

## **TINGKAT STRESS PADA LANSIA DENGAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUCANG SEWU SURABAYA**

**Nilna Hanum Salsabila<sup>1</sup>, Rini Ambarwati<sup>2</sup>, Endang Soelistyowati<sup>3</sup>, Lembunai Tat Alberta<sup>4</sup>**

Program Studi DIII Keperawatan Soetomo, Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Surabaya

Email korespondensi : [nilnum1812@gmail.com](mailto:nilnum1812@gmail.com)

### **Abstrak**

Stress merupakan respon tubuh bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan akibat individu tidak dapat menyelesaikan suatu masalah yang sedang dihadapi. Lansia dengan Diabetes Melitus akan mengalami kemunduran fisik dan psikologis secara bertahap, dimana penurunan kondisi tersebut menyebabkan lansia mudah terserang penyakit dan menyebabkan stres. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat stress pada lansia dengan Diabetes melitus tipe 2 di Wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini sebanyak 50 lansia, dengan sampel 45 lansia Diabetes Melitus Tipe 2. Teknik yang digunakan untuk mengambil sampel adalah teknik *Purposive Sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale (PSS-10)* lalu dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan persentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan lebih dari setengah lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 memiliki tingkat stres yang sedang. Lebih dari setengah lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat stress yang sedang dan sebagian besar lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang tidak bekerja memiliki tingkat stress sedang. Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya dapat mengurangi stress dengan melakukan penatalaksanaan manajemen stres yang tepat. Manajemen stres yang dapat dilakukan yaitu dengan mengubah pandangan pasien terhadap penyakit yang diderita, meningkatkan dukungan sosial dari sesama penderita dan keluarga serta menerapkan strategi koping yang baik misalnya dengan melakukan kegiatan positif yang disenangi dan teknik relaksasi.

**Kata Kunci : Tingkat Stress, Lansia, Diabetes Melitus.**

### ***LEVEL OF STRESS IN ELDERLY INDIVIDUALS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS IN THE WORKING AREA OF THE PUCANG SEWU PUBLIC HEALTH CENTER SURABAYA***

#### **Abstract**

*Stress is the body's non-specific response to any demands due to the individual not being able to solve a problem at hand. Elderly with Diabetes Mellitus will experience gradual physical and psychological decline, where the decline in these conditions makes the elderly susceptible to disease and causes stress. The purpose of this study was to determine the level of stress in the elderly with type 2 diabetes mellitus in the working area of the Pucang Sewu Public Health Center, Surabaya. This type of research is descriptive research. The population in this study were 50 elderly, with a sample of 45 elderly with Diabetes Mellitus Type 2. The technique used to take samples was purposive sampling technique. Data collection used the Perceived Stress Scale questionnaire (PSS-10) and then analyzed using frequency distribution and percentage. The results of this study indicate that more than half of the elderly with Type 2 Diabetes Mellitus have a moderate level of stress. More than half of the elderly with Type 2 Diabetes Mellitus who are female have moderate levels of stress and most of the elderly with Type 2 Diabetes Mellitus who do not work have moderate levels of stress. Elderly people with Type 2 Diabetes Mellitus at the Pucang Sewu Public Health Center, Surabaya, can reduce stress by implementing appropriate stress management. Stress management that can be done is by changing the patient's view of the illness they are suffering from, increasing social support from fellow sufferers and family and implementing good coping strategies, for example by doing positive activities they enjoy and relaxation techniques.*

**Keywords: Stress Level, Elderly, Diabetes Mellitus.**

## PENDAHULUAN

Penyakit Diabetes Melitus menjadi salah satu penyebab tingginya kasus kematian di dunia. Penyakit ini termasuk dalam masalah kesehatan yang cukup besar di Indonesia. Penyakit Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis atau menahun berupa gangguan metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah di atas normal (Kementerian Kesehatan RI., 2020). Penyakit Diabetes Melitus banyak terjadi pada kategori lansia. Lansia dengan Diabetes Melitus akan mengalami kemunduran fisik dan psikologis secara bertahap, dimana penurunan kondisi tersebut menyebabkan lansia mudah terserang penyakit dan menyebabkan stres (Kaunang et al., 2019). Lansia dengan Diabetes Melitus akan mengalami berbagai perubahan dalam dirinya mulai dari fisik, psikologis, maupun sosial. Berbagai perubahan tersebut akan memicu timbulnya Stres pada lansia (Wahyu Lestarina, 2018).

Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 Juta orang pada usia 20-79 tahun didunia menderita Diabetes Melitus. IDF memperkirakan penderita Diabetes Melitus di Indonesia tahun 2020 sebanyak 10,8 juta penderita dan di tahun 2021 mengalami peningkatan sebanyak 19,5 juta penderita. Kasus Diabetes Melitus ini diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta ditahun 2030 dan 700 juta ditahun 2045. Provinsi Jawa Timur pada tahun 2020 sebanyak 875,745 penderita Diabetes Melitus dan di tahun 2021 mengalami peningkatan sebanyak 929.810

orang. Tahun 2020, di kota Surabaya penderita Diabetes Melitus sebanyak 94.624 orang dan mengalami peningkatan di tahun 2021 sebanyak 96.280 orang. Berdasarkan Profil Kesehatan Surabaya tahun 2020, penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya sekitar 1.803 jiwa.

Penyakit Diabetes Melitus menjadi salah satu penyebab terjadinya stres pada lansia karena termasuk dalam penyakit dengan komplikasi paling tinggi terjadi berkaitan dengan peningkatan gula darah yang dapat mengakibatkan timbulnya kerusakan pembuluh darah, saraf dan struktur lainnya. Hal tersebut membuat para lansia dengan Diabetes Melitus mengalami stres karena sering dihadapkan dengan perasaan cemas, khawatir jika terjadi komplikasi, dan takut jika terjadi kecacatan fisik bahkan kematian (Sholikhah et al., 2021). Diabetes Melitus termasuk dalam penyakit yang memerlukan perawatan serta pengobatan jangka panjang dimana hal tersebut dapat mempengaruhi psikologis lansia Diabetes Melitus akibat kesulitan dalam menjalani proses perawatan serta pengobatan jangka panjang (Wahyu Lestarina, 2018). Diabetes Melitus juga akan menimbulkan perubahan fisik pada lansia dimana perubahan fisik tersebut dapat mempengaruhi stres pada lansia. Adanya perubahan fisik menyebabkan lansia dengan Diabetes Melitus mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitasnya seperti biasa, merasa terasingkan dari lingkungan keluarga sehingga membuat lansia menjadi khawatir, takut, dan merasa hidup sendirian (Nursucita & Handayani, 2021).

Berbagai macam penanganan dapat dilakukan untuk mengatasi stres pada lansia dengan Diabetes Melitus diantaranya yaitu melakukan penatalaksanaan manajemen stres yang tepat dan melakukan kegiatan peningkatan kesehatan fisik. Manajemen stres yang dapat dilakukan yaitu dengan mengubah pandangan pasien terhadap penyakit yang diderita, meningkatkan dukungan sosial dari sesama penderita dan keluarga serta menerapkan strategi koping yang baik misalnya dengan melakukan kegiatan positif yang disenangi dan teknik relaksasi (Sianturi, 2021). Kegiatan peningkatan kesehatan fisik pada lansia dengan Diabetes Melitus yaitu dengan menerapkan 4 pilar utama dalam pengelolaan Diabetes Melitus tipe 2 yaitu edukasi, diet, aktivitas fisik, dan farmakologis (PERKENI, 2015). Tujuan penelitian dilakukan untuk mengetahui tingkat stress pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di

wilayah kerja puskesmas Pucang Sewu Surabaya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya mulai bulan Agustus 2022 hingga bulan April 2023. Jenis metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan design penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah lansia dengan diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya sejumlah 50 orang dengan pemilihan sampel menggunakan teknik *Purposive sampling*. Besar sampel yang digunakan sebesar 45 orang. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat stress, jenis kelamin, dan pekerjaan pada lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1. Data demografi Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya pada bulan April 2023.**

No.	Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
1	Jenis Kelamin	Laki-laki	15	33
		Perempuan	30	67
		<b>Jumlah</b>	<b>45</b>	<b>100</b>
2	Pendidikan	SD	6	13
		SMP	11	25
		SMA/SMK	15	33
		Perguruan Tinggi	13	29
		(S1/S2/S3)		
<b>Jumlah</b>	<b>45</b>	<b>100</b>		
3	Pekerjaan	Bekerja	19	42
		Tidak bekerja	17	38
		Pensiun	9	20
		<b>Jumlah</b>	<b>45</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data demografi dari 45 lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 adalah lebih dari setengahnya (67%) berjenis kelamin

perempuan, kurang dari setengahnya (33%) lansia berpendidikan terakhir SMA/SMK, dan kurang dari setengahnya (42%) lansia masih bekerja.

