

## HUBUNGAN ANTARA TINGKAT SPIRITUALITAS DAN-DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP KECEMASAN PADA PASIEN DM DI PUSKESMAS PANGKALBALAM TAHUN 2025

Intan Fadillah<sup>1\*</sup>

S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, InstitutoCitra Internasional<sup>1</sup>

\*Corresponding Author : fadillahintan82@gmail.com

### ABSTRAK

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang memengaruhi kondisi fisik dan psikologis penderitanya. Salah satu masalah psikologis yang sering dialami pasien adalah kecemasan yang dapat menurunkan kualitas hidup serta memengaruhi kepatuhan dalam menjalani pengobatan. Faktor psikososial seperti tingkat spiritualitas dan dukungan keluarga diduga berperan dalam memengaruhi tingkat kecemasan pada pasien diabetes mellitus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat spiritualitas dan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Pangkalbalam tahun 2025. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 55 pasien diabetes mellitus yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat spiritualitas, dukungan keluarga, dan kecemasan pasien. Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson dengan bantuan program SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat spiritualitas dengan kecemasan pada pasien diabetes mellitus dengan nilai *p-value* 0,001 ( $p < 0,05$ ) dan koefisien korelasi Pearson sebesar 0,451 yang menunjukkan kekuatan hubungan sedang. Selain itu, terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan kecemasan pasien diabetes mellitus dengan nilai *p-value* 0,002 ( $p < 0,05$ ) dan koefisien korelasi Pearson sebesar 0,402 yang juga menunjukkan kekuatan hubungan sedang. Dapat disimpulkan bahwa tingkat spiritualitas dan dukungan keluarga berperan dalam menurunkan kecemasan pada pasien diabetes mellitus. Oleh karena itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat mengintegrasikan pendekatan spiritual serta meningkatkan keterlibatan keluarga dalam perawatan pasien untuk membantu meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes mellitus.

**Kata kunci** : diabetes mellitus, dukungan keluarga, kecemasan, spiritualitas

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus is a chronic disease that affects both the physical and psychological conditions of patients. One of the common psychological problems experienced by patients is anxiety, which can reduce quality of life and affect treatment adherence. This study aimed to determine the relationship between spirituality level and family support with anxiety levels among diabetes mellitus patients at the Pangkalbalam Community Health Center in 2025. This study used a quantitative approach with a correlational design and a cross-sectional method. The sample consisted of 55 diabetes mellitus patients selected using total sampling technique. Data were collected using questionnaires measuring spirituality, family support, and anxiety levels. Data analysis was conducted using the Pearson correlation test with SPSS version 26. The results showed a significant relationship between spirituality level and anxiety among diabetes mellitus patients with a *p-value* of 0.001 ( $p < 0.05$ ) and a Pearson correlation coefficient of 0.451, indicating a moderate correlation. Furthermore, a significant relationship was found between family support and anxiety levels among diabetes mellitus patients with a *p-value* of 0.002 ( $p < 0.05$ ) and a Pearson correlation coefficient of 0.402, which also indicates a moderate correlation. It can be concluded that spirituality and family support play an important role in reducing anxiety among patients with diabetes mellitus. Therefore, health workers are expected to integrate spiritual approaches and increase family involvement in patient care to improve the quality of life of patients with diabetes mellitus.*

