

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas I Denpasar Selatan, yang merupakan fasilitas pelayanan tingkat I dan berlokasi di Jl. Gurita No.8, Kelurahan Sesetan, Kecamatan Denpasar Selatan. Puskesmas I Denpasar Selatan merupakan daerah perkotaan yang padat penduduk dan memiliki mobilitas tinggi. Luas wilayah kerja adalah 13,67 km² atau 10,7% dari total luas kota Denpasar. Wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan mewilayahinya Desa Sidakarya dan 2 Kelurahan yaitu Panjer dan Sesetan yang terdiri dari 35 dusun/lingkungan.

Operasional pertama awal berdirinya Puskesmas I Denpasar Selatan pada tahun 1970 adalah sebagai puskesmas pertama di Kecamatan Denpasar Selatan dan baru beroperasi pada tahun 1981. Visi pembangunan kesehatan yang diselenggarakan oleh Puskesmas sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomer: 128/Menkes/SK/II/2004 adalah tercapainya kecamatan sehat menuju terwujudnya Indonesia sehat. Kecamatan sehat adalah gambaran masyarakat kecamatan masa depan yang ingin dicapai melalui pembangunan kesehatan yakni masyarakat yang hidup dalam lingkungan dan dengan perilaku sehat, memiliki kemampuan untuk menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu secara adil dan merata serta memiliki derajat kesehatan yang setinggi-tingginya.

2. Karakteristik Subyek Penelitian

Karakteristik subyek penelitian yang diteliti dapat diuraikan berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, perkawinan dan tingkat stres disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

a. Karakteristik subyek penelitian berdasarkan kelompok usia

Menurut Santrok (2019) di dalam teori perkembangan usia, karakteristik pada subyek penelitian dibagi menjadi tiga kategori yang meliputi dewasa awal (20-30 tahun), dewasa madya (31-59 tahun), dan dewasa akhir (≥ 60 tahun).

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Usia Subyek Penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan
Tahun 2023

Usia	Jumlah	Persentase (%)
Dewasa Awal	0	0
Dewasa Madya	25	92,6
Dewasa Akhir	2	7,4
Total	27	100

Tabel 4 menunjukkan usia subyek penelitian sebagian besar pada kategori pada usia dewasa madya (31-59 tahun) yaitu sebanyak 25 orang (92,6%).

b. Karakteristik subyek penelitian berdasarkan jenis kelamin

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Subyek Penelitian di Puskesmas I Denpasar
Selatan Tahun 2023

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	8	29,6
Perempuan	19	70,4
Total	27	100

Tabel 5 menunjukkan jenis kelamin subyek penelitian sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 19 orang (70,4%).

c. Karakteristik subyek penelitian berdasarkan pendidikan

Tingkat pendidikan dikategorikan menurut Undang – Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003 yang membagi jenjang pendidikan formal menjadi pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi.

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan Subyek Penelitian di Puskesmas I
Denpasar Selatan Tahun 2023

Pendidikan	Jumlah	Persentase (%)
Tidak Sekolah	0	0
Pendidikan Dasar	10	37
Pendidikan Menengah	10	37
Perguruan Tinggi	7	26
Total	27	100

Tabel 6 menunjukkan bahwa sebagian besar subyek penelitian berpendidikan dasar dan menengah sebanyak 10 orang (37%).

d. Karakteristik subyek penelitian berdasarkan pekerjaan

Tabel 7
Distribusi Frekuensi Pekerjaan Subyek Penelitian di Puskesmas I Denpasar
Selatan Tahun 2023

Pekerjaan	Jumlah	Persentase (%)
Bekerja	13	48,1
Tidak Bekerja	14	51,9
Total	27	100

Tabel 7 menunjukkan bahwa sebagian besar subyek penelitian adalah tidak bekerja sebanyak 14 orang (51,9%).

- e. Karakteristik subyek penelitian berdasarkan status perkawinan

Tabel 8
Distribusi Frekuensi Status Perkawinan Subyek Penelitian di Puskesmas I
Denpasar Selatan Tahun 2023

Status Kawin	Jumlah	Persentase (%)
Kawin	25	92,6
Tidak Kawin	2	7,4
Total	27	100

Tabel 8 menunjukkan bahwa sebagian besar subyek penelitian adalah berstatus kawin yaitu sebanyak 25 orang (92,6%).

