diterima atau ada hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Luthfa & Fadhilah (2019) sejalan dengan penelitian ini, menunjukkan bahwa *p-value* yang didapatkan $0,000 > 0,05$ yang artinya ada hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus (Luthfa & Fadhilah, 2019). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Putri (2019) menunjukan bahwa hasil uji dengan *p-value* 0,002 yang artinya ada hubungan antara *self-management* dengan *quality of life* pada pasien diabetes melitus (Putri, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Al-Khaledi et al., (2018) juga menunjukan bahwa terdapat hubungan dengan *p-value* 0,001 (Al-Khaledi et al., 2018).

Menurut peneliti berdasarkan hasil penelitian ini dan penelitian terdahulu mayoritas pasien yang memiliki *self-management* yang baik akan memiliki *quality of life* yang baik dan begitu pula

sebaliknya. *Self-management* yang konsisten memiliki tujuan yaitu terkontrolnya gula darah sehingga mencegah terjadinya komplikasi, yang merupakan efek jangka panjang yang muncul pada penyakit kronis salah satunya yakni diabetes melitus.

Usia merupakan faktor perancu dalam penelitian ini. Berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan Ningrum & Siliapantur (2019) dimana tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan manajemen diri pada pasien diabetes melitus (Ningrum & Siliapantur, 2019). Menurut Sundari (2019) pasien yang lebih tua memiliki tingkat manajemen diri yang lebih tinggi terhadap diet, olahraga, dan perawatan kaki dari pada pasien yang lebih muda (Sundari, 2019). Namun menurut Kusnanto et al., (2019) menyatakan bahwa pasien yang sudah tua cenderung mengalami penurunan kemampuan fisik dan kognitif sehingga dapat mempengaruhi kemampuan serta keaktifannya dalam melakukan manajemen diri, yang didukung dengan timbulnya komplikasi pada usia tua yang akan mempengaruhi kemampuan pasien dalam manajemen diri (Kusnanto et al., 2019).

Menurut peneliti perbedaan dari penelitian tersebut dikarenakan pasien yang



lebih muda dan memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup terkait *self-management*. Sedangkan yang sudah tua memiliki pengalaman yang sudah mereka lakukan sehingga telah merasakan manfaat dari melakukan *self-management*.

Jenis kelamin merupakan bukan faktor perancu dalam penelitian ini. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Sari (2017) dimana tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan manajemen diri (Sari, 2017). Berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwaningsih & Nugraheni (2018) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan manajemen diri pada pasien diabetes melitus tipe 2 (Purwaningsih & Nugraheni, 2018).

Perbedaan yang terjadi dikarenakan *self-management* pada pasien diabetes melitus dalam penelitian ini dapat dilakukan oleh siapa saja baik laki-laki maupun perempuan, yang sama-sama memiliki tanggung jawab dalam melakukan pengontrolan terhadap penyakit yang dialaminya.

Hasil penelitian ini didapatkan tingkat pendidikan merupakan bukan faktor perancu dalam penelitian ini. Penelitian ini tidak sejalan dengan yang dilakukan oleh

Ningrum & Siliapantur (2019) dimana dalam penelitian tersebut didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan dan manajemen diri (Ningrum & Siliapantur, 2019). Menurut Rantung et al., (2015) pendidikan mempengaruhi pemahaman, kemampuan dan tingkat pengetahuan seseorang (Rantung, Yetti, & Herawati, 2015).

Tingkat pendidikan dalam penelitian ini menunjukkan tidak adanya pengaruh tingkat pendidikan terhadap *self-management* dalam penelitian ini adalah banyaknya responden yang berpendidikan rendah dalam penelitian ini sehingga tidak dapat mempengaruhi *self-management*. Banyaknya *self-management* yang baik dalam penelitian ini dikarenakan pengalaman dan motivasi dalam melakukan manajemen diri.

Lamanya menderita diabetes melitus merupakan faktor perancu dalam penelitian ini. Berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan (Fatimah, 2016) dimana tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan manajemen diri pada pasien diabetes melitus. Menurut Sundari (2019) Pasien dengan durasi penyakit lebih lama memiliki pengalaman dalam mengatasi penyakit yang dialaminya dan melakukan manajemen diri lebih baik.



Karena pasien dapat menerima diagnosis penyakit dan pengobatannya dengan mengintegrasikan gaya hidup baru dalam kehidupan mereka (Sundari, 2019).

Lamanya menderita diabetes melitus berdasarkan hasil penelitian didasari oleh kemauan serta motivasi individu. Pasien yang semakin lama mengidap suatu penyakit biasanya sudah terbiasa atau sudah memiliki pengalaman dalam mengatasi penyakitnya dan pada individu yang memiliki motivasi yang tinggi pula akan mempengaruhi *self-manajemen* pada dirinya. Lain halnya dengan pasien yang memiliki tingkat kejenruhan dalam menangani penyakitnya sehingga tidak ingin menerapkan *self-management* yang baik dalam dirinya.

Kesimpulan

Self-management yang baik dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor pendukung, namun kembali lagi kepada setiap individu yang memiliki riwayat diabetes melitus. Jika individu tersebut tidak memiliki minat untuk melakukan perawatan diri dan merasa tidak peduli kepada kondisi kesehatannya maka ia akan menerapkan *self-management* yang kurang baik. Dari *self-management* yang baik dapat berhubungan dengan *quality of life* yang

baik pula. Dimana Ketika individu sangat mementingkan kesehatannya biasanya ia akan puas dengan apa yang telah ia rawat selama ini. *Quality of life* tidak dapat diartikan secara pasti, karena setiap individu memiliki tingkat kepuasan yang berbeda dan hanya individu tersebutlah yang dapat mendefinisikannya. Implikasi keperawatan yang dapat dilakukan adalah memberikan penyuluhan Kesehatan mengenai pentingnya self-management untuk meningkatkan *quality of life* pada pasien diabetes melitus.

Saran

Untuk Pasien Diabetes Melitus

Diharapkan untuk mencari tahu lebih jauh tentang bagaimana cara melakukan *self-manajemen* yang baik dan pentingnya melakukan *self-management* yang baik untuk menghindari terjadinya komplikasi dari penyakit dan peduli tentang kondisi kesehatannya saat ini.

Untuk Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya dan peneliti selanjutnya dapat menganalisis lebih jauh mengenai faktor perancu yang belum ada dalam penelitian ini dan menggunakan analisis yang lebih lengkap untuk penelitian selanjutnya. Atau



menggunakan metode lain seperti kualitatif sehingga informasi yang didapatkan akan lebih jelas dan akurat dibandingkan dengan pengisian kuesioner secara online.

Daftar Pustaka

- Al-Khaledi, M., Al-Dousari, H., Al-Dhufairi, S., Al-Mousawi, T., Al-Azemi, R., Al-Azimi, F., & Badr, H. E. (2018). *Diabetes self-management: a key to better health-related quality of life in patients with diabetes*. Medical Principles and Practice, 27(4), 323–331.
- Fatimah. (2016). *Hubungan Faktor Personal Dan Dukungan Keluarga Dengan Manajemen Diri Penderita Diabetes Mellitus Di Posbindu Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan Kota Tangerang Selatan Tahun 2016*.
- Inonu, V. F., Wardani, D. W. S. R., & Rodiani, R. (2018). *Hubungan Penerimaan Diri Dengan Self-Management Diabetes Mellitus Pada Peserta Prolanis di Puskesmas Kedaton Bandarlampung*. Jurnal Majority, 7(3), 90–94.
- Kusnanto, K., Sundari, P. M., Asmoro, C. P., & Arifin, H. (2019). *Hubungan tingkat pengetahuan dan diabetes self-management dengan tingkat stres pasien diabetes melitus yang menjalani diet*. Jurnal Keperawatan Indonesia, 22(1), 31–42.
- Laoh, J. M., & Tampongangoy, D. (2015). *Gambaran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Poliklinik Endokrin RSUP Prof. Dr. RD Kandou Manado*. Jurnal Ilmiah Perawat Manado (Juiperdo), 4(1), 32–37.
- Luthfa, I., & Fadhilah, N. (2019). *Self Management Menentukan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus*. Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan, 4(2), 402–410.
- Ningrum, T. P., & Siliapantur, H. O. (2019). *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Manajemen Diri Pasien DM Tipe 2*. Jurnal Keperawatan BSI, 7(2), 114–126.
- PERKENI. (2015). *Pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia*. Pb. Perkeni.
- Purwaningsih, N., & Nugraheni, A. Y. (2018). *Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Instalasi Rawat Jalan Rsud Dr. Moewardi Periode Februari-Maret 2018*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putri, D. M. P. (2019). *Hubungan Antara Self Management Dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Type 2*. Jurnal Kesehatan Karya Husada, 7(2), 70–80.
- Rantung, J., Yetti, K., & Herawati, T. (2015). *Hubungan self-care dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus (DM) di persatuan diabetes indonesia (Persadia) Cabang Cimahi*. Jurnal Skolastik Keperawatan, 1(01), 130199.
- RI, K. (2018). *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Sari, N. H. (2017). *Hubungan Karakteristik Demografi dengan Self-care Diabetes Mellitus pada Pasien Diabetes*



*Mellitus di RSUP H. Adam Malik
Medan.*

Sundari, P. M. E. I. (2019). *Hubungan
Tingkat Pengetahuan Dan Self*

*Management Diabetes Dengan
Tingkat Stres Menjalani Diet
Penderita Diabetes Melitus.*
Universitas Airlangga.