**Keywords** : anxiety, diabetes mellitus, family support, spirituality

## PENDAHULUAN

Diabetes mellitus atau juga disingkat DM ialah penyakit non-menular, namun menjadi isu kesehatan global akibat tingginya angka kejadian yang terus meningkat, mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis pasien (WHO, 2023). Secara internasional, diperkirakan ada sekitar 422 juta orang menderita DM, dengan jumlah kematian mencapai 1,5 juta per tahun, dan sebagian besar kasus DM tipe 2, dipicu oleh kebiasaan hidup yang merugikan kesehatan (WHO, 2023). Penyakit ini adalah salah satu gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia diakibatkan oleh adanya gangguan sekresi insulin atau kerja insulin dalam tubuh sehingga memerlukan pengelolaan penyakit dalam jangka panjang untuk mencegah terjadinya komplikasi yang lebih serius (Prastyo *et al.*, 2023). Disamping itu juga, diabetes mellitus dapat menyebabkan berbagai macam komplikasi seperti penyakit jantung, stroke, neuropati, nefropati, dan retinopati yang berpotensi menurunkan kualitas hidup penderita secara signifikan (Duke, 2021). Menurut Lalimbat *et al* (2025) mengatakan bahwa diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular yang memberikan dampak besar terhadap kesehatan masyarakat karena bersifat kronis dan membutuhkan pengelolaan seumur hidup.

Di Indonesia, DM menunjukkan kenaikan yang signifikan menempatkan negara ini di antara negara dengan jumlah pasien tertinggi di dunia, yakni 19,5 juta orang pada tahun 2021, dan diproyeksikan akan melampaui 28 juta orang pada tahun 2045 (IDF, 2023). Data nasional menunjukkan bahwa prevalensi DM pada populasi usia  $\geq 15$  tahun naik menjadi 11,7% pada 2023, dengan banyak kasus yang belum terdeteksi secara klinis, hal ini menjadi tantangan bagi sistem kesehatan nasional (SKI, 2023). Adanya peningkatan prevalensi diabetes melitus di berbagai negara dipengaruhi oleh perubahan gaya hidup masyarakat seperti pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, serta peningkatan angka obesitas (Antoni *et al.*, 2023). Kondisi ini menjadikan diabetes melitus sebagai salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius karena tidak hanya berdampak pada kesehatan individu tetapi juga memberikan beban ekonomi dan sosial bagi masyarakat (Lalimbat *et al.*, 2025).

Di tingkat daerah, Provinsi Kepulauan Bangka Belitung mencatat jumlah penderita DM sebanyak 26.835 orang pada tahun 2023, yang menyatakan bahwa DM tetap menjadi isu kesehatan utama di wilayah tersebut (Dinkes Babel, 2024). Kondisi serupa juga terjadi di Kota Pangkalpinang, di mana jumlah kasus DM terus meningkat dan seluruh pasien telah memperoleh pelayanan kesehatan sesuai standar (Dinkes Kota Pangkalpinang, 2025). Di wilayah kerja Puskesmas Pangkalbalam, jumlah kunjungan pasien DM tercatat tinggi dalam tiga tahun terakhir, sehingga menunjukkan perlunya penanganan yang komprehensif (Puskesmas Pangkalbalam, 2025). Berdasarkan tingginya angka kejadian diabetes melitus di berbagai wilayah menunjukkan bahwa penyakit ini masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan upaya pencegahan serta pengelolaan yang optimal di tingkat pelayanan kesehatan primer, termasuk di puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan dasar yang berperan penting dalam deteksi dini dan pengelolaan penyakit kronis (Prastyo *et al.*, 2023).

Selain masalah fisik, pasien DM berisiko mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan akibat pengobatan jangka panjang dan ketakutan terhadap komplikasi penyakit (WHO, 2022). Kondisi psikologis seperti kecemasan dan depresi sering ditemukan pada pasien diabetes melitus karena perubahan gaya hidup yang harus dijalani, tuntutan pengobatan yang berkelanjutan, serta kekhawatiran terhadap komplikasi penyakit yang mungkin terjadi (Bagheri *et al.*, 2021). Gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi dapat mempengaruhi kepatuhan terhadap pengobatan serta pengendalian kadar gula darah sehingga berdampak pada kualitas hidup penderita diabetes melitus (Bagheri *et al.*, 2021). Hal ini dikarenakan adanya faktor psikososial seperti spiritualitas yang diketahui berperan dalam membantu pasien penyakit kronis mengelola kecemasan dan meningkatkan ketahanan psikologis (Hamka dan Yusuf, 2023). Spiritualitas adalah aspek penting dalam kehidupan

