



HUBUNGAN RESILIENSI DENGAN TINGKAT KECEMASAN PASIEN PENYAKIT KRONIS

Caca Relica*, Mariyati

Program Sarjana Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Bisnis dan Teknologi, Universitas Widya Husada Semarang, Jl. Subali Raya No.12, Krapyak, Semarang Barat, Semarang, Jawa Tengah 50146, Indonesia

*relicacaca390@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit kronis merupakan salah satu jenis penyakit degeneratif yang berkembang atau berlangsung lebih dari enam bulan, dan dapat menimbulkan masalah psikologis. Dengan mengatasi stres psikologis, seseorang mempunyai kemampuan untuk bertahan dan menguasai perlawanan yang ada. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien penyakit kronis di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang. Jenis penelitian yang menggunakan desain *non-eksperimental* dengan pendekatan *cross sectional* termasuk dalam jenis penelitian *descriptive correlational*. Subjek penelitian adalah pasien penyakit kronis yang mengikuti kegiatan PROLANIS di Puskesmas Lebdosari sebanyak 235 responden. Pengambilan sampel secara sederhana menggunakan metode *purposive sampling* sehingga menghasilkan sampel sebanyak 37 responden. Variabel bebas dalam penelitian adalah resiliensi yang dinilai dengan menggunakan kuesioner *Resilience Scale* (RS-14) dengan nilai validitasnya sebesar 0,95 dan nilai reliabilitasnya sebesar 0,87 dan variabel terikatnya adalah tingkat kecemasan yang dinilai dengan kuesioner *Hamilitation Anxiety Rating Scale* (HARS) dengan nilai validitasnya sebesar 0,93 dan nilai reliabilitasnya sebesar 0,84. Pengumpulan data menggunakan uji *Rank Spearman* menghasilkan p value = 0,047 yaitu $0,047 < 0,05$ dan mendapat nilai $\rho = - 0,329$. Kesimpulannya terdapat hubungan resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien penyakit kronis di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang. Arah korelasi negatif artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah tingkat kecemasannya.

Kata kunci: penyakit kronis; resiliensi; tingkat kecemasan

THE RELATIONSHIP OF RESILIENCE WITH THE LEVEL OF ANXIETY OF CHRONIC DISEASE PATIENTS

ABSTRACT

Chronic disease is a type of degenerative disease that develops or lasts more than six months, and can cause psychological problems. By overcoming psychological stress, a person has the ability to survive and master existing resistance. This study aims to determine whether there is a relationship between resilience and the level of anxiety of chronic disease patients at the Lebdosari Community Health Center, Semarang City. The type of research that uses a non-experimental design with a cross-sectional approach is included in the type of descriptive correlational research. The research subjects were 235 chronic disease patients who took part in PROLANIS activities at the Lebdosari Community Health Center. Simple sampling using the purposive sampling method resulted in a sample of 37 respondents. The independent variable in the study was resilience which was assessed using the Resilience Scale (RS-14) questionnaire with a validity value of 0.95 and a reliability value of 0.87 and the dependent variable was the level of anxiety assessed using the Pregnancy Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire with The validity value is 0.93 and the reliability value is 0.84. Data collection using the Spearman Rank test resulted in p value = 0.047, namely $0.047 < 0.05$ and obtained a ρ value = - 0.329. In conclusion, there is a relationship between resilience and the level of anxiety of chronic disease patients at the Lebdosari Community Health Center, Semarang City. The negative direction of the correlation means that the higher the resilience, the lower the level of anxiety.

Keywords: anxiety level; chronic disease; resilience

PENDAHULUAN

Penyakit kronis merupakan jenis penyakit degeneratif yang berkembang atau berlangsung dalam waktu yang sangat lama bisa lebih dari enam bulan, dan penyakit kronis ini biasanya merupakan jenis penyakit tidak menular. Penyakit kronis dapat menyerang semua kelompok umur, tingkat sosial ekonomi dan budaya. Penyakit kronis termasuk hipertensi, diabetes, kanker dan penyakit paru obstruktif kronik (Ginting, Hutagalung, Hartono, & Manalu, 2020). Penderita penyakit kronis di Indonesia masih sangat tinggi. Menurut (World Health Organization (WHO), 2022) penyakit tidak menular (PTM) membunuh 41 juta orang setiap tahun, terhitung 74% dari semua kematian di seluruh dunia. Selain itu, 77% dari semua kematian PTM hal itu terjadi di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah seperti Indonesia. Penyakit kronis sering di derita oleh lansia, pada lansia penyakit kronis yang sering terjadi seperti penyakit hipertensi dan diabetes keduanya merupakan penyakit terbanyak pada lansia di Indonesia yaitu 57,6% hipertensi dan 4,8% diabetes (Ginting et al., 2020).

