e-ISSN 2986-674X

Kemenkes
Poltekkes Banten

JOURNAL OF SMART NURSING AND HEALTH SCIENCE



DITERBITKAN OLEH :
JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES BANTEN

VOLUME	NOMOR	HALAMAN	TANGERANG	e-ISSN
2	2	1-56	OCT 2024	2986-674X

jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS/

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024)
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Journal of Smart Nursing & Health Science
JoSNHS

Riset Artikel

Volume 2 Nomor 2 Tahun 2024

1 **Efektifitas Teknik Relaksasi Otot Progresif Dengan Relaksasi Napas Dalam Terhadap Derajat Dyspnea Pada Pasien Tuberkulosis Paru** **1-8**
Efektiveness Of Progressive Muscle Relaxation And Deep Breathing Relaxation On Dyspnea In Pulmonary Tuberculosis

*** Safinatun Najah, Marlin Brigita L, Suhartini**

2 **Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kesehatan Mental Remaja Di SMP Negeri 2 Pakuhaji** **9-21**
The Relationship Between Parenting Style And Peer Social Support With Adolescent Mental Health At SMP Negeri 2 Pakuhaji

***Firda Sunarti, Osep Yasier Almunsiri, Lailatul Fadilah**

3 **Pengaruh Self Afirmation Terhadap Kecemasan Remaja Dalam Mengahdapi Seleksi Masuk Perguruan Tinggi Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Lebak** **22-27**
The Effect Of Self-Affirmation On Adolescent Anxiety In Facing The University Entrance Selection Program At State Madrasah Aliyah 2 Lebak

***Fahmi Yusup Ependi, Osep Yasier Almunsiri, Lailatul Fadilah**

4 **Efektivitas Buerger Allen Exercise Dan Akupresur Terhadap Peningkatan Nilai Ankle Brachial Index Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Neglasari.** **28-37**
The Effectiveness Of Buerger Allen Exercise And Acupressure In Improving The Ankle Brachial Index In Patients With Type 2 Diabetes Mellitus At Neglasari Public Health Center.

***Siti Fatchurachma, Marlin Brigita, Suhartini**

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024)
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

5 **Efektivitas Akupresur Dan Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Anak Kemoterapi Di Rcbadak Tangerang** 38-48
Effectiveness of Acupressure and Peppermint Aromatherapy on Nausea Vomiting in Chemotherapy Children at RCBADAK Tangerang

***Naswa Nathania, Ema Hikmah**

6 **Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Tuberkulosis (TB) di Poli Paru RSUD Pakuhaji Kabupaten Tangerang** 49-56
The Relantionship Between Depression Levels And Quality Of Life In Tuberculosis (TB) Patients At The Pulmonary Polyclinic Of Pakuhaji Hospital Tangerang Regency

***Nurul Mutmainnah Imran, Osep Yasier Almunsiri, Lailatul Fadilah**

JOURNAL JOSNHS

Smart Nursing & Health Science

Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

EFEKTIVITAS TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF DENGAN RELAKSASI NAPAS DALAM TERHADAP DERAJAT DYSPNEA PADA PASIEN TUBERKULOSIS PARU

EFEKTIVENESS OF PROGRESSIVE MUSCLE RELAXATION AND DEEP BREATHING RELAXATION ON DYSPNEA IN PULMONARY TUBERCULOSIS

Safinatun Najah[1], Marlin Brigita L[2], Suhartini[3]
[1]Poltekkes Kemenkes Banten,
[2]Poltekkes Kemenkes Banten,
[3]Poltekkes Kemenkes Banten

Corresponding author :

Safinatun Najah[1]
safinatunnajah08004@gmail.com

Keywords :

Keywords: Deep Breathing Relaxation, Progressive Muscle Relaxation, Dyspnea, Pulmonary Tuberculosis

ABSTRACT

Background: *Pulmonary tuberculosis is an infectious disease that remains a global health problem, with dyspnea as one of the main symptoms caused by impaired lung function. Non-pharmacological management such as progressive muscle relaxation and deep breathing relaxation techniques can help reduce the degree of dyspnea.*

Purpose: *This study aimed to determine the effectiveness of progressive muscle relaxation and deep breathing relaxation techniques on the degree of dyspnea in pulmonary tuberculosis patients at RSUD Kota Cilegon.*

Method: *This study used a quasi-experimental design with a two-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 38 respondents divided into two groups using purposive sampling. The degree of dyspnea was measured using the Modified Borg Dyspnea Scale (mBorg).*

Results: *The results showed that both interventions were effective in reducing the degree of dyspnea in pulmonary tuberculosis patients. Deep breathing relaxation showed better effectiveness compared to progressive muscle relaxation in reducing the degree of dyspnea.*

Conclusion: *Both relaxation techniques were effective in reducing the degree of dyspnea in pulmonary tuberculosis patients; however, deep breathing relaxation was more effective than progressive muscle relaxation.*

JOURNAL JOSNHS

Smart Nursing & Health Science

Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Keywords :
Deep Breathing Relaxation, Progressive Muscle Relaxation, Dyspnea, Pulmonary Tuberculosis

ABSTRAK

Latar Belakang : Tuberkulosis paru merupakan penyakit infeksi yang masih menjadi masalah kesehatan global dengan salah satu gejala utama berupa dyspnea akibat gangguan fungsi paru. Penatalaksanaan nonfarmakologis seperti teknik relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam dapat membantu menurunkan derajat dyspnea.
Tujuan : Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas teknik relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam terhadap derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru di RSUD Kota Cilegon.
Metode : Penelitian menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan two group pretest-posttest design. Sampel berjumlah 38 responden yang dibagi menjadi dua kelompok menggunakan purposive sampling. Pengukuran derajat dyspnea menggunakan Modified Borg Dyspnea Scale (mBorg).
Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua intervensi efektif dalam menurunkan derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru. Relaksasi napas dalam menunjukkan efektivitas yang lebih baik dibandingkan relaksasi otot progresif dalam menurunkan derajat dyspnea.
Kesimpulan : Kedua teknik relaksasi efektif dalam menurunkan derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru, namun relaksasi napas dalam lebih efektif dibandingkan relaksasi otot progresif.

LATAR BELAKANG

Tuberkulosis (TB) masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat utama di dunia dan merupakan penyakit infeksi yang menyebabkan angka kesakitan serta kematian yang tinggi. Berdasarkan laporan World Health Organization (WHO), Indonesia menempati urutan kedua sebagai negara dengan jumlah kasus tuberkulosis tertinggi di dunia dan menyumbang sekitar 10% dari total kasus TB global (World Health Organization, 2024). Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia juga menunjukkan bahwa jumlah notifikasi kasus TB terus mengalami peningkatan hingga mencapai 831.328 kasus pada tahun 2024 (Kemenkes, 2025). Di Provinsi Banten, tuberkulosis paru masih termasuk penyakit menular dengan jumlah kasus yang tinggi, yaitu lebih dari 50.000 kasus (Dinkes Provinsi Banten, 2024). Sejalan dengan kondisi tersebut, data RSUD Kota Cilegon menunjukkan peningkatan kasus tuberkulosis paru dari 369 kasus pada tahun 2024 menjadi 476 kasus pada tahun 2025. Kondisi ini menunjukkan bahwa tuberkulosis paru masih menjadi tantangan serius dalam pelayanan kesehatan.

Salah satu keluhan utama yang sering dialami pasien tuberkulosis paru adalah dyspnea atau sesak napas. Kondisi ini terjadi akibat kerusakan jaringan paru, penurunan elastisitas paru, serta gangguan pertukaran gas yang menyebabkan berkurangnya suplai oksigen ke jaringan tubuh. Dyspnea yang berkepanjangan dapat menghambat aktivitas sehari-hari, menurunkan kualitas hidup pasien, serta memperlambat proses pemulihan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang efektif untuk membantu mengurangi derajat sesak napas pada pasien tuberkulosis paru.

Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah teknik relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam. Teknik relaksasi otot progresif bekerja dengan mengurangi ketegangan otot serta meningkatkan respons relaksasi tubuh melalui pengaturan sistem saraf otonom (Ariana *et al.*, 2025). Sedangkan relaksasi napas dalam membantu meningkatkan ventilasi alveolar dan optimalisasi oksigenasi jaringan (Astriani, Dewi and Febriana, 2018). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa Progressive Muscle Relaxation (PMR) dapat meningkatkan saturasi oksigen pada pasien tuberkulosis paru (Ariana *et al.*, 2025), sementara Deep Breathing Exercise terbukti efektif dalam menurunkan tingkat dyspnea (Ali, Pamungkas and Sariana, 2022). Meskipun demikian, penelitian yang secara langsung membandingkan efektivitas kedua teknik tersebut terhadap derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru masih terbatas.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis efektivitas teknik relaksasi otot progresif dibandingkan dengan relaksasi napas dalam terhadap derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru di RSUD Kota Cilegon. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar ilmiah dalam pengembangan intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif untuk membantu mengurangi sesak napas dan meningkatkan kualitas hidup pasien tuberkulosis paru.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-experimental two-group pretest-posttest design. Penelitian dilakukan untuk membandingkan efektivitas teknik relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam terhadap derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru. Kedua kelompok diberikan pengukuran derajat dyspnea sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) intervensi tanpa kelompok kontrol.

Penelitian dilaksanakan di RSUD Kota Cilegon pada tahun 2026. Populasi penelitian adalah seluruh pasien tuberkulosis paru yang menjalani rawat inap di RSUD Kota Cilegon sebanyak 20 pasien. Sampel penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan peneliti. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin, diperoleh jumlah sampel sebanyak 17 responden, untuk mengantisipasi *drop out* sampel maka ditambahkan 10% menjadi 19 sampel dari hasil pembulatan. Sehingga untuk masing-masing sampel kelompok dalam penelitian ini berjumlah 19 responden dengan total sampel berjumlah 38 responden.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah teknik relaksasi otot progresif dan teknik relaksasi napas dalam, sedangkan variabel dependen adalah derajat dyspnea. Variabel perancu yang dikendalikan meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan lama menderita penyakit. Pengukuran derajat dyspnea dilakukan menggunakan Modified Borg Dyspnea Scale (mBorg**)** dengan rentang skor 0–10, dimana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat sesak napas yang lebih berat.

Data dikumpulkan melalui observasi langsung dan pengukuran derajat dyspnea sebelum serta sesudah pemberian intervensi. Kelompok pertama diberikan teknik relaksasi otot progresif sesuai Standar Prosedur Operasional (SPO) selama 15–20 menit melalui 14 tahapan gerakan relaksasi otot. Kelompok kedua diberikan teknik relaksasi napas dalam sesuai SPO selama 15–20 menit dengan pola inspirasi melalui hidung, menahan napas, dan ekspirasi perlahan melalui mulut. Setelah intervensi selesai, seluruh responden kembali dinilai menggunakan skala mBorg untuk memperoleh data post-test.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi derajat dyspnea. Uji normalitas dilakukan terlebih dahulu untuk menentukan jenis uji statistik yang digunakan. Karena data

tidak berdistribusi normal, analisis bivariat menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test untuk mengetahui perbedaan derajat dyspnea sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing kelompok, serta Mann–Whitney U Test untuk membandingkan efektivitas kedua intervensi. Tingkat kemaknaan statistik ditetapkan pada nilai $p < 0,05$.

Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Universitas Yatsi Madani dan seluruh responden telah menandatangani lembar informed consent sebelum mengikuti penelitian. Nomor persetujuan etik dicantumkan sesuai surat kelayakan etik yang diperoleh peneliti, berikut nomor persetujuan etik : 040/UYM/LPPM-ETIK/III/2026.

HASIL

Karakteritsik Responden

Tabel 1 Karakteritik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	21	55.3
Perempuan	17	44.7
Usia		
19-26	2	5.3
27-34	10	26.3
35-42	12	31.6
43-50	8	21.1
51-60	6	15.8
Pekerjaan		
Bekerja	22	57.9
Tidak Bekerja	16	42.1
Lama Menderita Tb Paru		
< 6 bulan (kurang dari 6 bulan)	29	76.3
> 6 bulan (lebih dari 6 bulan)	9	23.7

Berdasarkan Tabel 1, sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 21 responden (55,3%). Berdasarkan usia, mayoritas responden berada pada rentang usia 35–42 tahun sebanyak 12 responden (31,6%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebanyak 22 responden (57,9%). Berdasarkan lama menderita TB paru, sebagian besar responden menderita TB paru kurang dari 6 bulan sebanyak 29 responden (76,3%).

Derajat Dyspnea Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 2 Derajat Dyspnea Sebelum dan Sesudah Intervensi Relaksasi Otot Progresif (n = 19)

Derajat *Dyspnea*	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	F	%	F	%
Sesak ringan	0	0	8	42.1
Sesak sedang	19	100	11	57.9
TOTAL	19	100	19	100

Berdasarkan Tabel 2, sebelum dilakukan intervensi relaksasi otot progresif seluruh responden mengalami sesak sedang (100%). Setelah intervensi, terjadi penurunan derajat dyspnea dimana 8 responden (42,1%) mengalami sesak ringan dan 11 responden (57,9%)

masih mengalami sesak sedang.

Tabel 3 Derajat Dyspnea Sebelum dan Sesudah Intervensi Relaksasi Napas Dalam (n = 19)

Derajat *Dyspnea*	**Sebelum Intervensi**		**Sesudah Intervensi**	
	F	**%**	**F**	**%**
Sesak ringan	0	0	17	89.5
Sesak sedang	19	100	2	10.5
TOTAL	19	100	19	100

Berdasarkan Tabel 3, sebelum dilakukan intervensi relaksasi napas dalam seluruh responden mengalami sesak sedang (100%). Setelah intervensi, sebagian besar responden mengalami sesak ringan sebanyak 17 responden (89,5%), sedangkan 2 responden (10,5%) masih mengalami sesak sedang.

Hasil Uji Wilcoxon

Tabel 4 Uji Wilcoxon Relaksasi Otot Progresif

Wilcoxon Sign-Rank					
Variabel	**Median**	**Mean**	**SD**	**Mean beda**	***P-value***
Derajat *dyspnea* sebelum - sesudah dilakukan intervensi	5	5.00	0.667	1.50	< 0.001
	4	3.53	0.612		

Berdasarkan hasil tabel 4 uji Wilcoxon menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara derajat dyspnea sebelum dan sesudah pemberian relaksasi otot progresif (p < 0,001). Nilai rerata penurunan derajat dyspnea sebesar 1,50.

Tabel 5 Uji Wilcoxon Relaksasi Napas Dalam

Wilcoxon Sign-Rank					
Variabel	**Median**	**Mean**	**SD**	**Mean beda**	***P-value***
Derajat *dyspnea* sebelum - sesudah dilakukan intervensi	5	4.79	0.713	2.00	< 0.001
	3	2.63	0.761		

Berdasarkan hasil tabel 5 uji Wilcoxon menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara derajat dyspnea sebelum dan sesudah pemberian relaksasi napas dalam (p < 0,001). Nilai rerata penurunan derajat dyspnea sebesar 2,00.

Hasil Uji Mann-Whitney (Perbandingan Kedua Intervensi)

Tabel 6 Uji Mann-Whitney (Perbandingan Kedua Intervensi)

Mann-Whitney						
Variabel	**Median**	**Mean**	**SD**	***Statistik***		
				U	***Z***	***p-value***

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Relaksasi Otot Progresif	4	3.53	0.612	290	3.40	< 0.001
Relaksasi Napas Dalam	3	2.63	0.761			

Berdasarkan Tabel 6, hasil uji Mann–Whitney menunjukkan nilai p = 0,001 (p < 0,05), sehingga terdapat perbedaan efektivitas antara teknik relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam terhadap derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru. Kelompok relaksasi napas dalam menunjukkan penurunan derajat dyspnea yang lebih besar dibandingkan kelompok relaksasi otot progresif.

DISKUSI

1. Pengaruh Relaksasi Otot Progresif terhadap Derajat Dyspnea

   Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian teknik relaksasi otot progresif terhadap derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p < 0,001 yang menunjukkan adanya perbedaan derajat dyspnea sebelum dan sesudah intervensi. Selain itu, nilai rerata derajat dyspnea mengalami penurunan dari 5,00 menjadi 3,53 dengan selisih rerata sebesar 1,50.

   Penurunan derajat dyspnea setelah pemberian relaksasi otot progresif dapat dijelaskan melalui mekanisme fisiologis berupa penurunan ketegangan otot, termasuk otot-otot yang berperan dalam proses respirasi. Ketika tubuh berada dalam kondisi relaks, aktivitas sistem saraf simpatis menurun dan aktivitas saraf parasimpatis meningkat sehingga kebutuhan oksigen tubuh berkurang dan pola pernapasan menjadi lebih efektif. Kondisi tersebut membantu pasien merasakan pernapasan yang lebih nyaman dan mengurangi sensasi sesak napas.

   Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ariana et al. (2025) yang menyatakan bahwa progressive muscle relaxation efektif meningkatkan saturasi oksigen dan memperbaiki fungsi respirasi pada pasien dengan gangguan pernapasan. Penelitian Widiastuti et al. (2023) juga menjelaskan bahwa relaksasi otot progresif dapat meningkatkan ventilasi paru secara tidak langsung melalui penurunan ketegangan otot dan peningkatan kenyamanan pasien selama bernapas.

2. Pengaruh Relaksasi Napas Dalam terhadap Derajat Dyspnea

   Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian teknik relaksasi napas dalam terhadap derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p < 0,001 dengan penurunan rerata derajat dyspnea dari 4,79 menjadi 2,63 dan selisih rerata sebesar 2,00.

   Penurunan derajat dyspnea terjadi karena latihan napas dalam mampu meningkatkan ekspansi paru, memperbaiki ventilasi alveolar, dan meningkatkan efisiensi pertukaran gas. Mekanisme tersebut menyebabkan peningkatan oksigenasi jaringan sehingga kebutuhan oksigen tubuh dapat terpenuhi dengan lebih baik. Peningkatan oksigenasi akan mengurangi sensasi sesak napas yang sering dialami oleh pasien tuberkulosis paru akibat gangguan fungsi paru.

   Temuan penelitian ini didukung oleh penelitian Ali et al. (2022) yang menunjukkan bahwa deep breathing exercise mampu menurunkan tingkat dyspnea secara signifikan pada pasien dengan gangguan respirasi. Penelitian Astriani et al. (2018) juga melaporkan bahwa latihan napas dalam dapat meningkatkan saturasi oksigen dan memperbaiki fungsi paru sehingga gejala sesak napas berkurang. Dengan demikian, relaksasi napas dalam merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dalam membantu memperbaiki fungsi respirasi pada pasien tuberkulosis paru.