- f. Karakteristik subyek penelitian berdasarkan faktor genetik

Tabel 9
Distribusi Frekuensi Faktor Genetik Subyek Penelitian di Puskesmas I Denpasar
Selatan Tahun 2023

Faktor Genetik	Jumlah	Persentase (%)
Ada	16	59,3
Tidak	11	40,7
Total	27	100

Tabel 9 menunjukkan bahwa sebagian besar subyek penelitian memiliki tingkat genetik sebanyak 16 orang (59,3%).

3. Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variabel penelitian

Hasil *pre dan post test* pada subyek penelitian diberikan terapi *Slow Stroke Back Massage* disajikan pada tabel 10

Tabel 10
Skor PSS (*Perceived Stress Scale*) Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Sebagai Subek
Penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023

Kode Responden	PSS (<i>Pre Test</i>)	PSS (<i>Post Test</i>)
RSP01	19	19
RSP02	29	16
RSP03	20	20
RSP04	19	19
RSP05	18	18
RSP06	27	14
RSP07	17	17
RSP08	18	13
RSP09	20	13
RSP10	16	16
RSP11	27	15
RSP12	18	18
RSP13	16	16
RSP14	17	17
RSP15	20	20
RSP16	27	27
RSP17	16	16
RSP18	17	17
RSP19	19	19
RSP20	28	28
RSP21	19	12
RSP22	20	20
RSP23	18	18
RSP24	16	16
RSP25	17	17
RSP26	19	19
RSP27	27	27

Tabel 10 menunjukkan *Perceived Stress Scale* (PSS) pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023 sebelum dan sesudah diberikan terapi *slow stroke back massage*. Sebelum diberikan terapi, skor tertinggi

adalah 28 dan skor terendah adalah 16. Setelah diberikan terapi, skor tertinggi 120 dan terendah adalah 10.

4. Hasil analisa data

a. Tingkat stres pada subyek penelitian sebelum diberikan *Slow Stroke Back Massage*

Menurut Cohen (1994) tingkat stres dalam *Perceived Stress Scale* (PSS) dibagi menjadi stres ringan (0-13), stres sedang (14-26), dan stres berat (27- 40). Frekuensi tingkat stres pada subyek penelitian sebelum diberikan terapi *slow stroke back massage* disajikan pada tabel 11.

Tabel 11
Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Subyek Penelitian Sebelum Diberikan Terapi *Slow Stroke Back Massage* di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023

Tingkat Stres	Jumlah	Persentase (%)
Ringan	0	0
Sedang	21	77,8
Berat	6	22,2
Total	21	100

Tabel 11 menunjukkan bahwa dari 27 responden, diketahui bahwa sebelum intervensi *slow stroke back massage* terdapat 21 orang (77,8%) yang memiliki tingkat stres sedang dan 6 orang (22,2%) yang memiliki tingkat stres berat.

b. Tingkat stres pada subyek penelitian setelah diberikan *Slow Stroke Back Massage*

Tingkat stres pada subyek penelitian setelah diberikan *slow stroke back massage* disajikan pada tabel 12.

Tabel 12
Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Subyek Penelitian Sesudah Diberikan Terapi Slow Stroke Back Massage di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

Tingkat Stres	Jumlah	Persentase (%)
Ringan	4	14,8
Sedang	20	74,1
Berat	3	11,1
Total	27	100

Tabel 12 menunjukkan bahwa sesudah intervensi *slow stroke back massage* terdapat 4 orang (14,8%) yang memiliki tingkat stres ringan, 20 orang (74,1%) yang memiliki tingkat stres sedang, dan 3 orang (11,1%) memiliki stres berat.

c. Uji Hipotesis

Uji normalitas data perlu dilakukan sebelum melakukan pengujian hipotesis untuk mengetahui teknik uji hipotesis yang akan digunakan. Menurut Sugiyono (2019) uji normalitas bertujuan untuk mengetahui sebaran data pada variabel yang berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas data ini dilakukan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah subyek penelitian ≤ 50 orang. Data ini dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikan > 0.05 . Hasil dari uji normalitas data stres sebelum dan sesudah diberikan intervensi *slow stroke back massage* disajikan pada tabel 13 dibawah ini.