Menurut WHO diperkirakan 1,28 miliar orang dewasa berusia 30-79 tahun di seluruh dunia menderita hipertensi, mayoritas (2/3) tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah, diperkirakan 46% orang dewasa dengan tekanan darah tinggi tidak tahu mereka mengidapnya dan salah satu tujuan global PTM adalah menurunkan prevalensi hipertensi sebesar 33% antara tahun 2010 dan 2030 (World Health Organization (WHO), 2021). Hipertensi ditemukan pada usia 31-44 tahun (31,6%), 45-54 tahun (45,3%), 55-64 tahun (55,2%) (Kmenkes, 2019). Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Tengah sebesar 37,57%. Hipertensi primer di kota Semarang meningkat signifikan menjadi 387.196 jiwa, kemudian pada tahun 2022 penderita hipertensi primer di Kota Semarang meningkat mencapai 995.256 jiwa (Dinkes Kota Semarang, 2022). Pada penderita diabetes melitus penyakit ini merupakan penyakit kronis yang banyak diderita oleh masyarakat Indonesia, hal ini disebabkan oleh kadar gula darah yang lebih tinggi dari nilai normal (Hana, Kudus, Ganesha, & Kudus, 2020). Menurut (World Health Organization (WHO), 2019) pada tahun ini selama 3 dekade terakhir, prevalensi diabetes meningkat sekitar 422 juta orang di seluruh dunia. Dan menurut (Kemenkes RI, Hardhana, Sibuea, & Winne Widiyanti, 2020), 8,5% penduduk Indonesia atau 21,3 juta orang yang berusia di atas 15 tahun menderita diabetes. Perkiraan jumlah penderita diabetes di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2021 adalah tidak kurang dari 618.546 orang dan 91,5% berhak mendapatkan pelayanan kesehatan yang sesuai standar. Terdapat 11 kabupaten/kota dengan angka pelayanan medis penderita diabetes > 100%, kabupaten/kota dengan hasil terendah adalah Pemalang (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2021). Pada tahun 2022 jumlah penderita diabetes mellitus yang tidak tergantung insulin di Kota Semarang mencapai 424.967 jiwa.

Penderita penyakit kronis kebanyakan pasien tidak mengetahui kondisi mereka sehingga biasanya timbul beberapa masalah contohnya adanya komplikasi fisik, ekonomi, psikologis dan timbulnya rasa cemas. Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang sering terjadi pada lansia akibat penurunan fisik yang berhubungan dengan penyakit (Candrawati & Sukraandini, 2022). Menurut (Jarnawi, 2020) mengatakan bahwa efek kecemasan berubah perilaku seperti menarik diri dari lingkungan, sulit berkonsentrasi pada aktivitas, kehilangan nafsu makan, lekas marah, kontrol emosi yang buruk terhadap kemarahan, logika yang tidak logis, dan sulit tidur. Kekhawatiran yang berulang dapat menjadi sumber kecemasan ini cepat atau lambat akan menakuti lansia dan mempengaruhi aktivitas sehari-hari lansia, sehingga aktivitas yang dilakukan sehari-hari oleh lansia menimbulkan kecemasan (Sonza, Badri, & Erda, 2020). Secara psikologis, masalah yang paling sering dihadapi oleh pasien penyakit kronis adalah resiliensi.