TINJAUAN LITERATUR FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU IBU DALAM PEMENUHAN GIZI SELAMA KEHAMILAN

¹Esti Astuti, ²Febi Ratnasari, ³H.A.Y.G Wibisono

STIKes Yatsi Tangerang

estyastuti4@gmail.com

Abstrak

Kekurangan nutrisi merupakan salah satu masalah nutrisi yang paling sering terjadi selama kehamilan. Anemia dan KEK menjadi masalah gizi yang sering dialami oleh ibu hamil. Hasil Riskesdas tahun 2013 didapatkan sebesar 24,2% ibu hamil beresiko mengalami KEK dan anemia sebesar 37,1% di Indonesia. Penelitian bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku ibu dalam pemenuhan gizi selama kehamilan. Tinjauan literatur ini menggunakan metode literature review menggunakan 4 database yaitu *PubMed*, *Scholar*, *Academic Journal*, *IJSR*, *DOAJ* diperoleh 107 artikel yang kemudian dilakukan penyaringan sehingga didapatkan 11 artikel. Berdasarkan hasil pencarian artikel didapatkan 11 artikel yang menunjukkan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku ibu hamil dalam pemenuhan gizi selama kehamilan dan yang paling dominan yaitu pengetahuan, motivasi berupa dukungan dari keluarga dan suami, kebudayaan, media massa berupa internet dan video, tingkat pendidikan, status ekonomi dan penghasilan. Saran: Bagi tenaga kesehatan dapat memberikan pendidikan kesehatan secara virtual dan menggunakan media informasi seperti youtube, yang mengikuti kemajuan teknologi saat ini.

Kata Kunci: Faktor-Faktor, Nutrisi, Ibu Hamil

Pendahuluan

Kekurangan nutrisi merupakan salah satu masalah nutrisi yang paling sering terjadi selama kehamilan (Suhaimi, 2019). Kekurangan Energi Kronik dan anemia gizi merupakan masalah nutrisi yang sering dijumpai pada ibu hamil. Pada tahun 2013

dari hasil Riskesdas didapatkan sebesar 24,2% ibu hamil beresiko mengalami KEK dan anemia sebesar 37,1% di Indonesia. Anemia menjadi salah satu masalah gizi yang dialami oleh ibu hamil. Menurut WHO 30% populasi penduduk dunia atau 2 milyar penduduk mengalami anemia.



Secara global prevalensi anemia ibu hamil di dunia adalah sebesar 41,8%, di berbagai negara kejadian ini berkisar antara 10% sampai 60%. Anemia pada kehamilan dikaitkan dengan peningkatan resiko kelahiran prematur dan bayi berat lahir rendah (BBLR). Berdasarkan hasil Riskesdas (2013) angka BBLR di Provinsi Banten masih cukup tinggi yaitu 9,7-10% dan menduduki peringkat ke-15 di Indonesia. Selain prematur dan BBLR anemia juga berdampak pada janin yaitu abortus, kematian intra uteri, kelahiran dengan anemia, cacat bawaan bayi, bayi mudah terkena infeksi sampai kematian perinatal (Manuaba, 2010).

Masalah yang terjadi di Negara berkembang yaitu gizi buruk yang merupakan manifestasi dari Kurang Energi Kronik. Dampak dari KEK dapat yaitu meningkatnya risiko kematian ibu, anemia, perdarahan pada trimester tiga, persalinan memanjang dan perdarahan postpartum (Purandare, 2012). Perdarahan menempati persentase tertinggi kematian ibu di Indonesia yaitu sebesar 28,1% (Depkes, 2014).

WHO mencatat 40% kematian ibu dinegara berkembang berkaitan dengan anemia dan KEK dengan prevalensi terbanyak dari kasus tersebut karena

Kekurangan Energi Kronik yang dapat menyebabkan status gizinya berkurang (Pantiawati, 2010). Pada tahun 2016 dari hasil pemantauan gizi (PSG) mengungkapkan Provinsi Banten merupakan salah satu provinsi dengan ibu hamil yang beresiko tinggi mengalami KEK (<23,5 cm lingkar lengan yang dimiliki oleh ibu hamil) atau sebesar 18%, dari angka tersebut melebihi rata-rata presentasi nasional yaitu 16,2%.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau literature review. Data yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari hasil-hasil penelitian yang sudah dilakukan dalam jurnal online nasional dan internasional. Penulis menggunakan database seperti, *PubMed*, *Scholar*, *Academic Journal*, *IJSR*, *DOAJ*. Proses pengumpulan data peneliti melakukan penyaringan yang didasari dari kriteria yang sudah ditetapkan. Kriteria inklusi dalam tinjauan literatur ini yaitu rtikel dengan tahun terbit 2016 hingga tahun 2020, full-text, berbahasa Indonesia dan Inggris.

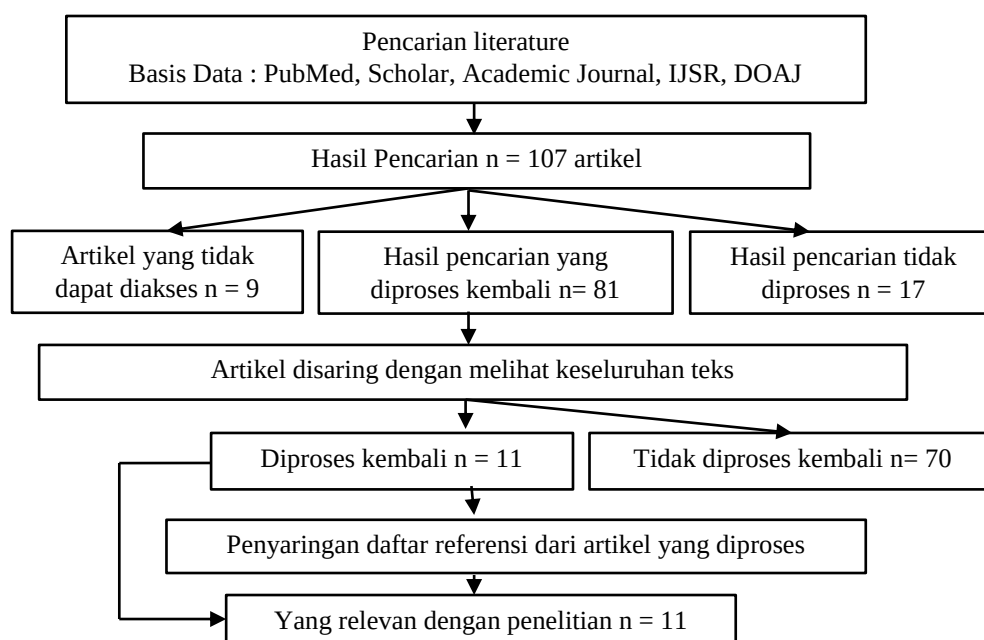
Hasil artikel yang sudah dipilih sesuai dengan kata kunci yang dicari mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi



perilaku ibu dalam pemenuhan gizi selama kehamilan. Setelah mendapatkan hasil penulisan dari beberapa artikel yang sudah dikumpulkan, selanjutnya penulis menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku ibu dalam pemenuhan gizi selama kehamilan.

Berdasarkan hasil pencarian didapatkan 107 artikel, setelah disaring peneliti mendapatkan 81 artikel yang akan diproses kembali berdasarkan dari judul dan tahun terbit. Peneliti mendapatkan 9 artikel yang tidak bisa diakses dikarenakan artikel berformat GoSave. Peneliti mendapatkan 17 hasil pencarian yang tidak diproses karena tahun kurang dari 2016 dan jurnal

tidak dapat diakses penuh. Setelah melakukan penyaringan, peneliti menyaring kembali artikel dengan melihat keseluruhan. Didapatkan 70 artikel yang tidak diproses karena tidak berbentuk full text dan isi artikel tidak sesuai dengan masalah peneliti, kemudian mendapatkan 11 artikel yang akan diproses kembali. Setelah membaca full text dan isi artikel sesuai dengan masalah, peneliti melakukan penyaringan daftar referensi dari artikel yang diproses, didapat 11 artikel yang relevan untuk dibahas dalam tinjauan literatur ini. Hasil pencarian jurnal dapat dilihat dari bagan dibawah ini :



Gambar 1. Prisma Flow chart



Hasil

Berdasarkan temuan dengan pencarian secara sistematis diperoleh 11 artikel. Hasil penelitian Nguyen et al., (2017) menyatakan bahwa selama kehamilan hanya setengah dari mereka mengonsumsi makanan yang cukup beragam. Pengetahuan gizi yang baik adalah faktor utama ibu dengan konsumsi IFA yang lebih tinggi, tablet kalsium, dan beragam diet dibandingkan dengan pengetahuan yang buruk. Di tingkat rumah tangga, wanita yang melaporkan dukungan suami tingkat tinggi lebih mungkin mengonsumsi IFA, kalsium, tablet, beragam diet dibandingkan dengan mereka yang menerima dukungan rendah (Nguyen et al., 2017).