manusia yang memiliki kaitan dengan pencarian makna hidup, hubungan dengan Tuhan, dan kemampuan individu dalam menghadapi berbagai permasalahan hidup termasuk penyakit kronis. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Hamka *et al* (2026) menunjukkan bahwa pasien dengan tingkat spiritualitas yang baik cenderung memiliki kemampuan coping yang lebih baik dalam menghadapi penyakit serta memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Selain itu, pendekatan spiritual juga terbukti dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan dan depresi pada pasien diabetes mellitus serta meningkatkan pengendalian kadar gula darah (Bagheri *et al.*, 2021).

Hal ini dikarenakan dengan adanya dukungan keluarga terbukti berkontribusi terhadap kestabilan emosional dan penurunan kecemasan pada pasien diabetes mellitus (Fatmawati *et al.*, 2024). Dukungan sosial keluarga juga berkaitan dengan kepatuhan terapi dan kondisi emosional yang lebih stabil pada pasien DM (Rahmawati *et al.*, 2024). Dukungan keluarga adalah salah satu bentuk dukungan sosial yang penting bagi pasien dengan penyakit kronis karena dapat membantu pasien menghadapi stres psikologis serta meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan (Muslim dan Firdaus, 2025). Sejalan dengan penelitian Erda *et al* (2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada penderita diabetes mellitus tipe 2, dimana pasien yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah. Maka, dukungan keluarga dalam bentuk perhatian, motivasi, dan bantuan dalam pengelolaan penyakit dapat meningkatkan kemampuan pasien dalam menghadapi penyakit serta menjaga stabilitas kondisi psikologisnya (Prastyo *et al.*, 2023).

Walaupun banyak penelitian yang telah mengkaji peran spiritualitas dan dukungan keluarga secara terpisah, penelitian yang menghubungkan kedua faktor ini dengan kecemasan pada pasien DM di fasilitas kesehatan primer, khususnya di Puskesmas Pangkalbalam, masih sangat sedikit. Karena itu, riset ini bermaksud mengkaji relevansi antara tingkat spiritualitas, dukungan keluarga, dan kecemasan yang dialami oleh pasien diabetes mellitus di Puskesmas Pangkalbalam tahun 2025.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross-sectional*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Pangkalbalam Kota Pangkalpinang pada tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes mellitus yang menjalani pemeriksaan atau pengobatan di Puskesmas Pangkalbalam. Sampel penelitian diambil menggunakan teknik total sampling, sehingga seluruh populasi yang memenuhi kriteria penelitian dijadikan responden. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 55 pasien diabetes mellitus. Variabel independen dalam penelitian ini adalah tingkat spiritualitas dan dukungan keluarga, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan pada pasien diabetes mellitus.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam pengumpulan data. Kuesioner digunakan untuk mengukur tingkat spiritualitas, dukungan keluarga, dan tingkat kecemasan pada pasien diabetes mellitus. Analisis data dilakukan dengan dua tahap, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden serta masing-masing variabel penelitian. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara tingkat spiritualitas dan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada pasien diabetes mellitus menggunakan uji korelasi Pearson. Penelitian ini telah melalui proses uji etik penelitian kesehatan dan memperoleh persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan sebelum pelaksanaan penelitian. Seluruh responden yang

berpartisipasi dalam penelitian telah diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan menyatakan persetujuan untuk menjadi responden melalui *informed consent*.

