

INDEK KEBAHAGIAAN DAN GEJALA PENYAKIT TIDAK MENULAR PADA GURU MADRASAH TSANAWIYAH

Yudha Laga Hadi Kusuma¹, Dwiharini Puspitaningsih²

^{1,2}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto

ABSTRACT

The happiness index of the Indonesian people has increased, on the other hand, the incidence of non-communicable diseases in the community has also increased. A person's happiness index has a contribution to a person's lifestyle, which later this lifestyle also has a contribution to the incidence of non-communicable diseases. This study wanted to know the index of happiness and symptoms of non-communicable diseases that exist in Madrasah Tsanawiyah teachers. This study used a descriptive research design involving 40 respondents from Madrasah Tsanawiyah teachers. The sampling technique used was consecutive sampling, with a study time of 2 days in March 2022. From the results of the study, it was found that the happiness index of teachers was quite happy at 62.2% and teachers who had normal blood pressure were 64.9%. The results of the analysis of the rank spearman Rho about the relationship between the happiness index and blood pressure showed that the happiness index was significantly related to blood pressure with a p value of 0.000 and a large correlation of 0.681. The results of this study are expected to be used as a reference that happiness can contribute to a person's health status

Keywords: happiness index, symptoms of non-communicable diseases

A. PENDAHULUAN

Negara Indonesia saat ini sudah 77 tahun merdeka, namun kemerdekaan tersebut belum seutuhnya dapat di rasakan oleh masyarakat. Kesejahteraan masyarakat sebagai manifestasi dari sebuah kemerdekaan belum dapat di rasakan seutuhnya oleh masyarakat. Untuk itu pemerintah terus melakukan perbaikan baik dari segi ekonomi, politik, pendidikan, kesehatan, hukum, budaya dan lain lainnya. Indikator kesejahteraan masyarakat ini tidak hanya menggambarkan kondisi kemakmuran masyarakat secara material, tetapi juga lebih mengarah pada kesejahteraan subjektif atau kebahagiaan yang di rasakan oleh masyarakat (Elvirawati, 2020).

Pembangunan nasional Indonesia saat ini juga menerapkan konsepsi pembangunan dengan kontek Sustainable Development Goals (SDGs). Salah satu indikator dalam SDGs adalah tercapainya kehidupan sehat dan sejahtera pada masyarakat. Untuk memenuhi indikator tersebut Indonesia memiliki target bahwa pada tahun 2030 angka kematian dini akibat penyakit tidak menular dapat di kurangi hingga sepertiga. Upaya ini dapat dilakukan melalui upaya pencegahan dan pengobatan, serta meningkatkan kesehatan mental dan kesejahteraan (Kementrian PPN/Bappenas). Salah satu indikator kesejahteraan adalah tercapainya indeks kebahagiaan masyarakat yang bagus dan tercapainya derajat kesehatan yang optimal dengan salah satu indikatornya yaitu penurunan angka kejadian penyakit tidak menular pada masyarakat.

Data hasil kajian Badan Pusat Statistik (BPS) yang dirilis pada tahun 2021 menggambarkan bahwa indeks kebahagiaan masyarakat di Indonesia pada tahun 2021 mengalami kenaikan jika di bandingkan pada tahun 2017, yaitu dari 70,69 menjadi 71,49 (Tempo.co, 2022). Kenaikan indeks kebahagiaan ini juga di alami oleh

masyarakat provinsi Jawa Timur (Jatim). Provinsi Jatim menjadi provinsi terbahagia di pulau Jawa. Hasil survey BPS 2021, indeks kebahagiaan masyarakat Jatim mencapai 72,08 poin, angka ini meningkat 1,31 poin dari nilai tahun 2017 (70,77) (Jatim Newsroom, 2022). Di sisi lain hasil kajian tentang penyakit tidak menular (PTM) yang terjadi dalam masyarakat ada kenaikan angka kejadian PTM setiap tahunnya. Hal ini tercatat kenaikan tersebut mencapai 15% (Kusuma dkk, 2021).