Pada penilaiannya resiliensi merupakan faktor penting bagi individu untuk bertahan hidup dengan mengatasi suatu masalah. Resiliensi merupakan sesuatu yang terjadi ketika seseorang dihadapkan pada pengalaman yang sulit dan mampu beradaptasi atau mengetahui cara menghadapinya agar mampu menghadapi atau mengatasi pengalaman tersebut (Sonza et al., 2020). Resiliensi memainkan peran penting dalam kehidupan manusia, terutama bagi pasien dengan penyakit kronis, orang yang resilien akan dapat kembali ke keadaan sebelum sakit dan mampu beradaptasi dengan kondisi sulit yang dialaminya. Dalam kehidupan tidak ada seorangpun yang dapat terlepas dari masalah atau kesulitan dan tidak ada seorangpun yang hidup tanpa mengalami suatu masalah atau beban yang mempengaruhi kejiwaannya, jadi resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengevaluasi diri, mengatasi dan memperbaiki atau merubah diri dari keterpurukan atau penderitaan dalam hidup. Meningkatkan resiliensi dapat menjadi upaya penting untuk mencegah dan mengurangi keinginan bunuh diri (Putri & Tobing, 2020). Setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam menghadapi setiap masalah, termasuk masalah kesehatan yang mereka hadapi, terutama pada pasien dengan penyakit kronis, upaya pasien ini merupakan salah satu bentuk coping adaptif individu. Resiliensi juga didefinisikan sebagai kemampuan sistem dinamis untuk mengatasi kesulitan (Masten & Motti-Stefanidi, 2020). Semakin tinggi resiliensi seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Berdasarkan dari fenomena dan penjelasan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Resiliensi dengan Tingkat Kecemasan Pasien Penyakit Kronis Di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang” yang mana dengan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien penyakit kronis di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain non-experiment dengan pendekatan *cross sectional* yang termasuk kedalam jenis penelitian *descriptive correlational* yang bertujuan untuk mencari hubungan resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien penyakit kronis. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang pada bulan September 2023. Populasi pada penelitian ini adalah pasien penyakit kronis di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang yang mengikuti kegiatan PROLANIS yaitu sebanyak 235 responden. Penghitungan sampel dalam penelitian ini menggunakan Pengambilan sampel secara sederhana menggunakan metode *purposive sampling method* sehingga menghasilkan sampel sebanyak 37 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Variabel bebas dalam penelitian adalah resiliensi yang dinilai dengan menggunakan kuesioner *Resilience Scale (RS-14)* dengan nilai validitasnya sebesar 0,95 dan nilai reabilitasnya sebesar 0,87 dan variabel terikatnya adalah tingkat kecemasan yang dinilai dengan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)* dengan nilai validitasnya sebesar 0,93 dan nilai reabilitasnya sebesar 0,84. Pengumpulan data menggunakan uji *Rank Spearman* menghasilkan $p\text{ value} = 0,047$ yaitu $0,047 < 0,05$ dan mendapat nilai $\rho = -0,329$. Kesimpulannya terdapat hubungan resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien penyakit kronis di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang. Arah korelasi negatif artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah tingkat kecemasannya.

HASIL

Tabel 1 mayoritas responden berjenis kelamin Perempuan, berumur 56-65 tahun, pendidikan responden pada jenjang tamat SD. Dilihat dari jenis penyakit pasien yang menderita diabetes mellitus yaitu sebanyak 20 responden (54,1%), untuk responden yang menderita penyakit hipertensi yaitu sebanyak 17 responden (45,9%). Dan responden lama responden menderita penyakit kronis mereka yaitu sebanyak 11 responden (29,7%) lama menderita penyakit kronis yang dideritanya sekitar 1- 3 tahunan. Dan untuk 26 responden lainnya (70,3%) mereka mengidap penyakit kronis lamanya sekitar ≥ 3 tahun keatas.

Tabel 1.
 Karakteristik Responden Penelitian (n=37)

Variabel	f	%
Jenis Kelamin	Laki – laki	5 13,5
	Perempuan	32 86,5
Umur	44 – 55	9 24,3
	56 – 65	18 48,6
	66 – 75	7 18,9
	≥ 75	3 8,1
Pendidikan	Tidak Sekolah	2 5,4
	Tamat SD	23 62,2
	Tamat SMP	8 21,6
	Tamat SMA	3 8,1
	Tamat Sarjana	1 2,7
Jenis Penyakit	Diabetes Melitus	20 54,1
	Hipertensi	17 45,9
Lama Menderita Penyakit	1 – 3 tahun	11 29,7
	≥ 3 tahun keatas	26 70,3

Tabel 2.
 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Resiliensi (n= 37)

Kategori	f	%
Sangat tinggi ≥ 90	21	56,8
Tinggi 81 – 90	16	43,2

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui hasil dari distribusi frekuensi resiliensi responden yang resiliensinya sangat tinggi ≥ 90 itu sebanyak 21 responden (56,8%) dan untuk responden yang memiliki resiliensi yang tinggi 81 – 90 itu sebanyak 16 responden (43,2%).