3. Perbedaan Efektivitas Relaksasi Otot Progresif dan Relaksasi Napas Dalam

Hasil uji Mann–Whitney menunjukkan nilai $p < 0{,}001$ yang mengindikasikan adanya perbedaan efektivitas antara relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam terhadap derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru. Penurunan rerata derajat dyspnea pada kelompok relaksasi napas dalam lebih besar dibandingkan kelompok relaksasi otot progresif, sehingga relaksasi napas dalam dinilai lebih efektif dalam menurunkan derajat dyspnea.

Perbedaan efektivitas tersebut dapat dijelaskan berdasarkan mekanisme kerja masing-masing intervensi. Relaksasi napas dalam bekerja secara langsung pada sistem respirasi melalui peningkatan ventilasi paru, ekspansi alveoli, dan optimalisasi pertukaran gas. Sebaliknya, relaksasi otot progresif bekerja secara tidak langsung melalui penurunan ketegangan otot dan pengurangan kecemasan yang menyertai sesak napas. Oleh karena itu, efek relaksasi napas dalam terhadap penurunan dyspnea cenderung lebih cepat dan lebih besar dibandingkan relaksasi otot progresif.

Hasil penelitian ini mendukung teori bahwa latihan pernapasan merupakan intervensi yang efektif untuk meningkatkan kapasitas paru dan mengurangi gejala dyspnea pada pasien dengan gangguan respirasi. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Ali et al. (2022) yang menyatakan bahwa deep breathing exercise memberikan dampak yang lebih nyata terhadap perbaikan ventilasi paru dan oksigenasi dibandingkan intervensi relaksasi umum. Dengan demikian, relaksasi napas dalam dapat direkomendasikan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang efektif untuk menurunkan derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru.

KESMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa teknik relaksasi otot progresif dan relaksasi napas dalam efektif dalam menurunkan derajat dyspnea pada pasien tuberkulosis paru. Hasil analisis menunjukkan adanya penurunan derajat dyspnea yang signifikan setelah pemberian kedua intervensi. Selain itu, terdapat perbedaan efektivitas yang signifikan antara kedua intervensi, dimana relaksasi napas dalam memberikan penurunan derajat dyspnea yang lebih besar dibandingkan relaksasi otot progresif. Temuan ini menunjukkan bahwa relaksasi napas dalam dapat dipertimbangkan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang lebih efektif untuk membantu mengurangi sesak napas pada pasien tuberkulosis paru. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi perawat dalam menerapkan intervensi mandiri untuk meningkatkan status respirasi pasien. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah sampel yang lebih besar, periode intervensi yang lebih panjang, menggabungkan kedua teknik intervensi, serta melibatkan pengukuran parameter fisiologis seperti saturasi oksigen dan frekuensi pernapasan untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

REFERENCES

Abu-Odah, H., Liu, X.-L., Wang, T., Zhao, I. Y., Yorke, J., Tan, J.-Y. B., & Molassiotis, A. (2025). Modified Borg Scale (mBorg), the Numerical Rating Scale (NRS), and the Dyspnea- 12 Scale (D- 12): cross-scale comparison assessing the development of dyspnea in early-stage lung cancer patients. *Supportive Care in Cancer*, *33*(5), 1–11. https://doi.org/10.1007/s00520-025-09474-x

Ali, M., Pamungkas, E.S.R. and Sariana, E. (2022) "Pengaruh Deep Breathing Exercise Terhadap Pada Kasus Pneumonia Terhadap Penurunan Sesak Dengan Parameter Dyspnea

Severity Scale Di RS Paru Dr. M. Goenawan Partowidigdo Tahun 2021," *Jurnal Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia*, 2(1), pp. 53–60.

Ariana, L. *et al.* (2025) "Pengaruh Pemberian Progressive Muscular Relaxation (PMR) Terhadap Kadar Saturasi Oksigen Pada Pasien TBC," *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(4), pp. 213–220. Available at: https://jurnal2.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/97.

Astriani, M.D.Y., Dewi, P.I.S. and Febriana, W. (2018) "Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Peningkatan Saturasi Oksigen pada Pasien PPOK di Ruang IGD RSUD Kabupaten Buleleng," *Jurnal Kesehatan MIDWINERSLION*, 3(1), pp. 64–72. Available at: http://ejournal.stikesbuleleng.ac.id/index.php/Midwinerslion%7C64.

Berman, A., Synder, S. and Fradsen, G. (2016) *Kozier & Erb's Fundamentals of Nursing*, USA: Perason Education.

Dinkes Provinsi Banten (2024) "Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2024," pp. 1–200.

Hashmi, M. F., Modi, P., Basit, H., & Sharma, S. (2023). *Dyspnea*. StatPearls. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK499965/?utm_source

Herien, Y. (2024). Terapi Relaksasi Untuk Mengatasi Berbagai Masalah Keperawatan. In *Eureka Media Aksara, Anggota IKAPI Jawa Tengah*. CV.Eureka Media Aksara.

Kemenkes RI. (2020). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Tuberkulosis*. Kemenkes RI.

Kemenkes (2025) *Laporan Kinerja Kementerian Kesehatan 2024*, *Kemenkes RI*. Jakarta: Kemenkes RI.

Maghfira, A. (2024). *Penerapan Pemberian Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing Dalam Meningkatkan Saturasi Oksigen Pada Pasien Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) Di Rumah Sakit PMI Kota Bogor*. http://repo.poltekkesbandung.ac.id/id/eprint/11723

Mahler, D. A. (2024). *mMRC (Modified Medical Research Council) Dyspnea Scale*. Mdcalc. https://www.mdcalc.com/calc/4006/mmrc-modified-medical-research-council-dyspnea-scale?uuid=d3cfb61c-4abd-42c6-9463-ba6cd7cc1136&utm_source=mdcalc

Widiastuti, N.P.A., Suardana, I.K. and Triyani, I.G.A.P. (2023) "The Influence of Progressive Muscle Relaxation on Oxygen Saturation to Patient With Chronic Obstructive Pulmonary Disease in IRNA C RSUP Sanglah Denpasar," *International Journal of Research Publications*, 134(1), pp. 210–215. Available at: https://doi.org/10.47119/ijrp1001341102023560.

World Health Organization (2024) *Global Tuberculosis Report 2024*. Geneva: WHO.

JOURNAL JOSNHS

Smart Nursing & Health Science

Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTING STYLE AND PEER SOCIAL SUPPORT WITH ADOLESCENT MENTAL HEALTH AT SMP NEGERI 2 PAKUHAJI

HUBUNGAN POLA ASUH ORANG TUA DAN DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DENGAN KESEHATAN MENTAL REMAJA DI SMP NEGERI 2 PAKUHAJI

Firda Sunarti[1], Osep Yasier Almunsiri[2], Lailatul Fadilah[3]

[1]Applied Bachelor Study Program in Nursing, Poltekkes Kemenkes Banten, firdasunarti22@gmail.com
[2]Nursing Departemen, Poltekkes Kemenkes Banten, osepyasier240996@gmail.com
[3]Nursing Departement, Poltekkes Kemenkes Banten, lailatul.fadilah@poltekkesbanten.ac.id

Corresponding author:

Firda Sunarti[1]
firdasunarti22@gmail.com

Keywords :

Adolescents, mental health, Parenting, peer support

ABSTRACT

Background: *Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood characterized by rapid changes in physical, emotional, social, and psychological aspects, making adolescents vulnerable to mental health disorders. Adolescent mental health is influenced by parenting styles (democratic, authoritarian, permissive) that shape personality, as well as peer support, which is the primary source of emotional support.* ***Purpose:*** *To determine the relationship between parenting and peer social support with adolescent mental health at SMP Negeri 2 Pakuhaji.* ***Method:*** *This type of research is correlational analytic with a cross-sectional approach. The sampling technique used was proportionate stratified random sampling. The sample used in this study was 102 respondents. The instruments used were parenting questionnaire, Social Provision Scale (SPS) questionnaire and Self Reporting Questionnaire (SRQ-20).* ***Result:*** *The results of statistical tests showed that the p-value between parenting patterns and adolescent mental health was 0.000.* ***Conclusion****: There is a significant relationship between parenting and peer social support with adolescent mental health at SMP Negeri 2 Pakuhaji.*

Keywords :

Remaja, kesehatan mental, pola asuh, dukungan sebaya

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan cepat dalam aspek fisik, emosional, sosial dan psikologis yang membuat remaja rentan terhadap gangguan kesehatan mental. Kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh pola asuh orang tua

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

(demokratis, otoriter, permisif) yang membentuk kepribadian, serta dukungan teman sebaya yang menjadi sumber utama dukungan emosional. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui hubungan pola asuh orang tua dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji. **Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah analitik korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *proportionate stratified random sampling.* Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 102 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pola asuh orang tua, kuesioner *Social Provision Scale* (SPS) dan *Self Reporting Questionnaire* (SRQ-20). **Hasil penelitian:** Hasil uji statistik menunjukkan *p-value* antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja adalah 0,000<0,05. Nilai *p-value* antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja adalah 0,000<0,05. **Kesimpulan:** Adanya hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji.

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan periode transisi dari fase kanak-kanak menuju dewasa, yang ditandai dengan perubahan cepat dalam aspek fisik, hormonal, psikologis, dan sosial (Jahja dalam Kholifah & Sodikin, 2020). Perubahan-perubahan yang terjadi di masa remaja, seperti pada aspek sosial, emosional, fisik, keluarga, sekolah, dan teman sebaya, menjadi faktor yang berpengaruh terhadap kondisi kesehatan mental remaja (Stuart et al., 2016). Kesehatan mental sendiri merupakan keadaan sejahtera secara psikologis yang memungkinkan individu untuk menghadapi berbagai tantangan hidup, mengenali potensi diri, belajar dan bekerja secara efektif serta berkontribusi dalam komunitasnya (WHO, 2022).

Berdasarkan laporan *World Health Organization* mengenai kesehatan mental tahun 2019 menjelaskan bahwa 1 dari 8 orang atau 970 juta jiwa di dunia hidup dengan gangguan mental, di seluruh dunia terdapat 14% remaja dengan rentang usia 10-19 tahun yang hidup dengan gangguan mental. Pada tahun yang sama, 58 juta anak dan remaja mengalami gangguan kecemasan, 23 juta mengalami depresi, hampir 3 juta mengalami gangguan makan, dan 40 juta orang, termasuk anak-anak dan remaja, hidup dengan gangguan perilaku-dissosial (WHO, 2022). Survei *Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) menyatakan bahwa masalah kesehatan mental banyak dialami oleh remaja, di mana satu dari tiga remaja (34.9%) mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir. Sementara itu, satu

dari dua puluh (5.5%) remaja Indonesia memenuhi kriteria untuk satu gangguan mental. Kecemasan menjadi masalah paling umum (26.7%) dikalangan remaja usia 10-17 tahun di Indonesia, di susul oleh depresi (5.3%), stress pasca-trauma (1.8%), masalah perilaku (2.4%), serta gangguan pemusatan perhatian atau hiperaktivitas (10.6%) (I-NAMHS, 2022). Prevalensi gangguan mental emosional pada penduduk berusia lebih dari 15 tahun di Provinsi Banten terdapat 14.0%, depresi 8.7% (Riskesdas Kemenkes RI, 2018). Di Kota Tangerang, menurut Dinas Kesehatan tahun 2023, tercatat 902 kasus gangguan jiwa, terdiri dari 731 kasus skizofrenia (81, 04%), dan 171 kasus psikotik akut (18,96%), sedangkan di Kabupaten Tangerang prevalensi gangguan jiwa berat berdasarkan penduduk sebesar 0,13%. Data ini menunjukkan bahwa pentingnya perhatian terhadap isu kesehatan mental remaja (Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang, 2023).

Salah satu faktor penting yang mempengaruhi kesehatan mental remaja adalah pola asuh orang tua, yaitu proses mendidik, membimbing, serta mendisiplinkan anak agar tumbuh menjadi dewasa sesuai dengan nilai-nilai yang berlaku dalam masyarakat. Pola asuh ini sangat menentukan pembentukan kepribadian dan perilaku anak secara menyeluruh. Tiga tipe pola asuh yang umum dikenal yaitu demokratis, otoriter, dan permisif, masing-masing memiliki pengaruh yang berbeda terhadap perkembangan psikososial anak. Pola asuh demokratis adalah pola asuh yang memberikan kebebasan dengan batasan yang jelas, komunikasi terbuka, dan sikap hangat dari orang tua sehingga mendukung perkembangan emosional remaja. Sebaliknya, pola asuh otoriter cenderung kaku, menuntut kepatuhan, dan minim komunikasi. Sementara pola asuh permisif memberikan kebebasan berlebih tanpa pengawasan atau tuntutan yang jelas (Devita, 2020). Berbagai studi mendukung hubungan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh R. I. Ningrum et al., (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental pada remaja. Demikian pula Fitri et al., (2019) menemukan bahwa pola asuh otoriter dan permisif banyak diterapakan (58%) dan berkaitan dengan kondisi kesehatan mental remaja dalam kategori *borderline*, terutama memunculkan masalah emosional, perilaku, hiperaktivitas, dan kesulitan dalam hubungan sosial.

Selain pola asuh orang tua, teman sebaya juga berperan penting dalam membentuk kesehatan mental remaja. Teman sebaya, yakni mereka yang berada dalam rentang usia dan kedewasaan yang serupa, sering menjadi tempat berbagi cerita dan emosi, serta memberi rasa diterima. Pengaruh teman sebaya pada masa remaja bahkan lebih kuat dibanding masa lainnya (Rufaida, 2020). Dukungan dari teman sebaya merupakan salah satu bentuk dukungan sosial yang sangat dibutuhkan remaja selama masa perkembangannya. Penelitian yang telah dilakukan oleh (Rufaida et al., 2021) menunjukkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan masalah kesehatan jiwa pada remaja. Remaja yang mendapatkan dukungan sosial tinggi dari teman sebaya cenderung memiliki kesehatan mental dalam kategori normal. Sebaliknya rendahnya dukungan sosial dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis.

Hasil studi pendahuluan di SMP Negeri 2 Pakuhaji menunjukkan tidak adanya perilaku menyimpang seperti tawuran selama enam bulan terakhir. Kepala sekolah menyatakan bahwa dukungan teman sebaya sangat berpengaruh terhadap perilaku siswa dan menekankan pentingnya dukungan sosial seperti motivasi dan perhatian untuk membantu siswa menghadapi tantangan pendidikan. Ia juga menambahkan bahwa belum pernah dilakukan penelitian terkait

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

kesehatan mental di sekolah tersebut. Hasil wawancara dengan beberapa siswa juga menunjukkan variasi pola asuh orang tua yang mereka alami di rumah, serta mengenai teman sebaya mereka juga mengungkapkan bahwa memiliki teman dekat yang menjadi tempat berbagi cerita dan peduli terhadap permasalahan mereka. Dalam menghadapi masalah, selain kepada orang tua, para siswa ini juga cenderung berbicara dengan teman dekat mereka. Mereka juga mengungkapkan bahwa lebih banyak waktu dihabiskan bersama teman di sekolah, sehingga mereka saling memahami karakter dan kepribadian masing-masing. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian "Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji".

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode analitik korelasioanl yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel, dengan rancangan *cross-sectional*. Penelitian di lakukan di SMP Negeri 2 Pakuhaji pada bulan Maret 2025. Populasi yang digunakan adalah seluruh siswa SMP Negeri 2 Pakuhaji. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 1.140 siswa, dengan jumlah sampel sebesar 102 sampel. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *proportionate stratified random sampling.* Sumber data penelitian adalah data primer dan sekunder. Data primer diperoleh secara langsung dari pengisian kuesioner, hasil observasi dan wawancara. Data sekunder diperoleh dari artikel ilmiah, buku dan informasi dari kepala sekolah SMP Negeri 2 Pakuhaji berupa jumlah siswa, gambaran kesehatan mental, pola asuh dan dukungan teman sebaya. Analisis data yang digunakan analisi univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat menggambarkan karakteristik setiap variabel yang diteliti dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi dan persentase. Analisis bivariat dilakukan terhadap dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi, yaitu dengan menggunakan uji *Chi-Square.* Penelitian ini telah mendapatkan izin etik dari Komite Etik Penelitian Universitas Yatsi Madani dengan nomor 038/LPPM-UYM/III/2025.

HASIL

1. Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti. Tabel-tabel di bawah ini merupakan hasil analisis univariat untuk variabel pola asuh orang tua, dukungan sosial teman sebaya, dan kesehatan mental remaja.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Asuh Orang Tua di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Pola Asuh	Frekuensi	Persentase (%)
Permisif	24	23,5%
Demokratis	59	57,9%
Otoriter	19	18,6%
Total	102	100%

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 102 responden yang diteliti sebagian besar responden mendapatkan pola asuh demokratis dari orang tua yaitu sebanyak 59 responden (57,9%), sedangkan sebagian kecil responden mendapatkan pola asuh otoriter sebanyak 19 responden (18,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dukungan Sosial Teman Sebaya di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Dukungan Sosial Teman Sebaya	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	56	54,9%
Rendah	46	45,1%
Total	102	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa 56 responden (54,9%) yang termasuk dalam kategori dukungan sosial teman sebaya tinggi, dan 46 responden (45,1%) yang berada dalam kategori dukungan sosial teman sebaya rendah.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Kesehatan Mental Remaja	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak terindikasi	56	54,9%
Terindikasi	46	45,1%
Total	102	100%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa 56 responden (54,9%) tidak terindikasi gangguan kesehatan mental, sedangkan 46 responden (45,1%) memiliki indikasi gangguan kesehatan mental.

2. Analsis Bivariat

Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *chi square*.

Tabel 4. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Pola Asuh	Kesehatan Mental Remaja				Total		*P Value*
	Tidak Terindikasi		Terindikasi				
	F	%	F	%	F	%	
Permisif	0	0,0	24	100	24	100	0,000
Demokratis	56	94,9	3	5,1	59	100	
Otoriter	0	0,0	19	100	19	100	
Total	56	54,9	46	45,1	102	100	

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square*, didapatkan nilai *p value* 0,000. Nilai 0,000≤0,05 maka dapat diambil keputusan Ha diterima, yang artinya ada hubungan yang siginfikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji Kabupaten Tangerang.