Menurut Rinkesdas 2018 prevalensi PTM mengalami kenaikan dari hasil Rinkesdas 2013. Angka prevalensi kanker naik 0,4%, stroke naik 3,9%, GSK naik 1,8%, DM naik 1,6%, dan hipertensi naik 8,3%. Selain itu faktor risiko penyebab terjadinya PTM angka prevalensinya juga mengalami kenaikan, seperti prevalensi kebiasaan merokok remaja naik 1,9%, proporsi kebiasaan minum beralkohol naik 0,3%, proporsi aktifitas fisik yang kurang naik 6,6% dan proporsi konsumsi kebiasaan makan sayur dan buah yang kurang sebesar 95%. Dan berbagai macam komplikasi yang dapat di sebabkan oleh PTM tersebut dapat terjadinya gagal ginjal, stroke dan kecacatan seumur hidup (Kusuma, 2020).

PTM dapat terjadi pada individu yang pola hidupnya kurang sehat dan sering mengalami kecemasan. Kebahagiaan merupakan salah satu ciri jika seseorang jauh dari kecemasan yang berlebih. Studi-studi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa reaksi emosi positif bisa memengaruhi peristiwa kehidupan dengan berbagai karakteristik fisiologis. Beberapa penelitian menyimpulkan bahwa suasana hati yang positif pada individu merupakan predictor yang kuat terhadap kesehatan fisik. Orang yang merasa lebih bahagia memiliki umur yang lebih panjang, memiliki perilaku hidup sehat (kontrol berat badan dan beraktivitas fisik), serta mengurangi perilaku berisiko lainnya. Hasil survei lain juga mengkonfirmasi bahwa pada responden yang merasa bahagia, cenderung dapat tidur lebih nyenyak, memiliki emosi verbal lebih positif dan gaya hidup yang lebih baik (Nainggolan, 2021).

Berangkat dari berbagai fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah. Karena guru merupakan salah satu profesi yang dapat menimbulkan stress kerja, hal ini dapat menjadi salah satu faktor adanya variasi pada indeks kebahagiaan dan terjadinya PTM.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan melibatkan 40 responden guru Madrasah Tsanawiyah. Variabel dalam penelitian ini adalah indeks kebahagiaan dan tanda penyakit tidak menular seperti tekanan darah, IMT, kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat. Indeks kebahagiaan di ukur dengan menggunakan kuesioner Kebahagiaan Oxford dikembangkan oleh psikolog Michael Argyle dan Peter Hills di Universitas Oxford yang telah di adaptasi. Sedangkan untuk gejala PTM diukur menggunakan tensi digital, timbang badan IMT digital, alat cek GDA, kolesterol dan asam urat digital. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah consecutive sampling, dengan waktu penelitian 2 hari pada bulan Maret 2022. Hasil pengukuran di sajikan dapat bentuk tabel distribusi frekuensi dan selanjutnya di analisis uji bivariat dengan menggunakan rank spearmen rho.

C. HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden secara umum dapat di peroleh data sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan umur pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022

Umur					
		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Lansia	19	51.4	51.4	51.4
	Dewasa	18	48.6	48.6	100.0
	Total	37	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil pada tabel.1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam kelompok usia 46-65 tahun (51,4%).

2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022

Jenis Kelamin					
		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Laki-laki	18	48.6	48.6	48.6
	Perempuan	19	51.4	51.4	100.0
	Total	37	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil pada tabel.2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (51,4%).

Data khusus hasil penelitian yang di dapatkan meliputi :

1. Karakteristik responden berdasarkan IMT

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan IMT pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022

IMT					
		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Tidak	19	51.4	51.4	51.4
	Normal	18	48.6	48.6	100.0
	Total	37	100.0	100.0	

Sesuai hasil pada tabel. 3 di dapatkan informasi bahwa sebagian besar IMT responden tidak normal atau berlebih (51,4%).

2. Karakteristik responden berdasarkan tekanan darah

Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan tekanan darah pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022

Tekanan Darah					
		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Tidak	13	35.1	35.1	35.1
	Normal	24	64.9	64.9	100.0
	Total	37	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil pada tabel.4 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tekanan darah dalam batas normal (64,9%).