## HASIL

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Jenis.Kelamin	F	%
Perempuan.	39	70,9%
Laki-laki.	16	29,1%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>
Kelompok Usia	F	%
< 40 tahun	16	29,1%
40–59 tahun	23	41,8%
≥ 60 tahun	16	29,1%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>
Lama Menderita DM	F	%
1–3 tahun	19	34,5%
4–6 tahun	29	52,7%
> 6 tahun	7	12,7%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Pada tabel 1, memperlihatkan mayoritas responden merupakan perempuan, yakni sebanyak 39 responden (70,9%), sementara laki-laki berjumlah 16 responden (29,1%). Berdasarkan kategori usia, Sebagian besar dengan kategori usia 40–59 tahun, yaitu 23 orang (41,8%), lebih banyak dibandingkan dengan kelompok usia < 40 tahun dan ≥ 60 tahun. Selain itu, durasi penderitaan diabetes mellitus, mayoritas responden telah mengalami DM selama 4–6 tahun, dengan jumlah 29 orang (52,7%), yang lebih besar dari pada kategori lainnya.

**Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Spiritualitas**

Kategori	F	%
Rendah	1	1,8%
Sedang	5	9,1%
Tinggi	49	89,1%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 2, memperlihatkan mayoritas responden mempunyai tingkatan spiritualitas tinggi, sebanyak 49 responden (89,1%), jumlah ini lebih banyak dibandingkan dengan kelompok responden yang memiliki tingkat spiritualitas sedang atau minim.

**Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga**

Kategori	F	%
Kurang.	2	3,6%
Cukup.	5	9,1%
Baik.	48	87,3%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 3, mayoritas responden melaporkan menerima peran keluarga sebagai pendukung dengan kategori baik, sejumlah 48 responden (87,3%). jumlah ini lebih banyak

dibandingkan dengan kelompok responden yang menerima peran keluarga sebagai pendukung dengan kategori kurang.

**Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan**

Kategori	F	%
Tidak.cemas	18	32,7%
Cemas.ringan	28	50,9%
Cemas.sedang	9	16,4%
Cemas.berat	0	0%
<b>Total</b>	<b>55</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4, diperlihatkan bahwasanya responden dominan berada dalam kategori cemas ringan, dengan jumlah 28 responden (50,9%), jumlah ini lebih banyak apabila dikomparasikan dengan kategori tidak cemas, cemas sedang, dan cemas berat.

**Tabel 5. Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Kecemasan**

Variabel.	N	<i>p-value</i>	<i>Pearson correlation</i>
Spiritualitas.	55	0,001	0,451

Berdasarkan tabel 5, menunjukkan adanya relevansi signifikan antara tingkatan spiritualitas dan kecemasan penyintas diabetes mellitus. Nilai *p-value* yang diperoleh senilai 0,001 lebih minim daripada  $\alpha = 0,05$ . Koefisien/korelasi Pearson senilai 0,451 mengindikasikan adanya hubungan positif dengan kekuatan hubungan yang sedang.

**Tabel 6. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kecemasan**

Variabel	N	<i>p-value</i>	<i>Pearson correlation</i>
Dukungan Keluarga	55	0,002	0,402

Berdasarkan tabel 6, menunjukkan relevansi signifikan antara peran keluarga sebagai pendukung dan tingkat kecemasan penyintas diabetes mellitus. Nilai *p-value* yang diperoleh ialah 0,002 lebih minim dari  $\alpha = 0,05$ . Koefisien korelasi Pearson sebanyak 0,402 mengindikasikan hubungan positif berkekuatan sedang.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Tingkat Spiritualitas dengan Kecemasan pada Penyintas Diabetes Mellitus di Puskesmas Pangkalbalam Tahun 2025

Berdasarkan perolehan riset yang dilaksanakan dengan menguji Pearson, menunjukkan adanya relevansi signifikan antara intensitas spiritualitas dan perasaan cemas penyintas diabetes mellitus. Perolehan nilai *p-value* sebanyak 0,001 lebih kecil daripada  $\alpha = 0,05$ . Koefisien korelasi Pearson dengan angka 0,451 mengindikasikan adanya relevansi positif berkekuatan hubungan sedang, yang berarti semakin tinggi tingkat spiritualitas seseorang, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan. Penelitian oleh Hamka dan Yusuf (2023), "Peran Spiritualitas dalam Menurunkan Kecemasan pada Pasien Penyakit Kronis", menemukan bahwa spiritualitas memiliki peran sebesar 29,4% dalam mengurangi kecemasan pada pasien yang menderita penyakit kronis. Pasien yang sangat religius cenderung memiliki tingkat ketenangan batin yang lebih tinggi, sehingga kecemasan menjadi lebih rendah. Selain itu, Jeharu *et.al.* (2021), "Hubungan Kecemasan Dengan Kadar Gula-Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2", juga menekankan pentingnya spiritualitas dalam mengurangi

