

PENGARUH PENYULUHAN MANAJEMEN STRES TERHADAP MEKANISME KOPING PASIEN DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS MANGASA KOTA MAKASSAR

The influence of counseling on stress management on coping mechanism of patients with diabetes mellitus At Mangasa Health Center of Makassar

Isdar Kasmaria¹, Iwan², Alfi Syahar Yakub³
Poltekkes Kemenkes Makassar
isdarkasmaria@gmail.com

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a chronic condition characterized by an increase in blood glucose concentrations accompanied by the emergence of some typical main symptoms such as frequent urination, often thirsty and often hungry. Diabetes Mellitus is a major public health problem because its complications are short-term and long-term. One of the causes of Diabetes Mellitus is stress. In implementing stress management, a positive coping mechanism that is capable of supporting the integrity of the ego is required. Coping mechanism is a determination of one's style in solving a problem based on the demands faced. This research is quantitative analysis with quasi experiment. The sampling technique used was purposive sampling with 40 respondents ie 20 people in the control group and 20 people in the intervention group. Data collection was done by using a questionnaire that previously conducted counseling about stress management. Data analysis using Mcnemar test with significance level $\alpha = 0.05$. Based on the results of the analysis it was found that there was a difference between the control group and the intervention group on the patient coping mechanism after the intervention was done in the form of counseling about stress management. In other words there is an influence of stress management counseling on the coping mechanism of Diabetes Mellitus patients at Mangasa Puskesmas with $p = 0.006$ ($p < 0.05$).

Keywords: Stress Management, Coping Mechanism

ABSTRAK

Diabetes Melitus merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan konsentrasi glukosa darah yang disertai munculnya beberapa gejala utama yang khas seperti sering kencing, sering haus dan sering lapar. Diabetes Melitus menjadi masalah kesehatan masyarakat utama karena komplikasinya bersifat jangka pendek dan jangka panjang. Salah satu penyebab terjadinya Diabetes Melitus adalah stres. Dalam melaksanakan manajemen stres, dibutuhkan mekanisme koping yang positif yang mampu mendukung integritas ego. Mekanisme koping merupakan penentuan dari gaya seseorang dalam memecahkan suatu masalah berdasarkan tuntutan yang dihadapi. Penelitian ini bersifat analisis kuantitatif dengan quasi eksperimen. Teknik sampling yang digunakan ialah *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 40 orang yaitu 20 orang pada kelompok kontrol dan 20 orang pada kelompok intervensi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang sebelumnya dilakukan penyuluhan mengenai manajemen stress. Analisa data menggunakan uji *Mcnemar* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa ada perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi terhadap mekanisme koping pasien setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan mengenai manajemen stres. Dengan kata lain ada pengaruh penyuluhan manajemen stres terhadap mekanisme koping pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Mangasa dengan nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$).

Kata Kunci : Manajemen Stres, Mekanisme Koping

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan konsentrasi glukosa darah yang disertai munculnya beberapa gejala utama yang khas seperti sering kencing (poliuri), sering haus (polidipsi) dan sering lapar (polipagi). Diabetes Melitus menjadi masalah kesehatan masyarakat utama karena komplikasinya bersifat jangka pendek dan jangka panjang. (Bilous MD, Rudy. 2014)

Diabetes Melitus merupakan sekumpulan gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia)

akibat kerusakan pada sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Komplikasi akut utama diabetes terkait ketidakseimbangan kadar glukosa yang berlangsung dalam jangka waktu pendek dan jangka panjang. (Brunner & Suddarth. 2013)

Stres merupakan interaksi antara individu dengan lingkungan (Donsu, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Widodo, Agus (2012) menyatakan bahwa stres dapat muncul dari kejenuhan penderita Diabetes Melitus dalam melaksanakan program diet. Cara penanganan yang dilakukan penderita dalam menangani stres ketika menjalankan diet dapat mempengaruhi keberhasilan mereka dalam mematuhi program diet serta pengendalian kadar gula darah.

Untuk mengantisipasi, mencegah, mengelola dan memulihkan diri dari stres yang dirasakan diperlukan keterampilan manajemen stres (Al-Rasyid 2014). Munandar mendefinisikan manajemen stres sebagai usaha untuk mencegah timbulnya stres, meningkatkan ambang stres dari individu dan menampung akibat fisiologikal dari stres (Al-Rasyid, Halim Akbar. 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Segarahayu, Rizky Dianita (2013) memperoleh hasil bahwa tiga dari empat subyek penelitian yang diberikan manajemen stres mengalami penurunan tingkat stres dari tingkat stres tinggi hingga tingkat stres sedang, sedangkan satu subyek lainnya mengalami penurunan tingkat stres dari tingkat stres tinggi ke tingkat sangat rendah.