3. Karakteristik responden berdasarkan kadar gula darah

Tabel 5. Karakteristik responden berdasarkan kadar gula darah pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022

Kadar Gula Darah					
		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Tidak	10	27.0	27.0	27.0
	Normal	27	73.0	73.0	100.0
	Total	37	100.0	100.0	

Sesuai hasil pada tabel. 5 di dapatkan informasi bahwa sebagian besar kadar gula darah yang dimiliki responden dalam batas normal (73%).

4. Karakteristik responden berdasarkan kadar kolesterol

Tabel 6. Karakteristik responden berdasarkan kadar kolesterol pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022

Kolesterol					
		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Tidak	11	29.7	29.7	29.7
	Normal	26	70.3	70.3	100.0
	Total	37	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil pada tabel.6 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar kolesterol dalam darah pada batas normal (70,3%).

5. Karakteristik responden berdasarkan kadar asam urat

Tabel 7. Karakteristik responden berdasarkan kadar asam urat pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022

Kadar Asam Urat					
		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Tidak	12	32.4	32.4	32.4
	Normal	25	67.6	67.6	100.0
	Total	37	100.0	100.0	

Sesuai hasil pada tabel. 7 di dapatkan informasi bahwa sebagian besar kadar asam urat dalam darah yang dimiliki responden pada batas normal (67,6%).

6. Karakteristik responden berdasarkan indeks kebahagiaan

Tabel 8. Karakteristik responden berdasarkan indeks kebahagiaan pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022

Indeks Kebahagiaan					
		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Valid	Kurang Bahagia	8	21.6	21.6	21.6
	Cukup Bahagia	23	62.2	62.2	83.8
	Sangat Bahagia	6	16.2	16.2	100.0
	Total	37	100.0	100.0	

Berdasarkan hasil pada tabel.8 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki indeks kebahagiaan cukup bahagia (62,2%).

7. Analisis uji rank spearmen rho

Tabel 9. Analisis uji rank spearmen rho antara indeks kebahagiaan dengan gejala penyakit tidak menular pada penelitian indeks kebahagiaan dan gejala penyakit tidak menular yang ada pada guru Madrasah Tsanawiyah, Maret 2022.

Variabel	Indeks Kebahagiaan						<i>p value</i>	<i>Koefisien korelasi</i>
	Kurang		Cukup		Sangat			
	n	%	n	%	n	%		
Tekanan Darah								
Tidak Normal	8	61,5	5	38,5	0	0	0,000	0,681
Normal	0	0	18	75	6	25		
IMT								
Tidak Normal	5	26,3	10	52,6	4	21,1	0,986	0,003
Normal	3	16,7	13	72,2	2	11,1		

Variabel	Indeks Kebahagiaan						p value	Koefisien korelasi
	Kurang		Cukup		Sangat			
	n	%	n	%	n	%		
Kadar Gula								
Tidak Normal	2	20	8	80	0	0	0,413	0,139
Normal	6	22,2	15	55,6	6	22,2		
Kolesterol								
Tidak Normal	4	36,4	7	63,6	0	0	0,048	0,327
Normal	4	15,4	16	61,5	6	23,1		
Kadar Asam Urat								
Tidak Normal	2	16,7	8	66,7	2	16,7	0,713	-,063
Normal	6	24	15	60	4	16		

Berdasarkan data pada tabel. 9 di dapatkan hasil uji analisis dengan menggunakan rank spearman rho tentang hubungan indeks kebahagiaan dengan tekanan darah menunjukkan bahwa indeks kebahagiaan berhubungan signifikan dengan tekanan darah dengan nilai p value 0,000 dan besar korelasi 0,681. Nilai ini menunjukkan korelasi yang tinggi antara indeks kebahagiaan dengan tekanan darah. Selanjutnya, hasil uji analisis dengan menggunakan rank spearman rho tentang hubungan indeks kebahagiaan dengan kadar kolesterol menunjukkan bahwa indeks kebahagiaan berhubungan signifikan dengan kadar kolesterol dengan nilai p value 0,048 dan besar korelasi 0,327. Nilai ini menunjukkan korelasi yang rendah antara indeks kebahagiaan dengan kadar kolesterol.