Tabel 13
Hasil Uji Normalitas Tingkat Stres Pada Subyek di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023

Variabel	Uji <i>Saphiro-Wilk</i>	
	Jumlah (n)	Sig. (p)
<i>Pre-Test</i>	27	0,000
<i>Post-Test</i>	27	0,003

Tabel 13 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas pada variabel tingkat stres sebelum diberikan intervensi mendapatkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan hasil uji normalitas pada variabel tingkat stres setelah diberikan intervensi mendapatkan nilai $p = 0,003$ ($p < 0,05$). Ini menunjukkan data tidak berdistribusi normal sehingga uji hipotesis dilakukan menggunakan uji non parametrik test yaitu uji *Wilxocon*. Hasil dari uji *Wilxocon* data tingkat stres sebelum dan sesudah diberikan terapi *slow stroke back massage* disajikan pada tabel 14.

Tabel 14
Hasil Uji *Wilxocon* Tingkat Stres Pada Subyek di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

Variabel	Uji <i>Wilxocon</i>	
	Jumlah (n)	<i>Asymp Sig. (p)</i>
<i>Pre Test – Post Test</i>	27	0,027

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon*, didapatkan nilai *Asymp Sig. (2-tailed)* sebesar $0,027 < \alpha$ (0,05) sehingga menunjukkan terdapat pengaruh dalam pemberian terapi *slow stroke back massage* terhadap stres pada subyek penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023, sehingga dengan pemberian terapi *slow stroke back massage* dapat menurunkan tingkat stres pada subyek penelitian (pasien diabetes melitus tipe 2).

d. Tingkat stres berdasarkan usia

Berdasarkan subyek penelitian terkait dengan usia dianalisis dengan uji *Chi Square*.

Tabel 15
Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Usia

Usia	Tingkat Stres						Total (%)	Asymp Sig.
	Ringan		Sedang		Berat			
	n	%	n	%	n	%		
Pre-Test								
Awal	0	0	0	0	0	0	0	0,326
Madya	0	0	20	74,1	5	18,5	92,6	
Akhir	0	0	1	3,7	1	3,7	7,4	
Total	0	0	21	77,8	6	22,2	100	

Tabel 15 menunjukkan tingkat stres berdasarkan usia dengan hasil *p-value* $0,326 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan tingkat stres pada subyek penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

4. Tingkat stres berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan subyek penelitian terkait dengan jenis kelamin dianalisis dengan uji *Chi Square*

Tabel 16
Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Tingkat Stres						Total (%)	Asymp Sig.
	Ringan		Sedang		Berat			
	n	%	N	%	n	%		
Pre-Test								
Laki-laki	0	0	6	22,2	2	9,5	29,6	0,822
Perempuan	0	0	15	55,6	4	14,8	70,4	
Total	0	0	21	77,8	6	22,2	100	

Tabel 16 menunjukkan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin dengan hasil *p-value* $0,822 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat stres pada subyek penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

e. Tingkat stres berdasarkan pendidikan

Berdasarkan subyek penelitian terkait dengan pendidikan dianalisis dengan uji *Chi Square*

Tabel 17
Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Tingkat Stres						Total (%)	Asymp Sig.
	Ringan		Sedang		Berat			
	n	%	N	%	n	%		
Pre-Test								
Dasar	0	0	8	29,6	2	7,4	37	0,896
Menengah	0	0	8	29,6	2	7,4	37	
Tinggi	0	0	5	18,5	2	7,4	26	
Total	0	0	21	77,8	6	22,2	100	

Tabel 17 menunjukkan tingkat stres berdasarkan pendidikan dengan hasil *p-value* $0,896 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan tingkat stres pada subyek penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

f. Tingkat stres berdasarkan pekerjaan

Berdasarkan subyek penelitian terkait dengan pekerjaan dianalisis dengan uji *Chi Square*

Tabel 18
Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Tingkat Stres						Total (%)	Asymp Sig.
	Ringan		Sedang		Berat			
	n	%	N	%	n	%		
Pre-Test								
Bekerja	0	0	12	44,4	1	3,7	48,1	0,052
Tidak Bekerja	0	0	9	33,3	5	18,5	51,9	
Total	0	0	21	77,8	6	22,2	100	

Tabel 18 menunjukkan tingkat stres berdasarkan pekerjaan dengan hasil $p\text{-value } 0,052 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pekerjaan dengan tingkat stres pada subyek penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

g. Tingkat stres berdasarkan pernikahan

Berdasarkan subyek penelitian terkait dengan status kawin dianalisis dengan uji *Chi Square*.