Tabel 5. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (n=102)

Dukungan Sosial Teman Sebaya	Kesehatan Mental Remaja				Total		*P-Value*
	Tidak Terindikasi		Terindikasi				
	F	%	F	%	F	%	
Tinggi	56	100	0	0,0	56	100	0,000
Rendah	0	0,0	46	100	46	100	
Total	56	54,9	46	45,1	102	100	

Hasil uji statistik menggunakan *chi-square*, dikarenakan tabel 2x2 tidak terdapat nilai *expected count* <5 maka uji alternatif yang digunakan adalah *continuity correction*. Hasil *continuity correction* menunjukkan *asymp. sig* (*2-sided*) atau bisa disebut nilai *p-value* sebesar 0,000. Nilai 0,000≤0,05 maka dapat diambil keputusan Ha diterima, yang artinya ada hubungan yang siginfikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Gambaran Pola Asuh Orang Tua Pada Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan pola asuh terbanyak yang diterima oleh responden adalah pola asuh demokratis sebanyak 59 responden (57,9%). Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Devita (2020) didapatkan bahwa sebagian besar (63,5%) responden memiliki pola asuh orang tua demokratis. Remaja yang dibesarkan dengan pola asuh demokratis cenderung memiliki hubungan yang dekat dengan orang tua, sehingga lebih terbuka dalam menyampaikan permasalahan yang mereka alami. Dalam pola asuh ini, orang tua berupaya memberikan arahan secara rasional dan fokus pada penyelesaian masalah. Mereka juga menghargai komunikasi yang bersifat timbal balik, di mana terdapat proses saling memberi dan menerima. Melalui komunikasi, anak dapat memperoleh bantuan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, sehingga dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan mental (Syafitri, 2024). Dalam pola asuh demokratis anak diakui sebagai pribadi, sehingga segenap kelebihan dan potensi mendapat dukungan serta dipupuk dengan baik, orang tua akan membimbing dan mengarahkan anak-anak mereka, orang tua mengarahkan perilaku anak secara rasional (Subagia, 2021). Dapat dilihat dari persentase jawaban responden melalui kuesioner, didapatkan 51,0% orang tua selalu mengingatkan anaknya belajar dengan baik, 56,9% orang tua memberikan nasehat

kepada anaknya jika melakukan kesalahan dan 62,7% orang tua mendukung anaknya melakukan hobi yang disenanginya.

Pola asuh terbanyak kedua yang diterapkan oleh orang tua kepada remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji adalah pola asuh permisif, sebanyak 23,5%. Pola asuh permisif merupakan pola asuh yang membebaskan anak untuk memiliki interaksi dan melakukan apapun yang anak tersebut inginkan. Pada tipe pola asuh permisif ini di dalamnya tidak ada aturan yang dibuat oleh orang tua, menjunjung nilai kebebasan terhadap anak, kurangnya bimbingan yang dilakukan orang tua kepada anak. Sehingga hal-hal tersebut dapat mengakibatkan tidak adanya pengendali atau sikap kontrol dari orang tua terhadap perilaku anak (Maula, 2023). Pola asuh permisif adalah gaya pengasuhan di mana orang tua kurang peduli terhadap anak remajanya, orang tua dengan pola asuh ini umumnya menunjukkan keterlibatan yang rendah, baik dalam aspek emosional maupun dalam memberikan batasan atau aturan yang jelas, cenderung mengacuhkan anaknya, serta tidak pernah memberikan hadiah atau pujian. Berdasarkan analisa kuesioner, yaitu sebanyak 48,0% orang tua sering tidak pernah membantu anaknya ketika kesulitan mengerjakan PR, 61,8% orang tua tidak memberikan semangat kepada anaknya ketika mengikuti lomba, 43,1% orang tua tidak memberi pujian, dan 45,1% orang tua tidak mengingatkan anaknya ketika lupa belajar.

Selanjutnya, pola asuh yang menempati urutan ketiga terbanyak adalah pola asuh otoriter, sebanyak 18,6%. Pola asuh otoriter merupakan gaya pengasuhan yang bersifat membatasi dan cenderung memberikan hukuman, di mana remaja diharuskan untuk mematuhi perintah orang tua. Orang tua dengan pola asuh ini menetapkan batasan dan kontrol yang ketat terhadap anak, serta cenderung melakukan komunikasi verbal yang minim (Devita, 2020). Menurut Subagia (2021), pola asuh otoriter ditandai dengan dominasi penuh orang tua dalam pengambilan keputusan. Gaya asuh ini ditandai dengan kontrol yang sangat ketat terhadap perilaku anak, penerapan aturan yang kaku, pemberian hukuman apabila anak melanggar aturan yang telah ditetapkan serta jarang memberi pujian kepada anak. Berdasarkan analisa kuesioner bahwa 53,9% orang tua tidak pernah memberikan penghargaan kepada anaknya jika mendapatkan prestasi, 41,2% orang tua melarang anaknya bermain setelah pulang sekolah dan 33,3% orang tua mengharuskan anaknya mengikuti aturan atau keinginannya.

Dari data tersebut peneliti berasumsi bahwa banyaknya pola asuh demokratis yang diterapkan oleh orang tua menunjukkan adanya perubahan cara mendidik anak. Orang tua sekarang cenderung memilih cara yang lebih seimbang, yaitu memberikan kebebasan kepada anak, tapi tetap dengan batasan yang jelas. Selain itu, faktor kemudahan akses informasi juga turut mendorong pemilihan pola asuh yang lebih terbuka, dan mendukung perkembangan emosional anak secara positif.

b. Gambaran Dukungan Sosial Teman Sebaya Pada Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi dukungan sosial dari teman sebaya dalam kategori tinggi. Sebanyak 56 reponden (54,9%) memiliki dukungan sosial teman sebaya yang tinggi, sementara 46 responden (45,1%) memiliki dukungan yang rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Setyorini et al., 2025) diketahui bahwa responden yang

diteliti pada dukungan sosial teman sebaya menunjukkan bahwa mayoritas dukungan sosial responden adalah dalam kategori tinggi sebesar 72,7%. Dukungan sosial teman sebaya adalah dukungan yang diberikan oleh individu yang memiliki rentang usia yang sama, baik berupa perhatian, penghargaan, maupun pertolongan. Dukungan ini diperoleh melalui interaksi sosial yang memungkinkan individu merasakan kepedulian dan keterhubungan emosional dari lingkungannya. Dukungan sosial juga memberikan kenyamanan fisik dan psikologis bagi remaja, di mana individu merasa dicintai, dihargai, diperhatikan, serta diterima dalam kelompok sosialnya (Aviva, 2023).

Remaja yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi cenderung merasa dicintai, diperhatikan, dan dihargai, yang dapat mengurangi gangguan kesehatan mental seperti stres, kecemasan dan depresi. Dukungan teman sebaya juga dapat membantu remaja dalam mengatasi masalah emosional dan meningkatkan kemampuan koping mereka (Syehifi et al., 2024). Dukungan sosial teman sebaya dikatakan rendah ketika remaja merasa dirinya masih diragukan akan kemampuan yang mereka miliki oleh teman sebayanya, merasa diabaikan oleh teman sebayanya dan merasa masih kurang peduli terhadap teman sebayanya (Faqih, 2020). Dari data tersebut peneliti berasumsi bahwa tingginya dukungan sosial teman sebaya yang dirasakan oleh sebagian remaja berkaitan dengan kemampuan mereka menjalin hubungan sosial yang positif serta berada dalam lingkungan yang mendukung, sedangkan dukungan yang rendah disebabkan oleh kurangnya keterampilan sosial, pengalaman sosial negatif, atau kondisi lingkungan yang kurang mendukung, yang dapat berdampak pada kesehatan mental remaja.

c. Gambaran Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Berdasarkan hasil penelitian terhadap kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji didapatkan hasil bahwa dari 102 responden, terdapat 56 responden (54,9%) tidak terindikasi gangguan kesehatan mental, sedangkan 46 responden (45,1%) memiliki indikasi gangguan kesehatan mental. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah remaja dalam penelitian ini memiliki kondisi kesehatan mental yang baik. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Anggarjita et al., (2025) didapatkan bahwa sebagian besar (87,8%) responden memiliki kesehatan mental yang normal. Kesehatan mental yang baik merupakan kondisi psikologis di mana individu berada dalam keadaan emosional yang stabil, tentram, dan seimbang, sehingga mampu menjalani aktivitas sehari-hari secara produktif, menghargai orang di sekitarnya, memanfaatkan potensi diri secara maksimal, mengatasi tekanan hidup secara adaptif, serta membangun hubungan interpersonal yang positif (Duana et al., 2023). Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kondisi kesehatan mental yang baik pada kelompok ini diantaranya, dukungan sosial teman sebaya yang memadai. Remaja yang memiliki hubungan yang baik dengan teman sebaya umumnya merasa diterima, dihargai, dan tidak sendirian dalam menghadapi tekanan hidup. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pangestu & Nurhadianti (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dari teman sebaya dengan kesejahteraan psikologis pada remaja.

Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 46 responden (45,1%) memiliki indikasi gangguan kesehatan mental. Angka ini menunjukkan bahwa hampir

setengah dari remaja mengalami gejala psikologis tertentu yang dapat mengarah pada gangguan mental. Hal ini perlu menjadi perhatian karena menunjukkan bahwa remaja adalah kelompok yang cukup rentan terhadap tekanan psikologis. WHO (2024) mengungkapkan bahwa 1 dari 7 remaja berusia 10-19 tahun di dunia mengalami gangguan mental, yang merupakan 15% dari beban penyakit global pada kelompok usia ini. Gangguan pada kesehatan mental dapat berkembang menjadi permasalahan yang lebih serius dan berpotensi menghambat berbagai aktivitas yang seharusnya dapat dijalankan secara optimal oleh remaja (Amaniey, 2022). Kesehatan mental yang bermasalah dapat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat dan sosial media (Santrock dalam Jayuputri et al., 2024).

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diasumsikan bahwa kesehatan mental remaja dipengaruhi oleh dukungan sosial, pola asuh, serta lingkungan keluarga dan sekolah. Faktor protektif yang kuat mendukung kesejahteraan mental, namun tingginya angka indikasi gangguan menunjukkan perlunya perhatian khusus terhadap upaya pencegahan dan intervensi dini.

2. Analisis Bivariat
   a. Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Berdasarkan hasil *uji chi-square* didapatkan nilai *p value* 0,000 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maula et al., 2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja. Salah satu faktor keluarga yang berpengaruh terhadap kesehatan mental anak adalah pola asuh yang diterapkan oleh orang tua. Penelitian ini menunjukkan responden yang terindikasi gangguan kesehatan mental berada pada pola asuh orang tua permisif dan otoriter. Pola asuh permisif adalah pola asuh di mana orang tua memberikan kebebasan penuh kepada anak tanpa menetapkan aturan yang tegas atau memberikan bimbingan yang memadai. Anak diberi hak sepenuhnya dalam mengambil keputusan dan berperilaku tanpa kontrol maupun tuntutan dari orang tua (Adawiyah dalam Azzahra et al., 2021). Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki indikasi gangguan kesehatan mental terletak pada pola asuh otoriter sebanyak 19 responden (100%). Sejalan dengan penelitian (Kholifah & Sodikin, 2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola asuh orang tua dengan masalah mental emosional dengan nilai p-value 0,000. Dalam penelitian ini orang tua yang menerapkan pola asuh otoriter menjadi bentuk pola asuh yang paling banyak menyebabkan masalah mental emosional.

Berdasarkan hasil penelitian, responden yang tidak terindikasi gangguan kesehatan mental terletak pada pola asuh demokratis sebanyak 56 responden (94,9%). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mardiah et al., (2022) menunjukkan bahwa remaja dengan pola asuh demokratis tidak menunjukkan tanda-tanda mengalami masalah mental emosional. Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 3 responden (5,1%) dengan pola asuh demokratis juga memiliki

indikasi gangguan kesehatan mental. Sejalan dengan penelitian (Ningrum et al., 2023) didapatkan bahwa pola asuh demokratis tidak hanya memberikan dampak positif, tetapi juga dapat menimbulkan dampak negatif, seperti berkurangnya waktu kebersamaan antara orang tua dan anak, ketidakstabilan emosi pada anak, serta potensi terjadinya konflik antara keduanya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hoskins dalam Devita, (2020) menyatakan bahwa orang tua dengan gaya pengasuhan demokratis menerapkan tingkat pemantauan yang tinggi selama masa kanak-kanak, yang kemudian mengalami sedikit penurunan ketika anak memasuki usia remaja. Hal inilah yang dapat menyebabkan remaja dengan orang tua yang demokratis juga berisiko mengalami masalah mental emosional.

Dari data tersebut peneliti berasumsi bahwa ketiga pola asuh tersebut memiliki hubungan yang signifikan terhadap kesehatan mental remaja, dengan demikian semakin tinggi pola asuh permisif dan otoriter maka semakin tinggi pula indikasi gangguan kesehatan mental pada remaja, sedangkan semakin tinggi pola asuh demokratis maka semakin tidak terindikasi gangguan kesehatan mental pada remaja, namun berdasarkan data yang diperoleh peneliti bahwa masih terdapat responden yang memiliki indikasi gangguan kesehatan mental dikarenakan terdapat faktor lain juga yang dapat mempengaruhi kesehatan mental pada remaja.

b. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji

Hasil penelitian didapatkan hasil uji statistik dengan hasil *p-value* 0,000 yang berarti ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rufaida et al., 2021) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan masalah kesehatan jiwa pada remaja. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Awwaliyah et al., 2025) menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Dukungan dari teman sebaya dapat membantu remaja mengatasi stres dan tantangan yang mereka hadapi, serta meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri. Penelitian menunjukkan bahwa remaja yang memiliki dukungan sosial yang kuat dari teman sebaya cenderung memiliki kesejahteraan psikologis yang lebih baik, sedangkan kurangnya dukungan dari teman sebaya dapat menyebabkan perasaan kesepian dan isolasi, yang berpotensi meningkatkan risiko masalah kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan.

Hasil penelitian yang didapatkan oleh peneliti menunjukkan remaja dengan dukungan sosial yang tinggi lebih banyak dan tidak memiliki indikasi gangguan kesehatan mental. Interaksi remaja dengan teman sebaya merupakan aspek penting dalam perkembangan remaja yang berdampak signifikan pada kesehatan mental. Dukungan emosional, penerimaan sosial, dan interaksi positif dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja (Juliyanti, 2025). Sedangkan remaja dengan dukungan sosial teman sebaya rendah dapat mengalami indikasi gangguan kesehatan mental. Dukungan teman sebaya yang tidak optimal umumnya disebabkan oleh kurangnya pemenuhan kebutuhan dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan

instrumental, serta dukungan informasi. Peneliti berasumsi bahwa dukungan sosial teman sebaya berperan penting dalam menjaga kesehatan mental remaja. Dukungan yang memadai membantu remaja mengelola emosi dan menghadapi masalah, sedangkan kurangnya dukungan dapat meningkatkan risiko gangguan psikologis seperti cemas, stres, dan sedih. Oleh karena itu, interaksi sosial yang sehat dengan teman sebaya dipandang sebagai salah satu faktor protektif terhadap gangguan kesehatan mental pada remaja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan antara pola asuh orang tua dan dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1) Pola asuh yang paling umum dialami oleh siswa dalam penelitian ini adalah pengasuhan demokratis, dengan 59 responden (57,9%), diikuti oleh pengasuhan permisif dengan 24 (23,5%) dan pengasuhan otoriter dengan 19 (18,6%).
2) Sebagian besar siswa dalam penelitian ini mengalami tingkat dukungan sosial teman sebaya yang tinggi, dengan 56 responden (54,9%), sedangkan 46 (45,1%) mengalami tingkat dukungan sosial teman sebaya yang rendah.
3) Kondisi kesehatan mental yang paling sering dialami oleh siswa adalah yang tanpa indikasi gangguan kesehatan mental, dengan 56 responden (54,9%) dan 46 (45,1%) menunjukkan gangguan kesehatan mental.
4) Terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (nilai p = 0,000 <0,05).
5) Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 2 Pakuhaji (nilai p = 0,000 <0,05).

DAFTAR PUSTAKA

Amaniey, M. D., & Harahap, F. (2022). Hubungan Antara Bersyukur dengan Kesehatan Mental pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 4(1), 57-64.

Anggarjita, J. T., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2025). Hubungan Antara Dukungan Teman Sebaya Terhadap Tingkat Kesehatan Mental Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, *3*, 253–258. https://doi.org/10.61132/corona.v3i1.1552

Aviva, A. N. (2023). *Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Konsep Diri Pada Remaja Mesjid Raya di Lubuk Pakam* [Skripsi]. Universitas Medan Area.

Awwaliyah, F., Isti'adah, F. N., & Muhajirin, M. (2025). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kesejahteraan Psikologis (Psychological Well-Being) Remaja Di

SMKN 4 Tasikmalaya. *Jubikops: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, *5*(1), 27–38.

Azzahra, A. A., Shamhah, H., Kowara, N. P., & Santoso, M. B. (2021). Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Mental Remaja. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, *2*(3), 461–472.

Devita, Y. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, *20*(2), 503. https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.967

Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Tangerang*. Tangerang: Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang

Duana, M., Ariani, D., & Melinda, M. (2023). Promosi Kesehatan Remaja Sehat Dengan Mental Yang Sehat. *COMSEP: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 160-165.

Fitri, A., Neherta, M., & Sasmita, H. (2019). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Swasta Se Kota Padang Panjang Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, *2*, 68–72.

I-NAMHS (2022) "I-NAMHS: *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey 1*."

Jayuputri, S. R., Su'udi, & Sumiatin, T. (2024). Faktor Dominan Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Di SMAN 2 Tuban. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 795–802.

Juliyanti. (2025). Relationship Between Peer Relationships And Mental Health Among High School Adolescents. *Open Access Health Scientific Journal*, *6*(1), 48–53. https://doi.org/10.55700/oahsj.v6i1.65

Kholifah, N., & Sodikin. (2020). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Masalah Mental Emosional Remaja Di SMP N 2 Sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *5*(2), 99–108. http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/jkm

Mardiah, U. Jumaini., & Darwin, K. (2022). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Masalah Mental Emosional Remaja. *Jurnal Medika Hutama*

Maula, Y. N., Lina, N., & Neni. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dan Lingkungan Teman Sebaya Dengan Kesehatan Mental Remaja Di SMA Negeri 2 Majalengka Tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, *19*(2).