Tabel 3.
 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Resiliensi (n= 37)

Tingkat Kecemasan	f	%
Tidak ada kecemasan < 14	26	70,3
Kecemasan ringan 14 – 20	7	18,9
Kecemasan sedang 21 - 27	3	8,1
Kecemasan berat 28 – 41	1	3,7

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui hasil dari distribusi frekuensi tingkat kecemasan untuk responden yang tidak ada kecemasan sebanyak 26 responden (75,5%), untuk tingkat kecemasan ringan terdapat 7 responden (18,9%), untuk tingkat kecemasan sedang sebanyak 3 responden (8,1%), dan untuk responden yang memiliki kecemasan berat sebanyak 1 responden (3,7%).

Tabel 4.
 Hubungan Resiliensi Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Penyakit Kronis di Puskesmas
 Lebdosari Kota Semarang (n=37)

RESILIENSI	TINGKAT KECEMASAN									
	Tidak ada kecemasan		Kecemasan Ringan		Kecemasan sedang		Kecemasan berat		TOTAL	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Sangat Tinggi	16	43,2	4	10,8	1	2,7	0	0	21	56,8
Tinggi	10	27,0	3	8,1	2	5,4	1	2,7	16	43,2
TOTAL	26	59,5	7	24,3	3	13,5	1	2,7	37	100,0

Tabel 4 bahwa menunjukkan untuk responden yang memiliki resiliensi sangat tinggi dengan nilai > 90 dengan tidak ada kecemasan sebanyak 16 responden (43,2%), untuk responden yang memiliki resiliensi sangat tinggi dengan kecemasan ringan sebanyak 4 responden (10,8%), untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan kecemasan sedang 81 - 90 dengan tidak ada kecemasan sebanyak 1 responden (2,7%). Dan untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan nilai 81 - 90 dengan tidak ada kecemasan sebanyak 10 responden (27,0%), untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan kecemasan ringan sebanyak 3 responden (8,1%), untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan kecemasan sedang sebanyak 2 responden (5,6%), untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 1 responden (2,7%).

Tabel 5.
 Hasil Uji *Rank Spearman*

Variabel	Tingkat Kecemasan	
	P	R
Resiliensi	0,047	-0,329

Tabel 5 diatas didapatkan hasil dari uji *Rank Spearman* diperoleh hasil (*p value* = 0,047) yang mana 0,047 > 0,05 berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya di dalamnya ada hubungan resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien penyakit kronis di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang. Dan diperoleh nilai keeratan hubungan ($\rho = -0,329$) menunjukkan bahwa arah hubungan korelasi negatif yang artinya semakin tinggi resiliensi seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasannya.

PEMBAHASAN

Gambaran Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan untuk mengatasi frustrasi dan masalah yang dihadapi individu. Individu yang resilien akan berusaha untuk mengatasi permasalahan dalam hidupnya, sehingga dapat melepaskan diri dari permasalahan tersebut dan dapat beradaptasi terhadap permasalahan (García-León, Pérez-Mármol, Gonzalez-Pérez, García-Ríos, & Peralta-Ramírez, 2019). Penghitungan nilai resiliensi pada penelitian ini menggunakan kuesioner *Resilience Scale 14 (RS-14)* dan secara keseluruhan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang menderita penyakit kronis untuk hasil resiliensi dari 37 responden menunjukkan untuk responden yang memiliki resiliensi yang sangat tinggi ≥ 90 itu sebanyak 21 responden (56,8%) dan untuk responden yang memiliki resiliensi yang tinggi 81 – 90 itu sebanyak 16 responden (43,2%). Dilihat dari kuesioner dan dilihat dari responden ketika dilakukan penelitian lansia dengan resiliensi tinggi mereka akan cenderung bersikap santai, mudah bergaul, mempunyai kemampuan berpikir yang baik, termasuk kemampuan bersosialisasi dan kemampuan menilai sesuatu, dikelilingi oleh orang-orang yang suportif, mempunyai satu atau lebih bakat, mempunyai keyakinan terhadap dirinya dan percaya pada tekad. Resiliensi mencakup dalam melakukan penyesuaian positif dan bertahan serta mengatasi kesulitan (Walsh, 2020). Hasil studi lain menunjukkan bahwa dari 60 responden, terdapat 35 orang yang mempunyai resiliensi