**Tabel 2. Distribusi tingkat stress lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya pada bulan April 2023**

No.	Tingkat Stres	Frekuensi	Presentase (%)
1	Ringan	17	38
2	Sedang	25	55
3	Berat	3	7
<b>Total</b>		<b>45</b>	<b>100</b>

Data khusus pada penelitian ini mengenai tingkat stress lansia dengan Diabetes Melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari setengahnya (55%) lansia

dengan Diabetes Melitus Tipe 2 mengalami tingkat stres yang sedang, kurang dari setengahnya (38%) mengalami tingkat stress yang ringan, dan sebagian kecil (7%) mengalami tingkat stres berat.

**Tabel 3. Tabulasi silang tingkat stress lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah kerja puskesmas Pucang Sewu Surabaya berdasarkan jenis kelamin pada bulan April 2023**

No.	Jenis kelamin	Tingkat Stress						Total	
		Ringan		Sedang		Berat		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	Laki-laki	7	47	8	53	0	0	15	100
2	Perempuan	10	33	17	57	3	10	30	100
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>38</b>	<b>25</b>	<b>55</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>45</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 berjenis kelamin laki-laki lebih dari setengahnya (53%) mengalami stress sedang. Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2

berjenis kelamin perempuan lebih dari setengahnya (57%) mengalami stress sedang dan sebagian kecil (10%) mengalami stress berat.

**Tabel 4. Tabulasi silang tingkat stress lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah kerja puskesmas Pucang Sewu Surabaya berdasarkan pekerjaan pada bulan April 2023**

No.	Pekerjaan	Tingkat Stress						Total	
		Ringan		Sedang		Berat		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	Bekerja	8	42	9	47	2	11	19	100

2	Tidak bekerja	5	29	11	65	1	6	17	<b>100</b>
3	Pensiun	4	44	5	56	0	0	9	<b>100</b>
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>38</b>	<b>25</b>	<b>55</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	<b>45</b>	<b>100</b>

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang masih bekerja kurang dari setengahnya (47%) mengalami stress sedang dan sebagian kecil (11%) mengalami stress berat. Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2

yang tidak bekerja lebih dari setengahnya (65%) mengalami stress sedang dan sebagian kecil (6%) mengalami stress berat. Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang pensiun lebih dari setengahnya (56%) mengalami stress sedang.

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat Stress pada Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya

Tabel 2. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari setengahnya (55%) lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 mengalami tingkat stres yang sedang, kurang dari setengahnya (38%) mengalami tingkat stress yang ringan, dan sebagian kecil (7%) mengalami tingkat stres berat.

Stres merupakan respon tubuh bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan akibat individu tidak dapat menyelesaikan suatu masalah yang sedang dihadapi (Hidayah dalam Puspitaningsih & Kusuma, 2017). Salah satu faktor yang mempengaruhi stress adalah penilaian terhadap stressor. Penilaian terhadap stresor yang dimaksud yaitu stres sebagai hubungan antara seseorang dan lingkungannya yang dianggap melampaui kemampuan dirinya dan mengancam kesejahteraan, yang bergantung pada penilaian kognitif individu (Lilik Ma'rifatul Azizah, Imam Zainuri, 2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kurniawati et al., 2020) yang dilakukan di Puskesmas pudak payung Kota Semarang. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa lansia dengan Diabetes Melitus sebagian besar (62,7%) mengalami stres sedang dan kurang dari setengah (30, 2%) mengalami stress ringan. Hal tersebut dikarenakan lansia mengalami mudah tersinggung, mudah marah karena hal-hal sepele, mudah gelisah dan tidak sabar ketika mengalami penundaan. Selain itu penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Yan et al., (2017) yang dilakukan di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa lansia penderita Diabetes Melitus sebagian besar (68,8%) mengalami stres sedang dan kurang dari sebagian (14,3%) mengalami stres ringan. Hal tersebut dikarenakan terdapat kurang baiknya penerimaan diri lansia terhadap penyakit Diabetes Melitus sehingga menyebabkan adanya penilaian negatif terhadap diri sendiri dan dihadapan orang lain.