Ningrum, R. I., K, M. A., & Patemah. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Gangguan Kesehatan Mental Pada Remaja. *Media Husada Journal Of Nursing Science*, *4*(3), 197–203. https://mhjns.widyagamahusada.ac.id

Pangestu, M. A., & Nurhadianti, R. D. D. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Siswa SMAN 57 Jakarta. *IKRA-ITH HUMANIORA:*

Jurnal Sosial Dan Humaniora, *8*(2), 43–50. https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v8i2

Riskesdas Kemenkes RI. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.

Rufaida, S. A. (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Masalah Kesehatan Jiwa Pada Remaja*. Universitas Indonesia.

Rufaida, S. A., Wardani, I. Y., & Panjaitan, R. U. (2021). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Masalah Kesehatan Jiwa Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *4*, 175–184. https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj

Setyorini, C., Ningrum, A. N., Zamani, A., & Nurhidayati, N. (2025). Analisis Dukungan Sosial Dengan Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Stikes Mamba'ul 'Ulum Surakarta. *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *13*(01), 150–158. https://doi.org/10.52236/ih.v13i1.695

Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). *Prinsip Dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart* (1st Indonesia). Elsevier Ltd.

Subagia, N. I. (2021). *Pola Asuh Orang Tua*. Bali: Nilacakra

Syafitri, R. N. (2024). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Lubuk Basung* [Skripsi]. Universitas Andalas.

Syehifi, A., Nasriyanto, E. N., & J.Idu, C. R. (2024). Hubungan Teman Sebaya Terhadap Tingkat Stress Pada Remaja. *Gudang Jurnal Iimu Kesehatan*, *2*, 318–322. https://doi.org/10.59435/gjik.v2i2.863

WHO (2022). *Mental health*. Tersedia pada: https://www.who.int/news-room/fact sheets/detail/mental-disorders

WHO (2024). *Mental health of adolescents*. Tersedia pada: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

JOURNAL JOSNHS

Smart Nursing & Health Science

Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

PENGARUH SELF AFIRMATION TERHADAP KECEMASAN REMAJA DALAM MENGAHDAPI SELEKSI MASUK PERGURUAN TINGGI DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 2 LEBAK

THE EFFECT OF SELF-AFFIRMATION ON ADOLESCENT ANXIETY IN FACING THE UNIVERSITY ENTRANCE SELECTION PROGRAM AT STATE MADRASAH ALIYAH 2 LEBAK

Fahmi Yusup Ependi[1], Osep Yasier Almunsiri[2], Lailatul Fadilah[3]

[1]Applied Bachelor Study Program in Nursing, Poltekkes Kemenkes Banten, yusupfahmi1@gmail.com
[2]Nursing Departement, Poltekkes Kemenkes Banten, osepyasier240996@gmail.com
[3]Nursing Departement, Poltekkes Kemenkes Banten, lailatul.fadilah@poltekkesbanten.ac.id

Fahmi Yusup Ependi[1]
Yusupfahmi1@gmail.com

Keywords :
Adolescents, Anxiety, Self Affirmation

ABSTRACT

Background: *Adolescence is the transition from childhood to adulthood, causing psychosocial changes, one of which is anxiety. Anxiety is a feeling of fear that something will happen due to anticipation of impending danger, thus helping people prepare to face threats. To overcome anxiety, self-affirmation can be used as a non-pharmacological measure to reduce anxiety in a person.* ***Objective:*** *The purpose of this study To determine the effect of self-affirmation on adolescent anxiety in facing college entrance selection at Madrasah Aliyah Negeri 2 Lebak.* ***Method:*** *The method used in this study was quantitative with a quasi-experimental design. The sampling method in this study was purposive sampling. The sample used in this study was 30 respondents. The instruments used in this study were the HARS questionnaire and the Self-Affirmation Standard Operating Procedure.* ***Results:*** *The results of the Simple Paired T-Test obtained a P-Value of 0.000 <the significant value (α = 0.05).* ***Conclusion:*** *The results of this study indicate that self-affirmation has an effect on adolescent anxiety*

Kata Kunci :
Kecemasan, Remaja, Self Affirmation

ABSTRACT

Latar Belakang: *Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang menimbulkan perubahan psikososial salah satunya adalah kecemasan. Kecemasan merupakan perasaan takut akan sesuatu yang akan terjadi karena adanya antisipasi terhadap bahaya yang akan datang sehingga membantu individu mempersiapkan diri terhadap ancaman. Untuk mengatasi kecemasan, Self*

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Affirmation dapat digunakan sebagai salah satu tindakan nonfarmakologis untuk menurunkan kecemasan pada diri seseorang. ***Tujuan Penelitian:*** *Untuk mengetahui bagaimana pengaruh Self Affirmation terhadap kecemasan remaja dalam menghadapi seleksi masuk perguruan tinggi di Madrasah Aliyah Negeri 2 Lebak.* ***Metode Penelitian:*** *Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain quasi eksperimen. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 30 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner HARS dan Standard Operating Procedures for Self Affirmation.* ***Hasil:*** *Hasil uji Simple Paired T Test diperoleh nilai P Value sebesar 0,000 < dari nilai signifikan (α = 0,05).* ***Kesimpulan****: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh Self Affirmation terhadap kecemasan remaja.*

BACKGROUND

kecemasan adalah perasaan takut akan terjadi sesuatu karena antisipasi bahaya yang akan datang sehingga membantu orang bersiap menghadapi ancaman (Ummah, 2019) . Hal ini dapat menimbulkan suatu ketidaknyamanan dan mengganggu fungsi kehidupan sehari-hari, menimbulkan distres, atau menghindari situasi sosial yang menimbulkan stres bagi individu tersebut (Amira *et al.* , 2021) .

World Health Organization (WHO) mendata jumlah penderita gangguan jiwa di dunia mencapai 699 juta orang, data WHO (2019) ini menunjukkan terdapat sekitar 301 juta orang mengalami gangguan kecemasan, (Grace Septyanti, Novita Anggraini dan Aprida Manurung, 2024) . *Pre* valensi di Indonesia terkait gangguan kecemasan berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018 menunjukkan bahwa 19 juta orang pada usia 15 tahun ke atas di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan dan de *pre* si. *Pre* valensi di provinsi Banten mencapai 8,7% (Kemenkes, 2018)

Seseorang dapat mengalami kecemasan atau merasa kebingungan dan kehilangan kendali terhadap masa depannya. Hal itu mengakibatkan kesulitan bagi individu merencanakan masa depan mereka, yang pada akhirnya memberikan kontribusi pada pengalaman kecemasan yang berkelanjutan terkait masa depan.

Sedangkan penanganan untuk menurunkan angka kecemasan dengan *Self afirmasi* yaitu ungkapan positif yang memuat harapan dan keinginan dalam pikiran dan kalimat untuk menghilangkan pikiran negatif dan meningkatkan nilai pikiran positif. *Self Affirmation* menyatakan hal positif yang bila diulang secara teratur, akan memperkuat keyakinan positif dalam diri dengan mendorong otak untuk berpikir positif dan optimis. (Septyanti dkk., 2024) .

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Hasil penelitian Idrayani (2019) menunjukkan bahwa intervensi *Self Affirmation* dapat menurunkan kecemasan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan menurut penelitian Fortunada dkk (2024) yang menunjukkan hasil uji statistik bukti nilai hasil olah data sebesar $p \leq 0{,}005$. Kemudian *uji* t berpasangan diperoleh hasil p *Value* $0{,}00 < 0{,}05$ yang menunjukkan adanya pengaruh dari *Self Affirmation*

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Madrasah Aliyah Negeri 2 Lebak pada hari kamis tanggal 16 Januari 2025 dengan metode wawancara pada 10 remaja memperoleh tanda-tanda kecemasan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti **"Pengaruh *Self Affirmation* Terhadp Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi Seleksi Masuk Perguruan Tinggi Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Lebak".**

METHOD

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain kuasi-eksperimental pretest dan posttest pada satu kelompok intervensi tanpa kelompok kontrol. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Populasi yang diambil adalah 122 siswa kelas 12 yang mengikuti seleksi masuk perguruan tinggi, kemudian diseleksi berdasarkan kriteria dan rumus Lameshow dan ditemukan sampel sebanyak 30 responden. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat *Self Affirmation* dan kecemasan dengan kategori tidak cemas, kecemasan ringan, kecemasan sedang, dan kecemasan berat. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner HARS dan Standard Operating Procedure yang diterapkan selama 7 hari dengan analisis statistik T-test. Penelitian ini telah diuji secara etis oleh lembaga etik terkait dan dinyatakan lulus.

RESULT

Tabel 1
Distribusi Responden

Karakteristik	Frekuensi	*Pre* sentase (%)
Jenis Kelamin		
1. Laki-laki	7	23,3
2. Perempuan	23	76,7
Total	30	100%

Tabel 2
Tingkat kecemasan sebelum perlakuan

	Frekuensi	Persentase
Tidak cemas	0	0%
Cemas ringan	15	50,0%
Cemas sedang	13	43,3%
Cemas berat	2	6,7%
Total	30	100%

Tabel 3
Tingkat cemas setelah perlakuan

	Frekuensi	Persentase

Tidak cemas	20	66,7%
Cemas ringan	9	30%
Cemas sedang	1	3,3%
Cemas berat	0	0%
Total	30	100%

Tabel 4
Uji Normalitas Data

	Frekuensi	Statistik	Tanda tangan.
Pra - Tes	30	0,965	0,415
Pasca - Ujian	30	0,947	0,143

Tabel 5
Uji Hipotesis Simpel Paired T-test

	Frekuensi	Rata-Rata	Standar Deviasi	*T Hitung*	Tanda tangan.
Pra - Pasca Tes	30	13.067	7.390	9.684	0.000

DISCUSSION

Berdasarkan data yang diperoleh, perempuan mendominasi populasi. Hal ini juga karena perempuan berisiko lebih besar mengalami gangguan kecemasan dan stres akibat perbedaan hormon dan perbedaan stres psikososial pada perempuan. Pernyataan ini didukung oleh teori bahwa perempuan cenderung mengalami tingkat stres 30% lebih tinggi daripada laki-laki (Aji dan Rizkasari, 2023). Adapun gejala yang disebabkan oleh kecemasan, seperti yang ditemukan dalam hasil kuesioner, responden umumnya menjawab merasa cemas, terlalu khawatir tentang berbagai hal, mudah tersinggung dan marah, mengalami mimpi buruk dan kesulitan tidur, kesulitan berkonsentrasi, peningkatan frekuensi buang air kecil, merasa gemetar, dan sebagainya (Swarjana, 2022).

Setelah menjalani terapi *Self Affirmation* selama 7 hari, ditemukan bahwa kecemasan yang dialami oleh responden setelah terapi sebagian besar berada pada tingkat tidak cemas. Hasil yang ditemukan setelah terapi pada responden menunjukkan bahwa tingkat kecemasan menurun atau terjadi penurunan kecemasan. Tingkat kecemasan dapat menurun karena *Self Affirmation* memiliki efek fisik dan psikologis berupa ketenangan karena adanya hormon anti-stres, sehingga memberikan perasaan relaksasi dan membentuk respons emosional yang positif (Aji dan Rizkasari, 2023).

Dalam perawatan ini, responden diminta untuk menulis kalimat dan harapan positif dalam buku atau lembar yang disediakan. Mereka kemudian diminta untuk rileks dan menerapkan kalimat dan harapan yang tertulis dalam pikiran mereka selama 10 hingga 15 menit setiap hari selama tujuh hari. Penelitian yang dilakukan oleh Idrayani (2019) menunjukkan bahwa *Self Affirmation* memengaruhi kecemasan pada remaja dengan memelihara emosi bawah sadar mereka menuju sesuatu yang lebih positif. Keinginan yang dirumuskan oleh remaja dan dijalani dengan makna yang mendalam setiap hari dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka. Persepsi kognitif positif yang berulang akan menuliskan ingatan di alam bawah sadar seseorang, menghasilkan suasana hati dan pikiran yang lebih positif (Khadijah dan Zakky Abdul Ghoniy, 2022).

Menurut para peneliti, ketika individu fokus pada aspek positif, aspek sentral dari identitas diri mereka akan memberikan manfaat seperti peningkatan suasana hati yang lebih positif, sehingga mengurangi gejala stres dan kecemasan. Semakin banyak individu mengarahkan pikiran mereka ke sesuatu yang positif di alam bawah sadar, individu tersebut akan terus merasakan hal-hal positif sehingga gejala yang dirasakan seperti kecemasan akan berkurang karena alam bawah sadar mengendalikan pikiran yang terbiasa mengarah ke arah positif.

Studi ini menghadapi keterbatasan, termasuk keterbatasan literatur yang digunakan dalam penyusunannya. Literatur pendukung tentang teori *Self Affirmation* menghadirkan tantangan karena keterbatasan penelitian dan prosedur standar untuk pemberian terapi *Self Affirmation*. Selain keterbatasan literatur, desain satu kelompok dianggap tidak cukup untuk menunjukkan efek, sehingga diperlukan kelompok kontrol untuk memperkuat temuan.

CONCLUSION

Hasil penelitian ini menunjukkan penurunan signifikan pada tingkat kecemasan remaja kelas 12 setelah diberikan intervensi *Self Affirmation* dengan nilai P = 0,000. Pada hari pertama pretest, remaja ditemukan mengalami kecemasan ringan, kecemasan sedang, dan kecemasan sedang. Namun, pada hari ketujuh posttest, tingkat kecemasan remaja ditemukan tidak cemas, kecemasan ringan, dan kecemasan sedang, dengan perbedaan 13,067. Meskipun temuan ini menunjukkan bahwa *Self Affirmation* merupakan tindakan efektif dalam mengurangi tingkat kecemasan di Madrasah Aliyah Negeri 2 Lebak, ketiadaan kelompok kontrol membatasi hasil yang lebih meyakinkan. Penelitian selanjutnya harus menyertakan kelompok kontrol untuk lebih memvalidasi efek *Self Affirmation*.

ACKNOWLEDGMENTS

Penelitian ini tidak terlepas dari keterlibatan berbagai pihak yang mendukung, sehingga peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada lahan penelitian dan institusi yang sudah membantu proses penelitian ini, tidak lupa beribu terimakasih peneliti ucaokan kepada semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

REFERENCES

Aji, P.T. and Rizkasari, E. (2023) 'Efektifitas Terapi Afirmasi Positif Dan Relaksasi Terhadap Penurunan Tingkat Stres Pada Siswa Sekolah Dasar', Jurnal Sinektik, 4(2), pp. 196–208. Available at: https://doi.org/10.33061/js.v4i2.6716.

Amira, I. et al. (2021) 'Literature Review: Intervensi Dalam Menurunkan Kecemasan Pada Mahasiswa Interventions To Reduce Students' Anxiety', Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan dan Farmasi, 21(2), p. 286. Available at: https://doi.org/10.36465/jkbth.v21i2.760.

Grace Septyanti, Novita Anggraini and Aprida Manurung (2024) 'Penerapan Terapi Afirmasi Positif pada Pasien dengan Harga Diri Rendah di Rumah Sakit Jiwa Palembang', Jurnal Anestesi, 2(3), pp. 168–177. Available at: https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i3.1221.

Kemenkes (2018) 'Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf', Lembaga Penerbit Balitbangkes, p. hal 156.

Khadijah and Zakky Abdul Ghoniy (2022) 'Pengaruh Terapi Menulis Ekspresif Dengan

Kombinasi Afirmasi Positif Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Di Surakarta', Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan, 10(02), pp. 134–144. Available at: https://doi.org/10.52236/ih.v10i2.247.

Swarjana, I.K. (2022) Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepso, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan - Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuisioner. Yogyakarta: ANDI.

Ummah, M.S. (2019) 'modul keperawatan jiwa', Sustainability (Switzerland), 11(1), pp. 1–14. Available at: http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI.

JOURNAL JOSNHS

Smart Nursing & Health Science

Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

EFEKTIVITAS *BUERGER ALLEN EXERCISE* DAN AKUPRESUR TERHADAP PENINGKATAN NILAI *ANKLE BRACHIAL INDEX* PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS NEGLASARI.

THE EFFECTIVENESS OF BUERGER ALLEN EXERCISE AND ACUPRESSURE IN IMPROVING THE ANKLE BRACHIAL INDEX IN PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS AT NEGLASARI PUBLIC HEALTH CENTER.

Siti Fatchurachma[1], Marlin Brigita[2], Suhartini[3]

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Banten

Corresponding author :

fatchurachma12@gmail.com

Keywords :

Acupressure, ankle brachial index, buerger allen exercise, type 2 diabetes mellitus

ABSTRACT

Background: *Long-term type 2 diabetes mellitus can cause peripheral circulatory disorders, increasing the risk of peripheral arterial disease. Buerger Allen Exercise and Acupressure are non-pharmacological interventions that can improve peripheral blood circulation and Ankle-Brachial Index values. Therefore, it is important to determine the effectiveness of these two interventions in patients with type 2 diabetes mellitus.* ***Purpose:*** *To determine the effectiveness of Buerger Allen Exercise and Acupressure in improving Ankle-Brachial Index values among patients with type 2 diabetes mellitus at Neglasari Community Health Center.* ***Method:*** *This study employed a quantitative approach using a quasi-experimental two-group pre-test and post-test design. A total of 26 respondents were recruited and divided into two intervention groups: 13 participants received Buerger Allen Exercise and 13 participants received acupressure.* ***Result:*** *There was an increase in Ankle-Brachial Index values following both the Buerger Allen Exercise and Acupressure interventions and there was a difference in the increase in the Ankle Brachial Index value between the Buerger Allen Exercise group and the Acupressure group.*

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

ABSTRACT

Latar Belakang: Diabetes melitus tipe 2 dalam jangka panjang dapat menyebabkan gangguan sirkulasi perifer yang meningkatkan risiko penyakit arteri perifer. *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur merupakan terapi non-farmakologis yang dapat meningkatkan sirkulasi darah perifer dan nilai *Ankle Brachial Index*, sehingga perlu diketahui efektivitas kedua intervensi tersebut pada pasien diabetes melitus tipe 2. **Tujuan:** Untuk mengetahui efektivitas *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur terhadap peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Neglasari. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi eksperimen *two group pre-test* dan *post-test design*. Sampel total berjumlah 26 responden yang dibagi menjadi dua kelompok intervensi, yaitu *Buerger Allen Exercise* sebanyak 13 orang dan Akupresur sebanyak 13 orang. **Kesimpulan:** Terdapat peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* setelah dilakukan intervensi *Buerger Allen Exercise* dan intervensi Akupresur, selain itu terdapat perbedaan peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* antara kelompok *Buerger Allen Exercise* dan kelompok Akupresur.