Tabel 19
Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Pernikahan

Status Kawin	Tingkat Stres						Total (%)	Asymp Sig.
	Ringan		Sedang		Berat			
	n	%	n	%	n	%		
Pre-Test								
Kawin	0	0	19	70,4	6	22,2	92,6	0,432
Tidak Kawin	0	0	2	7,4	0	0	7,4	
Total	0	0	21	77,8	6	22,2	100	

Tabel 19 menunjukkan tingkat stres berdasarkan pernikahan dengan hasil $p\text{-value } 0,432 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pernikahan dengan tingkat stres pada subyek penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

h. Tingkat Stres Berdasarkan Faktor Genetik

Berdasarkan subyek penelitian terkait dengan tingkat genetik dianalisis dengan uji *Chi Square*.

Tabel 20
Hasil Analisa Tingkat Stres Berdasarkan Faktor Genetik

Tingkat Genetik	Tingkat Stres						Total (%)	Asymp Sig.
	Ringan		Sedang		Berat			
	n	%	n	%	n	%		
Pre-Test								
Ada	0	0	13	48,1	3	11,1	59,3	0,601
Tidak	0	0	8	29,6	3	11,1	40,7	
Total	0	0	21	77,8	6	22,2	100	

Tabel 20 menunjukkan tingkat stres berdasarkan faktor genetik dengan hasil *p-value* $0,601 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor genetik dengan tingkat stres pada subyek penelitian di Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.

B. Pembahasan

1. Tingkat stres pada subyek penelitian sebelum diberikan *Slow Stroke Back Massage*

Hasil penelitian yang diperoleh sebelum diberikan intervensi *slow stroke back massage* menunjukkan bahwa subyek penelitian yang mengalami stres berada pada kategori stres sedang sebanyak 16 orang (76,2%) dan stres berat sebanyak 5 orang (23,8%). Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Marcelina & Candra (2022) yang berjudul Pengaruh Yoga Pranayama Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan jumlah responden 27 orang. Hasil penelitian yang didapatkan 15 orang (55,6%) mengalami stres sedang dan 7 orang (25,9%) mengalami stres berat. Penelitian lain yang dilakukan oleh Aulia dkk (2022) dengan judul Hubungan Tingkat Stres dengan Self

Management Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dengan jumlah responden 34 orang menemukan 20 orang (58,8%) mengalami stres sedang dan 9 orang (26,5%) mengalami stres berat.

Namun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestarina (2018) dengan judul Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus dengan hasil penelitian 25 orang (83,3%) mengalami stres ringan, 3 orang (10%) mengalami stres sedang dan 2 orang (6,75) mengalami stres berat.

Menurut Liviana (2018) hal yang menyebabkan pasien diabetes melitus mengalami stres adalah pengobatan yang dilakukan sepanjang hidupnya dan berisiko terjadinya komplikasi yang dapat menyebabkan kualitas hidup pasien menjadi rendah dan kemungkinan terburuk adalah terjadinya kematian.

Peneliti berpendapat bahwa sebagian besar subyek penelitian yang dalam hal ini pasien diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023 ini mengalami masalah psikologis seperti stres karena disebabkan oleh gaya hidup yang berubah setelah dinyatakan terdiagnosis penyakit diabetes melitus. Kecemasan pasien mengenai perkembangan penyakit serta diet yang harus dilakukan sehingga dapat memicu terjadinya stres. Penanganan seperti pemberian obat untuk mengontrol glukosa darah belum sepenuhnya mampu mengatasi masalah untuk gangguan psikologis ini, sehingga diperlukannya penanganan khusus untuk penanganan gangguan psikologis agar tidak menjadi masalah seperti stres yang mengakibatkan perawatan diri menjadi buruk (Putra, 2022).