tinggi yaitu sebesar 58,3%, berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pasien penyakit kronis di memiliki resiliensi yang baik terhadap stres dan kecemasan yang dihadapinya (Siregar, 2019).

Tingginya resiliensi pasien penyakit kronis berarti individu tersebut berusaha mengkondisikan dirinya untuk bersyukur dan berpikir positif terhadap penyakit yang menimpanya agar tetap menjaga semangat menjalani hidup. Orang lanjut usia atau lansia yang memiliki resiliensi tinggi berarti mereka memiliki kesehatan mental yang baik, kepribadian yang cukup stabil, penyesuaian psikososial yang baik, dan kemampuan kognitif (memori dan kecerdasan) yang relatif baik menurut Fostert (1997) dalam (Pragholapati, Andria, Munawaroh, & Fitri, 2020). Seseorang yang kurang memiliki resiliensi dalam menghadapi penyakit kronis akan merasa lebih terpuruk dan merasa lebih cemas karena tidak dapat pulih dengan cepat (Arasibenginate, 2019). Pada lansia yang memiliki resiliensi yang rendah mereka cenderung merasa cemas, cenderung kurang bisa belajar dari permasalahan yang muncul dan kurang mengambil hikmahnya namun pada penelitian ini sebagian besar lansia memiliki nilai resiliensi yang sangat tinggi ≥ 90 itu sebanyak 21 responden (56,8%). Menurut Bonanno et al. (2010) dalam (Salamah, Ammi, Suryani, Rakhmawati, & Windy, 2020) semakin tua usia maka semakin tinggi pula resiliensinya. Hal ini menunjukkan bahwa usia mempunyai pengaruh terhadap resiliensi seseorang dan kemampuan seseorang untuk pulih. Kesimpulannya, tingginya resiliensi pasien penyakit kronis berarti individu tersebut berusaha mengkondisikan dirinya untuk bersyukur dan berpikir positif terhadap penyakit yang menimpanya agar tetap menjaga semangat menjalani hidup.

Gambaran Tingkat Kecemasan

Kecemasan merupakan ketakutan, kekhawatiran, dan kegelisahan yang berujung pada perubahan perilaku seperti menarik diri dari lingkungan, sulit berkonsentrasi dalam beraktivitas, sulit makan, mudah tersinggung, buruknya pengendalian emosi, mudah marah, kurang logika, dan sulit tidur (Jarnawi, 2020). Kecemasan merupakan emosi negatif yang dialami seseorang sehingga menimbulkan tanda dan gejala seperti perasaan dan pikiran stres, sering kali disertai dengan gejala detak jantung cepat, berkeringat, dan kesulitan bernapas (Zalukhu, Agusmanto, Rantung, & Jeanny, 2020). Penghitungan nilai tingkat kecemasan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS). Berdasarkan data mengenai tingkat kecemasan pada responden pasien penyakit kronis dengan jumlah 37 responden ditemukan responden yang tidak ada kecemasan sebanyak 24 lansia tidak memiliki kecemasan, yang mengalami kecemasan ringan sebanyak 7 responden (18,9%), mengalami kecemasan sedang sebanyak 3 responden (8,1%), dan yang mengalami kecemasan berat ada 1 responden (3,7%). Hasil penelitian lain diperoleh dari 49 lansia, 30 lansia (61,22%) merasakan kecemasan minimal, 16 lansia (30,61%) merasakan kecemasan ringan dan 3 lansia tahun (6,12%) merasa khawatir sedang. Kecemasan adalah perasaan subjektif dari tekanan emosional sebagai respons umum terhadap ketidakmampuan memecahkan masalah atau kurangnya rasa aman (Sari, 2020). Hasil penelitian lain yang menggambarkan kecemasan terkait penyakit kronis pada lansia menunjukkan bahwa dari 30 lansia (61,22%) mengalami kecemasan minimal, (30,61%) mengalami kecemasan ringan dan (6,12%) memiliki kecemasan sedang (Candrawati & Sukraandini, 2022). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Khasanah, 2019), lansia dengan penyakit kronis memiliki derajat kecemasan sedang sebanyak orang, dengan responden sebanyak 18 orang (48,6%). Orang lanjut usia dengan berbagai kondisi kronis tiga kali lebih mungkin mengalami kecemasan (Redjeki S, 2019). Kecemasan dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kurangnya pengetahuan (Zalukhu et al., 2020). Itu sebabnya, dengan pengetahuan yang cukup, kecemasan bisa dikurangi dan tentunya dampak negatif dari kecemasan itu sendiri. Sebaliknya, jika lansia kekurangan pengetahuan dapat menimbulkan kecemasan dan akan mengalami berbagai masalah psikologis. Hasil dari peneliti lain