Hasil penelitian Zelalem et al., (2018) Sebagian besar wanita hamil dalam penelitian ini melaporkan tingkat yang buruk pengetahuan dan praktik tentang gizi seimbang dan diet selama kehamilan. Penghasilan bulanan, tingkat pendidikan dan sikap adalah faktor signifikan yang mempengaruhi pengetahuan gizi ibu selama kehamilan. Pendidikan suami dan pekerjaan adalah faktor prediksi yang signifikan untuk praktik gizi selama masa kehamilan. Pengetahuan yang baik tentang nutrisi ibu

biasanya mempengaruhi perilaku gizi selama kehamilan (Zelalem et al., 2018).

Hasil penelitian Wahyudi et al., (2017) didapatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang pemenuhan gizi kehamilan berpengaruh setelah diberi promosi kesehatan (Wahyudi et al., 2017). Menurut Juwita (2018) mayoritas ibu hamil mengalami anemia dan tidak patuh mengonsumsi tablet Fe. Lebih dari separuh ibu hamil tidak mendapatkan dukungan dari keluarga/suami untuk mengonsumsi tablet Fe (Juwita, 2018).

Hasil penelitian Trisanti & Khoirunnisa (2019) menunjukkan bahwa masih ada mitos dan budaya yang mempengaruhi perilaku ibu hamil walaupun tidak semua mitos dan budaya tersebut merugikan kesehatan (Trisanti & Khoirunnisa, 2019). Hasil penelitian Rofi'ah et al., (2017) menunjukkan bahwa Informasi dari luar seperti orangtua, internet, bidan akan mempengaruhi pengetahuan ibu hamil akan makanan yang dikonsumsi. Di Puncakwangi perilaku yang diterapkan dan pengetahuan mereka tidak sesuai. Mereka makan dengan memilih-milih karena ingin menghormati orangtua dan terdapat kepercayaan adat setempat. Ibu hamil tetap memilih-milih makanan seperti anjuran orangtua meskipun kepercayaan



budaya akan makanan sudah mulai luntur (Rofi'ah, Husain, & Arsi, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Setyorini & Atiqoh (2018) menunjukkan ada pengaruh antara pengetahuan, pendidikan, umur, motivasi dan dukungan keluarga dengan sikap ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe (Setyorini & Atiqoh, 2018). Hasil penelitian Nurzia (2016) Di wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Pinang ekonomi masyarakatnya menengah kebawah dan berpenghasilan rendah maka dari itu mereka tidak dapat memenuhi kebutuhan mendasar untuk kehidupan sehari-hari mereka dan ada hubungan status ekonomi terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil. Pendidikan yang rendah akan mempengaruhi pengetahuan dan perilaku sehari-hari seseorang oleh karena itu ada hubungan antara pendidikan ibu dengan pencegahan anemia pada ibu hamil. Terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan keluarga ibu dengan pencegahan anemia (Nurzia, 2016).

Febrianta, R., Gunawan, I. M. A., & Sitasari (2019) menunjukan hasil penelitiannya yaitu setelah diberi penyuluhan menggunakan media video tentang penanggulangan anemia terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap ibu

hamil (Febrianta, Gunawan, & Sitasari, 2019). Hasil penelitian Martalisa & Widyawaty (2018) dukungan keluarga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi seseorang yang akan berpengaruh terhadap perilakunya dalam mengkonsumsi tablet Fe (Martalisa & Widyawaty, 2018).

Hasil penelitian Bookari et al., (2017) ketika ibu hamil diwawancarai terkait kesehatan bayi dan kandungan, mereka mengetahui tentang nutrisi yang baik untuk kehamilan. Informasi yang mereka peroleh dengan berselancar di berbagai macam sumber, kebanyakan mereka menggunakan sumber informasi dari internet dan buku. Beberapa ibu hamil mengatakan informasi dan dukungan yang didapat juga dari anggota keluarga, teman maupun petugas kesehatan. Internet adalah sumber utama yang digunakan oleh para wanita hamil, sebagian besar wanita mencari informasi terkait gizi, mereka mendapatkan informasi tentang makanan sehat yang sebaiknya dikonsumsi ibu hamil serta makanan yang beresiko tinggi untuk kehamilan (Bookari, K., Yeatman & Williamson, 2017).



Pembahasan

Pengetahuan Berpengaruh Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Selama Kehamilan

Menurut (Notoatmodjo, 2010), semakin tinggi pengetahuan seseorang maka akan semakin tinggi pula kemampuan individu tersebut di dalam melakukan penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian inilah yang akan menjadi landasan seseorang untuk bersikap positif. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Zelalem et al., (2018) dan Nguyen et al., (2017) yang mengatakan bahwa pengetahuan menjadi salah satu faktor signifikan yang mempengaruhi gizi selama kehamilan terutama dalam mengkonsumsi nutrisi yang baik seperti IFA, tablet kalsium, dan beragam diet. Pengetahuan yang baik tentang nutrisi seimbang ibu biasanya mempengaruhi perilaku pemenuhan gizi selama kehamilan (Zelalem et al., 2018; Nguyen et al., 2017).

. Pendapat Wahyudi et al., (2017) menyimpulkan bahwa seseorang akan sulit bertindak jika tidak didasari oleh pengetahuan mengenai pemenuhan gizi yang sehat dan tepat untuk ibu hamil. Penelitiannya menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil dalam pemenuhan gizi selama kehamilan dalam kategori baik.

Informasi tentang gizi selama hamil sangat diperlukan untuk menambah pengetahuan ibu serta dapat mengatur kebutuhan gizinya (Wahyudi et al., 2017).

Hasil penelitian Menurut Nurzia (2016) terdapat hubungan antara status ekonomi terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil, berdasarkan data yang diperoleh masyarakatnya berpenghasilan rendah dan menengah kebawah serta memiliki anak lebih dari satu sehingga akan sulit untuk terpenuhinya gizi keluarga dan berdampak anemia (Zelalem et al., 2018). Penghasilan menjadi salah satu faktor signifikan yang mempengaruhi pengetahuan dan praktik gizi selama masa kehamilan.

Motivasi, Dukungan Keluarga Dan Dukungan Suami Berpengaruh Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Selama Kehamilan

Pengetahuan dapat membuat seseorang merasa dicintai, diperhatikan dan dihargai oleh pasangannya yang merupakan suatu dukungan sosial dimana dukungan sosial adalah sumber untuk kenyamanan fisik maupun psikologis. Seorang ibu hamil akan merasa dicintai bila suami atau keluarganya selalu mengingatkan untuk minum tablet Fe karena sangat bermanfaat pada masa kehamilan (Indriyani, 2014).



Menurut penelitian Nguyen et al., (2017) menerangkan bahwa dukungan suami juga mempengaruhi tingkat konsumsi nutrisi ibu hamil seperti IFA, tablet kalsium, dan beragam diet (Nguyen et al., 2017). Begitu pun penelitian Juwita (2018) bahwa ada hubungan yang signifikan antara konseling dan dukungan keluarga atau suami dengan tingkat kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe pada ibu hamil (Juwita, 2018).

Pendapat Setyorini & Atiqoh (2018) menyatakan bahwa salah satu faktor penentu dari sikap ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe adalah motivasi. Dukungan dari keluarga menjadi salah satu peran penting dalam mempengaruhi motivasi ibu hamil untuk mengkonsumsi tablet Fe (Martalisa & Widyawaty, 2018).

Kebudayaan Berpengaruh Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Selama Kehamilan

Masih banyak kebiasaan masyarakat (adat istiadat) yang menyebabkan pengaruh yang buruk bagi kesehatan. Adat istiadat tersebut berlaku pada masa kehamilan, persalinan, pasca salin dan masa menyusui, misalnya ; budaya pantang makan makan selama kehamilan sampai menyusui, budaya bahwa semua keputusan harus

diambil oleh suami atau keluarga yang membutuhkan rundingan keluarga ehingga menyebabkan penanganan (Sari, 2014). Peneliti mendapat dua kajian literatur terkait kebudayaan selama masa kehamilan.

Menurut Trisanti & Khoirunnisa, (2019) mengungkapkan bahwa masih ada mitos dan faktor kebudayaan yang mempengaruhi perilaku makan ibu hamil walaupun tidak semua mitos dan kepercayaan tersebut merugikan kesehatan (Trisanti & Khoirunnisa, 2019). Berbeda dengan pendapat Rofi'ah et al., (2017) bahwa kepercayaan budaya mengenai makanan sudah mulai luntur tetapi ibu hamil tetap melakukan pemilihan makanan sesuai yang diinginkan orangtua (Rofi'ah, Husain, & Arsi, 2017).

Media Massa Berpengaruh Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Selama Kehamilan

Demi kemudahan dalam menyampaikan pesan maka digunakan media sebagai alat peraga agar pengetahuan dapat diterima dan ditangkap panca indera pada manusia (Isna, 2011).

Hasil penelitian yang dilakukan Febrianta, R., Gunawan, I. M. A., & Sitasari, (2019) bahwa penyuluhan menggunakan media video serta



penggunaan internet menjadi adalah salah satu sumber informasi yang digunakan ibu hamil untuk mencari informasi tentang makanan, nutrisi sehat untuk ibu hamil dan makanan yang berisiko untuk kehamilan. Hal tersebut memberikan dampak positif terhadap pengetahuan dan sikap pada ibu hamil dalam penanggulangan masalah kesehatan ibu hamil khususnya anemia (Febrianta, Gunawan, & Sitasari, 2019).

Tingkat Pendidikan Berpengaruh Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Selama Kehamilan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Hidayat (2014) semakin tinggi pendidikan seseorang, maka akan memudahkan seseorang menerima informasi sehingga meningkat kualitas hidup yang dengan bersikap positif. Sebaliknya jika seseorang tingkat pendidikan rendah, maka akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi (Hidayat, 2014).