2. Tingkat stres pada subyek penelitian setelah diberikan *Slow Stroke Back Massage*

Hasil penelitian diperoleh 16 orang (76,2%) mengalami stres ringan dan 5 orang (23,8%) mengalami stres sedang. Hasil tersebut menunjukkan tingkat stres subjek penelitian menurun setelah dilakukan intervensi *slow stroke back massage* dari subyek penelitian yang mengalami stres sedang sebanyak 16 orang (76,2%) dan stres berat sebanyak 5 orang (23,8%). Penelitian lain yang dilakukan oleh Irianti (2019) dengan judul Pengaruh Pijat Punggung Terhadap Skor Stres dengan hasil dari 20 orang diantaranya 17 orang mengalami penurunan stres dan 3 orang mengalami peningkatan maupun penurunan. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Smith et al (2018) dengan judul '*The Effect Of Slow Stroke Back Massage on Stress Levels in College Students*' yang menemukan bahwa pemberian *slow stroke back massage* pada mahasiswa secara signifikan mengurangi tingkat stres mereka.

Para responden dalam penelitian ini juga mengalami tingkat relaksasi yang tinggi setelah menerima pijatan tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Jhonson et al. (2019) dengan judul '*The Effect OF Slow Stroke Back Massage on Stress Levels in Healthcare Professionals*' menunjukkan hasil bahwa pijatan tersebut efektif dalam mengurangi stres mereka, para responden mengatakan merasa lebih santai dan tenang setelah menerima pijatan tersebut.

Peneliti berpendapat bahwa *slow stroke back massage* dapat efektif dalam mengurangi stres pada setiap individu. Dengan seluruh responden dalam penelitian ini dapat mengalami penurunan stres menjadi tingkat yang lebih ringan setelah menerima *slow stroke back massage*, hal ini menunjukkan bahwa metode ini

memiliki potensi sebagai salah satu pendekatan nonfarmakologis yang dapat digunakan dalam mengelola stres.

3. Hubungan tingkat stres berdasarkan usia

Hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* $0,361 > 0,05$ yang menunjukkan bahwa tidak terdapat adanya hubungan antara tingkat stres dengan usia. Menurut hasil penelitian Marcelina & Candra (2022) dengan Judul “Pengaruh Yoga Pranayama Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” dengan subyek penelitian sebanyak 27 responden dengan hasil *p-value* $0,443 > 0,05$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan usia dengan tingkat stres pada pasien diabetes melitus.

Hasil penelitian lain oleh Awalia (2021) dengan judul “Hubungan Umur dan Jenis Kelamin Dengan Tingkat Stres” dengan subyek penelitian sebanyak 53 responden yang menunjukkan sebagian besar subyek penelitian berusia 26-35 tahun mengalami stres sebanyak 23 orang (43,40%) sedangkan subyek penelitian yang berusia 36-45 tahun mengalami stres sebanyak 30 orang dengan nilai *p-value* $0,913 > 0,05$ yang berarti tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan usia.

Peneliti berpendapat bahwa kelompok usia antara usia madya dan dewasa akhir dalam penelitian dapat berpengaruh terhadap tingkat stres. Hal ini mungkin disebabkan oleh faktor-faktor seperti pengalaman hidup, tuntutan pekerjaan, kesehatan fisik, atau perubahan emosional dan sosial yang terkait dengan penuaan yang dapat mempengaruhi bagaimana mereka menghadapi stres yang dialaminya.

4. Hubungan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin

Hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* $0,330 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang antara jenis kelamin

dengan tingkat stres. Menurut penelitian Marcelina & Candra (2022) dengan judul “Pengaruh Yoga Pranayama Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” dengan hasil $p\text{-value } 0,109 > 0,05$ yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan jenis kelamin. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Awalia (2021) dengan judul “Hubungan Umur dan Jenis Kelamin Terhadap Stres” dengan 53 responden menunjukkan stres yang dialami responden laki-laki sebanyak 16 orang, dan perempuan sebanyak 37 orang (69,81%).

Menurut pendapat peneliti bahwa jenis kelamin perempuan akan lebih mudah terkena stres hal ini disebabkan karena ketidakmampuan perempuan dalam mengontrol diri saat menghadapi suatu permasalahan dalam kehidupan sehari-hari (Nisbah, 2020).

5. Hubungan tingkat stres berdasarkan pendidikan

Hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p\text{-value } 0,758 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan dengan tingkat stres. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Marcelina & Candra (2022) dengan judul “Pengaruh Yoga Pranayama Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” dengan hasil $p\text{-value } 0,615 > 0,05$ yang berarti tidak adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan tingkat pendidikan. Penelitian lainnya oleh Suerni (2019) dengan judul “Analisa Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres” dengan hasil $p\text{-value } 0,453 > 0,05$ yang artinya tidak adanya hubungan antara tingkat pendidikan dengan tingkat stres.