didapatkan. Kesimpulannya, tingkat kecemasan pada lansia dengan masalah penyakit kronis ini, didapatkan hasil sebagian besar lansia itu tidak mengalami kecemasan, namun bisa dinilai pada kecemasannya masih ringan.

Hubungan Resiliensi Dengan Tingkat Kecemasan Pasien Penyakit Kronis

Hasil dari tabulasi silang antara variabel resiliensi dengan variabel tingkat kecemasan pada pasien penyakit kronis didapatkan hasil untuk responden bahwa menunjukkan untuk responden yang memiliki resiliensi sangat tinggi dengan nilai > 90 untuk responden yang memiliki resiliensi sangat tinggi dengan nilai > 90 dengan tidak ada kecemasan sebanyak 16 responden (43,2%), untuk responden yang memiliki resiliensi sangat tinggi dengan kecemasan ringan sebanyak 4 responden (10,8%), untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan kecemasan sedang 81 - 90 dengan tidak ada kecemasan sebanyak 1 responden (2,7%). Dan untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan nilai 81 - 90 dengan tidak ada kecemasan sebanyak 10 responden (27,0%), untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan kecemasan ringan sebanyak 3 responden (8,1%), untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan kecemasan sedang sebanyak 2 responden (5,6%), untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan tingkat kecemasan berat sebanyak 1 responden (2,7%).

Disini penelitian ini ingin menghubungkan kedua variabel antara resiliensi dengan tingkat kecemasan tersebut dengan menggunakan uji *Rank Spearman*. Dan diperoleh hasil (p value = 0,047) yang mana $0,047 > 0,05$ berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya di dalamnya ada hubungan resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien penyakit kronis di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang. Dan diperoleh nilai keeratan hubungan ($\rho = - 0,329$) menunjukkan bahwa arah hubungan korelasi negatif yang artinya semakin tinggi resiliensi seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Dalam hidup, tidak ada seorang pun yang dapat lepas dari masalah dan kesulitan, dan tidak ada seorang pun yang hidup tanpa menghadapi suatu masalah atau beban yang mempengaruhi jiwanya. Resiliensi dapat didefinisikan sebagai proses keberhasilan penderita diabetes untuk beradaptasi terhadap stres dan penyakit (Agustin, 2019). Oleh karena itu, lansia penderita diabetes harus memiliki resiliensi yang tinggi agar mampu mengelola stres emosional yang terkait dengan penyakitnya (Khotmi, 2019). Dan lansia lainnya yang memiliki penyakit kronis lainnya seperti lansia yang menderita hipertensi dan adanya riwayat diabetes juga harus memiliki resiliensi yang tinggi. Tingginya tingkat kecemasan pada penderita diabetes disebabkan karena diabetes dianggap sebagai penyakit yang ditakuti karena memiliki dampak negatif yang kompleks terhadap kecemasan individu yang terus menerus. Kecemasan terjadi karena seseorang merasa terancam secara fisik dan psikis menurut Jauhari (2016) dalam (Angriani, 2020). Hal ini juga sama jika pasien lansia itu memiliki riwayat penyakit kronis seperti adanya riwayat penyakit diabetes, hipertensi dan penyakit kronis lain pasti akan menimbulkan kecemasan yang diakibatkan dari rasa takut atau masalah psikologis lainnya.