Sejalan dengan Chandra et al., (2019) tingkat pendidikan menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan ibu tentang gizi seimbang. Tingkat pendidikan akan mempengaruhi pengetahuan seseorang sehingga membuat seseorang berpandangan luas, hal ini dapat

terjadi karena semakin tinggi pendidikan seseorang maka tingkat pengetahuannya semakin luas (Chandra, Junita, & Fatmawati, 2019). Hal ini juga ditegaskan oleh Setyorini & Atiqoh (2018) yang menerangkan bahwa salah satu faktor penentu dari sikap ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe adalah tingkat pendidikan (Setyorini & Atiqoh, 2018).

Menurut Nurzia (2016) menerangkan bahwa pendidikan seseorang yang rendah akan berpengaruh terhadap pengetahuan dan perilakunya sehari-hari seperti dengan pendidikan rendah tentu akan lebih lambat untuk merencanakan jangka panjang yakni dalam pemenuhan kebutuhan bergizi tentunya tidak terlepas dari tingkat pengetahuan terhadap sesuatu yang akan dikonsumsi (Nurzia, 2016).

Status Ekonomi Dan Penghasilan Berpengaruh Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Selama Kehamilan

Menurut Nurzia (2016) terdapat hubungan antara status ekonomi terhadap pencegahan anemia pada ibu hamil. Ekonomi masyarakatnya adalah menengah kebawah, penghasilan rendah dan anak lebih dari dua tidak akan terpenuhi kebutuhan dasar sehari-hari (Nurzia, 2016).



Menurut Zelalem et al., (2018) penghasilan menjadi salah satu faktor signifikan yang mempengaruhi pengetahuan dan praktik gizi selama masa kehamilan (Zelalem et al., 2018).

Kesimpulan

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku ibu dalam pemenuhan gizi selama kehamilan dan yang paling dominan yaitu pengetahuan, motivasi berupa dukungan dari keluarga dan suami, kebudayaan, media massa berupa internet dan video, tingkat pendidikan, status ekonomi dan penghasilan.

Saran

Bagi tenaga kesehatan memberikan penyuluhan kesehatan tentang pemenuhan gizi selama kehamilan kepada setiap ibu hamil terkait asupan nutrisi yang seharusnya dikonsumsi selama hamil karena pendidikan kesehatan tentang pemenuhan gizi ibu hamil akan menambah pengetahuan ibu hamil sehingga dapat terjadi peningkatan sikap dalam pemenuhan gizi yang lebih baik. Pendidikan kesehatan pun dapat diberikan secara virtual dan menggunakan media informasi seperti

youtube, yang mengikuti kemajuan teknologi saat ini.

Daftar Pustaka

- Arifa Sari, F. (2014). *Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Terhadap Resiko Kehamilan Usia Dini Remaja Puteri Kelas X dan XI Di SMAN 7 Banjarmasin Tahun 2013*. Karya Tulis Ilmiah DIII Kebidanan Sari Mulia.
- Bookari, K., Yeatman, H., & Williamson, M. (2017). *Informing Nutrition Care In The Antenatal Period: Pregnant Women's Experiences And Need For Support*. BioMed Research InternationalInternational.
- Chandra, F., Junita, D., & Fatmawati, T. Y. (2019). *Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Status Anemia*. 09, 653–659. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i04.398>.
- Departemen Kesehatan Rakyat Indonesia. (2014). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2014*.
- Febrianta, R., Gunawan, I. M. A., & Sitasari, A. (2019). *The Effect Of Media Video Influence On Knowledge And Attitude Of Pregnant Women In The Work Of Anemia Health District Nanggulan Kulon Progo*. 15(2), 9.
- Hidayat, A. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Indriyani, D. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas: Upaya Promotif Dan Preventif Dalam Menurunkan Angka Kematian Ibu Dan*



- Bayi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Isna, H. (2011). *Promosi Kesehatan Untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Juwita, R. (2018). *Hubungan Konseling Dan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe*. Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan, 3(1), 112–120.
- Manuaba. I. B. G. (2010). *Gawat Darurat Obstetri Ginekologi dan Obstetri Ginekologi Sosial untuk Profesi Bidan*. Jakarta: EGC.
- Martalisa, A. A., & Widyawaty, E. D. (2018). *Hubungan Motivasi Keluarga Ibu Hamil dengan Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe*. NERSMID: Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan, 1(2), 156–171.
- Nguyen, P. H., Sanghvi, T., Kim, S. S., Tran, L. M., Afsana, K., Mahmud, Z., Aktar, B., & Menon, P. (2017). *Factors Influencing Maternal Nutrition Practices In a Large Scale Maternal, Newborn and Child Health Program In Bangladesh*. Public Library of Science San Francisco, CA USA, 12(7), e0179873.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurzia, N. (2016). *Hubungan Status Ekonomi, Pendidikan, dan Dukungan Keluarga terhadap Pencegahan Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Pinang Kota Jambi Tahun 2016*. Universitas Adiawangsa Jambi, 5(2), 167–172.
- Pantiawati, I. (2010). *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*.
- Purandare, C. N. (2012). *Maternal Nutritional Deficiencies and Interventions*. Journal of Obstetrics & Gynecology of India, 62(6), 621–623.
- Ratnasari, F., & Febriana, M. (2017). *Dukungan Sosial Suami Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasir Jaya Kabupaten Tangerang*. Jurnal Ilmiah Kesehatan.
- Riskesdas. (2013). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan RI*. <http://www.litbang.depkes.go.id/sites/Riskesdas> 2013. (diakses 1 September 2015).
- Rofi'ah, S. Z., Husain, F., & Arsi, A. A. (2017). *Perilaku Kesehatan Ibu Hamil Dalam Pemilihan Makanan Di Kecamatan Pucakwangi Kabupaten Pati*. Solidarity: Journal of Education, Society and Culture, 6(2), 109–121.
- Setyorini, A., & Atiqoh, U. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Sikap Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Fe Di Puskesmas Banyuasin Kabupaten Purworejo*. Jurnal Komunikasi Kesehatan, 9(02), 38–48.
- Suhaimi, A. (2019). *Pangan, Gizi, dan Kesehatan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Tenaw, Z., Arega, M., & Tachbele, E. (2018). *Nutritional Knowledge, Attitude and Practices Among Pregnant Women Who Attend Antenatal Care At Public Hospitals of Addis Ababa, Ethiopia*. International



Journal of Nursing and Midwifery,
10(7), 81–89.

Trisanti, I., & Khoirunnisa, F. N. (2019). Studi Kualitatif Faktor Penyebab Rendahnya Cakupan Asi Eksklusif Di Kudus Jawa Tengah Indonesia. The 9th University Research Colloquium (Urecol), 9(1).

Wahyudi, A. S., Suarilah, I. S.,

Mumpuningtias, E. D., & Astutik, M. F. (2017). Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu Dalam Pemenuhan Gizi Selama Kehamilan Melalui Promosi Kesehatan. Faculty of Nursing, Universitas Airlangga Surabaya, Kampus C Mulyorejo Surabaya., 1(2), 178–186.



LITERATURE REVIEW: DUKUNGAN SOSIAL MENGHADAPI MASA PENSIUN

¹Irwan Novendra, ²Rina Puspitasari, ³Lastri Mei Winarni

STIKes Yatsi Tangerang

irwannopendra@gmail.com

Abstrak

Masa pensiun merupakan masa dimana individu berhenti bekerja karena batas usia yang ditetapkan oleh organisasi. Saat memasuki masa pensiun kegiatan rutin, rekan kerja dan pendapatan akan hilang. Dukungan sosial dibutuhkan individu dalam menghadapi masa pensiun. Tujuan *literatur review* adalah untuk mereview dan mensintesis artikel tentang dukungan sosial dalam menghadapi masa pensiun pada pegawai negeri sipil. *Framework* yang digunakan adalah PICOS. Pencarian artikel selama Juli 2020 menggunakan tiga *database* yaitu *google scholar*, *Pubmed* dan Portal Garuda untuk artikel dengan desain *cross sectional* didapatkan 218 artikel. Berdasarkan hasil pencarian dari 218 artikel kemudian dilakukan penyaringan yang digambarkan menggunakan format PRISMA digunakan untuk melihat duplikasi, kelayakan judul, abstrak, full-text dan kriteria inklusi-eksklusi dalam menilai artikel. Hasil penyaringan menemukan 7 artikel yang masuk kriteria inklusi dimana ketujuh artikel menyatakan ada hubungan dukungan sosial terhadap pegawai negeri sipil yang akan menjalani masa pensiun dimana individu merasa berarti secara emosional dengan adanya komunitas atau lingkungan yang mendukung.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Pegawai Negeri Sipil, Pensiun

Pendahuluan

Manusia dalam kehidupannya akan selalu menghadapi peristiwa-peristiwa yang mencerminkan adanya proses transisi. Hal ini tidak jauh berbeda dengan masa pubertas yang merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa remaja, begitu

juga dengan masa dewasa ke masa dewasa tengah yang juga merupakan suatu masa transisi. Bagi individu yang berada dalam usia setengah baya atau yang disebut juga dewasa madya, transisi dapat diartikan sebagai penyesuaian diri terhadap suatu perubahan, baik perubahan fisik, perubahan



mental, perubahan minat maupun perubahan sosial (Rubani, 2018)

Perubahan yang terjadi tidak hanya secara fisik, perubahan secara status sosial pun dapat terjadi. Seiring berjalannya waktu, individu akan menghadapi kenyataan bahwa tidak selamanya ia dapat bekerja. Suatu hari akan tiba saatnya untuk berhenti dari pekerjaan tersebut. Terlebih lagi, bila umurnya telah memasuki usia lanjut dan kapasitasnya dianggap tidak memenuhi standar yang telah ditetapkan. Menurut Hurlock dalam (Sasongko & Nurtjahjanti, 2017) proses pelepasan jabatan atau pekerjaan tersebut dinamakan pensiun.