Dalam melaksanakan manajemen stres, dibutuhkan mekanisme koping yang positif yang mampu mendukung integritas ego. Mekanisme koping merupakan penentuan dari gaya seseorang dalam memecahkan suatu masalah berdasarkan tuntutan yang dihadapi (Rahmawati. 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Taluta, Yanes P, dkk. (2014) mengemukakan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita Diabetes Melitus Tipe II, dimana responden yang mengalami tingkat kecemasan ringan sedang mempunyai mekanisme koping adaptif sebanyak 50% dan yang mekanisme koping maladaptive sebanyak 6,25% sedangkan tingkat kecemasan berat yang mempunyai mekanisme koping adaptif sebanyak 12,5% dan yang mekanisme koping maladaptif sebanyak 31,25%.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Jenis penelitian ini bersifat analisis kuantitatif dengan quasi eksperimen. Analisis kuantitatif merupakan penelitian yang banyak menuntut penggunaan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Quasi eksperimen merupakan suatu rancangan penelitian tidak murni dengan menggunakan seluruh subjek dalam kelompok untuk diberi perlakuan (*treatment*), bukan menggunakan subjek yang di ambil secara acak (Siyoto dan Sodik. 2015).

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dimana variabel sebab atau risiko dan akibat atau kasus yang terjadi pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan secara simultan atau dalam waktu yang sama (Lusiana, dkk. 2015).

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Mangasa pada tanggal 21 April – 12 Mei 2018.

Jumlah dan cara pengambilan sampel

a. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini ialah teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* didasarkan pada suatu

pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti berdasarkan ciri atau sifat-sifat yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2015).

c. Kriteria Sampel

Kriteria *inklusi* adalah kriteria atau ciri-ciri yang perlu dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2015). Kriteria *inklusi* penelitian ini ialah :

1. Terdiagnosis Diabetes Melitus
2. Berada dalam wilayah kerja Puskesmas Mangasa Kota Makassar
3. Mampu membaca dan menulis
4. Bersedia menjadi responden
5. Anggota senam prolanis Puskesmas Mangasa Kota Makassar

Kriteria *eksklusi* adalah ciri-ciri anggota populasi yang tidak dapat diambil sebagai sampel (Notoatmodjo, 2015). Adapun kriteria eksklusi dalam penelitian ini ialah :

1. Tidak menandatangani lembar persetujuan responden
2. Tidak datang saat dilakukan penelitian

HASIL

Penelitian ini bersifat *analisis kuantitatif* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan manajemen stres terhadap mekanisme koping pasien *Diabetes Melitus* dengan menggunakan dua kelompok yaitu kelompok intervensi yang diberikan perlakuan berupa penyuluhan mengenai manajemen stres dan kelompok kontrol yang tidak diberi perlakuan. Hasil penelitian ini diperoleh melalui pengisian kuesioner pasien DM.

Hasil penelitian yang diperoleh selengkapnya akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi diikuti penjelasan dalam bentuk narasi.

Dalam analisis univariat dihasilkan distribusi frekuensi dari masing-masing variabel penelitian, baik variabel dependen dan variabel independen.

Tabel 1
 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Puskesmas Mangasa Tahun 2018

Umur	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	f	%	f	%
38 – 45 tahun	5	25	3	15
46 – 53 tahun	3	15	3	15
54 – 61 tahun	6	30	8	40
62 – 69 tahun	4	20	4	20
70 – 77 tahun	2	10	2	10
Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa penderita Diabetes Melitus pada kelompok kontrol di Puskesmas Mangasa yaitu pada umur 38-45 tahun ada 5 orang (25%), umur 46-53 tahun ada 3 orang (15%), umur 54-61 tahun ada 6 orang (30%), umur 62-69 tahun ada 4 orang (20%), dan umur 70-77 tahun ada 2 orang (10%).

Sedangkan untuk kelompok intervensi dapat diketahui bahwa penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Mangasa yaitu pada umur 38-45 tahun ada 3 orang (15%), umur 46-53 tahun ada 3 orang (15%), umur 54-61 tahun ada 8 orang (40%), umur 62-69 tahun ada 4 orang (20%), dan umur 70-77 ada 2 orang (10%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Mangasa Tahun 2018

Jenis Kelamin	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	f	%	f	%
Laki-laki	8	40	9	45
Perempuan	12	60	11	55
Total	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa responden terbanyak yang menderita Diabetes Melitus pada kelompok kontrol di Puskesmas Mangasa adalah perempuan sebanyak 12 orang (60%) sedangkan laki-laki sebanyak 8 orang (40%).