kecemasan dengan cara pandang yang lebih positif, sehingga kecemasan dapat dikurangi. Penelitian yang dilakukan oleh Hakam *et al.* (2026) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat spiritualitas dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus dengan nilai *p-value* 0,010. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pasien dengan tingkat spiritualitas yang lebih baik cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik serta memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil. Spiritualitas membantu pasien menerima kondisi penyakit yang dialami serta memberikan kekuatan untuk tetap menjalani pengobatan secara teratur. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Antoni *et al* (2023) menyatakan bahwa pengalaman spiritual pasien diabetes mellitus menjadi sumber kekuatan dan harapan dalam menghadapi penyakit kronis. Spiritualitas membantu pasien menemukan makna hidup, meningkatkan motivasi dalam melakukan perawatan diri, serta memberikan rasa tenang dalam menghadapi kondisi penyakit yang dialami. Sementara itu, Penelitian yang dilakukan oleh Hardianti *et al* (2023) menunjukkan bahwa spiritualitas memiliki hubungan yang signifikan dengan strategi koping pada pasien diabetes mellitus. Pasien yang memiliki tingkat spiritualitas yang baik cenderung memiliki strategi koping yang lebih adaptif dalam menghadapi stres akibat penyakit kronis, sehingga dapat mengurangi dampak psikologis seperti kecemasan dan depresi.

Pasaribu *et al* (2023) dalam penelitiannya juga menyatakan bahwa tingkat spiritualitas memiliki hubungan dengan tingkat resiliensi pada pasien diabetes mellitus. Pasien dengan spiritualitas yang baik cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik terhadap penyakitnya serta lebih mampu mengendalikan emosi negatif seperti stres dan kecemasan. Hal ini, dikarenakan spiritualitas juga dapat berperan dalam meningkatkan motivasi pasien dalam menjalani pengobatan serta membantu pasien menerima penyakit sebagai bagian dari proses kehidupan. Spiritualitas dapat memperkuat makna hidup serta membantu pasien membangun hubungan yang lebih baik dengan diri sendiri, orang lain, dan Tuhan sehingga mendukung pengelolaan penyakit secara lebih optimal (Antoni *et al.*, 2025). Pendekatan intervensi berbasis spiritual juga terbukti dapat menurunkan diabetes distress serta meningkatkan kesejahteraan spiritual dan kualitas hidup pasien diabetes mellitus. Intervensi spiritual seperti meditasi, refleksi diri, dan diskusi spiritual diketahui mampu meningkatkan ketahanan psikologis serta membantu pasien mengelola stres akibat penyakit kronis (Montazeri *et al.*, 2025).

Berdasarkan temuan penelitian sebelumnya, peneliti berargumen bahwa tingkat spiritualitas pada pasien diabetes mellitus sangat penting dalam menentukan tingkat kecemasan mereka. Karena kurangnya mekanisme coping dan rasa tenang yang dihadapi penyakit, responden yang tidak religius cenderung mengalami kecemasan yang lebih tinggi. Pasien dengan spiritualitas tinggi, di sisi lain, memiliki kemampuan untuk mengelola emosi mereka dengan lebih baik, lebih pasrah, dan lebih menerima kondisi mereka, sehingga kecemasan yang muncul jauh lebih rendah. Spiritualitas membantu pasien dalam menghadapi diabetes kronis dan memberikan kekuatan psikologis, optimisme, dan ketenangan. Oleh karena itu, spiritualitas menjadi bagian penting dalam pendidikan, konseling, atau pendekatan religius untuk menjadi bagian dari perawatan diabetes mellitus secara keseluruhan.