Masa pensiun yang dimaksud adalah masa pensiun wajib, dimana individu terpaksa berhenti dari pekerjaan karena organisasi tempat individu bekerja menetapkan usia tertentu sebagai batas usia seseorang untuk berhenti bekerja tanpa pertimbangan individu tersebut suka atau tidak. Ketika pensiun ada tiga hal yang hilang yaitu, pertama kegiatan rutin yang biasa dilakukan seperti berangkat kerja pada pagi hari dan pulang saat sore atau malam hari. Namun, kegiatan tersebut berubah dan cenderung memiliki banyak waktu luang karena telah memasuki masa pensiun. Kedua adalah hilangnya rekan

kerja, mulai dari atasan maupun bawahan. Individu yang memasuki pensiun akan kehilangan waktu berinteraksi dengan rekan kerja seperti saat masih bekerja dulu. Ketiga adalah hilangnya atau berkurangnya pendapatan dan status yang didapatkan saat masih bekerja (Sasongko & Nurtjahjanti, 2017).

Menurut Kim dan Moen dalam (Papalia et al., 2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pegawai dalam menghadapi masa pensiun, yaitu: sumber daya pribadi, sumber daya ekonomi dan sumber daya dukungan sosial. Untuk sumber daya pribadi seperti status kesehatan, sosial ekonomi maupun kepribadian pegawai. Sedangkan sumber daya ekonomi, dimana pegawai yang sudah memiliki pemasukan secara finansial diluar gaji sebagai pegawai, secara ekonomi tidak akan terganggu bila pensiun. Untuk sumber daya dukungan sosial terdiri dari dukungan keluarga dan teman terdekat yang dapat membantu individu agar tetap semangat dan mampu menghadapi kenyataan yang sedang terjadi.

Melihat beberapa faktor diatas, dukungan sosial adalah hal yang penting diberikan terhadap individu yang akan menghadapi masa pensiun terutama dari orang-orang terdekat sehingga dapat



menerima masa pensiun dan melakukan persiapan dengan matang. Selain itu dukungan sosial yang efektif dapat mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa yang berat dan sulit. Dengan kata lain dukungan sosial dapat membantu seseorang yang sedang tertekan sehingga mampu menerima kenyataan yang ada dan mampu melewatinya (Taylor, S E., Peplau, L A., & Sears, 2009).

Beberapa penelitian telah dilakukan terkait dukungan sosial dalam menghadapi pensiun yang dilakukan oleh Zain, (2020) dengan hasil adanya hubungan dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada PNS yang akan menjelang pensiun dengan nilai $p = 0,000$. Didukung hasil penelitian Biya et al., (2016) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada pegawai yang pensiun. Didukung juga hasil penelitian Syafitri, (2018) yang menyatakan pengaruh antara dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kecemasan menjelang pensiun.

Berdasarkan teori dan penelitian-penelitian yang telah dipaparkan diatas, maka penulis ingin mengetahui bagaimana dukungan sosial dapat membantu individu menghadapi masa pensiun. Oleh karena itu penting untuk dilakukan *review* mendalam tentang “dukungan sosial dalam menghadapi masa pensiun”.

Metode

Strategi pencarian artikel dilakukan terhadap hasil atau rangkuman penelitian dukungan sosial menghadapi masa pensiun pada PNS. Pencarian menggunakan tiga *database* yaitu *google scholar*, *Pubmed* dan Portal Garuda selama Juli 2020 dengan kata kunci artikel berbahasa Indonesia ‘dukungan sosial’ AND ‘Pegawai Negeri Sipil’ AND ‘pensiun’. Sedangkan untuk artikel Bahasa Inggris ‘*social support*’ AND ‘*Government Employees*’ AND ‘*Pension*’ OR ‘*Retirement*’. Kriteria inklusi menggunakan format PICOS, seperti tabel berikut ini.

Tabel 1. Format PICOS dalam Literature Review

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Population	Pegawai Negeri Sipil (PNS)	Selain Pegawai Negeri Sipil (seperti: karyawan, pegawai swasta, dan lain-lain)
Intervention	Dukungan sosial	Selain dukungan sosial
Comparators	-	-
Outcomes	Kesiapan menghadapi pensiun	Selain kesiapan menghadapi pensiun

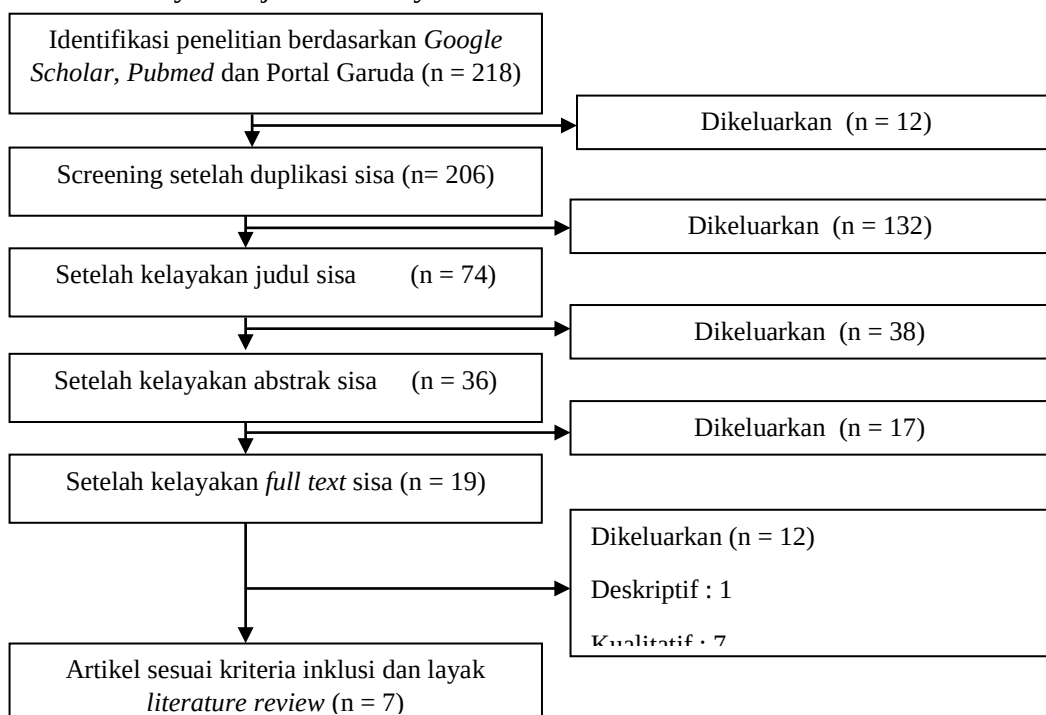


Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Study Design	<i>Cross sectional</i>	(seperti: kualitas hidup) Eksperimen, quasi eksperimen, kohort, deskriptif, penelitian kualitatif, <i>mix method</i> , <i>systematic</i> <i>review</i> , <i>literature review</i>
Publication Years	Tahun 2016-2020	Sebelum tahun 2016
Language	Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris	Selain Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris

Sumber: Nursalam, 2020

Berdasarkan hasil pencarian di tiga database *google scholar*, *Pubmed* dan Portal Garuda penulis mendapatkan 218 artikel dengan kata kunci dan *Boolean* yang sudah ditentukan. Sebanyak 218 Artikel diperiksa artikel yang sama atau duplikasi didapatkan 12 artikel dan tersisa 206 artikel. Tahap selanjutnya 206 artikel dilakukan *screening* dikeluarkan berdasarkan kelayakan judul sebanyak 132

artikel, kelayakan abstrak 38 artikel dan kelayakan *full text* sebanyak 17 artikel sehingga tersisa 19 artikel. Selanjutnya 19 artikel dilakukan kelayakan kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan artikel dengan penelitian deskriptif 1, kualitatif 7, kohort 3, *systematic review* 1 dan tersisa 7 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Tergambarkan dalam diagram dibawah ini.