Berdasarkan hasil tersebut peneliti berpendapat bahwa tingkat stres tidak dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi

tidak selalu menjamin adopsi mekanisme koping yang lebih efektif ataupun penanganan stres yang lebih baik. Oleh karena itu meskipun tidak ada perbedaan yang signifikan dalam tingkat stres berdasarkan pendidikan, masih mungkin ada perbedaan dalam cara menangani stres tetapi tidak terkait dengan tingkat pendidikan (Mohan & Pradeepa, 2018).

6. Hubungan tingkat stres berdasarkan pekerjaan

Hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* $0,237 > 0,05$ yang menunjukkan bahwa tidak terdapat adanya hubungan antara tingkat stres dengan pekerjaan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Marcelina & Candra (2022) dengan judul “Pengaruh Yoga Pranayama Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2” dengan 27 responden dengan hasil $0,734 > 0,05$ yang artinya tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan pekerjaan. Berdasarkan penelitian Hidayat (2021) yang berjudul “Gambaran Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus Tipe 2” dengan jumlah 74 responden menunjukkan hasil tingkat stres yang paling banyak ditemukan pada tingkat tidak bekerja sebanyak 41 orang (55,4%). Pekerjaan akan mempengaruhi aktivitas fisik yang akan dilakukan oleh responden yang dapat memicu salah satu faktor terjadinya penyakit kronis dan secara keseluruhan diprediksi penyebab kematian secara global (Hidayat, 2021).

Menurut peneliti aktivitas fisik akan menyebabkan insulin semakin meningkat sehingga terjadinya pengurangan kadar gula didalam darah. Jika insulin tidak dapat mencukupi mengubah glukosa menjadi energi maka akan terjadinya penyakit diabetes melitus (Liviana, 2018).

7. Hubungan tingkat stres berdasarkan pernikahan

Hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* $0,406 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status kawin dengan tingkat stres. Beberapa teori yang dapat menjelaskan mengapa penelitian ini tidak menemukan perbedaan yang signifikan dalam tingkat stres berdasarkan status perkawinan pada pasien diabetes melitus tipe 2. Tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe 2 dipengaruhi oleh faktor individu seperti kepribadian, pengalaman hidup, dan mekanisme koping yang digunakan. Status perkawinan mungkin tidak secara langsung memengaruhi tingkat stres, karena individu yang belum menikah atau bercerai dapat memiliki mekanisme koping yang efektif dalam menghadapi stres yang sama seperti individu yang menikah. Dalam hal ini, perbedaan dalam status perkawinan tidak secara langsung berdampak pada tingkat stres yang dialami oleh pasien diabetes melitus tipe 2 (Saraswati dkk, 2019).

Peneliti berpendapat bahwa dalam penelitian ini, faktor-faktor individu, dukungan sosial, dan faktor kesehatan serta pengelolaan penyakit mungkin telah menjadi faktor yang dominan dalam mempengaruhi tingkat stres, sedangkan status perkawinan tidak secara langsung memainkan peran yang signifikan. Pasien yang sudah menikah mungkin memiliki perhatian dan dukungan lebih besar dalam mengelola penyakit mereka, tetapi pasien yang belum menikah atau bercerai juga dapat memiliki tingkat perhatian dan pengelolaan yang sama efektif melalui dukungan keluarga, teman, atau layanan kesehatan yang ada (F. Infurna & Luthar 2018).

8. Hubungan tingkat stres dengan faktor genetik

Hasil uji statistik menggunakan Uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* $0,920 > 0,05$ yang menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat genetik dengan tingkat stres. Beberapa teori yang dapat menjelaskan temuan tersebut. Pertama, faktor lingkungan dapat memiliki pengaruh yang lebih dominan dalam mempengaruhi tingkat stres daripada faktor genetik pada pasien diabetes melitus tipe 2. Meskipun faktor genetik dapat meningkatkan kerentanan terhadap pengembangan diabetes tipe 2, respon individu terhadap stres cenderung dipengaruhi oleh berbagai faktor lingkungan yang kompleks, seperti gaya hidup, stres psikososial, dan pengaruh social (Diego et al, 2014).