BACKGROUND

Diabetes melitus tipe 2 merupakan salah satu gangguan metabolik yang ditandai oleh resistensi insulin yang diikuti dengan penurunan progresif fungsi sel β pankreas dalam memproduksi insulin (Lu *et al.*, 2024). Kondisi ini menyebabkan tubuh tidak dapat menggunakan insulin secara efektif, sehingga kadar glukosa tetap tinggi dalam sirkulasi darah. Diabetes melitus tipe 2 termasuk dalam kelompok penyakit tidak menular (PTM) dengan prevalensi yang terus meningkat di seluruh dunia serta menjadi penyebab utama morbiditas dan mortilitas global (He *et al.*, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa lebih dari 820 juta orang di seluruh dunia menderita diabetes, dengan pengidap diabetes melitus tipe 2 menyumbang sebagian besar kasus (WHO, 2025). Sejalan dengan temuan tersebut, *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan bahwa diabetes melitus tipe 2 menyumbang lebih dari 90% kasus diabetes secara global. Pada tahun 2024, terdapat sekitar 589 juta orang dewasa (berusia 20-79 tahun) yang menderita diabetes, dan pada tahun 2050, jumlah tersebut diperkirakan akan meningkat menjadi 853 juta orang (IDF, 2025).

Di Indonesia, diabetes menjadi salah satu masalah kesehatan yang menunjukkan tren peningkatan setiap tahunnya. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023, prevalensi diabetes melitus berdasarkan diagnosis dokter mencapai 1,7% sekitar 17.479 orang, sedangkan hasil pemeriksaan gula darah menunjukkan angka sebesar 11,7% sekitar 120.295

orang, dan sekitar 50,2% atau 60.400 orang, di antaranya merupakan diabetes melitus tipe 2. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebagian besar kasus diabetes di Indonesia adalah tipe 2 (Kemenkes RI, 2023). Hal ini dikarenakan seiring meningkatnya faktor risiko pada masyarakat Indonesia, seperti; prevalensi obesitas, gaya hidup tidak aktif, dan diet yang tidak sehat (Mulyati, 2024).

Pada tahun 2023 di Provinsi Banten tercatat penderita diabetes melitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 249.564 orang, dengan jumlah penderita tertinggi berada di Kota Tangerang yaitu sebanyak 93.500 orang (Dinkes Provinsi Banten, 2023). Berdasarkan data yang diperoleh dari Satu Data Tangerang Kota pada tahun 2025, di kecamatan Neglasari pengidap diabetes melitus mencapai 1.863 orang. (Dinas Kesehatan Kota Tangerang, 2025). Selain itu, berdasarkan data dari Puskesmas Neglasari tahun 2025, jumlah pasien diabetes melitus tipe 2 yang melakukan kontrol tercatat sebanyak 1.609 orang. Data yang diperoleh menunjukkan tingginya pengidap diabetes melitus tipe 2, sehingga berpotensi meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kronis pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Pengidap diabetes melitus tipe 2 dalam jangka panjang berisiko mengalami berbagai komplikasi, baik kronik maupun akut (Fadilla, Julaiha and Hartati, 2023). Komplikasi akut terdiri atas hipoglikemi, diabetes ketoasidosis dan hiperglikemi hiperosmolar nonketotik (HHNK) (Sasombo, Katuuk and Bidjuni, 2021). Pada komplikasi kronik terdapat gangguan makrovaskular dan mikrovaskular, gangguan makrovaskular yaitu gangguan pembuluh darah besar seperti sirkulasi koroner, vaskular cerebral, dan vaskular perifer, sedangkan gangguan mikrovaskular yaitu gangguan pada pembuluh darah kecil seperti retinopati, nefropati, dan neuropati diabetik (Wardojo, 2024).

Salah satu bentuk gangguan makrovaskular yang sering ditemukan pada pengidap diabetes melitus tipe 2 adalah *Peripheral Artery Disease* (PAD) (Qalbi, Ekayanti and Amba, 2024). *Peripheral Artery Disease* (PAD) adalah kondisi yang terjadi akibat penyumbatan pada pembuluh darah perifer, terutama di area tungkai bawah. Penyumbatan ini umumnya disebabkan oleh proses aterosklerosis yang mengakibatkan berkurangnya aliran darah ke jaringan perifer (Bharata, Wibisono and Ekoputranto, 2021). Kondisi ini dapat memicu terjadinya luka kronik atau ulkus diabetikum, meningkatkan risiko infeksi, dan pada kasus yang berat dapat menyebabkan gangren serta memerlukan amputasi (Widiastuti *et al.*, 2022).

Deteksi dini dan pemantauan kondisi perfusi perifer, khususnya pada ekstremitas bawah pasien diabetes melitus tipe 2, merupakan langkah penting dalam pencegahan komplikasi. Salah satu metode yang digunakan untuk menilai aliran darah ke perifer, termasuk kaki, adalah pengukuran *Ankle Brachial Index* (ABI). *Ankle Brachial Index* (ABI) merupakan rasio antara tekanan darah sistolik tertinggi pada pergelangan kaki yang diukur melalui arteri tibialis anterior atau dorsalis pedis maupun arteri tibialis posterior dengan tekanan darah sistolik tertinggi pada lengan. Pemeriksaan ini merupakan alat skrining yang paling umum digunakan dalam praktik klinis untuk mendeteksi adanya penyakit arteri perifer (PAD) pada tungkai bawah (Ugwu, Anyanwu and Olamoyegun, 2021).

Berbagai metode non-farmakologi telah dikembangkan untuk meningkatkan perfusi perifer pada pasien diabetes melitus tipe 2, salah satunya yaitu *Buerger Allen Exercise* (BAE). *Buerger Allen Exercise* (BAE) merupakan salah satu bentuk terapi modalitas yang dilakukan melalui serangkaian gerakan postural aktif pada area plantar (telapak kaki) dengan memanfaatkan pengaruh gravitasi secara teratur (Rahmi & Rasyid, 2023). Gravitasi dalam

latihan ini membantu proses pengosongan dan pengisian pembuluh darah secara bergantian, sehingga aliran serta sirkulasi darah dalam sistem vaskular menjadi lebih optimal (Pratiwi *et al.*, 2020).

Sedangkan terapi lain yang dapat dilakukan untuk memperbaiki sirkulasi darah perifer adalah Akupresur. Akupresur merupakan teknik terapi yang dilakukan dengan memberikan tekanan pada titik-titik meridian atau titik akupuntur tertentu untuk menstimulasi aliran energi dalam tubuh, sehingga membantu memperbaiki dan melancarkan sirkulasi ke seluruh tubuh (Surya and Desnita, 2020).

Menurut penelitian Fitriani et al. (2025) bahwa setelah dilakukan terapi *Buerger Allen Exercise* menunjukkan adanya peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* (ABI) pada kelompok intervensi, dengan nilai pre test rata-rata nilai ABI adalah 0,94 lalu post test rata-rata nilai ABI adalah 1,06, kelompok intervensi menunjukkan rata-rata peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu, penelitian sebelumnya terkait Akupresur menurut Jumari & Suryadi (2020) bahwa hasil dari penelitian yang dilakukan menunjukkan sebelum dilakukan intervensi, nilai Ankle Brachial Index (ABI) pada kelompok akupresur yaitu sebesar 0,81. Setelah diberikan intervensi akupresur, terjadi peningkatan nilai ABI menjadi 0,90 dengan rata-rata peningkatan sebesar 0,09. Hal ini menunjukan bahwa ada peningkatan pada nilai Ankle Brachial Index (ABI) setelah dilakukan terapi akupresur.

Secara umum, penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa Buerger Allen Exercise (BAE) maupun Akupresur sama-sama mampu meningkatkan sirkulasi darah perifer dan memperbaiki nilai Ankle Brachial Index (ABI), yang menandakan peningkatan perfusi jaringan pada ekstremitas bawah pasien diabetes melitus tipe 2. Namun, penelitian tersebut masih dilakukan secara terpisah, dan belum ada yang secara langsung membandingkan efektivitas keduanya dalam satu penelitian.

Perbandingan efektivitas antara Buerger Allen Exercise dan Akupresur penting dilakukan karena kedua intervensi tersebut sering digunakan untuk terapi non-farmakologi dalam meningkatkan sirkulasi darah perifer. Selain itu, keduanya memiliki mekanisme kerja yang berbeda namun memiliki tujuan yang sama, yaitu meningkatkan sirkulasi darah perifer dan memperbaiki perfusi jaringan ekstremitas bawah pada pasien diabetes melitus tipe 2. Oleh karena itu, perlu adanya bukti ilmiah yang menunjukkan intervensi mana di antara Buerger Allen Exercise dan Akupresur yang memberikan hasil lebih optimal terhadap peningkatan nilai Ankle Brachial Index (ABI).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 03 Maret 2026 dan didapatkan data penderita diabetes melitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Neglasari dalam tiga bulan terakhir adalah 405 orang. Diabetes melitus tipe 2 masuk kedalam salah satu sepuluh penyakit terbanyak di Puskesmas Neglasari. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul "Efektivitas Buerger Allen Exercise dan Akupresur terhadap peningkatan nilai Ankle Brachial Index pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Neglasari", guna membandingkan sejauh mana masing-masing intervensi dapat meningkatkan nilai Ankle Brachial Index (ABI).

METHOD

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Dalam penelitian ini desain penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan metode penelitian *quasi-eksperimental two group pre-test and post test design*. Lokasi penelitian ini dilakukan di Puskesmas Neglasari, Kecamatan Neglasari, Kota Tangerang, Banten. Penelitian ini berlangsung dari bulan Februari – Maret 2026. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Neglasari. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*, sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Lemeshow hasilnya berjumlah 26 sampel yang dibagi menjadi dua kelompok intervensi, yaitu *Buerger Allen Exercise* sebanyak 13 orang dan Akupresur sebanyak 13 orang. Kriteria inklusi meliputi pasien diabetes melitus tipe 2, pasien mampu mengikuti instruksi, pasien bersedia menjadi responden penelitian, sedangkan kriteria ekslusi adalah pasien diabetes melitus tipe 2 yang memiliki ulkus diabetikum, dan udem kronis pada ekstremitas bawah, pasien mengalami hipoglikemia, kadar glukosa sewaktu <70mg/dL atau hiperglikemia berat, kadar glukosa sewaktu >250mg/dL, pasien dengan fraktur atau dislokasi pada ekstremitas bawah, pasien dengan gangguan neurologis dan kardiologis, dan pasien yang menolak menjadi responden penelitian. Intervensi dilakukan selama 3 hari selama 15-20 menit. Nilai *Ankle Brachial Index* dinilai menggunakan Sphygnomanometer digital, dan stetoskop sebelum intervensi (pretest) dan setelah intervensi (posttest). Proses manajemen data dilakukan melalui tahap editing, coding, data entry, tabulating, procesing, dan cleaning. Analisis data menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden, dan analisis bivariat pada hasil normalitas jika data berdistribusi normal ($p > 0,05$) maka digunakan uji *Paired t-test* dan apabila hasil normalitas data berdistribusi tidak normal ($p < 0,05$) maka digunakan uji *Wilcoxon.,* Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik (ethical clearance) dari Komite Etik Penelitian Universitas Yatsi Madani, serta seluruh responden telah menandatangani lembar informed consent sebelum mengikuti penelitian. Peneliti juga menerapkan prinsip etika penelitian meliputi respect for person, beneficiency, non-malaficience, dan justice.

RESULT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur terhadap peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* pada pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas neglasari. Total responden berjumlah 26 responden, dengan jumlah 13 responden intervensi *Buerger Allen Exercise* dan 13 responden merupakan intervensi Akupresur melalui pengisian lembar observasi pre test dan post test nilai *Ankle Brachial Index*, penelitian ini disajikan dengan dua bagian hasil analisis yaitu univariat dan bivariat.

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Karakteristik	***Buerger Allen Exercise***		**Akupresur**	
Jenis Kelamin	**F**	**P (%)**	**F**	**P (%)**
Laki-laki	4	30.8%	2	15.4%
Perempuan	9	69.2%	11	84.6%
Usia	**F**	**P (%)**	**F**	**P (%)**
41-50	0	0.0%	1	7.7%

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

51-60	7	53.8%	4	30.8%
61-70	6	46.2%	8	61.5%
Riwayat Merokok	**F**	**P (%)**	**F**	**P (%)**
Tidak Merokok	9	69.2%	11	84.6%
Merokok	4	30.8%	2	15.4%
Lama menderita DM tipe 2	**F**	**P (%)**	**F**	**P (%)**
Baru (< 5tahun)	6	46.2%	3	23.1%
Lama (≥5tahun)	7	53.8%	10	76.9%

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden pada kedua kelompok berjenis kelamin perempuan, dimana pada kelompok *Buerger Allen Exercise* responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 9 responden (69.2%), sedangkan pada kelompok Akupresur sebanyak 11 responden (84.6%). Berdasarkan karakteristik usia, mayoritas responden pada kelompok *Buerger Allen Exercise* berada pada rentang usia 51-60 tahun sebanyak 7 responden (53.8%), sedangkan pada kelompok Akupresur mayoritas responden berada pada rentang usia 61-70 tahun sebanyak 8 responden (61.5%). Berdasarkan riwayat merokok, sebagian besar responden pada kedua kelompok tidak memiliki riwayat merokok, yaitu pada kelompok *Buerger Allen Exercise* sebanyak 9 responden (69.2%) dan pada kelompok Akupresur sebanyak 11 responden (84.6%). Selain itu, mayoritas responden telah menderita diabetes melitus tipe 2 selama ≥ 5 tahun, yaitu pada kelompok *Buerger Allen Exercise* sebanyak 7 responden (53.8%) dan pada kelompok Akupresur sebanyak 10 responden (76.9%).

Tabel 2 Distribusi rerata nilai *Ankle Brachial Index* pasien diabetes melitus tipe 2 sebelum dan sesudah diberikan intervensi *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur

Intervensi	Variabel	Mean	Std.deviasi	Min-max
Buerger Allen Exercise	Nilai ABI pre test	0.8831	0.04385	0.81-0.96
	Nilai ABI post test	0.9338	0.04464	0.86-1.00
Akupresur	Nilai ABI pre test	0.8631	0.04644	0.80-0.93
	Nilai ABI post test	0.8800	0.04416	0.80-0.95

Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rerata nilai *Ankle Brachial Index* setelah diberikan intervensi pada kedua kelompok. Pada kelompok *Buerger Allen Exercise*, mean nilai *Ankle Brachial Index* sebelum intervensi sebesar 0.8831 dan meningkat menjadi 0.9338 setelah intervensi diberikan. Sementara itu, pada kelompok Akupresur mean nilai *Ankle Brachial Index* sebelum intervensi 0.8631 dan meningkat menjadi 0.8800 setelah intervensi diberikan. Peningkatan mean nilai *Ankle Brachial Index* pada kelompok *Buerger Allen Exercise* terlihat lebih besar dibandingkan kelompok Akupresur.

Analisis Bivariat

Tabel 3 Hasil Uji *Paired t-test* Nilai *Ankle Brakhial Index* Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Kelompok	Mean Pre	Mean Post	Selisih Mean	t hitung	p-value
BAE	0.8831	0.9338	0.05077	-19.186	0.000
Akupresur	0.8631	0.8800	0.01692	-5.500	0.000

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* setelah diberikan intervensi *Buerger Allen Exercise* maupun Akupresur. Pada kelompok *Buerger Allen Exercise* mean nilai *Ankle Brachial Index* meningkat dari 0.8831 menjadi 0.9338 dengan selisih mean sebesar 0.05077. sedangkan pada kelompok Akupresur mean nilai *Ankle Brachial Index* meningkat dari 0.8631 menjadi 0.8800 dengan selisih mean sebesar 0.01692. Hasil uji *paired t-test* pada kedua kelompok diperoleh nilai p-value sebesar 0.000 (<0.05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* sebelum dan sesudah pemeberian intervensi *Buerger Allen Exercise* maupun Akupresur.

Tabel 4 Hasil Uji *Independent t-test* Nilai *Ankle Brakhial Index* Sebelum dan Sesudah Diberikan Intervensi Buerger Allen Exercise dan Akupresur

Kelompok	N	Mean	SD	p-value
BAE	13	0.9338	0.04464	0.005
Akupresur	13	0.8800	0.04416	

Berdasarkan Tabel 5.6 menunjukkan bahwa mean kelompok *Buerger Allen Exercise* adalah 0.9338 dengan jumlah responden 13, sedangkan mean kelompok Akupresur adalah 0.8800 dengan jumlah responden 13 dan nilai p-value adalah 0.005, karena p-value < 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* antara kelompok *Buerger Allen Exercise* dan kelompok Akupresur.

DISCUSSION

Pada hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa terdapat peningkatan nilai *Ankle Brakhial Index* pasien setelah diberikan intervensi *Buerger Allen Exercise* dimana rata-rata (mean) nilai *Ankle Brakhial Index* sebelum diberikan tindakan *Buerger Allen Exercise* sebesar 0.8831, sementara itu nilai *Ankle Brakhial Index* setelah diberikan tindakan *Buerger Allen Exercise* sebesar 0.9338. Hal ini menunjukkan bahwa *Buerger Allen Exercise* mampu meningkatkan nilai *Ankle Brakhial Index* pasien diabetes melitus tipe 2. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh penelitian yang dilakukan oleh Millenia (2024) juga menunjukkan bahwa pemberian *Buerger Allen Exercise* secara rutin mampu meningkatkan sirkulasi perifer dan nilai *Ankle Brachial Index* pada pasien diabetes melitus tipe 2.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan nilai *Ankle Brakhial Index* setelah diberikan intervensi Akupresur terlihat dari rata-rata (mean) nilai *Ankle Brakhial Index* sebelum diberikan tindakan Akupresur sebesar 0.8631, sementara itu nilai *Ankle Brakhial Index* setelah diberikan tindakan Akupresur sebesar 0.8800. Hal ini menunjukkan bahwa Akupresur dapat meningkatkan nilai *Ankle Brakhial Index* pada pasien diabetes melitus tipe 2. Peningkatan nilai *Ankle Brakhial Index* ini terjadi karena stimulus yang dilakukan pada titik-titik akupresur sehingga mampu membantu memperlancar aliran darah perifer pada ekstremitas bawah. Hal ini sejalan dengan penelitian Jumari *et al.* (2024) yang menjelaskan bahwa dengan intervensi Akupresur dengan memijat titik-titik tertentu di kaki dapat membantu

melancarkan aliran darah karena merangsang saraf dan pembuluh darah di sekitarnya. Rangsangan ini memicu pelepasan zat seperti histamin yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah (vasodilatasi), sehingga aliran darah ke kaki menjadi lebih lancar. Selain itu, akupresur juga dapat meningkatkan kerja pankreas dan penggunaan glukosa dalam tubuh, sehingga kadar gula darah menurun. Kombinasi efek tersebut membuat sirkulasi perifer membaik dan dapat meningkatkan nilai *Ankle Brachial Index*.