Sedangkan pada kelompok intervensi dapat diketahui bahwa responden terbanyak yang menderita Diabetes Melitus di Puskesmas Mangasa adalah perempuan sebanyak 11 orang (55%) sedangkan laki-laki sebanyak 9 orang (45%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Mangasa Tahun 2018

Pendidikan	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	f	%	f	%
SD	3	15	3	15
SMP	4	20	2	10
SMA	7	35	6	30
PT	6	30	9	45
Total	20	100	20	100

Dari tabel 3 menunjukkan bahwa responden terbanyak yang menderita Diabetes Melitus pada kelompok kontrol di Puskesmas Mangasa berpendidikan SD ada 3 orang (15%), SMP ada 4 (20%), SMA ada 7 orang (35%), dan Perguruan Tinggi ada 6 orang (30%).

Sedangkan pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa responden terbanyak yang menderita Diabetes Melitus di Puskesmas Mangasa berpendidikan SD ada 3 orang (15%), SMP ada 2 orang (10%), SMA ada 6 orang (30%), dan Perguruan Tinggi ada 9 orang (45%).

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Menderita DM di Puskesmas Mangasa Tahun 2018

Lama Menderita DM	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	F	%	f	%
< 10 tahun	11	55	17	85
≥ 10 tahun	9	45	3	15
Total	20	100	20	100

Dari tabel 4 menunjukkan bahwa responden pada kelompok kontrol yang menderita Diabetes Melitus selama ≥ 10 tahun sebanyak 9 orang (45%) sedangkan terbanyak menderita Diabetes Melitus <10 tahun sebanyak 11 orang (55%).

Sedangkan pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa responden yang menderita Diabetes Melitus selama ≥ 10 tahun sebanyak 3 orang (15%) sedangkan terbanyak menderita Diabetes Melitus <10 tahun sebanyak 17 orang (85%).

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Komplikasi Diabetes Melitus di Puskesmas Mangasa Tahun 2018

Komplikasi DM	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	F	%	f	%
Ada	14	70	9	45
Tidak ada	6	30	11	55
Total	20	100	20	100

Dari tabel 5 menunjukkan bahwa responden pada kelompok kontrol yang mengalami komplikasi Diabetes Melitus ada 14 orang (70%) dan yang tidak ada komplikasi sebanyak 6 orang (30%).

Sedangkan pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa responden yang mengalami

komplikasi Diabetes Melitus ada 9 orang (45%) dan yang tidak ada komplikasi sebanyak 11 orang (55%).

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Mekanisme Koping Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Mangasa Tahun 2018

Mekanisme Koping Post Intervensi	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	f	%	f	%
Positif	8	40	18	90
Negatif	12	60	2	10
Total	20	100	20	100

Dari tabel 6 menunjukkan bahwa responden pada kelompok kontrol yang memiliki mekanisme koping positif pada kelompok kontrol adalah sebanyak 8 orang (40%) dan yang memiliki mekanisme koping negatif adalah sebanyak 12 orang (60%).

Sedangkan pada kelompok intervensi menunjukkan bahwa responden yang memiliki mekanisme koping positif setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan mengenai manajemen stres adalah sebanyak 18 orang (90%) dan yang memiliki mekanisme koping negatif adalah sebanyak 2 orang (10%).

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dengan menggunakan uji analisis *McNemar*.

Tabel 7
Distribusi Responden Berdasarkan Mekanisme Koping Pasien Diabetes Melitus Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi di Puskesmas Mangasa Tahun 2018

Kelompok Responden	Mekanisme Koping		Jumlah	Hasil
	Positif	Negatif		
Kelompok Kontrol	8	12	20	0,006
Kelompok Intervensi	18	2	20	
Total	26	14	40	

Berdasarkan tabel 7 diperoleh hasil bahwa responden yang memiliki mekanisme koping positif pada kelompok kontrol adalah 8 orang dan mekanisme koping negatif adalah sebanyak 12 orang. Sedangkan pada kelompok intervensi pasien yang memiliki mekanisme koping positif setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan mengenai manajemen

stres adalah sebanyak 18 orang dan mekanisme koping negatif ada 2 orang.