Gambar 1. PRISMA Flow Chart



Hasil

Tabel 2. Ekstraksi Artikel

No	Peneliti	Sampel	Judul	Sumber	Hasil/Kesimpulan
1.	Amalia Zain	Sampel sebanyak 41 responden	Hubungan antara dukungan sosial dan rasa syukur dengan <i>psychological well-being</i> pada PNS menjelang masa pensiun	Jurnal Psikologi Islam, 8(1), 1–8. https://doi.org/10.18860/psi.v0i1.1546 Zain, A. (2020).	Hasil analisis menunjukkan ada hubungan antara variabel bebas (dukungan sosial dan rasa syukur) dengan variabel terikat (<i>psychological well-being</i>) pada PNS yang akan menjelang pensiun dengan nilai $p = 0,000$.
2.	Baiq Eva Sunantari	Sampel sebanyak 40 responden	Pengaruh program purna karya, dukungan sosial dan kepribadian terhadap stres kerja pegawai pra purna karya pada Dinas Pekerjaan Umum, Perumahan, dan Kawasan Permukiman Kabupaten Sleman	Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi, 1(3), 7–15. https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.6619 . Sunantari, B. E. (2020).	Berdasarkan hasil uji parsial untuk variabel program purna kerja dan kepribadian tidak berpengaruh terhadap stres kerja secara signifikan dengan nilai p masing-masing secara berurutan sebesar 0,948 dan 0,605. Sedangkan untuk variabel dukungan sosial berpengaruh terhadap stres kerja dengan nilai $p = 0,013 < 0,05$. Didapatkan nilai hasil uji simultan (bersama-sama) antara variabel program purna kerja, dukungan sosial dan kepribadian sebesar 0,020 yang berarti ada pengaruh terhadap variabel stres kerja.
3.	Ni Putu Novi Cintya Suandari dan I Ketut Andika Priastana	Sampel sebanyak 39 responden	Hubungan dukungan sosial sebaya dengan kecemasan lansia pensiunan PNS yang mengalami <i>retirement syndrome</i>	Jurnal Medika Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar, 11(01), 7–13. e-issn : 2622-0148, p-issn : 2087-0035. Suandari, N. P. N. C., & Priastana, I. K. A. (2020).	Hasil analisa statistik didapatkan nilai $r = 0,412$ dan $p = 0,009$ yang berarti ada hubungan antara variabel dukungan sosial sebaya dengan variabel kecemasan lansia. Dalam penelitian ini lansia yang mengalami <i>retirement syndrome</i> kategori kecemasan sedang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya.



No	Peneliti	Sampel	Judul	Sumber	Hasil/Kesimpulan
4.	Niken Yuni Pratiwi	Sampel sebanyak 100 responden.	Hubungan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pensiun	Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 4(1), 1–14. https://doi.org/https://doi.org/10.2146/jpsi.7019 Pratiwi, N. Y. (2018).	Hasil uji analisis didapatkan nilai koefisien korelasi $r = -0,416$ dan $p = 0,000$ yang berarti semakin tinggi dukungan sosial maka kecemasan akan semakin rendah. Dukungan sosial secara efektif menyumbang 21% dalam menurunkan kecemasan masih terdapat 79% faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.
5.	Peni Dwilestari dan Ratna Syfia'a Rachmahana	Sampel sebanyak 88 responden.	Hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan menghadapi masa pensiun pada anggota Polri di Polresta Samarinda	Buletin Perpustakaan Universitas Islam Indonesia, 2(2), 1–18. ISSN : 0853-1544. Dwilestari, P., & Rachmahana, R. S. (2018).	Secara analisa statistik didapatkan nilai $r = -0,541$ dengan $p = 0,000$ yang berarti ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pensiun anggota polri. Berdasarkan hasil uji korelasi dukungan sosial menyumbang 29,2% dalam menurunkan tingkat kecemasan anggota polri dalam menghadapi pensiun.
6.	Putu Diana Wulandari dan Made Diah Lestari	Sampel sebanyak 88 responden	Pengaruh penerimaan diri pada kondisi pensiun dan dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi masa pensiun pada Pegawai Negeri Sipil di Kabupaten Badung	Jurnal Psikologi Udayana, 1(1), 87–99. ISSN: 2354 5607. Wulandari, P. D., & Lestari, M. D. (2020).	Penelitian menggunakan uji regresi berganda didapatkan nilai p untuk penerimaan diri 0,003 dan dukungan sosial 0,874 yang berarti untuk variabel penerimaan diri berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi pensiun sedangkan dukungan sosial tidak berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi pensiun.
7.	Chanaka Wijeratne, Joanne K Earl, Carmelle Peisah, Georgina M Luscombe and Johanna Tibbertsma	Sampel sebanyak 1049 responden.	<i>Professional and psychosocial factors affecting the intention to retire of Australian medical practitioners</i>	MJA, 206(5), 209–214. https://doi.org/10.5694/mja16.008 83. Wijeratne, C., Earl, J. K., Peisah, C., Luscombe, G. M., & Tibbertsma, J. (2017).	Hasil penelitian didapatkan sebanyak 62% dari 1048 responden berkeinginan untuk pensiun. Peluang pensiun lebih tinggi bagi mereka dengan dukungan sosial dan finansial yang memadai dan kecemasan yang lebih besar tentang penuaan. Berkurangnya peluang pensiun bagi praktisi seorang psikiater atau dokter umum. Kemungkinan pensiun lebih rendah untuk lulusan medis



No	Peneliti	Sampel	Judul	Sumber	Hasil/Kesimpulan
					internasional, yang memiliki sentralitas kerja dan dukungan emosional yang lebih besar.

Pembahasan

Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan kepedulian dari orang terdekat dapat berbentuk perhatian, bantuan, emosi, informasi maupun penilaian kepada individu menjelang masa pension (Zain, 2020). Sesuai dengan penelitian Eva Sunantari, (2020) dituliskan bahwa dukungan sosial diartikan sebagai hubungan yang bersifat menolong dan bagi yang menerimanya ada nilai khusus. Sedangkan penelitian Suandari & Priastana, (2020) menyatakan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya akan memberikan rasa percaya diri, adanya teman-teman yang mendampingi, dapat ikut dalam kegiatan organisasi dan saling menghargai.

Dukungan sosial berdasarkan teori Sarafino & Smith, (2014) diartikan sebagai rasa nyaman, perhatian dan pertolongan atau bantuan yang diterima dari orang lain. Menurut Sarafino & Smith, (2014) terdapat lima bagian dalam dukungan sosial yaitu 1) Secara emosional, dalam bentuk perhatian, empati dan kepedulian. 2) Bentuk

penghargaan, dalam bentuk penilaian yang positif, ungkapan, semangat dan dorongan untuk maju. 3) Bentuk instrumen, memberikan pekerjaan atau pinjaman uang secara langsung.

Berdasarkan hasil data yang didapatkan penulis dari *literature review* dan teori dapat dikatakan dukungan sosial merupakan bentuk kepedulian yang diberikan kepada individu yang sedang menghadapi suatu permasalahan baik transisi dalam kehidupan maupun masalah lainnya. Bentuk dukungan yang diberikan dapat berupa kepedulian (emosional), kata-kata penyemangat (penghargaan), keuangan (instrumen), saran (informasi) maupun komunitas (jaringan sosial). Sebagai makhluk sosial manusia secara kodratnya tidak dapat hidup sendiri, manusia membutuhkan orang lain dalam hidupnya baik sebagai pasangan, teman bermain atau sebaya maupun teman dalam hubungan pekerjaan. Dukungan sosial penting diberikan kepada sesama makhluk hidup sebagai bentuk hubungan timbal balik.

Pensiun

Pensiun menurut Kimmel dalam (Zain, 2020) dikatakan sebagai suatu perubahan penting dalam perkembangan hidup manusia dengan adanya perubahan dalam kehidupan sosial. Sedangkan Agustina, (2012) menyatakan bahwa pensiun merupakan suatu kondisi dimana seseorang sudah tidak bekerja lagi dikarenakan faktor usia dan harus diberhentikan yang akan mempengaruhi aktivitasnya di lingkungan sosial. Menurut Kim dan Moen dalam (Papalia et al., 2019) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pegawai dalam menghadapi masa pensiun, yaitu: sumber daya pribadi, sumber daya ekonomi dan sumber daya dukungan sosial.

Secara teori ada beberapa fase pensiun yang akan dihadapi individu menurut Atchly dalam (Zain, 2020) yaitu: 1) Fase *remote*, dimana individu yang akan memasuki masa pensiun terlihat tidak melakukan persiapan dan terlihat melakukan penolakan disaat menjelang masa pensiun; 2) Fase *near*, individu sudah mulai mengikuti program persiapan menjelang pensiun; 3) Fase *honeymoon*, individu sudah memasuki masa pensiun dan menikmati waktu luangnya yang mengisinya dengan *hobby*; 4) Fase

disenchantment, dialami oleh individu yang tidak mempersiapkan masa pensiunnya sehingga setelah fase *honeymoon* terlewati akan timbul fase bosan yang akan mengakibatkan depresi; 5) Fase *reorientation*, dimana individu mulai melakukan penyesuaian dengan kehidupan baru; 6) Fase *stability*, individu mulai melakukan rutinitas baru; 7) Fase *termination*, ditandai dengan fisik yang lemah dan tahap stabilitas mulai berangsur-angsur lepas. 4) Secara informasi, berbentuk nasehat atau saran dalam memecahkan suatu permasalahan. 5) Jaringan sosial, berbentuk komunitas dimana individu menjadi bagian dari suatu kelompok. Sedangkan Myers dalam Pratiwi, (2018) menyatakan dukungan sosial dapat diberikan dalam bentuk empati, norma dan nilai sosial serta hubungan timbal balik (Pratiwi, 2018).

Berdasarkan hasil *literature review* penelitian Wulandari, (2020) bahwa dalam menghadapi masa pensiun seseorang mengalami kecemasan yang dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Penelitian Wijeratne et al., (2017) menyatakan bahwa faktor pendukung untuk perencanaan pensiun karena keterlibatan kerja dan kepuasan kerja. Sedangkan penelitian Suandari & Priastana, (2020)

menuliskan bahwa masa pensiun adalah akhir dari pola kehidupan individu yang bekerja atau disebut juga masa transisi yang berkaitan dengan berubahnya peran, nilai dan keseluruhan terhadap kehidupan sehari-hari.