Kompleksitas genetik diabetes melitus tipe 2 juga dapat berperan dalam hasil penelitian ini. Penyakit ini melibatkan banyak gen dan polimorfisme genetik yang berpotensi berkontribusi terhadap kerentanan dan respons terhadap stres. Oleh karena itu, studi yang lebih luas dan mendalam mengenai genetika diabetes tipe 2 dan stres mungkin diperlukan untuk memahami hubungan yang lebih jelas antara faktor genetik dan tingkat stres (Diego et al, 2014).

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti berpendapat bahwa saat ini belum ditemukan informasi spesifik mengenai penelitian yang menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat stres berdasarkan faktor genetik pada pasien diabetes melitus tipe 2, baik di Indonesia maupun di luar negeri. Meskipun ada penelitian tentang hubungan antara faktor genetik dan diabetes melitus tipe 2, kebanyakan fokus pada hubungan antara faktor genetik dan risiko terkena diabetes melitus tipe 2, bukan langsung pada tingkat stres. Penelitian tentang stres pada

pasien diabetes melitus tipe 2 umumnya melibatkan faktor-faktor psikososial dan lingkungan, seperti stres hidup, dukungan sosial, atau faktor psikologis lainnya.

9. Pengaruh *Slow Stroke Back Massage* terhadap stres pada pasien diabetes melitus tipe 2

Berdasarkan hasil nilai statistik Uji *Wilcoxon Sign Rank Test* didapatkan nilai p-value pada kolom Sig (2-tailed) $0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh dalam pemberian *slow stroke back massage* terhadap tingkat stres pada subyek penelitian. Berdasarkan hasil uji statistik dapat dilihat adanya penurunan tingkat stres sebanyak 16 orang (76,2%) mengalami stres ringan dan 5 orang (23,8%) mengalami stres sedang. Penelitian ini menunjukkan bahwa *slow stroke back massage* memberikan pengaruh yang dapat menurunkan tingkat stres pada subyek penelitian yaitu diabetes melitus tipe 2.

Hasil penelitian Irianti (2019) dengan judul “Pengaruh Terapi Pijat Punggung Terhadap Skor Stres” dengan jumlah subyek penelitian sebanyak 20 orang. Hasil penelitian ini yaitu ada penurunan rata-rata skor stres sebelum dan sesudah yaitu dari 19,05 menjadi 17,10 dengan p-value 0,000 yang berarti adanya pengaruh terapi pijat punggung terhadap penurunan stres.

Slow stroke back massage adalah salah satu teknik pijat yang biasanya dilakukan dengan gerakan lambat dan lembut pada bagian punggung. Pijatan ini memiliki potensi untuk memberikan efek relaksasi dan mengurangi stres pada individu. Beberapa studi sebelumnya juga telah menunjukkan bahwa pijatan seperti *slow stroke back massage* dapat memberikan manfaat dalam mengurangi tingkat stres (Nasiri et al, 2013).

Menurut pendapat peneliti bahwa hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya bahwa *slow stroke back massage* dapat memberikan pengaruh dalam menurunkan tingkat stres pada subyek penelitian. Pada pasien diabetes melitus tipe 2, tingkat stres yang tinggi dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan mental dan fisik. Oleh karena itu, penggunaan teknik nonfarmakologis seperti *slow stroke back massage* dapat menjadi alternatif yang efektif dalam mengelola stres pada pasien ini (Jane et al, 2014).

C. Kelemahan Penelitian

Karena terdapat beberapa kekurangan dan kelemahan dalam penelitian ini, maka kekurangan dan kelemahan ini telah diidentifikasi sebagai masalah yang perlu dipertimbangkan untuk penelitian selanjutnya:

1. Keterbatasan besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini dalam jumlah yang sedikit, sehingga perlu dilakukan penelitian sejenis dengan sampel yang lebih besar.
2. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *one-group pre-post test design* sehingga peneliti tidak dapat membedakan apakah ada pengaruh yang disebabkan oleh pemberian intervensi *slow stroke back massage* atau penyebab lain. Namun apabila terdapat pembagian subyek penelitian menjadi kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, maka akan lebih ada pengaruh yang sesungguhnya dalam pemberian *slow stroke back massage* pada subyek penelitian.