Hasil penelitian di Puskesmas pucang Sewu Surabaya lebih dari setengahnya (55%)

lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 mengalami tingkat stres yang sedang, kurang dari setengahnya (38%) mengalami tingkat stress yang ringan, dan sebagian kecil (7%) mengalami tingkat stres berat. Hal tersebut dikarenakan lansia masih banyak mengalami gelisah terhadap efek yang ditimbulkan akibat Diabetes Melitus serta kurangnya kemampuan dalam menilai stressor yang dihasilkan dari lingkungannya. Oleh sebab itu lansia perlu diajarkan cara mengelola stress serta menilai stressor dengan menerapkan manajemen koping stress seperti menekankan pada usaha untuk menurunkan emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah atau tekanan, mengalihkan perhatian dari masalah serta dibantu dengan dukungan keluarga yang baik.

## **2. Tingkat Stress pada Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya berdasarkan jenis kelamin**

Tabel 3. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 berjenis kelamin laki-laki lebih dari setengahnya (53%) mengalami stress sedang. Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 berjenis kelamin perempuan lebih dari setengahnya (57%) mengalami stress sedang dan sebagian kecil (10%) mengalami stress berat.

Jenis Kelamin merupakan salahsatu faktor risiko yang mempengaruhi Diabetes Melitus. Bedasarkan dari data Riskesdas tentang prevalensi penderita Diabetes di Indonesia adalah perempuan sebanyak 1,7% dibandingkan laki-laki diantara populasi

berusia lanjut lebih dari 65 tahun keatas, sehingga jenis kelamin perempuan dengan Diabetes Melitus Tipe 2 lebih beresiko tinggi untuk mengalami stress. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yan et al., (2017) yang dilakukan di Puskesmas Simpang IV Sipin Kota Jambi. Dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar (63,6%) penderita Diabetes Melitus yang mengalami stress merupakan berjenis kelamin perempuan. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Mardika et al., (2020) di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya. Dalam penelitian tersebut menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (87%) lansia berjenis kelamin perempuan mengalami tingkat stress sedang.

Berdasarkan hasil penelitian lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 berjenis kelamin perempuan lebih dari setengahnya (57%) mengalami stress sedang dan sebagian kecil (10%) mengalami stress berat. Hal tersebut dikarenakan lansia yang berjenis kelamin perempuan lebih rentan mengalami Diabetes Melitus sehingga mempengaruhi stressor yang akan dihadapi. Dengan demikian diperlukan pengendalian stress pada lansia dengan Diabetes Melitus terutama pada lansia berjenis kelamin perempuan dengan melakukan kegiatan peningkatan kesehatan fisik serta penatalaksanaan manajemen stres yang tepat. Menerapkan manajemen koping stress seperti menjadwalkan kegiatan yang menyenangkan. Kegiatan peningkatan kesehatan fisik pada lansia dengan Diabetes Melitus yaitu dengan menerapkan 4 pilar utama dalam pengelolaan Diabetes Melitus tipe 2 yaitu edukasi, diet, aktivitas fisik, dan

farmakologis serta manajemen stres seperti meningkatkan dukungan sosial dari sesama penderita dan keluarga serta menerapkan strategi koping yang baik misalnya dengan melakukan kegiatan positif yang disenangi dan teknik relaksasi.

### **3. Tingkat Stress pada Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya berdasarkan pekerjaan**

Tabel 4. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang masih bekerja kurang dari setengahnya (47%) mengalami stress sedang dan sebagian kecil (11%) mengalami stress berat. Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang tidak bekerja lebih dari setengahnya (65%) mengalami stress sedang dan sebagian kecil (6%) mengalami stress berat. Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang pensiun lebih dari setengahnya (56%) mengalami stress sedang.

Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stress pada lansia. Pada masa lansia akan berkaitan erat dengan keterbatasan dalam produktivitas kerjanya dimana lansia kehilangan finansial serta kehilangan kegiatan atau aktivitas sehingga dapat menyebabkan lansia mengalami stres. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Rumaiza & Khaerani, (2020) yang dilakukan di RSUD Banda Aceh. Hasil penelitian tersebut didapatkan lebih dari setengahnya (66,3%) lansia yang tidak bekerja mengalami stress sedang. Hal tersebut dikarenakan lansia dulunya melakukan