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa ada perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi terhadap mekanisme koping pasien setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan mengenai manajemen stres. Dengan kata lain ada pengaruh penyuluhan manajemen stres terhadap mekanisme koping pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Mangasa dengan nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji *McNemar* tabel 4.1.6 diperoleh hasil bahwa responden yang memiliki mekanisme koping positif pada kelompok kontrol adalah 8 orang dan mekanisme koping negatif adalah sebanyak 12 orang. Sedangkan pada kelompok intervensi pasien yang memiliki mekanisme koping positif setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan mengenai manajemen stres adalah sebanyak 18 orang dan mekanisme koping negatif ada 2 orang. Dengan diperoleh nilai kemaknaan $p = 0,006$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh penyuluhan manajemen stres terhadap mekanisme koping pasien Diabetes Melitus.

Pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi terdapat perbedaan terhadap mekanisme koping kedua kelompok tersebut, dimana setelah dilakukan intervensi berupa penyuluhan mengenai manajemen stres, didapatkan hasil bahwa kelompok intervensi lebih banyak memiliki mekanisme koping positif dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini berarti setelah diberikan penyuluhan mengenai manajemen stres, pengetahuan responden meningkat.

Dilihat dari jenjang pendidikan terakhir responden, pada kelompok intervensi ada 9 orang yang pendidikan terakhirnya Perguruan Tinggi sedangkan pada kelompok kontrol hanya ada 6 orang yang pendidikan terakhirnya Perguruan Tinggi. Hal ini sejalan dengan teori yang di kemukakan oleh Notoatmodjo (2005) menyatakan bahwa tingkat pendidikan individu memberikan kesempatan yang lebih banyak terhadap diterimanya pengetahuan baru termasuk informasi kesehatan. Dalam hal ini diharapkan dengan adanya informasi yang diterima individu mampu menentukan langkah yang harus ia ambil untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya.

Penyuluhan manajemen stres dapat saja tidak memiliki pengaruh yang signifikan karena dalam penelitian ini memiliki keterbatasan dan kekurangan. Saat pemberian penyuluhan manajemen stres peneliti tidak dapat mengontrol waktu pemberian penyuluhan, penyuluhan ini dilakukan pada pukul 09.00 sampai selesai dan berlanjut dengan penelitian mahasiswa lain, pada jam itu para responden banyak yang harus mengambil obat rutin di poliklinik puskesmas dan pulang untuk mengurus pekerjaan dan keluarganya,

karena hal tersebut dapat saja menyebabkan informasi tidak diterima 100% oleh responden yang ingin segera pulang. Hal lain yang kemungkinan dapat mempengaruhi tidak adanya perbedaan hasil adalah karena stres berasal dari lingkungan responden atau stres menjadi lebih kronis. Berdasarkan tabel 4.1.4 diperoleh hasil bahwa pada kelompok kontrol ada 9 orang (45%) yang menderita DM ≥ 10 tahun sedangkan pada kelompok intervensi hanya 3 orang (15%) yang menderita DM ≥ 10 tahun. Selain itu pada tabel 4.1.5 diperoleh hasil bahwa pada kelompok kontrol ada 14 orang (70%) yang memiliki komplikasi DM sedangkan pada kelompok intervensi hanya 9 orang (45%) yang memiliki komplikasi DM. Menurut peneliti hal tersebut menjadi salah satu faktor yang menyebabkan mekanisme koping pasien Diabetes Melitus pada kelompok kontrol lebih banyak yang negatif daripada yang positif, karena angka kejadian lama menderita DM dan komplikasi DM pada kelompok kontrol lebih tinggi dibandingkan kelompok intervensi.

Menurut peneliti, salah satu hal yang menyebabkan banyaknya timbul mekanisme koping negatif pada kelompok kontrol karena angka kejadian komplikasi Diabetes Melitus juga tinggi dibandingkan dengan angka kejadian komplikasi pada kelompok intervensi sehingga menyebabkan stres dan mekanisme koping yang negatif pada kelompok kontrol juga tinggi.

Stres merupakan reaksi tertentu yang muncul pada tubuh yang bisa disebabkan oleh berbagai tuntutan, misalnya ketika manusia menghadapi tantangan yang penting, ketika dihadapkan pada ancaman, atau ketika harus berusaha mengatasi harapan-harapan yang tidak realistis dari lingkungannya (Rahmawati, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Widodo, Agus (2012) menyatakan bahwa stres dapat muncul dari kejenuhan penderita Diabetes Melitus dalam melaksanakan program diet. Cara penanganan yang dilakukan penderita dalam menangani stres ketika menjalankan diet dapat mempengaruhi keberhasilan mereka dalam mematuhi program diet serta pengendalian kadar gula darah

Untuk mengantisipasi, mencegah, mengelola dan memulihkan diri dari stres yang dirasakan diperlukan keterampilan manajemen stres (Al-Rasyid, 2014). Munandar mendefinisikan manajemen stres sebagai usaha untuk mencegah timbulnya stres, meningkatkan ambang stres dari individu dan menampung akibat fisiologikal dari stres (Al-Rasyid, Halim Akbar, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Segarahayu, Rizky Dianita (2013) memperoleh hasil bahwa tiga dari empat subyek penelitian yang diberikan manajemen stres mengalami penurunan tingkat stres dari tingkat stres tinggi hingga tingkat stres sedang, sedangkan satu subyek lainnya mengalami penurunan tingkat stres dari tingkat stres tinggi ke tingkat sangat rendah.