D. PEMBAHASAN

Berdasarkan Lazarus sebagai salah satu tokoh psikologi mendefinisikan tentang kebahagiaan dengan membuat suatu tahap-tahap progres yang masuk akal untuk merealisasikan suatu tujuan. Dengan definisi tersebut di atas maka manusia dituntut untuk lebih proaktif dalam mencari dan memperoleh kebahagiaan. Lazarus menempatkan kebahagiaan bukan hanya sebagai aspek afektif saja, namun juga aspek logika dan kognitif manusia. Lebih lanjut, Lazarus berpendapat bahwa kebahagiaan mewakili suatu bentuk interaksi antara manusia dengan lingkungan. Guru merupakan salah satu profesi yang saat ini secara kesejahteraan mulai terjamin dengan adanya undang-undang guru yang menjaminkannya. Di harapkan dengan terjaminnya kesejahteraan tersebut kinerja guru akan lebih baik sehingga dapat memberikan ilmu kepada peserta didik dengan baik. Kesejahteraan umumnya identik dengan kebahagiaan, tapi ternyata kebahagiaan seseorang tidak hanya sekedar dengan tercukupinya secara materi. Helliwell dalam Rifka (2020) berpendapat jika kebahagiaan seseorang juga dipengaruhi oleh factor non material yang berkaitan dengan dimensi social atau *human well-being*.

Beberapa factor yang mempengaruhi indeks kebahagiaan seseorang diantaranya factor umur dan jenis kelamin. Seperti dalam penelitian ini di dapatkan sebagian besar indeks kebahagiaan guru madrasah tsanawiyah masih dalam kategori cukup bahagia, hal ini dapat di dipengaruhi karena dari segi umur sebagian besar umur guru berada

dalam rentang usia 46-65 tahun (51,4%). Sedangkan dari sisi jenis kelamin sebagian besar guru yang ada di madrasah tsanawiyah ber jenis kelamin perempuan (51,4%). Hasil ini juga dengan hasil penelitian Zhahira (2021) yang menyatakan bahwa indeks kebahagiaan tertinggi ada pada rentang usia 15-29 tahun dan mulai merendah pada rentang usia lebih dari 60 tahun. Hal ini dapat terjadi karena pada usia yang semakin tua banyak terjadi proses penuaan pada fisik yang juga dapat mempengaruhi kepercayaan diri serta menurunkan kebahagiaan. Selain itu Zharia juga mendapatkan data jika indeks kebahagiaan lebih besar pada laki laki di bandingkan perempuan. Karena perempuan lebih sensitive jika dibandingkan dengan laki-laki.

Kebahagiaan ini penting untuk diperhatikan, karena kebahagiaan juga memiliki pengaruh pada kondisi kesehatan tubuh. Salah satu masalah kesehatan yang tidak di sebabkan karena adanya proses infeksi adalah beberapa masalah kesehatan yang termasuk dalam golongan penyakit tidak menular atau PTM. Beberapa masalah kesehatan yang termasuk dalam PTM seperti diabetes mellitus, hipertensi, penyakit jantung, stroke, PPOK, kanker, dan gangguan lainnya karena kecelakaan dan kekerasan. Penyakit tidak menular lebih banyak di sebabkan karena adanya factor perilaku dan gaya hidup yang kurang baik. Pada hasil penelitian ini di dapatkan bahwa individu yang memiliki indeks kebahagiaan kurang bahagia juga mengalami adanya peningkatan tekanan darah dan peningkatan kadar kolesterol dalam darah. Hal tersebut tergambarkan dari hasil analisis hubungan antara indeks kebahagiaan dengan adanya gejala penyakit tidak menular seperti meningkatnya tekanan darah yaitu terdapat korelasi dengan nilai p value 0,000 dan besar korelasi 0,681. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nainggolan (2021) yang di dalam publikasinya yang menyatakan bahwa indeks kebahagiaan memiliki hubungan dengan kejadian hioertensi namun tidak cukup kuat yaitu dengan p value = 0,62. Studi studi lain yang pernah dilakukan juga menyatakan kebahagiaan secara tidak langsung dapat berpengaruh pada tekanan darah seseorang, hal di karenakan reaksi emosi positif seseorang bisa mempengaruhi peristiwa dan respon fisiologis. Jika suasana hati pada individu positif maka itu akan menjadikan predictor yang kuat akan kesehatan fisik individu tersebut. Orang yang bahagia akan memiliki perilaku hidup sehat yang lebih baik dan hal ini akan menjadikan tekanan darah pada batas normal. Selain itu perilaku yang kurang sehat akan memiliki pengaruh pada tidak normalnya IMT, kadar kolesterol, dan asam urat seseorang.