Berdasarkan hasil penelitian, kedua intervensi yaitu *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur sama-sama ada peningkatan nilai *Ankle Brachial Index.* Namun, dalam jangka waktu intervensi yang singkat yaitu selama 3 hari, Buerger Allen Exercise menunjukkan peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan Akupresur, yang terlihat dari selisih mean nilai Ankle Brachial Index yang lebih tinggi yaitu 0.05077.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Musthofa et al. (2025) bahwa latihan *Buerger Allen Exercise* yang dilakukan secara rutin mampu membantu memperbaiki sirkulasi darah perifer sehingga perfusi jaringan pada ekstremitas bawah menjadi optimal. Pada penelitian tersebut juga menjelaskan bahwa latihan *Buerger Allen Exercise* melibatkan perubahan posisi ekstremitas dan gerak kaki aktif sehingga mampu meningkatkan perfusi perifer melalui peningkatan aliran darah pada ekstremitas bawah. Selain itu, penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini yaitu Latri et al. (2024) dimana peningkatan nilai Ankle Brachial Index pada kelompok Akupresur berkaitan dengan mekanisme stimulasi titik-titik Akupresur yang berperan dalam memperbaiki sirkulasi darah perifer. Stimulasi tersebut dapat memicu respon neurovaskular berupa vasodilatasi pembuluh darah.

Perbedaan mekanisme pada intervensi *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur menjadikan efektivitas dari keduanya berbeda dalam meningkatkan nilai *Ankle Brachial Index*, menurut peneliti untuk *Buerger Allen Exercise* bekerja secara langsung melalui perubahan posisi ekstremitas dan gerak aktif kaki yang mampu meningkatkan kontraksi otot serta mempercepat aliran darah pada ekstremitas bawah, sedangkan Akupresur bekerja melalui stimulasi atau rangsangan pada titik-titik tertentu yang berhubungan dengan jalur meridian tubuh. Oleh karena itu, dalam durasi yang singkat, *Buerger Allen Exercise* menunjukkan peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* yang lebih tinggi dibandingkan Akupresur.

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah durasi intervensi yang relatif singkat, intervensi yang diberikan pada kelompok Buerger Allen Exercise maupun Akupresur hanya dilakukan dalam waktu 3 hari. Durasi ini relatif terbatas untuk melihat peningkatan nilai Ankle Brachial Index pada intervensi Akupresur sehingga kenaikan nilai Ankle Brachial Index cukup rendah. Secara fisiologis, perbaikan sirkulasi perifer memerlukan waktu yang lebih panjang dan berkelanjutan. Selain itu, pada penelitian ini juga tidak mengkategorikan penyakit penyerta seperti hipertensi dan tidak mencantumkan data terkait hasil pemeriksaan kadar glukosa darah. Pada penelitian ini juga memiliki keterbatasan alat ukur pada pemeriksaan Ankle Brachial Index dilakukan menggunakan tensimeter digital tidak menggunakan doppler vaskular khusus sehingga masih ada kemungkinan terjadi kesalahan saat melakukan pengukuran.

CONCLUSION

Penelitian ini menunjukkan bahwa *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* pada pasien diabetes melitus tipe 2. Kedua intervensi non-farmakologis tersebut mampu memperbaiki sirkulasi darah perifer

yang ditunjukkan dengan peningkatan nilai *Ankle Brachial Index* setelah pemberian intervensi. Namun, *Buerger Allen Exercise* menunjukkan efektivitas yang lebih tinggi dibandingkan Akupresur dalam meningkatkan nilai *Ankle Brachial Index* pada pasien diabetes melitus tipe 2. Perbedaan efektivitas tersebut berkaitan dengan mekanisme kerja *Buerger Allen Exercise* yang secara langsung melibatkan perubahan posisi ekstremitas dan kontraksi otot sebagai *muscle pump* sehingga dapat meningkatkan aliran darah dan perfusi perifer secara optimal. Dari penelitian ini menegaskan bahwa *Buerger Allen Exercise* dan Akupresur dapat dijadikan sebagai intervensi keperawatan non-farmakologis untuk membantu meningkatkan sirkulasi perifer dan mencegah terjadinya komplikasi vaskular pada pasien diabetes melitus tipe 2. Oleh karena itu, penerapan kedua intervensi tersebut, khususnya Buerger Allen Exercise, dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari pelayanan keperawatan dalam pengelolaan pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan durasi intervensi yang lebih panjang dan mempertimbangkan faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi nilai Ankle Brachial Index, seperti hipertensi dan kadar glukosa darah.

REFERENCES

Bharata, A., Wibisono, S. and Ekoputranto, J. (2021) 'Lama Diabetes Melitus Terhadap Peripheral Artery Disease Di RSUD DR. Soetomo', *Jurnal Kesehatan*, 8(3), pp. 128–132.

Dinas Kesehatan Kota Tangerang (2025) *Jumlah Penderita Diabetes Melitus*. Available at: https://satudata.tangerangkota.go.id/dataset/ZzZEajdKVldYc2Y1ZkpBcmdjemJyZz09/jumlah-penderita-diabetes-melitus.

Dinkes Provinsi Banten (2023) *Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2023*.

Fadilla, A.A., Julaiha, S. and Hartati, A. (2023) 'Gambaran Self Management Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung', *Jurnal Analis Farmasi*, 8(2), pp. 1–17.

Fitriani, D., Holidah and Mustiyawati (2025) 'Efektivitas Latihan Buerger Allen Terhadap Nilai Abi Dan Kadar Gula Darah Pada Penderita Dm Tipe 2 Di Klinik Diabetes Kota Tangsel Selatan', *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat*, 09(02), pp. 163–176.

He, K.J. *et al.* (2024) 'Global burden of type 2 diabetes mellitus from 1990 to 2021, with projections of prevalence to 2044: a systematic analysis across SDI levels for the global burden of disease study 2021', *Frontiers in Endocrinology*, 15(November), pp. 1–13. Available at: https://doi.org/10.3389/fendo.2024.1501690.

IDF (2025) *IDF Diabetes Atlas 11th Edition 2025*. 11th edn. Edited by Optimadesign.co.uk. United Nations.

Jumari, J. *et al.* (2024) 'Peningkatan Nilai Ankle Brachial Index (ABI) Dengan Intervensi Akupresur Dan Senam Kaki Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2', *Klabat Journal Of Nursing*, 6(2), pp. 72–85.

Jumari and Suryadi, B. (2020) 'The Effectiveness of Acupressure and Foot Exercises on the Ankle Brachial Index (ABI) Value in Diabetes Mellitus Type 2 Patients', *Advances in Health Sciences Research*, 30, pp. 392–401.

Kemenkes RI (2023) *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023*.

Lu, X. *et al.* (2024) 'Type 2 diabetes mellitus in adults: pathogenesis, prevention and therapy', *Signal Transduction and Targeted Therapy*, 9(1), pp. 1–25. Available at: https://doi.org/10.1038/s41392-024-01951-9.

Millenia, N. (2024) 'Analisis Intervensi Buerger Allen Exercise dalam Meningkatkan Perfusi Perifer Pada Asuhan Keperawatan Klien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Ruang Rawat Inap : Laporan Kasus', 4, pp. 21–33.

Mulyati, L. (2024) *Mengelola Diabetes Melitus; Panduan Komprehensif untuk Perawat, Pasien, dan Masyarakat Umum*. 1st edn. Yogyakarta: CV. Graha Ilmu.

Pratiwi, I.N. *et al.* (2020) 'Buerger Exercise Dan Edukasi Perawatan Kaki Pada Penderita Diabetes Dan Hipertensi Dalam Upaya Menurunkan Resiko Ganguan Vaskular', 16(2), pp. 121–132.

Qalbi, M.N., Ekayanti, A.K. and Amba, E.G. (2024) 'Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Peripheral Arterial Disease (PAD) Pada Pasien Diabetes Melitus', 8(Dm), pp. 7544–7551.

Rahmi, H. and Rasyid, W. (2023) 'Buerger Allen Exercise Dalam Tatalaksana Gangguan Perfusi Perifer Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II', 2(2), pp. 83–89.

Sasombo, A., Katuuk, M. and Bidjuni, H. (2021) 'Hubungan Self Care Dengan Komplikasi Diabetes Melitus Pada Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Husada Sario Manado', *Jurnal Keperawatan*, 9(2), pp. 54–62.

Surya, D. and Desnita, R. (2020) 'Efektifitas Terapi Akupresur Terhadap Derajat Neuropati Pada Pasien Diabetes Melitus', *Manuju : Malahayati Nursing Journal*, 2, pp. 606–613.

Ugwu, E., Anyanwu, A. and Olamoyegun, M. (2021) 'Ankle brachial index as a surrogate to vascular imaging in evaluation of peripheral artery disease in patients with type 2 diabetes', *BMC Cardiovascular Disorders*, pp. 6–11. Available at: https://doi.org/10.1186/s12872-020-01821-6.

Wardojo, S. (2024) *Kenali Diabetes Mellitus Type II*. Malang: PT. Literasi Nusantara Abadi Grup.

WHO (2025) *Availability, price and affordability of health technologies for the management of diabetes*.

Widiastuti, L. *et al.* (2022) 'Deteksi Dini Peripheral Arterial Disease pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2', 5(1), pp. 15–31.

JOURNAL JOSNHS

Smart Nursing & Health Science

Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

EFEKTIVITAS AKUPRESUR DAN AROMATERAPI PEPPERMINT TERHADAP MUAL MUNTAH ANAK KEMOTERAPI DI RCBADAK TANGERANG

Effectiveness of Acupressure and Peppermint Aromatherapy on Nausea Vomiting in Chemotherapy Children at RCBADAK Tangerang

Naswa Nathania[1] *, Ema Hikmah[2]

[1,2] Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Banten

Corresponding author:
nathania.200603@gmail.com

Keywords:
Acupressure, Peppermint Aromatherapy, Child, Chemotherapy, Nausea and Vomiting

ABSTRACT

Background: *Chemotherapy, as the primary treatment for childhood cancer, often causes Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting (CINV), which disrupts quality of life. Non-pharmacological management is required to minimize this impact. This study aimed to determine the effect of combining acupressure therapy and peppermint aromatherapy on nausea and vomiting in children undergoing chemotherapy at Rumah Singgah RCBADAK, Tangerang City.* ***Method:*** *The study utilized a quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The sample consisted of 30 children selected through total sampling. The intervention involved P6 acupressure and peppermint inhalation for 3 days. Data were collected using the Rhodes Index of Nausea, Vomiting, and Retching (INVR) questionnaire and analyzed using the dependent t-test.* ***Result:*** *The results showed that the intervention had an effect on the respondents, with a mean pre-test score of 15.50 and a post-test score of 10.77 with a mean difference of 4.73. Statistical analysis yielded a p-value of 0.000 ($\alpha < 0.05$).* ***Conclusion:*** *It can be concluded that the administration of a combination of acupressure therapy and peppermint aromatherapy showed a significant decrease in nausea and vomiting scores in children undergoing chemotherapy. This non-pharmacological combination therapy*

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Kata Kunci:
Akupresur, Aromaterapi *Peppermint*, Anak, Kemoterapi, Mual Muntah

can be used as an effective and relevant alternative intervention for children after chemotherapy.

ABSTRAK

Latar Belakang: Kemoterapi sebagai pengobatan utama untuk kanker anak sering kali menyebabkan mual dan muntah akibat kemoterapi (*Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting*) yang mengganggu kualitas hidup. Penatalaksanaan non-farmakologis diperlukan untuk meminimalkan dampak tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* terhadap mual dan muntah pada anak yang menjalani kemoterapi di Rumah Singgah RCBADAK Kota Tangerang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimental dengan pendekatan *one-group pretest-posttest*. Sampel terdiri dari 30 anak yang dipilih melalui teknik *total sampling*. Intervensi yang diberikan berupa akupresur pada titik P6 dan inhalasi *peppermint* selama 3 hari. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Rhodes Index of Nausea, Vomiting and Retching* (INVR) dan dianalisis menggunakan uji *dependent t-test*. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian responden berpengaruh dengan nilai pre test yaitu 15,50 dan post test yaitu 10,77 dengan selisih rerata 4,73 dan p value = 0,000 ($\alpha < 0,05$). **Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa pemberian kombinasi terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* menunjukkan adanya penurunan skor mual muntah yang signifikan pada anak yang menjalani kemoterapi. Terapi kombinasi non-farmakologis ini dapat digunakan sebagai alternatif intervensi yang efektif dan relevan pada anak pasca kemoterapi.

PENDAHULUAN

Kanker anak merupakan keganasan sel sebelum usia 18 tahun yang mengganggu tumbuh kembang dan aktivitas harian anak (Erita, Hununwidiastuti and Leniwita, 2019). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, kanker termasuk dalam penyakit tidak menular mematikan yang menyumbang bagian dari 70% penyebab kematian tertinggi di seluruh dunia (WHO, 2024). Berdasarkan data Globocan Tahun 2020, angka

kejadian kanker anak di Indonesia untuk rentang usia 0 hingga 19 tahun mencapai 11.156 kasus, dengan kasus terbanyak yaitu leukemia sebesar 3.880 kasus (35%) (Kemenkes RI, 2023). Menurut Riskesdas 2018, hampir sepertiga atau sekitar 28% dari total pasien kanker di Provinsi Banten adalah anak-anak. Angka ini terdiri dari 444 bayi di bawah 1 tahun (1,91%), 1.804 anak usia 1–4 tahun (7,75%), dan 4.275 anak usia 5–14 tahun (18,3%).

Kemoterapi adalah terapi kanker yang digunakan untuk mengendalikan pertumbuhan sel kanker melalui mekanisme penghancuran atau pencegahan pembelahan diri sel (Mohamed et al., 2022). Meskipun efektif, kemoterapi sering menimbulkan efek samping *Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting* (CINV) atau mual muntah, yang diperkirakan terjadi hingga 70% pada anak-anak yang menjalani kemoterapi (Srinatania *and* Carlina, 2023; Tianto *et al*., 2023). Jika tidak ditangani segera, efek ini dapat menyebabkan dehidrasi, malnutrisi, ketidakseimbangan elektrolit, bahkan mengganggu jadwal pengobatan kemoterapi yang berdampak pada kelangsungan hidup anak (Devadason *and* Goldman, 2020). Fenomena ini dikonfirmasi melalui studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Rumah Singgah RCBADAK Kota Tangerang pada Januari 2026, di mana 7 dari 10 orang tua responden menyatakan anaknya mengalami mual muntah derajat sedang hingga berat akibat kemoterapi, yang memicu penurunan nafsu makan serta tubuh lemas pada anak.

Salah satu tindakan non-farmakologis yang dapat melengkapi pengobatan medis adalah terapi akupresur pada titik Pericardium 6 (P6) yang mampu meningkatkan fungsi saraf vagus untuk meminimalisasi rangsangan mual muntah ke pusat saraf (Hany, Ardiyanti *and* Arisdiani, 2024). Stimulasi pada titik pericardium 6 mampu memicu pelepasan beta-endorfin dari kelenjar hipofisis. Beta-endorfin berfungsi sebagai antiemetik alami yang efektif dalam mereduksi frekuensi mual dan muntah dengan cara menekan impuls saraf pada Chemoreceptor Trigger Zone (CTZ) serta pusat muntah di otak (Hany, Ardiyanti *and* Arisdiani, 2024). Proses ini berperan dalam memperkuat sel-sel di saluran pencernaan terhadap dampak negatif kemoterapi, yang pada akhirnya meminimalisir transmisi rangsangan mual dan muntah menuju pusat muntah di otak (Ismuhu *et al.,* 2020). Hasil penelitian Rukayah, Prihatini dan Vestabilivy (2021) menunjukkan bahwa akupresur mampu menurunkan mual muntah lambat (*delayed*) pada anak pasca-kemoterapi sebesar lebih dari 50% secara signifikan (p = 0,000). Selaras

dengan hal tersebut, Sulistyarini *et al*. (2023) menemukan akupresur berhasil menurunkan skor mual muntah dari rata-rata 18,91 menjadi 7,18 (turun sekitar 62%).

Selain akupresur, aromaterapi *peppermint* juga efektif karena kandungan *menthol* dan *menthone* di dalamnya berfungsi sebagai zat antimual yang menekan pusat muntah (Tianto *et al*., 2023). *Peppermint* (*Mentha Piperita*), yang mengandung mentol, memberikan efek antiemetik dengan berinteraksi pada saluran ion reseptor serotonin dan bertindak sebagai antagonis serotonin. Mentol menghambat aktivitas patologis serotonin, mencegah sel enterochomafin di saluran cerna melepaskan serotonin. Akibatnya, stimulasi aferen vagal berkurang, memblokir reseptor serotonin di *Chemoreceptor Trigger Zone* (CTZ) dan mencegah aktivasi pusat muntah sehingga mengurangi mual dan muntah (Jafarimanesh *et al*., 2020). Ketika uap minyak esensial dihirup, molekul mentol diserap melalui saluran hidung, tempat senyawa aromatiknya mencapai rongga hidung bagian atas dan mengaktifkan reseptor olfaktorius. Reseptor ini kemudian mengirimkan impuls ke saraf olfaktorius, kemudian mengirimkan sinyal ke sistem limbik, hipotalamus, kelenjar pituitari, dan talamus yaitu area yang berkaitan dengan emosi, pengaturan stres, dan keseimbangan fisiologis (Sulistyowati, 2018). Penelitian Nuriya, Alvian dan Taufik (2021) membuktikan pemberian minyak *peppermint* secara signifikan menurunkan persentase mual muntah sedang dari 46,7% menjadi hanya 13,3% setelah intervensi. Ayubbana dan Hasanah (2021) juga mengonfirmasi penurunan intensitas mual muntah yang signifikan antara kelompok intervensi dan kontrol dengan nilai p = 0,008 (< 0,05).