pekerjaan sendiri namun saat memasuki masa lansia terdapat keterbatasan dalam melakukan pekerjaan sehingga merasa membebani seseorang serta merasa kehilangan finansial. Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Haryono (2021) bahwa lebih dari sebagian (63,5%) lansia yang masih bekerja mengalami stress sedang. Hal tersebut karena lansia membutuhkan penghasilan untuk memenuhi kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang tidak bekerja sebagian besar (65%) mengalami stress sedang. Hal tersebut dikarenakan kurangnya kemampuan lansia dalam mengatur aktivitas sehari-hari selama masa tuanya. Dengan hal itu diperlukan pengendalian stres pada lansia dengan mengatur jadwal kegiatan sehari-hari yang disukai lansia serta didampingi dengan pemberian dukungan keluarga yang maksimal.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tingkat stress pada lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Pucang Sewu Surabaya, lebih dari setengah lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 memiliki tingkat stress yang sedang, lebih dari setengah lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat stress yang sedang dan lebih dari setengah lansia dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang tidak bekerja memiliki tingkat stress sedang.

## DAFTAR PUSTAKA

### Artikel Standar

Bahtiar, H., & Ariyanti, M. (2022). Relationship of Family Social Support With Emotional Stress in People With Diabetes Mellitus. *Jurnal Mutiara Ners*, 5(1), 57–63.

Hidayah., M. (2019). Hubungan Perilaku Self-Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(3), 176. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.176-182>

Kaunang, V. D., Buanasari, A., & Kallo, V. (2019). Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2).

Kurniawati, D. A., Adi, M. S., & Widyastuti, R. H. (2020). Tingkat Stres Lansia dengan Penyakit Tidak Menular. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(2), 123.

Mardika, A., Putri, S., Proboningsih, J., Joeliantina, A., & Na, H. (2020). *Tingkat Stres Pada Lanjut Usia Di UPTD Griya Werdha Jambangan Surabaya*.

Nursucita, A., & Handayani, L. (2021). Factors Causing Stress in Type 2 Diabetes Mellitus Patients. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 3(2), 304–313.

Rumaiza, & Khaerani. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Pada Lansia Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di RSUD Banda Aceh. *JIM FKep*, IV(2), 157–165.

Sholikhah, A., Widiarini, R., & Wibowo, P. A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dan Perilaku Self-Management Dengan Tingkat Stres Menjalani Diet Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kelurahan Nambangan Lor Kecamatan Manguharjo Kota Madiun. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 106.

<https://doi.org/10.35329/jkesmas.v6i2.1874>

Wahyu Lestarina, N. N. (2018). Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus Di Panti Werda Santu Yosef Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).

<https://doi.org/10.47560/kep.v7i1.111>

Yan, L. S., Marisdayana, R., & Irma, R. (2017). Hubungan Penerimaan Diri Dan Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Endurance*, 2(3), 312. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i3.2234>

Yulianthi Maria, D. (2022). Manajemen Stress Menuju Lansia Sehat dan Bahagia. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 26–32.

### Buku

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta

Azizah, Lilik Ma'rifatul, dkk. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Indomedia Putaka.

Kholifah, Siti Nur. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Jakarta Selatan: Kemenkes RI.

Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Konsep dan Praktik*. Jakarta: Salemba Medika.

Priyoto. (2014). *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Puspitaningsih, D., & Kusuma, Y. L. H. (2017). Diabetes Mellitus, Stres dan Manajemen Stres. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.

Ratnawati., E. (2017). *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.

### Reference dari Website



Kementerian Kesehatan RI. (2020). Infodatin tetap produktif, cegah, dan atasi Diabetes Melitus 2020. In *Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI* (pp. 1–10).  
<https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin-2020-Diabetes-Melitus.pdf> [diakses 16 Agustus 2022]

PERKENI. (2015). *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*, PERKENI, Jakarta: 13

**KTI/ Skripsi/ Tesis**

Sianturi, B. N. (2021). *Literatur review: tinjauan tingkat stres pada lansia penderita diabetes melitus type 2*.

Susanti, Enggar Fitria Nur, Dian Hudyawati (2019) *Gambaran Faktor Risiko Terjadinya Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Tias Siti, Nur Hasanah and Nani, Avianti and Rukman, Rukman and Zaenal, Muttaqin (2020) *Gambaran Tingkat Stres pada Lansia yang Tinggal di Panti Werdha Tresna Budi Pertiwi Kota Bandung 2020*. Diploma thesis, Poltekkes Kemenkes Bandung.