### **Relevansi Peran Keluarga Sebagai Pendukung dengan Kecemasan pada Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Pangkalbalam Tahun 2025**

Perolehan riset memperlihatkan relevansi signifikan antara keluarga sebagai pendukung dan intensitas perasaan cemas penyintas diabetes melitus. Nilai *p* adalah 0,002, lebih minim dari  $\alpha = 0,05$ . Koefisien korelasi Pearson dengan angka -0,402 memperlihatkan relevansi positif berintensitas sedang, artinya kian besar dukungan keluarga yang diterima pasien, maka kian tinggi pula tingkatan kecemasaannya. Temuan dari riset Fatmawati dkk. (2024) dalam artikel bertajuk "Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Kecemasan pada Pasien

Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Husa Jombang" memperlihatkan bahwasanya keluarga yang mendukung berhubungan signifikan dan negatif dengan tingkatan perasaan cemas pada penyintas diabetes melitus tipe 2, berkontribusi sebesar 23,7% dalam mengurangi kecemasan. Selain itu, sebuah studi oleh Rahmawati dkk. (2024) berjudul "Hubungan Antara Dukungan Keluarga dan Kepatuhan Pengendalian Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2" menemukan bahwa pasien yang menerima dukungan keluarga lebih rendah mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi dan cenderung kurang patuh dalam mengonsumsi obat-obatan mereka. Sebagian besar dari mereka juga merasakan bahwa dukungan keluarga dapat memberi perasaan rasa aman dan meningkatkan keyakinan mereka dalam proses penyembuhan. Hasil ini diperkuat oleh penelitian Suprpto & Karsa (2023), "Pendekatan Komprehensif Dalam Perawatan Kesehatan Keluarga", di mana pasien diabetes yang memiliki dukungan keluarga yang baik mampu mengendalikan kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik. Pasien tidak hanya mendapatkan bantuan emosional dari keluarga, tetapi mereka juga dapat dibantu untuk mengelola penyakit mereka dengan mematuhi pola makan, berolahraga, dan mengikuti pengobatan.

Erda *et al.* (2021) dalam penelitiannya menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Pasien yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik berpotensi memiliki tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan pasien yang kurang mendapatkan dukungan keluarga. Hal ini menunjukkan bahwa keluarga memiliki peran penting dalam memberikan dukungan emosional maupun praktis dalam pengelolaan penyakit kronis. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prastyo *et al.* (2023) yang menemukan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan pada pasien yang memiliki luka gangrene akibat diabetes mellitus. Hal ini menyatakan bahwa dukungan keluarga dapat membantu pasien dalam menghadapi kondisi penyakit serta memberikan motivasi untuk menjalani pengobatan secara teratur.

Muslim dan Firdaus (2025) dalam penelitiannya menyatakan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan dengan kondisi psikologis pada pasien diabetes mellitus, terutama depresi. Meskipun variabel yang diteliti merupakan depresi, hasil penelitian tersebut dapat memperkuat bahwa dukungan keluarga memiliki peran penting dalam menjaga kestabilan psikologis pasien diabetes mellitus. Pasien yang mendapatkan dukungan keluarga yang baik cenderung memiliki kondisi mental yang lebih stabil serta mampu menghadapi penyakitnya dengan lebih baik. Selain itu, Hiefner *et al.* (2024) menemukan bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan dengan perilaku manajemen diri pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Pasien yang mendapatkan dukungan keluarga lebih mampu mengontrol penyakitnya, mematuhi pengobatan, serta melakukan perawatan diri secara lebih baik dibandingkan pasien yang kurang mendapatkan dukungan keluarga. Perilaku manajemen diri yang baik dapat membantu mengurangi ketidakpastian terhadap penyakit dan pada akhirnya menurunkan kecemasan pasien. Penelitian Franquez *et al.* (2023) juga menunjukkan bahwa pasien diabetes mellitus sering mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi akibat beban penyakit kronis yang harus dijalani sepanjang hidup. Gangguan psikologis tersebut dapat mempengaruhi kemampuan pasien dalam mengelola penyakitnya serta meningkatkan risiko komplikasi jika tidak ditangani secara komprehensif. Oleh karena itu, dukungan sosial termasuk dukungan keluarga sangat diperlukan untuk membantu pasien menghadapi kondisi tersebut.