Pada hasil tabel 4 sebagian besar dari responden memiliki nilai resiliensi yang sangat tinggi dengan total jumlah nilai antara nilai resiliensi sangat tinggi dengan responden tingkat kecemasan responden totalnya ada 21 responden (45,8%), dan untuk responden yang memiliki resiliensi tinggi dengan tingkat kecemasan responden totalnya ada 16 responden (43,2%). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi mempunyai hubungan yang erat dengan tingkat kecemasan pada lansia yang memiliki riwayat penyakit kronis. Secara umum, resiliensi mencapai puncaknya ketika kemampuan individu dalam mengatasi situasi yang tidak menyenangkan meningkat, karena mereka secara aktif menerima dan beradaptasi dengannya, oleh karena itu, individu yang tangguh mengalami lebih sedikit stres psikologis, seperti stres, kecemasan, dan depresi (Fatemeh, 2023). Peningkatan resiliensi pada lansia dipengaruhi oleh beberapa faktor misalnya faktor internal seperti keyakinan, pikiran, dan emosi. Faktor sosial meliputi

komunikasi, membangun hubungan sosial, dan pemecahan masalah, faktor eksternal seperti dukungan sosial, dorongan, teladan, dan norma yang diterapkan juga berpengaruh dalam membangun ketahanan (Rahmawati, Sulistiyorini, & Bisri, 2021). Dapat disimpulkan bahwa resiliensi pada seseorang dapat dilatih dengan mengembangkan ketahanannya terhadap masalah yang sedang dihadapi dan masalah kecemasan pada lansia bisa dikurangi dengan selalu berfikir positif terhadap keadaan yang sedang dihadapinya.

SIMPULAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan terdapat hubungan resiliensi dengan tingkat kecemasan pasien penyakit kronis di Puskesmas Lebdosari Kota Semarang dengan nilai p-value sebesar 0,047 dengan nilai rho - 0,329 yaitu sifat korelasi negative artinya semakin tinggi resiliensi seseorang maka semakin rendah tingkat kecemasannya. Diharapkan pasien dapat mengurangi beban dan kecemasan dengan menurunkan kecemasannya dan selalu berpikir positif tentang dirinya sendiri untuk tetap bertahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, L. A. (2019). Hubungan Resiliensi Dengan Perilaku Perawatan Diri Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumbersari Kabupaten Jember. *Digital Repository Universitas Jember*, pp. 1–142. Retrieved from <https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/92424>
- Angriani, S. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Batua Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(2), 102–106.
- Arasibenginate, V. A. (2019). Pengaruh Perceived Stress, Efikasi Diri, Gratitude, Dukungan Sosial, Dan Faktor Demografi Terhadap Resiliensi Penyandang Autoimun. *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1–88.
- Candrawati, S. A. K., & Sukraandini, N. K. (2022). Kecemasan Lansia dengan Kondisi Penyakit Kronis. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(2), 348. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i2.631>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2021). Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2021 https://dinkesjatengprov.go.id/v2018/dokumen/Profil_Kesehatan_2021/files/downloads/Profil%20Kesehatan%20Jateng%202021.pdf.
- Dinkes Kota Semarang. (2022). Profil Kesehatan 2022 Dinas Kesehatan Kota Semarang <https://pustakadata.semarangkota.go.id/upload/pdf/451-profil-kesehatan-2022.pdf>. Dinas Kesehatan Kota Semarang, 6(1), 1–6.
- Fateme, R. (2023). Hubungan antara ketahanan dan kecemasan akan kematian pada lansia selama pandemi penyakit virus corona 2019 (COVID-19) - PMC.
- García-León, M. Á., Pérez-Mármol, J. M., Gonzalez-Pérez, R., García-Ríos, M. del C., & Peralta-Ramírez, M. I. (2019). Relationship between resilience and stress: Perceived stress, stressful life events, HPA axis response during a stressful task and hair cortisol. *Physiology and Behavior*, Vol. 202, pp. 87–93. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2019.02.001>
- Ginting, R., Hutagalung, P. G. J., Hartono, H., & Manalu, P. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi pemanfaatan Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) pada lansia