Meskipun kedua terapi masing-masing terbukti efektif, penerapan kombinasi antara terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* secara bersamaan masih terbatas dilakukan, khususnya dalam pelayanan keperawatan anak dengan kanker. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh kombinasi terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* terhadap mual muntah pada anak yang menjalani kemoterapi di Rumah Singgah RCBADAK Kota Tangerang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kombinasi terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* terhadap penurunan mual muntah pada anak yang menjalani kemoterapi sehingga dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan intervensi keperawatan

komplementer berbasis bukti untuk pengelolaan efek samping kemoterapi (*Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting*).

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif quasi-experimen dengan rancangan *one group pretest-posttest* untuk menganalisis pengaruh kombinasi terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* terhadap mual muntah dari efek kemoterapi.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di Rumah Singgah RCBADAK Kota Tangerang pada bulan Januari-Mei 2026.

Populasi dan Sampel

Penelitian melibatkan seluruh anak penderita kanker yang menjalani kemoterapi di rumah singgah pada Januari 2026. Menggunakan metode *total sampling*, didapatkan 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi serta telah menandatangani *informed consent*.

Intervensi

Intervensi diberikan 2–4 jam setelah responden meminum obat antiemetik. Terapi berupa kombinasi akupresur titik P6 (5 menit) dan inhalasi aromaterapi *peppermint* (10–15 menit), yang dilakukan 2 kali sehari selama 3 hari berturut-turut. Tingkat mual muntah diukur sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) seluruh rangkaian terapi menggunakan kuesioner *Rhodes Index of Nausea, Vomiting, and Retching* (INVR).

Instrumen Penelitian

Pengukuran mual muntah menggunakan instrumen *Rhodes Index of Nausea, Vomiting, and Retching* (INVR). Instrumen ini valid berdasarkan uji korelasi *Pearson* dengan hasil r=0,636 hingga 0,882 (lebih besar dari r tabel 0,631). untuk reabilitas, diuji dengan teknik *cronbach's alpha*, diperoleh nilai 0,898 yang menunjukkan reabilitas yang baik karena lebih besar dari r tabel 0,632 (Kamilah, Mayetti *and* Deswita, 2023).

Analisis Data

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Sebelum analisis bivariat, dilakukan uji normalitas *Shapiro-Wilk* yang menunjukkan data berdistribusi normal ($p > 0{,}05$, dengan nilai *pre-test* $p = 0{,}293$ dan *post-test* $p = 0{,}221$). Oleh karena itu, analisis bivariat dilanjutkan menggunakan uji *Paired Sample T-Test* dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0{,}05$ untuk mengetahui perbedaan mual muntah sebelum dan setelah intervensi.

Etika Penelitian

Penelitian ini telah dinyatakan layak etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Banten dengan Nomor *Ethical Clearance* DP.03.04/F.XXII.25/00165/2026.

HASIL

Sebanyak 30 responden berpartisipasi dalam penelitian ini. Sebagian besar menunjukkan bahwa frekuensi tertinggi responden berada pada usia 7-12 tahun , berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar responden telah menjalani 3-5 siklus.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, dan Lama Kemoterapi Pada Anak Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Singgah RCBADAK Kota Tangerang (n:30)

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Usia (Tahun)		
7-12 Tahun	23	76,7%
13-17 Tahun	7	23,3%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	13	43,3%
Perempuan	17	56,7%
Lama Kemoterapi		
1-2 Siklus	7	23,3%
3-5 Siklus	17	56,7%
>6 Siklus	6	20%
Jumlah	30	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa frekuensi tertinggi responden berada pada usia 7-12 tahun sebanyak 23 anak (76,7%). Pada kategori jenis kelamin, sebagian besar responden adalah perempuan dengan jumlah 17 anak (56,7%). Pada data lama kemoterapi menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah menjalani 3-5 siklus sebanyak 17 anak (56,7%).

Tabel 2 Distribusi Rerata Skor Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Intervensi Kombinasi Terapi Akupresur dan Aromaterapi *Peppermint* Pada Anak Yang Menjalani Kemoterapi Di Rumah Singgah RCBADAK Kota Tangerang (n:30)

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Variabel	Mean	Std.Deviasi	Min-Max
Sebelum Intervensi	15,50	2,933	9-20
Setelah Intervensi	10,77	1,942	7-15

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa rerata (*mean*) skor mual muntah sebelum diberikan intervensi kombinasi terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* terhadap 30 anak dengan *mean* sebesar 15,50 untuk nilai skor terkecil 9 dan skor tertinggi 20. Sedangkan rerata (*mean*) skor mual muntah setelah diberikan intervensi kombinasi terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* terhadap 30 anak dengan *mean* sebesar 10,77 dan untuk nilai skor terkecil 7 dan skor tertinggi 15.

Tabel 3 Perbandingan Rata-Rata Skor Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Kombinasi Terapi Akupresur dan Aromaterapi *Peppermint* Di Rumah Singgah RCBADAK Kota Tangerang (n:30)

Variabel	Mean	Std. Deviasi	SE	95% CI		df	t	P Value
				Lower	Upper			
Pre-Test – Post Test	4,733	1,552	283	4,154	5.313	29	16,703	0,000

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis uji statistik menggunakan uji *t dependent* (*paired sampel t-test*) menunjukkan bahwa dari 30 responden didapatkan nilai *mean pretest* yaitu 15,50 dan *mean posttest* yaitu 10,77. Hasil uji statistik *t dependen* didapatkan *p value* = 0,000 ($\alpha < 0,05$), terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah berikan intervensi maka dapat disimpulkan ada pengaruh kombinasi terapi akupresur dan aromaterapi *peppermint* terhadap mual muntah pada anak yang menjalani kemoterapi.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas anak yang menjalani kemoterapi dan mengalami mual muntah di Rumah Singgah RCBADAK Kota Tangerang berada pada rentang usia sekolah 7–12 tahun yaitu sebanyak 23 anak (76,7%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 17 anak (56,7%), dan sebagian besar berada pada kelompok yang telah menjalani 3–5 siklus kemoterapi yaitu sebanyak 17 anak (56,7%). Secara fisiologis, anak yang berusia lebih muda menjadi kelompok yang sangat rentan dan berjenis kelamin perempuan secara alami memiliki risiko *Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting* (CINV) yang lebih tinggi akibat tingginya sensitivitas sistem saraf pusat, metabolisme obat yang aktif, serta reaktivitas *chemoreceptor trigger zone* (CTZ) di otak yang lebih sensitif

terhadap mediator emetogenik seperti serotonin (Mosa *et al*., 2020; Zeng *et al*., 2021; Amalia *et al*., 2025). Kerentanan fisik tersebut semakin diperberat oleh akumulasi zat toksik atau metabolit obat sitostatika dari paparan berulang selama 3–5 siklus pengobatan, yang menstimulasi reseptor serotonin di saluran cerna secara konstan dan membuat pusat mual di otak serta lambung anak menjadi jauh lebih peka (Shao *et al*., 2025).

Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur dan Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Mual Muntah Pada Anak Yang Menjalani Kemoterapi

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa penggabungan intervensi fisik berupa akupresur pada titik P6 dan inhalasi aromaterapi *peppermint* memberikan efek terapeutik yang signifikan dalam menekan mual dan muntah pada anak pascakemoterapi. Keberhasilan penurunan keluhan emetis ini menandakan adanya perbaikan respons klinis yang nyata setelah intervensi diberikan. Penurunan mual muntah ini terjadi karena pendekatan multimodal (jalur ganda) secara simultan mampu menyasar sistem regulasi mual-muntah, baik pada tingkat perifer maupun sentral. Intervensi dari kedua terapi ini terbukti saling memperkuat daya pemulihan tubuh anak, yang mana hasil ini sejalan dengan temuan Rukayah, Prihatini, dan Vestabilivy (2021) di RS Kanker Dharmais Jakarta bahwa intervensi akupresur secara konsisten mampu meminimalkan keparahan gejala mual muntah pada anak yang menjalani kemoterapi.

Mekanisme keberhasilan ini didorong oleh integrasi dua jalur stimulasi yang bekerja secara simultan. Secara neurofisiologis, stimulasi mekanis pada titik akupresur Pericardium 6 (P6) yang terletak sekitar 2 inci atau 3 jari di atas lipatan pergelangan tangan berperan mengoptimalkan aliran energi lambung serta memicu pelepasan beta-endorfin alami. Pelepasan hormon ini bekerja efektif di sistem saraf pusat dengan menekan sensitivitas impuls saraf pada pusat muntah di otak (Ismuhu *et al*., 2020; Hany *et al*., 2024). Di saat yang sama, inhalasi aromaterapi *peppermint* bekerja melalui molekul mentol dan menthone yang mengaktifkan reseptor olfaktorius menuju sistem limbik (Sulistyowati, 2018). Mentol bertindak sebagai antagonis serotonin alami yang menghambat aktivitas sel enterochromaffin di saluran pencernaan. Hambatan ini secara langsung mengurangi kontraksi spasmodik otot lambung dan memblokir transmisi sinyal mual perifer ke otak secara maksimal (Jafarimanesh *et al*., 2020).

Efektivitas intervensi dalam penelitian ini juga sangat dipengaruhi oleh ketepatan waktu dan konsistensi pemberian terapi. Penerapan prosedur dengan durasi 10–15 menit selama tiga hari berturut-turut dinilai sangat adekuat karena mampu memberikan stimulus saraf yang stabil pada tubuh anak. Secara klinis, durasi tiga hari ini sangat krusial karena berhasil memproteksi anak sepanjang fase kritis mual-muntah lambat (*delayed CINV*) yang secara patofisiologis umumnya memuncak pada 24 hingga 72 jam pascapemberian agen kemoterapi. Dengan demikian, kombinasi akupresur P6 dan aromaterapi *peppermint* ini terbukti menjadi metode non-farmakologis yang sangat potensial karena mampu menghalangi refleks mual-muntah dari jalur fisik sekaligus kimiawi secara bersamaan.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian kombinasi terapi akupresur pada titik Pericardium 6 (P6) dan inhalasi aromaterapi *peppermint* berpengaruh positif terhadap penurunan skor mual muntah efek kemoterapi pada anak yang menjalani kemoterapi. Kombinasi kedua intervensi komplementer tersebut mampu membantu menekan transmisi rangsangan emetik pada pusat muntah di otak, mengurangi kontraksi otot lambung, serta memberikan efek relaksasi dan kenyamanan fisik yang optimal pada anak. Dengan demikian, kombinasi terapi akupresur P6 dan aromaterapi *peppermint* yang dapat dipertimbangkan sebagai salah satu intervensi pendukung nonfarmakologi dalam membantu mengurangi mual muntah pada anak yang menjalani kemoterapi khususnya di fasilitas rumah singgah.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan menggunakan kelompok kontrol sebagai pembanding serta durasi intervensi yang lebih lama untuk hasil yang paling optimal dalam menekan mual muntah pada anak yang menjalani kemoterapi dan dapat memperkuat bukti ilmiah terkait efektivitas intervensi ini.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia, L.R., Haryani and Lismidiati, W. (2025) 'Faktor Penyebab Insiden Chemotherapy Induced Nause And Vomiting (CINV)', *Jurnal Mitra Sehat*, 15, pp. 758–765. https://doi.org/https://doi.org/10.51171/jms.v15i1.515.

Ayubbana, S. and Hasanah, U. (2021) 'Efektifitas Aromaterapi Peppermint Terhadap Mual Muntah Pada Pasien Kanker Payudara Yang Menjalani Kemoterapi', *Journal Of Social Science Research*, 15(1), pp. 1–7. https://doi.org/https://doi.org/10.33024/hjk.v15i1.3313.

Devadason, D. and Goldman, D.A. (2020) 'Management Of Diarrhea', *Pediatric Gastrointestinal and Liver Disease*, Sixth Edition, pp. 1012-1022.e3. https://doi.org/10.1016/B978-0-323-67293-1.00090-6.

Erita, Hununwidiastuti, S. and Leniwita, H. (2019) *Materi Pembelajaran Keperawatan Anak*, Universitas Kristen Indonesia.

Hany, D.N., Ardiyanti, A. and Arisdiani, D.R. (2024) 'Pengaruh Akupresure Pericardium 6 Terhadap Mual Muntah Pada Pasien Kanker Serviks Post Kemoterapi', *Vitamin : Jurnal ilmu Kesehatan Umum*, 2(3), pp. 105–120. https://doi.org/10.61132/vitamin.v2i3.471.

Ismuhu, S.R. et al. (2020) 'Akupresur: Alternatif Mengurangi Mual Dan Muntah Akibat Kemoterapi Literature Review', *Journal Of Nursing Care*, 3(3). https://doi.org/https://doi.org/10.24198/jnc.v3i3.24502.

Jafarimanesh, H. et al. (2020) 'The Effect of Peppermint (Mentha piperita) Extract on the Severity of Nausea, Vomiting and Anorexia in Patients with Breast Cancer Undergoing Chemotherapy: A Randomized Controlled Trial', *Integrative Cancer Therapies*, 19. https://doi.org/10.1177/1534735420967084.

Kamilah, S., Mayetti, D. dr. and Deswita, D. (2023) *Aroma Terapi Mengatasi Mual Muntah Pada Anak Leukimia Limfoblastik Aakut Yang Menjalani Kemoterapi*. 1st edn. Edited by N. Duniawati. Indramayu: CV. Adanu Abimata.

Kemenkes RI (2023) '*Buku Panduan Penemuan Dini Kanker pada Anak'*, pp. 14–19.

Mohamed, S.R. et al. (2022) 'Effect Of Art Therapy On Psychological Condition Of Children Having Acute Lymphoblastic Leukemia Undergoing Chemotherapy', *Journal of Positive School Psychology*, 6(7), pp. 4482–4498.

Mosa, A.S.M. et al. (2020) 'Patient-Related Risk Factors for Chemotherapy-Induced Nausea and Vomiting : A Systematic Review', *Frontiers in Pharmacology*, 11(April), pp. 1–15. https://doi.org/10.3389/fphar.2020.00329.

Nuriya, N., Alvian, G. and Taufik, A. (2021) 'Aromaterapi Sebagai Terapi Komplementer untuk Mengatasi Nyeri, Depresi, Mual dan Muntah pada Pasien Kanker: A Literature Review', *Journal of Bionursing*, 3(1), pp. 1–11. https://doi.org/https://doi.org/10.20884/1.bion.2021.3.1.86.

Riskesdas (2018) *Laporan Provinsi Banten Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Rukayah, S., Prihatini, F. and Vestabilivy, E. (2021) 'Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Mual Muntah Lambat Akibat Kemoterapi Pada Anak Usia Sekolah yang Menderita Kanker di RS Kanker Dharmais Jakarta', *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 1(1), pp. 13–22.

Shao, M. et al. (2025) 'Fact-finding and risk factor analysis of chemotherapy-induced nausea and vomiting in children with solid tumors : a prospective observational study', *BMC Pediatrics*, 25(84), pp. 1–8. https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12887-025-05451-9.

Srinatania, D. and Carlina, R.C. (2023) 'Penatalaksanaan Akupresur Dalam Mengatasi Masalah Mual Dan Muntah Akibat Kemoterapi Pada Anak Dengan Kanker Di Ruang Perawatan Hematologi Onkologi Thalasemia Rumah Sakit Hermina Pasteur', *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(3), pp. 37–43. https://doi.org/10.33023/jikep.v9i3.1588.

Sulistyarini, W.D. et al. (2023) 'The Effectiveness Of Acupressure On Nausea And Vomiting Patients With Cancer Receiving Chemotherapi In East Kalimantan', *Nutrix Journal*, 73(1), pp. 59–68. https://doi.org/https://doi.org/10.37771/nj.v7i1.931.

Sulistyowati, R. (2018) *Aromaterapi Pereda Nyeri*. WINEKA MEDIA.

Tianto, A.N. et al. (2023) 'Pemberian Aromaterapi Peppermint (Mentha Piperita) Mampu Mengurangi Mual Dan Muntah Akibat Kemoterapi', *Jurnal Unimus*, 2020. https://doi.org/https://doi.org/10.26714/nm.v4i1.12014.

WHO (2024) *The top 10 causes of death*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death.

Zeng, C. et al. (2021) 'Risk Factors For Chemotherapy-Induced Vomiting After General Anesthesia In Children With Retinoblastoma : A Retrospective Study', 10(11), pp. 3005–3013. https://doi.org/https://dx.doi.org/10.21037/tp-21-245.

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PENDERITA TUBERKULOSIS (TB) DI POLI PARU RSUD PAKUHAJI KABUPATEN TANGERANG

THE RELANTIONSHIP BETWEEN DEPRESSION LEVELS AND QUALITY OF LIFE IN TUBERCULOSIS (TB) PATIENTS AT THE PULMONARY POLYCLINIC OF PAKUHAJI HOSPITAL TANGERANG REGENCY

Nurul Mutmainnah Imran[1], Osep Yasier Almunsiri[2], Lailatul Fadilah[3].

[1,2,3] Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Banten

Corresponding author :

Nurul Mutmainnah Imran[1]
nurulmutmaiinnah@gmail.com

Keywords :

Depression rate, Quality of life, Tuberculosis

ABSTRACT

Background: *Tuberculosis is a lung infection known as TB. Prolonged treatment of tuberculosis often causes tuberculosis patients stress or depression. Poor psychological conditions can reduce the motivation of patients to undergo long and complex treatment.* ***Objective:*** *To determine the relationship between the level of depression and the quality of life of tuberculosis (TB) patients at Pakuhaji Hospital, Tangerang Regency.* ***Method:*** *The method used in this study is quantitative with a correlational analytical design. The sampling method in this study is by accidental sampling. The sample used in this study was 87 respondents. The instruments used in this study were the standard questionnaire Zung Self-rating Depression Scale (ZSDS) and the World Health Organization Quality Of Life- BREF (WHOQOL-BREF).* ***Results:*** *The results of the chi-square test were obtained with a P Value of 0.001 < from a significant value (α = 0.05).* ***Conclusion:*** *The results of this study show that there is a relationship between the level of depression and the quality of life of people with tuberculosis (TB).*

JOURNAL JOSNHS

Smart Nursing & Health Science

Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Keywords :

Tingkat depresi, Kualita hidup, Tuberkulosis

ABSTRAK

Latar Belakang : Tuberkulosis merupakan infeksi paru-paru yang dikenal sebagai TB. Pengobatan tuberkulosis yang lama sering menyebabkan pasien tuberkulosis stres atau depresi. Kondisi psikologis yang kurang baik dapat menurunkan motivasi penderita untuk menjalani pengobatan yang panjang dan kompleks. **Tujuan Penelitian :** Mengetahui hubungan tingkat depresi dengan kualitas hidup penderita tuberkulosis (TB) di RSUD Pakuhaji Kabupaten Tangerang. **Metode Penelitian :** Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain analitik korelasional. Cara pengambilan sample pada penelitian ini dengan accidental sampling. Sample yang digunakan dalam penelitian ini adalah 87 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner baku Zung Self-rating Depresssion Scale (ZSDS) dan World Health Organization Quality Of Life-BREF (WHOQOL-BREF). **Hasil :** Hasil uji chi-square di dapatkan hasil P Value sebesar 0,001 < dari nilai signifikan (α = 0,05). **Kesimpulan :** Hasil Penelitian ini menunjukan terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas hidup penderita tuberkulosis (TB).