Dalam melaksanakan manajemen stres, dibutuhkan mekanisme koping yang positif yang mampu mendukung integritas ego. Mekanisme koping merupakan penentuan dari gaya seseorang dalam memecahkan suatu masalah berdasarkan tuntutan yang dihadapi (Rahmawati, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Taluta, Yanes P, dkk. (2014) mengemukakan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan mekanisme koping pada penderita Diabetes Melitus Tipe II, dimana responden yang mengalami tingkat kecemasan ringan sedang mempunyai mekanisme koping adaptif sebanyak 50% dan yang mekanisme koping maladaptive sebanyak 6,25% sedangkan tingkat kecemasan berat yang mempunyai mekanisme koping adaptif sebanyak 12,5% dan yang mekanisme koping maladaptif sebanyak 31,25%.

Dan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa ada pengaruh penyuluhan manajemen stres terhadap mekanisme koping pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Mangasa Kota Makassar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat ditarik kesimpulan dari penelitian ini yaitu :

1. Mekanisme koping pasien pada kelompok kontrol dominan yang negatif dibandingkan yang positif.
2. Mekanisme koping pasien pada kelompok intervensi dominan yang positif dibandingkan yang negatif setelah dilakukan penyuluhan.
3. Ada pengaruh penyuluhan manajemen stres terhadap mekanisme koping pasien Diabetes Melitus .

SARAN

1. Pada penelitian ini terbukti bahwa penyuluhan manajemen stres bisa mengubah mekanisme koping pasien Diabetes Melitus dari negatif menjadi positif dan menjadi hal yang perlu diperhatikan bagi petugas kesehatan untuk tetap memberikan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan untuk pasien dan keluarga pasien.
2. Bagi petugas kesehatan diharapkan selalu memotivasi pasien dan keluarga pasien untuk tetap mencari dan memperoleh informasi mengenai pendidikan kesehatan.
3. Bagi keluarga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai manajemen stres terhadap mekanisme koping pasien Diabetes Melitus.
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan perlu melakukan penelitian dengan menggunakan metode yang lain dan memiliki sampel yang lebih banyak sehingga hasil penelitian lebih optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Rasyid, Halim Akbar. (2014). *Perbedaan Antara Kepribadian A dan B Terhadap Manajemen Stres kerja di PT Pos Indonesia*. Diakses tanggal 13 Februari dari http://catalog.uinsby.ac.id/index.php?p=show_detail&id=87703
- Bilous, R, & Donelly, R, (2014). *Buku Pegangan Diabetes*. Jakarta : Bumi Medika.
- Brunner & Suddarth. (2013). *Keperawatan Medikal Bedah Edisi 12*. Jakarta: EGC.
- Donsu, Jenita Doli Tine. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Lusiana, dkk. (2015). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Notoatmodjo, Soekidjo .(2015). *Metedeologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmawati. (2016). *Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Tahun Pertama Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*. Diakses tanggal 29 Januari 2018 dari <http://repository.umy.ac.id/handle/123456789/6870>
- Segarahayu, Rizky Dianita. (2013). *Pengaruh Manajemen Stres Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Narapidana Di LPW Malang*. Diakses tanggal 22 Maret 2018 dari <http://jurnal-online.um.ac.id/data/artikel/artikelIDEB288149FBAA98C9CB27EB18035D95A.pdf>
- Siyoto, Santo dan Sodik, Ali. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Taluta, Yanes P, dkk. (2014). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Mekanisme Koping Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Poliklinik Penyakit Dalam Rumah Sakit Umum Daerah Tobelo Kabupaten Halmahera Utara*. Diakses tanggal 22 Maret 2018 dari <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/4059/3575>
- Widodo, Agus. (2012). *Stress pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe-2 dalam Melaksanakan Program Diet di Klinik Penyakit Dalam RSUP Dr. Kariadi Semarang*. Diakses pada tanggal 22 Maret 2018 dari <http://www.medicahospitalia.rskariadi.co.id/index.php/mh/article/view/41>