E. PENUTUP

Kesimpulan yang dapat di ambil dari hasil penelitian ini bahwa indeks kebahagiaan guru dalam kategori cukup bahagia yaitu sebesar 62,2% dan guru yang memiliki tekanan darah normal sebesar 64,9%. Sedangkan, hasil analisis rank spearmen rho tentang hubungan indeks kebahagiaan dengan tekanan darah menunjukkan bahwa indeks kebahagiaan berhubungan signifikan dengan tekanan darah dengan nilai p value 0,000 dan besar korelasi 0,681. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan bahwa kebahagiaan dapat berkontribusi terhadap status kesehatan seseorang dan untuk peneliti berikut dapat mengembangkan kearah penelitian faktor prediktor yang mempengaruhi indeks kebahagiaan dan terjadinya gejala PTM secara lebih detail.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Aprilianti, A. F. (2020). Konsep Kebahagiaan Perspektif Psikologi Dan Al-Qur'an. Dar El-Ilmi: Jurnal Studi Keagamaan, Pendidikan Dan Humaniora, 7(2), 82-100.
- Elvirawati, Elvirawati, Erni, Febrina Harahap And Evi, Susanti Tasri (2020) Analisis Pengaruh Indeks Pembangunan Manusia (Ipm) Terhadap Indeks Kebahagiaan Di Indonesia. Diploma Thesis, Universitas Bung Hatta.
- Kementerian Ppn/Bappenas. (2017). Ringkasan Metadata Indikator Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (Tpb) / Sustainable Development Goals (Sdgs) Indonesia. Jakarta : Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/ Bappenas
- Kusuma, Y. L. H., Puspitaningsih, D., & Kartiningrum, E. D. (2021). Penguatan Pengetahuan Kader Posbindu-Ptm Rajawali Desa Sumbertebu Di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Pandemi Covid-19. Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan (Abdimakes), 1(1), 22-31.
- Kusuma, Y. L. H., Puspitaningsih, D., & Kartiningrum, E. D. (2020). Evaluasi Proses Program Pobindu-Ptm Rajawali Berbasis Dana Desa Di Desa Sumbertebu Kecamatan Bangsal-Mojokerto. Indonesian Journal For Health Sciences, 4(1), 31-38.
- Kusuma, Y. L. H., Fatmawati, A., & Mafticha, E. (2020). Pedoman Penyelenggaraan Pos Pembinaan Terpadu–Penyakit Tidak Menular (Posbindu-Ptm) Dengan Pendanaan Dana Desa. E-Book Penerbit Stikes Majapahit
- Nainggolan, O., Nainggolan, E., & Sihotang, U. (2021). Kebahagiaan dan Hubungannya dengan Hipertensi di Indonesia: Analisis Data Indonesian Family Life Survey (IFLS5) Tahun 2014. Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 31(3), 171-182.
- Qurotul Aini, Q. A. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Lansia (> 60 Tahun) Di Puskesmas Sukajadi Tahun 2021 (Doctoral Dissertation, Stik Bina Husada Palembang).
- Rifka Putri Parasari (2020) Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Indeks Kebahagiaan Di Indonesia (Studi Kasus Indonesian Family Life Survey (Ifls) Tahun 2014). S1 Thesis, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Wibowo, M. G. (2016). Kebijakan Pembangunan Nasional: Dari Pertumbuhan (Growth) Menuju Kebahagiaan (Happiness). Asy-Syir'ah: Jurnal Ilmu Syari'ah Dan Hukum, 50(1), 223-239.
- Zhahira, K. B., & Utami, E. D. (2021, November). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kebahagiaan Masyarakat Yogyakarta Tahun 2017. In Seminar Nasional Official Statistics (Vol. 2021, No. 1, pp. 753-761).