BACKGROUND

Tuberkulosis atau TBC, merupakan penyakit yang disebabkan oleh infeksi bakteri *Mycobacterium tuberculosis* di paru-paru, yang menyebabkan gangguan pernapasan seperti sesak napas dan batuk kronis (RSST, 2022). Jumlah orang yang terinfeksi bakteri TB paru meningkat setiap tahun, menjadikannya penyakit infeksi nomor dua di dunia. Tuberkulosis paru merupakan penyakit yang mempengaruhi kesehatan fisik seseorang serta kesehatan mental dan sosialnya (Noviani W, 2018 dalam Sari et al., 2021). TB membutuhkan waktu yang lama untuk diobati, yang menyebabkan penderita sering mengalami stres atau depresi (WHO, 2022 dalam Kogoya et al., 2024).

Menurut *World Health Orgnizaton* (WHO, 2023) TB masih menjadi salah satu penyakit menular yang paling mematikan di dunia. Menurut Kementrian Kesehatan RI (2024), Indonesia merupkan negara kedua dengan jumlah kasus TBC terbanyak di dunia, dengan 1.060.000 kasus TBC dan 134.000 kematian akibat TBC setiap tahun di Indonesia, 15 orang meninggal akibat TBC setiap jam. Data temuan kasus tuberkulosis (TB) milik Kemenkes RI (2024) menunjukan bahwa etimasi sebanyak 50.391 temuan kasus TB di Provinsi Banten. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang (2024), jumlah kasus tuberkulosis pada tahun 2023 yang ditemukan dan diobati di Kabupaten Tangerang sebanyak 11.720 kasus. Jumlah ini mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya. Menurut opendata

tangerangkab data 10 besar penyakit rawat jalan di RSUD Pakuhaji tahun 2023 penyakit tuberkulosis menduduki peringkat pertama. Didapatkan jumlah kasus tuberkulosis di RSUD Pakuhaji tahun 2023 sebanyak 632 kasus. Jumlah kasus mengalami peninggkatan pada tahun 2024 berjumlah 787 kasus.

Stigma sosial yang melekat pada penyakit ini membuat penderita sering kali merasa dikucilkan dan tertekan. Kondisi psikologis yang buruk ini dapat mempengaruhi motivasi mereka untuk menjalani pengobatan yang panjang dan kompleks. Akibatnya, proses penyembuhan menjadi lebih lambat, dan kualitas hidup pasien pun menurun secara signifikan (Ledjepen et al., 2019). Kondisi depresi yang disebabkan oleh penyakit tuberkulosis paru yang pengobatannya panjang dan melelahkan, ditambah dengan stigma sosial yang seringkali dialami pasien, dapat menyebabkan depresi yang berkepanjangan. Kondisi ini tidak hanya memperburuk gejala fisik penyakit, tetapi juga mengganggu kesejahteraan mental pasien. Akibatnya, kualitas hidup pasien secara keseluruhan menjadi sangat rendah (Endria, 2019 dalam Kogoya et al., 2024). Perubahan yang terjadi telah mengubah cara penderita melihat makna hidup dan tingkat kepuasan mereka terhadap kehidupan (Sarafino, 2011 dalam Dedi Pahrul et al., 2021).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Poliklinik Paru Rumah Sakit Daerah Pakuhaji. Para perawat di Poliklinik Paru mengungkapkan bahwa kejadian Tuberkulosis di Rumah Sakit Daerah Pakuhaji meningkat dari tahun ke tahun. Wawancara singkat dengan beberapa pasien TB di Rumah Sakit Daerah Pakuhaji yang sedang mengantri obat mengungkapkan bahwa seorang pasien mengatakan bahwa ia merasa bosan minum obat setiap hari dan harus terus melakukannya. Satu orang mengatakan ia lelah menjalani pengobatan. Dua orang lainnya mengatakan bahwa mereka merasa terisolasi oleh tetangga mereka karena penyakit mereka. Berdasarkan uraian masalah di latar belakang, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul **"Hubungan Antara Tingkat Depresi dan Kualitas Hidup pada Pasien Tuberkulosis (TB) di Poliklinik Paru Rumah Sakit Daerah Pakuhaji."**

METHOD

Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan rancangan penelitian *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 87 orang dengan teknik pengambilan sampel *accidental sampling.* Penelitian ini dilakukan di Poli Paru RSUD Pakuhaji Kabupaten Tangerang dengan waktu penelitian Februari s.d Maret 2025. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan data primer dengan cara membagikan kuesioner kepada respoonden. Metode analisa data yang digunakan adalah *Chi Square.*

RESULT

1. Analisa univariat
   Analisa univariat dalam penelitian ini terdiri dari karekteristik responden yang terdiri dari: usia, jenis kelmin, tingkat depesi, dan kualitas hidup.

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Penderita Tuberkulosis (TB) Poli Paru RSUD Pakuhaji Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (f)	Persentase (%)
17-25 tahun	10	11,5
26-35 tahun	12	13,8
36-45 tahun	31	35,7
46-55 tahun	25	28,7
56-65 tahun	9	10,3
Total	87	100,0

Berdasarkan tabel 1 menunjukan bahwa sebagian besar responden berusia 36-45 tahun sebanyak 31 responden (35,7%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Penderita Tuberkulosis (TB) Poli Paru RSUD Pakuhaji Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Laki-laki	49	56,3
Perempuan	38	43,7
Total	87	100,0

Berdasarkan tabel 2 menunjukan bahwa sebagain besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 49 responden (56,3%) dan perempuan sebanyak 38 responden (43,7%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Penderita Tuberkulosis (TB) Poli Paru RSUD Pakuhaji Berdasarkan Tingkat Depresi

Tingkat Depresi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	69	79,3
Depresi ringan	15	17,3
Depresi sedang	3	3,4
Total	87	100,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukan bahwa sebagian besar penderita Tuberkulosis (TB) di Poli Paru RSUD Pakuhaji memiliki tingkat depresi normal sebanyak 69 responden (79,3%), depresi ringan 15 respnden (17,3%), depresi sedang 3 responden (3,4%).

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Penderita Tuberkulosis (TB) Poli Paru RSUD Pakuhaji Berdasarkan Kualitas Hidup

Kualitas Hidup	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Buruk	28	32,2
Cukup	56	64,4
Baik	3	3,4
Total	87	100,0

Berdasarkan table 4 menunjukan bahwa sebagian besar penderita tuberkulosis (TB) di RSUD Pakuhaji memiliki kualitas hidup buruk sebanyak 28 responden (32,2%), kualitas hidup cukup sebanyak 56 responden (64,4%), dan kualitas hidup baik sebanyak 3 responden (3,4%).

2. Anaisa bivariat

Tabel 5
Hasil Analisis Hubungan Tingkat Depresi dengan Kualitas Hidup pada Penderita Tuberkulosis (TB) di Poli Paru RSUD Pakuhaji Kabupaten Tangerang

Tingkat Depresi	Kualitas Hidup						Jumlah		*P* value
	Buruk		Cukup		Baik				
	f	%	f	%	f	%	f	%	0,001
Normal	15	21,7	51	73,9	3	4,3	69	100,0	
Depresi ringan	10	66,7	5	33,3	0	0,0	15	100,0	
Depresi sedang	3	100,0	0	0,0	0	0,0	3	100,0	
Total	28	32,2	56	64,4	3	3,4	87	100,0	

Berdasarkan tabel 5 menunjukan bahwa responden memiliki tingkat depresi normal sebanyak 51 responden (73,9%) memiliki kualitas hidup cukup. Sedangkan respoden yang memiliki tingkat depresi ringan sebanyak 10 responden (66,7%) memiliki kualitas hidup buruk. Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *p* value sebesar 0,001. Nilai 0,000 < 0,05 maka dapat diambil keputusan Ha diterima, yang artinya ada hubungan yang signifikan antara Tingkat depresi dengan kualitas hidup penderita tuberkulosis (TB) di RSUD Pakuhaji Kabupaten Tangerang.

JOURNAL JOSNHS
Smart Nursing & Health Science
Volume 2 Nomor 2 (2024) e-ISSN : 2986-674X
Website : https://jurnal.poltekkesbanten.ac.id/JOSNHS
Email : jurnalkeperawatan.josnhs@gmail.com

DISCUSSION

Hasil penelitian ini membuktikan keberadaan hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dengan kualitas hidup pada penderita TB paru di RSUD Pakuhaji Kabupaten Tangerang. Arah hubungan variabel bersifat negatif atau berbalik nilai: semakin tinggi tingkat depresi yang dialami pasien TB paru, maka semakin rendah kualitas hidup mereka, dan sebaliknya penderita yang mempertahankan tingkat psikologis normal cenderung menikmati kualitas hidup yang lebih memadai. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Kogoya et al., 2024) di Puskesmas Bendo Kediri yang mencatat korelasi signifikan antara depresi dan kualitas hidup pasien TB (p = 0,001), serta konsisten dengan laporan Tanauma et al. (2023) di Puskesmas Sikumana.

Penjelasan mengenai hubungan antara depresi dan penurunan kualitas hidup dapat ditinjau melalui kerangka biopsikososial terintegrasi. Dari perspektif biologis, penyakit TB paru ditandai oleh reaksi inflamasi sistemik kronis yang memicu pelepasan sitokin pro-inflamasi seperti *Tumor Necrosis Factor-alpha* (TNF-\alpha) dan *Interleukin-6* (IL-6). Cytokine ini dapat menembus sawar darah otak dan memicu gangguan metabolisme monoamina (serotonin dan dopamin), yang secara klinis bermanifestasi sebagai perilaku sakit (*sickness behavior*), keluhan lelah kronis, serta depresi psikis. Kondisi ini secara langsung merusak domain kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis pada pengukuran kualitas hidup pasien.

Dari dimensi psikososial, stigma negatif masyarakat terhadap penularan TB menciptakan isolasi sosial bagi penderita. Sebagaimana dikemukakan oleh Ledjepen et al. (2019) dan Sari et al. (2021), penderita TB sering kali merasa dikucilkan oleh lingkungan sekitar, yang memicu perasaan tidak berdaya, malu, dan tertekan secara emosional. Tekanan mental yang berkepanjangan akibat stigma ini memperburuk domain hubungan sosial dan lingkungan pada instrumen WHOQOL-BREF. Selain itu, keharusan menjalani terapi pengobatan OAT secara harian dalam durasi minimal 6 bulan memicu kejenuhan terapi (*treatment fatigue*), yang menurunkan motivasi pasien untuk mempertahankan koping adaptif (Noviana, 2021).

Karakteristik demografi pada penelitian ini menunjukkan bahwa penderita TB paru didominasi oleh kelompok usia produktif 36–45 tahun (35,7%) dan jenis kelamin laki-laki (56,3%). Temuan ini mendukung laporan Happyanto et al. (2024) mengenai tingginya risiko TB pada laki-laki usia kerja. Tingginya mobilitas luar rumah, paparan lingkungan kerja yang kurang sehat, serta kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol pada laki-laki menjadi faktor predisposisi fisik yang memperbesar risiko infeksi TB. Ketika individu pada usia produktif yang berperan sebagai pencari nafkah utama terdiagnosa TB, keterbatasan fisik untuk bekerja memicu krisis finansial keluarga. Stresor ekonomi ini berinteraksi dengan beban penyakit, sehingga memicu depresi yang berdampak langsung pada penurunan kualitas hidup.

Suatu temuan menarik dari analisis univariat adalah bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki tingkat depresi normal (79,3%), persentase responden dengan kualitas hidup buruk masih tergolong tinggi (32,2%). Fenomena ini mengindikasikan bahwa kualitas hidup pasien TB bersifat multifaktorial, yang tidak hanya dipengaruhi oleh kesehatan mental, tetapi juga

oleh efek samping fisik OAT (seperti mual, nyeri sendi, atau gangguan hepatik), penurunan kapasitas fungsi paru, serta keterbatasan daya dukung finansial. Responden yang mampu mempertahankan kondisi depresi tetap normal umumnya didukung oleh mekanisme koping individu yang baik serta adanya dukungan keluarga yang kuat. Menurut Dedi Pahrul et al. (2021), keberadaan dukungan keluarga dan petugas kesehatan merupakan faktor kunci yang memberikan dorongan moral, menjaga kepatuhan berobat, dan membantu pasien beradaptasi terhadap perubahan hidup, sehingga kualitas hidup pasien dapat dipertahankan pada kategori cukup atau baik.

Implikasi klinis dari penelitian ini menekankan pentingnya reorientasi asuhan keperawatan dan pelayanan medis pada penderita TB paru. Pengobatan TB tidak boleh hanya berfokus pada target keberhasilan eliminasi kuman secara mikrobiologis, melainkan harus mengintegrasikan skrining kesehatan mental (seperti ZSDS) secara rutin dalam pelayanan DOTS di Poliklinik Paru. Penanganan depresi tahap awal melalui intervensi psikoedukasi, konseling motivasi, dan penguatan dukungan keluarga sangat diperlukan untuk mencegah penurunan kualitas hidup dan meningkatkan kepatuhan berobat penderita TB.

Keterbatasan penelitian ini terletak pada desain *cross-sectional* yang membatasi penentuan hubungan sebab-akibat (*causality*) secara pasti antara depresi dan kualitas hidup. Selain itu, penggunaan teknik *accidental sampling* di satu lokasi RSUD Pakuhaji membatasi generalisasi hasil penelitian untuk skala populasi yang lebih luas.

CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai hubungan tinkat depresi dengan kualitas hidup pada penderita tuberkulosis (TB) di poli paru RSUD Pakuhaji Kabupaten Tangerang dimulai dari bulan Februari s.d Maret 2025 menyimpulkan bahwasannya :

1. Mayoritas responden berdasarkan karakteristik usia dari 87 responden, 31 responen (35,7%) berusia 36-45 tahun, sedangkan berdasarkan jenis kelamin 49 responden (56,3%) berjenis kelamin laki-laki dan 38 responden (43,7%) berjenis kelamin perempuan.
2. Tingkat depresi sebagian besar penderita Tuberkulosis (TB) di Poli Paru RSUD Pakuhaji memiliki tingkat depresi normal sebanyak 69 responden (79,3%), depresi ringan 15 responden (17,3%), depresi sedang 3 responden (3,4%).
3. Kualitas hidup sebagian besar penderita tuberkulosis (TB) di RSUD Pakuhaji memiliki kualitas hidup buruk sebanyak 28 responden (32,2%), kualitas hidup cukup sebanyak 56 responden (64,4%). Dan kualitas hidup baik sebanyak 3 responden (3,4%).
4. Setelah dilakukan uji analisis dengan uji *chi-square* terdapat Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kualitas Hidup Pada Penderita Tuberkulosis (TB) Paru Di RSUD Pakuhaji Kabupaten Tangerang (*p value* = 0.001 ≤ 0,05).

ACKNOWLEDGMENTS

Penelitian ini terlaksana berkat dukungan dari berbagai pihak yang senantiasa membantu peneliti dalam proses penelitian ini. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam proses penelitian.

REFERENCES

Dedi Pahrul, Helsy Desvitasari, & Asih Fatriansari. (2021). Analisis Pemahaman Penderita Tb Tentang Tuberkulosis Paru Terhadap Kualitas Hidup. *Jurnal Kesehatan : Jurnal Ilmiah Multi Sciences*, *11*(2), 86–94. https://doi.org/10.52395/jkjims.v11i2.327

Dinas Kesehatan Kabupaten, & Tangerang. (2024). *Profil Kesehatan Kabupaten Tangerang 2023*.

Happyanto, M. R., Ivone, J., Nurazizah, S., Studi, P., Dokter, P., Kedokteran, F., Kristen, U., Ilmu, B., Masyarakat, K., Kedokteran, F., & Kristen, U. (2024). *Gambaran Faktor Risiko dan Komorbiditas pada Pasien TB Paru di Puskesmas Sukatani Periode 2020-2023 An Overview of Risk Factors and Comorbidities Patients of Lung Tuberculosis at Sukatani Public Health Center Purwakarta Regency Period 2020-2023*. *6*(2), 22–30.

Kemenkes RI. (2024). *Capai Eliminasi TBC dengan Semarak Gerakan Indonesia Akhiri Tuberkulosis (GIAT)*.

Kogoya, A., Irawan, H., & Tobroni, H. (2024). *Pada Pasien Tb Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Tb Patients in Work Areabendo Health Center , Pare District Kediri*. 1–7.

Ledjepen, R. D. L. T. G., E.D, M. A., & Sagita, S. (2019). Hubungan Tingkat Depresi Terhadap Kualitas Hidup Penderita Tuberkulosis Pada Orang Dewasa di Kota Kupang. *Cendana Medical Journal*, *16*(1), 79–86. http://ejurnal.undana.ac.id/CMJ/article/view/1493/1177.

Noviana. (2021). Korelasi antara Lama Menjalani Pengobatan TB Paru dengan Skor Depresi pada Pasien TB Paru yang Menjalani Pengobatan di Poliklinik Paru RSUD Dr. Pirngadi Medan. *NMJ*, *6*(2), 2686–2565.

RSST, T. P. (2022). *TBC*. RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1375/tbc

Sari, H. P., Safitri, K. H., Kholifah, S., & Wardani, D. A. (2021). Korelasi Stigma Sosial Dengan Depresi Pada Pasien Tuberkulosis Paru. *Jurnal Keperawatan Wiyata*, *2*(2), 51. https://doi.org/10.35728/jkw.v2i2.493

Tanauma, N., E Manurung, I. F., & Sir, A. B. (2023). *the Relationship of Family Support and Depression With the Quality of Life of Pulmonary Tuberculosis Patients in the Work Area of Sikumana Health Center*. *Pancasakti Journal of Public Health Science and Research*, *3*, 122–127. https://doi.org/10.47650/pjphsr.v3i2.536

WHO. (2023). *Word Tb Day 2024*. https://www.who.int/campaigns/world-tb-day/2024