- di Puskesmas Darussalam Medan. *Jurnal Prima Medika Sains*, 2(2), 24–31.
<https://doi.org/10.34012/jpms.v2i2.972>
- Hana, F. M., Kudus, U. M., Ganेशa, J., & Kudus, P. (2020). Klasifikasi Penderita Penyakit Diabetes Menggunakan Algoritma Decision Tree C4.5. *Jurnal Sistem Komputer Dan Kecerdasan Buatan (Siskom-KB)*, 4(1), 32–39.
- Jarnawi, J. (2020). Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 60. <https://doi.org/10.22373/taujih.v3i1.7216>
- Kemenkes RI, Hardhana, B., Sibuea, F., & Winne Widiyanti. (2020). Profil kesehatan indonesia 2020. In *IT - Information Technology (Vol. 48)*.
<https://doi.org/10.1524/itit.2006.48.1.6>
- Khasanah, U. (2019). Tingkat Kecemasan Pada Lansia Yang Mengalami Penyakit Kronis Di Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 1–8.
- Khotmi, N. (2019). Pelatihan logoanalisis untuk meningkatkan resiliensi pada penderita diabetes melitus (DM) tipe 2. *Al-Tazkia*, 8(2), 113–128. Retrieved from <http://www.teachsafe>
- Kemenkes. (2019). Kmenkes RI, Hipertensi
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20190517/5130282/hipertensi-penyakit-paling-banyak-diidap-masyarakat/>.
- Masten, A. S., & Motti-Stefanidi, F. (2020). Multisystem Resilience for Children and Youth in Disaster: Reflections in the Context of COVID-19. *Adversity and Resilience Science*, 1(2), 95–106. <https://doi.org/10.1007/s42844-020-00010-w>
- Pragholapati, Andria, Munawaroh, & Fitri. (2020). Resiliensi Pada Lansia. *Jurnal Surya Muda*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.38102/jsm.v2i1.55>
- Putri, K. F., & Tobing, D. L. (2020). Tingkat Resiliensi dengan Ide Bunuh Diri Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(01), 1–6.
<https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i01.392>
- Rahmawati, L. A., Sulistiyorini, D., & Bisri, M. (2021). Dukungan Sosial Dalam Membentuk Resiliensi Pada Orang Dengan Lupus (Odapus). *Jurnal Penelitian Kualitatif Ilmu Perilaku*, 2(2), 108–117.
- Redjeki S, H. (2019). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lanjut Usia Di Puskesmas Johar Baru Ii Jakarta. *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kecemasan Lanjut Usia Di Puskesmas Johar Baru Ii Jakarta*, 2, 1–10.
- Salamah, Ammi, Suryani, Rakhmawati, & Windy. (2020). Relationship Between Demographic Characteristics and Nursing Students' Resilience Working on Bachelor Thesis. 16(2), 110–125.
- Sari, I. (2020). Analisis Dampak Pandemi Covid- 19 Terhadap Kecemasan Masyarakat : Literature Review. *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan*, 12(1), 69–76.
<https://doi.org/10.35907/bgjk.v12i1.161>
- Siregar. (2019). Resiliensi Pasien Yang Mengalami Penyakit Kronis di RSUP H. Adam Malik Medan. *Talenta Conference Series: Tropical Medicine (TM)*, 1(1), 67–74.
<https://doi.org/10.32734/tm.v1i1.36>

- Sonza, T., Badri, I. A., & Erda, R. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Tingkat Kemandirian Activities of Daily Living Pada Lansia. *Human Care Journal*, 5(3), 688. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i3.818>
- Walsh, F. (2020). Loss and Resilience in the Time of COVID-19: Meaning Making, Hope, and Transcendence. *Family Process*, 59(3), 898–911. <https://doi.org/10.1111/famp.12588>
- World Health Organization (WHO). (2019). WHO Fact Sheet of Diabetes. Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, pp. 1–8.
- World Health Organization (WHO). (2021). Who Hipertensi <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- World Health Organization (WHO). (2022). WHO | Chronic diseases <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>. Retrieved from http://www.who.int/topics/chronic_diseases/en/
- Zalukhu, Agusmanto, Rantung, & Jeanny. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Sikap Anak Sd Akibat Pandemi Covid-19. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(2), 114–122. <https://doi.org/10.35974/jsk.v6i2.2409>