

Stres dan Perilaku Koping Pada Remaja Penyandang Diabetes Mellitus Tipe 1

Yanny Tanumidjojo

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Lestari Basoeki S.

Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga

Ananta Yudianto

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

Abstract. Type 1 Diabetes Mellitus (T1DM) is an autoimmune disease, where the insulin producing beta cells of the pancreas are destroyed by the patient's own immune bodies, leaving the blood glucose uncontrolled. The purpose of this research was to understand more deeply the stress suffered by T1DM patients and their stress coping behavior. Data were collected through an in-depth interview with four adolescent patients (aged 11-20 years), including their parents, focusing on the stress they suffered and their coping strategy. Results reveal that stress suffered by these patients are connected with the self-management and self-accepting discipline. The four patients tend to adopt an emotion coping strategy.

Key words: Type 1 Diabetes Mellitus, adolescent, stress, coping strategy

Abstrak. Diabetes Mellitus tipe 1 (DMT1) tergolong penyakit *autoimmune*, yaitu sel-sel beta dari pankreas dirusak oleh sel-sel kebal dari penderita sendiri, yang mengakibatkan tidak terkontrolnya gula darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih mendalam stres yang diderita para pasien DM tipe 1 dan bagaimana strategi mereka mengatasinya. Data diperoleh melalui wawancara terhadap empat penderita (berusia 11-20) tahun, termasuk orang tuanya, terfokus pada stres yang dialami dan bagaimana strategi yang mereka gunakan untuk mengatasinya. Hasil wawancara mengungkapkan bahwa stres yang dialami para penderita tersebut terkait dengan kedisiplinan dalam melaksanakan manajemen dan penerimaan diri. Keempat informan cenderung menggunakan strategi koping yang tergolong dalam koping terpusat emosi (*emotion focused coping*).

Kata kunci: Diabetes Mellitus Tipe 1, remaja, stres, koping

DMT1 adalah suatu penyakit *auto-immune*, yaitu kondisi tubuh merusak sel beta pada pankreas yang memproduksi insulin. Insulin dibutuhkan tubuh untuk memanfaatkan glukosa, yaitu gula sederhana yang diperoleh dari hampir semua makanan dan dipecah oleh sistem pencernaan kita. Penting untuk dicatat bahwa setiap individu tergantung pada insulin. Individu yang tidak menyandang diabetes, menghasilkan insulin dalam pankreas mereka, namun pada penyandang DMT1 harus memenuhi kebutuhan insulinnya secara eksternal melalui suntikan insulin.

Menurut *American Diabetes Association* (sitat dalam Taylor, 1999), di Amerika diperkirakan 16 juta orang atau 12% dari penduduk Amerika menyandang DMT1, 700 ribu diantaranya adalah anak-anak. Setiap tahun, diperkirakan 178 ribu orang meninggal karena diabetes dan komplikasinya. Perkembangan penyandang diabetes di Indonesia terutama di kota besar seperti Jakarta, menurut Zimmet (sitat dalam Vitahealth, 2004), pada tahun 1990 hanya 1.2% dari penduduk Jakarta yang menyandang diabetes, pada tahun 1993 meningkat menjadi 5.7%, dan pada tahun