Dengan demikian, dapat dipahami bahwa perhatian keluarga, bantuan dalam mengatur pola makan, pengingat untuk minum obat, serta pendampingan selama kontrol kesehatan bukan hanya sekadar bantuan praktis, tetapi juga merupakan bentuk dukungan psikososial yang sangat penting bagi pasien diabetes mellitus. Dukungan keluarga membantu pasien dalam menjalani pengobatan serta memberikan dukungan emosional, sedangkan spiritualitas

memberikan kekuatan batin dan membantu pasien menerima kondisi penyakit yang dialaminya. Kombinasi antara dukungan keluarga dan spiritualitas dapat membantu mengurangi kecemasan, meningkatkan kepatuhan terhadap pengobatan, serta memperkuat kemampuan pasien dalam menghadapi penyakit kronis yang dideritanya.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan tingkat spiritualitas dan peran keluarga yang mendukung terhadap kecemasan pada penyintas diabetes mellitus di Puskesmas Pangkalbalam tahun 2025, diperoleh relevansi signifikan antara intensitas spiritualitas dan perasaan cemas pada penyintas diabetes mellitus. Selain itu, dukungan keluarga juga menunjukkan hubungan signifikan dengan intensitas perasaan cemas penyintas diabetes mellitus. Temuan ini mengindikasikan bahwa aspek spiritual dan dukungan keluarga berperan penting dalam membantu pasien mengatasi kecemasan, sehingga keduanya perlu diintegrasikan dalam pendekatan perawatan diabetes mellitus secara menyeluruh dalam pelayanan kesehatan primer.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih pada seluruh pihak yang berkontribusi demi kelancaran riset ini. Penghargaan juga diberikan untuk responden yang telah bersedia berpartisipasi, serta kepada Puskesmas Pangkalbalam sebagai lokasi riset, dan kepada Institut Citra Internasional Bangka Belitung yang telah memberikan dukungan akademis. Penulis turut memberikan rasa terima kasih kepada dosen pembimbing atas arahan, masukan, juga dorongan yang disampaikan selama proses berlangsungnya riset, sehingga naskah dapat diselesaikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Antoni, A., AA, A., Hadi, A. J., & Nur, N. H. (2025). The impact of spirituality on blood glucose control among patients with type 2 diabetes mellitus in Padangsidempuan. *Action: Aceh Nutrition Journal*, 10(3), 801. <https://doi.org/10.30867/action.v10i3.2715>
- Antoni, A., Decroli, E., Afriwardi, A., Prayitno, I., Lipoeto, N. I., Efendi, N., Mudjiran, M., Hardisman, H., & Muhamad, Z. (2023). Spiritual experience of type 2 diabetes mellitus patients: Phenomenological study. *Journal of Asian Multicultural Research for Medical and Health Science Study*, 4(2), 18–27. <https://doi.org/10.47616/jamrmhss.v4i2.355>
- Bagheri, S., Mosallanezhad, M., Barzgar, F., & Amiri, A. (2021). The effect of spiritual education on anxiety, depression and glycemic control in type 2 diabetic patients: A randomized controlled study. *Family Medicine and Primary Care Review*, 23(3), 284–289. <https://doi.org/10.5114/fmPCR.2021.108190>
- Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung. (2024). *Profil kesehatan Provinsi Kepulauan Bangka Belitung* (pp. 167–186).
- Dinas Kesehatan Kota Pangkalpinang. (2025). *Data pasien diabetes mellitus 2022–2024*.
- Duke, N. (2021). Type 2 diabetes self-management: Spirituality, coping and responsibility. *Journal of Research in Nursing*, 26(8), 743–760. <https://doi.org/10.1177/17449871211026958>
- Erda, R., Novitri, W., Gemini, S., & Yunaspi, D. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada penderita diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 82–86. <https://doi.org/10.36984/jkm.v4i2.250>
- Fatmawati, I., Qurrata A'yun, S., Kristiana, I., & Siswati, E. (2024). The relationship of