Penulis berpendapat bahwa pensiun merupakan masa dimana seseorang mengakhiri perannya sebagai pekerja atau pencari nafkah atau PNS dengan diikuti oleh menurunnya fungsi atau kekuatan tubuh karena proses penuaan. Banyak hal yang berubah ketika seseorang memasuki masa pensiun dimana peran dan fungsi akan ikut berubah. Kesiapan mental dan persiapan dalam mengisi waktu disaat pensiun merupakan hal yang harus dipertimbangkan sejak seseorang akan menghadapi masa pensiun. PNS dapat mengikuti program persiapan masa pensiun yang sudah banyak tersedia di beberapa instansi pemerintahan agar kualitas hidup dimasa pensiun PNS menjadi lebih baik dalam hal menikmati masa pensiun.

Dukungan Sosial Dalam Menghadapi Masa Pensiun

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor penting yang dibutuhkan oleh PNS menjelang masa pensiun. hal ini terbukti dengan hasil penelitian Zain,

(2020) yang menunjukkan ada hubungan antara dukungan sosial dengan *psychological well-being* pada PNS menjelang pensiun. Didukung penelitian Eva Sunantari, (2020) yang menyatakan bahwa PNS menjelang pensiun mendapatkan dukungan sosial yang tinggi maka stres yang dialami PNS akan menurun. Penelitian Suandari & Priastana, (2020) didapatkan ada hubungan antara dukungan sosial sebaya dan kecemasan. Sedangkan penelitian Pratiwi, (2018) didapatkan hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kecemasan menghadapi pensiun.

Dukungan sosial menurut Zimet, Dahlem dan Farley dalam (Zain, 2020) menyatakan ada tiga dimensi dukungan sosial yaitu dukungan dari keluarga, teman dan orang istimewa. Keluarga, teman maupun orang terdekat dapat memberikan dukungan baik secara emosi, instrumen, maupun saran yang dibutuhkan oleh PNS dalam menghadapi masa pensiun. menurut Wade dan Travis dalam (Pratiwi, 2018) mengatakan bahwa seseorang yang mendapatkan dukungan sosial akan menjalani kehidupan lebih optimis baik kehidupan saat ini maupun dimasa yang akan datang.

Berdasarkan hasil *literature review* dan teori yang ditemukan penulis berasumsi bahwa dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh PNS yang akan menjalani masa pensiun. Dimana individu tersebut akan merasa dihargai di akhir masa baktinya, merasa berarti secara emosional dan memiliki komunitas atau lingkungan yang dirasakan mendukung. Sedangkan secara instrumen, PNS yang akan menjelang masa pensiun dapat diberikan barang-barang yang dibutuhkan saat memasuki masa pensiun.

Kesimpulan

Dukungan sosial penting diberikan kepada sesama makhluk hidup sebagai bentuk hubungan timbal balik. Dukungan sosial yang diberikan dapat berupa kepedulian (emosional), kata-kata penyemangat (penghargaan), keuangan (instrumen), saran (informasi) maupun komunitas (jaringan sosial). Masa pensiun sering diikuti oleh perasaan cemas, stress, tidak berarti, post power syndrome, dan lain-lain yang mempengaruhi kualitas hidup pensiunan. Dukungan sosial sangat dibutuhkan oleh PNS yang akan menjalani masa pensiun dimana individu akan merasa berarti secara emosional dan memiliki komunitas atau lingkungan yang dirasakan

mendukung. Sedangkan dukungan sosial secara instrumen, PNS yang akan menjelang masa pensiun dapat diberikan barang-barang yang dibutuhkan saat memasuki masa pensiun sehingga merasa dihargai di akhir masa baktinya.

Daftar Pustaka

- Agustina, M. C. (2012). *Pensiun, stres dan bahagia*.
- Biya, C., Suarya, L., & Psi, S. (2016). *Hubungan dukungan sosial dan penyesuaian diri pada masa pensiun pejabat struktural di pemerintahan Provinsi Bali*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(2), 354–362.
- Eva Sunantari, B. (2020). *Pengaruh Program Purna Karya, Dukungan Sosial Dan Kepribadian Terhadap Stres Kerja Pegawai Pra Purna Karya Pada Dinas Pekerjaan Umum, Perumahan, Dan Kawasan Permukiman Kabupaten Sleman*. Universitas Ahmad Dahlan.
- Nursalam, H. (2020). *Penulisan Literature Review Dan Systematic Review Pada Pendidikan Kesehatan (Contoh)*. Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2019). *Human Development (Psikologi Perkembangan): Bag I s/d IV*.
- Pratiwi, N. Y. (2018). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Rubani, M. (2018). *Kondisi Psikologis Personil TNI-Ad Menghadapi Pensiun*. Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 1(2), 22–28.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Sasongko, C. P., & Nurtjahjanti, H. (2017). *Hubungan Antara Self Disclosure dengan Kecemasan Menghadapi Pensiun pada Pegawai PT. PLN (Persero) Wilayah Semarang*. Jurnal Empati, 6(1), 54–60.
- Suandari, N. P. N. C., & Priastana, I. K. A. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Sebaya dengan Kecemasan Lansia Pensiunan Pns yang Mengalami Retirement Syndrome*. Media Keperawatan, 11(1), 7–13.
- Syafitri, A. (2018). *Pengaruh Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X Di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik*. Psikosains (Jurnal Penelitian Dan Pemikiran Psikologi), 10(1), 25–43.
- Taylor, S E., Peplau, L A., & Sears, D. O. (2009). *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Kencana Prenada Media Group.
- Wijeratne, C., Earl, J. K., Peisah, C., Luscombe, G. M., & Tibbertsma, J. (2017). *Professional and psychosocial factors affecting the intention to retire of Australian medical practitioners*. Medical Journal of Australia, 206(5), 209–214.
- Wulandari, P. D. (2020). *Pengaruh Penerimaan Diri Pada Kondisi Pensiun Dan Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Menghadapi Masa Pensiun Pada Pegawai Negeri Sipil Di Kabupaten Badung*. Jurnal Psikologi Udayana. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/psikologi/article/view/40403>
- Zain, A. (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Rasa Syukur Dengan Psychological Well-Being Pada Pns Menjelang Masa Pensiun*. UIN Raden Intan Lampung.



A. PENJELASAN SECARA UMUM

Dokumen naskah ringkas yang dimaksud pada pedoman ini merupakan ringkasan tugas akhir yang diubah bentuknya ke dalam format artikel jurnal. Penulisan artikel jurnal umumnya mempunyai format berstandar internasional yang dikenal dengan **AIMRaD**, singkatan dari **Abstract, Introduction, Material and Methods, Results, and Discussion** atau Abstrak, Pendahuluan, Bahan dan Metode, Hasil dan Pembahasan. Format penulisan artikel ini dapat bervariasi berdasarkan rumpun ilmu namun secara umum tetap mengacu kepada format tersebut. Atau Abstrak, Pendahuluan, Bahan dan Metode, Hasil dan Pembahasan. Format penulisan artikel ini dapat bervariasi berdasarkan rumpun ilmu namun secara umum tetap mengacu kepada format tersebut.

**perhatikan dan taati aturan format penulisan secara umum, guna kelancaran seleksi dan pertimbangan penerimaan naskah Anda.*

Untuk keseragaman penulisan, khusus naskah penelitian asli harus mengikuti sistematika sebagai berikut:

1. Judul karangan (*Title*)
2. Nama dan Lembaga Pengarang (*Authors and Institution*)
3. Abstrak (*Abstract*)
4. Naskah (*Text*), yang terdiri atas:
 - a. Pendahuluan (*Introduction*)
 - b. Metode (*Methods*)
 - c. Hasil (*Results*)
 - d. Pembahasan (*Discussion*)
 - e. Kesimpulan (*Conclusion*)
 - f. Saran (*Recommendation*)
5. Daftar Pustaka (*Reference*)

B. PENJELASAN SECARA RINCI

1. Penulisan Judul

Judul ditulis secara singkat, jelas, dan padat yang akan menggambarkan isi naskah. Ditulis tidak terlalu panjang, maksimal 20 kata dalam Bahasa Indonesia. Ditulis di bagian tengah atas dengan **UPPERCASE** (huruf besar semua), tidak digarisbawahi, tidak ditulis di antara tanda kutip, tidak diakhiri

tanda titik(.), berikan efek Bold, tanpa singkatan, kecuali singkatan yang lazim.

Contoh:

**PENGARUH TINGKAT KETERGANTUNGAN PASIEN TERHADAP
BEBAN KERJA PERAWAT RSPI PROF. DR. SULIANTI SAROSO**

2. Penulisan Nama Pengarang, email, dan Institusi

Dibuat taat azas tanpa penggunaan gelar dan dilengkapi dengan penjelasan asal instansi atau universitas. Penulisan nama pengarang dimulai dari pengarang yang memiliki peran terbesar dalam pembuatan artikel.

Contoh :

Aditiya Puspanegara

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

kuridit@yahoo.com

3. Penulisan Abstrak

Abstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel Anda. Abstrak berisi seluruh komponen artikel secara ringkas (tujuan, metode, hasil, diskusi dan kesimpulan). Panjang maksimal 200 kata (tidak boleh di luar dari ketentuan ini), tidak menuliskan kutipan pustaka, dan ditulis dalam satu paragraf. Abstrak ditulis dalam Bahasa Indonesia. Dilengkapi dengan kata kunci sebanyak 3-6 kata.