- family support with anxiety in diabetes wound treatment patients at Husada Clinic Jombang. *Prima Wiyata Health*, 5(2), 70–73. <http://e-journal.shj.ac.id/ojs/index.php/PWH/index>
- Franquez, R. T., de Souza, I. M., & Bergamaschi, C. D. C. (2023). Interventions for depression and anxiety among people with diabetes mellitus: Review of systematic reviews. *PLoS ONE*, 18(2), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281376>
- Hakam, H. H., Soesanto, E., & Rahmawati, A. M. (2026). Hubungan tingkat spiritual dengan kualitas hidup pada lansia penderita diabetes mellitus komplikasi di Puskesmas Trangkil Pati. *Borneo Nursing Journal*, 8(2), 425–432. <https://doi.org/10.61878/bnj.v8i2.544>
- Hamka, H., & Yusuf, M. (2023). Spiritualitas, kecemasan, dan stres selama pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 6(1), 47–54. <https://doi.org/10.15575/jpib.v6i1.14145>
- Hardianti, R., Fitriani, F., & Fatimah, F. (2023). Relationship between spirituality and coping strategies in diabetes mellitus patients at TK IV Hospital Aryoko Sorong. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, 5(1), 75. <https://doi.org/10.30872/j.kes.pasmi.kal.v5i1.7618>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Hasil utama*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/5536/>
- Lalimat, J., Toar, J., & Larira, D. M. (2025). Hubungan kesejahteraan spiritual dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di Klinik Imanuel Manado. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(3), 12982–12988.
- Montazeri, S., Poshtamsary, S. N., Khanchemehr, Y., Abdi, F., Ghoozlu, K. J., & Erjaee, A. (2025). The effect of a spirituality-based intervention on diabetes distress, spiritual well-being, and quality of life in women with type 2 diabetes: A randomized controlled trial. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 12(3). <https://doi.org/10.5812/jnms-163723>
- Muslim, A., & Firdaus, R. A. O. (2025). Hubungan dukungan keluarga dengan depresi pada pasien diabetes mellitus usia 45–64 tahun. *Jurnal Keperawatan*, 23(1), 78–89.
- Pasaribu, D. M., Hasneli, Y., & Deli, H. (2023). Spiritual level relationship with resilience in diabetes mellitus patients. *JETISH: Journal of Education Technology Information Social Sciences and Health*, 2(2), 1596–1604. <https://doi.org/10.57235/jetish.v2i2.912>
- Prastyo, R. J., Hamim, N., & Ro'isah. (2023). Hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada pasien penderita luka gangren di Puskesmas Pakuniran Kabupaten Probolinggo. *Health Research Journal*, 1(2), 46–55. <https://ejournal.dpdppnikabprobolinggo.org/index.php/health-research-journal/article/view/27>
- Puskesmas Pangkalbalam. (2025). *Data pasien diabetes mellitus 2022–2024*.
- Rahmawati, S., Sani, N. F., & Prakoso, A. B. (2024). Hubungan antara dukungan keluarga dengan kepatuhan kontrol kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(1), 57–63. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Suprpto, S., & Karsa, P. S. (2023). *Keperawatan keluarga: Pendekatan komprehensif dalam perawatan kesehatan keluarga*.
- World Health Organization. (2022). *Mental health and chronic illness: Supporting patients through integrated services*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240061363>
- World Health Organization. (2023). *Diabetes: Fact sheet*.