4. Penulisan Pendahuluan

Pendahuluan mengantarkan pembaca kepada topik utama. Latar belakang atau pendahuluan menjawab mengapa penelitian atau kajian dilakukan, apa yang dilakukan peneliti terdahulu atau artikel keilmuan yang sekarang berkembang, masalah, dan tujuan. Pada bab ini juga ditekankan adanya kejelasan pengungkapan background of problem, perbedaan dengan penelitian sebelumnya, dan kontribusi yang akan diberikan.

5. Penulisan Metode atau Cara dan Bahan

Penulisan metode berisikan desain penelitian, tempat dan waktu, populasi dan sampel, teknik pengukuran data, dan analisis data. Sebaiknya menggunakan kalimat pasif dan kalimat narasi, bukan kalimat perintah.

6. Penulisan Hasil

Pada penulisan hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Penyajian hasil dan ketajaman analisis (dapat disertai tabel dan gambar untuk memudahkan pemahaman).

7. Penulisan Pembahasan

Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan menafsirkan/analisis hasil. Tekankan aspek baru dan penting. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang hasil. Jelaskan arti statistic (misal $p < 0.001$, apa artinya? dan bahas apa arti kemaknaan. Sertakan juga bahasan dampak penelitian dan keterbatasannya.

8. Penulisan Kesimpulan

Kesimpulan berisikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus. Bagian ini dituliskan dalam bentuk esai dan tidak mengandung angka.

9. Penulisan Tabel

Judul tabel di tulis dengan title case, subjudul ada pada tiap kolom, sederhana, tidak rumit, tunjukkan keberadaan tabel dalam teks (misal lihat tabel 1), dibuat tanpa garis vertical, dan ditulis diatas tabel.

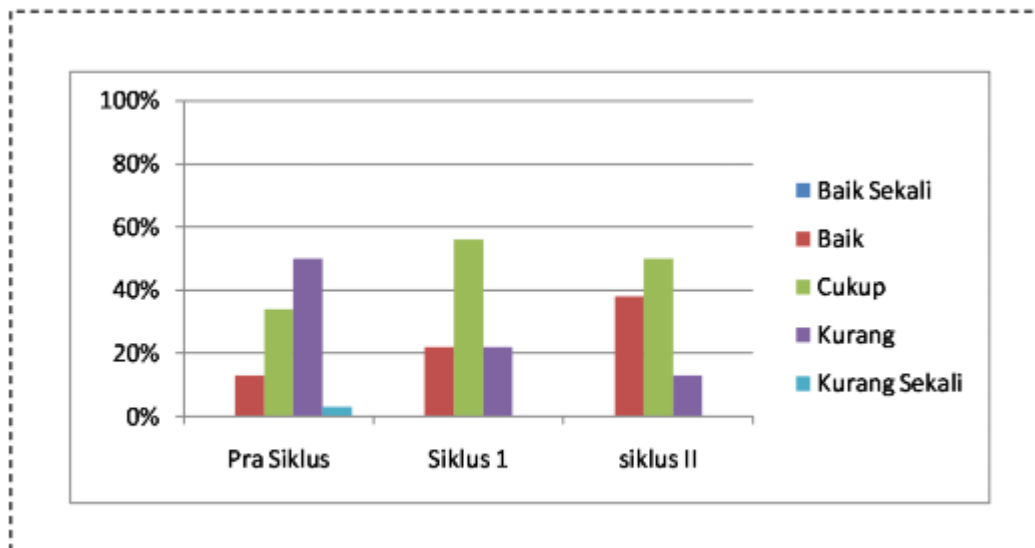
Contoh:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Ketergantungan Pasien dan Beban Kerja Perawat di RSPI Prof. Dr. Sulianti Saroso

Variabel	Frekuensi (orang)	Persentase (%)
1. Beban Kerja		
Kurang Produktif	14	38,9
Produktif	22	61,1
2. Tingkat Ketergantungan		
Pasien	20	55,6
Minimal	16	44,4
Parsial		

10. Penulisan Gambar

Judul gambar ditulis dibawah gambar.



Gambar 8. Perbandingan Hasil Belajar Servis bawah Bolavoli

11. Penulisan Daftar Pustaka

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 5 sumber,minimal 5 tahun terakhir, gunakan software Mendeley dengan format APA7th Edition.

C. CONTOH SUSUNAN PENULISAN JURNAL

JUDUL NASKAH (Maksimal 12 Kata)

[Times New Roman 12, UPPERCASE, bold, centered]

¹Penulis A, ²Penulis B, ³Penulis C

[Times New Roman 12, Capitalize Each Word, bold, centered]

¹Afiliasi Penulis A, ²Afiliasi Penulis B, ³Afiliasi Penulis C

Email penulis utama

[Times New Roman 12, Capitalize Each Word, bold, centered]

Abstract

[Times New Roman 11, Capitalize Each Word, bold, centered]

Abstrak merupakan miniatur dari artikel sebagai gambaran utama pembaca terhadap artikel Anda. Abstrak berisi seluruh komponen artikel secara ringkas (pendahuluan, metode, hasil, diskusi dan kesimpulan). Panjang 150 - 200 kata (tidak boleh di luar dari ketentuan ini), tidak menuliskan kutipan pustaka, dan ditulis dalam satu paragraf. Abstrak ditulis dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris. Dilengkapi dengan kata kunci sebanyak 5-8 kata benda. Abstrak Bahasa Indonesia dan kata kunci ditulis tegak. *[Times New Roman 11, justified]*

Kata kunci: harus ditulis sebanyak 3-6 kata, dipisahkan dengan koma *[Times New Roman 11, justified]*

Pendahuluan

Pendahuluan mengantarkan pembaca kepada topik utama. Latar belakang atau pendahuluan menjawab mengapa penelitian atau kajian dilakukan, apa yang dilakukan peneliti terdahulu atau artikel keilmuan yang sekarang berkembang, masalah, dan tujuan. *[Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]*

Metode Penelitian

Penulisan metodologi penelitian berisikan desain penelitian, tempat dan waktu, populasi dan sampel, teknik pengukuran data, dan analisis data. Sebaiknya menggunakan kalimat pasif dan kalimat narasi, bukan kalimat perintah. *[Times New Roman 12, justified, 1,5 spasi]*

Hasil Dan Pembahasan

Pada penulisan hasil hanya dituliskan hasil penelitian yang berisikan data yang didapat pada penelitian atau hasil observasi lapangan. Bagian ini diuraikan tanpa memberikan pembahasan, tuliskan dalam kalimat logis. Hasil bisa dalam bentuk tabel, teks, atau gambar. Pembahasan merupakan bagian terpenting dari keseluruhan isi artikel ilmiah. Tujuan pembahasan adalah menjawab masalah penelitian atau menunjukkan bagaimana tujuan penelitian itu dicapai dan menafsirkan/analisis hasil. Tekankan aspek baru dan penting. Bahas apa yang ditulis dalam hasil tetapi tidak mengulang hasil. Jelaskan arti statistik (misal $p < 0.001$, apa artinya? dan bahas apa arti kemaknaan. Sertakan juga bahasan dampak penelitian dan keterbatasannya.

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan berisikan jawaban atas pertanyaan penelitian. Kesimpulan harus menjawab tujuan khusus. Bagian ini dituliskan dalam bentuk esai dan tidak mengandung angka.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih hanya dituliskan jika dianggap penting untuk ditulis terkait sumber pendanaan (funding), akses data dan pembimbingan.

Daftar Pustaka

Jumlah daftar pustaka/referensi dalam artikel minimal 5 sumber. Pustaka menggunakan American Psychological Association (APA7th Edition)

Contoh:

Contoh Sumber Dari Pustaka Primer (Jurnal):

Puspanegara, A. (2018). Pengaruh Tingkat Ketergantungan Pasien Terhadap Beban Kerja Perawat RSPI Prof. Dr. Sulianti Saroso. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 9(1), 46-51. <https://doi.org/10.34305/jikbh.v9i1.72>

Contoh Sumber Dari Buku Teks:

Maksum, A. (2008). *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Univesity Press.

Contoh Sumber Dari Prosiding:

Nurkholis, Moh. (2015). Kontribusi Pendidikan Jasmani dalam Menciptakan SDM yang Berdaya Saing di Era Global. *Prosiding*. Seminar Nasional Olahraga UNY Yogyakarta; 192-201.

Contoh Sumber Dari Skripsi/Tesis/Disertasi:

Hanief, Y.N. (2014). Pengaruh Latihan Pliometrik dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Renang Gaya Dada 50 M. *Skripsi*. Program Studi Pendidikan Kepelatihan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Contoh Sumber Dari Internet:

Asnaldi, Arie. Pendidikan Jasmani. <http://artikel-olahraga.blogspot.co.id/> Diakses tanggal 1 Januari 2019.

JOURNAL* / *OF HEALTH RESEARCH SCIENCE

Diterbitkan Oleh:

Lembaga Penelitian Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

Alamat: Jl. Lingkar Kadugede

No.2 Kuningan, Jawa Barat 45566

Telp: (0232)875847, Fax :

(0232)87123

Website: <https://ejournal.stikku.ac.id>

e-mail: lemlit@stikeskuningan.ac.id