



**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU CERDIK DENGAN
KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
DI RS PANTI WILASA CITARUM SEMARANG**

SKRIPSI

**Arintha Ayu Widyaningrum
NIM 2106016**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA
2023**



**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU CERDIK DENGAN
KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
DI RS PANTI WILASA CITARUM SEMARANG**

**Arintha Ayu Widyaningrum
NIM 2106016**

SKRIPSI

Dijadikan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA PERILAKU CERDIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI RSPANTI WILASA CITARUM SEMARANG

Skripsi ini telah diperiksa oleh Pembimbing dan disetujui untuk dilaksanakan Sidang Skripsi

Yogyakarta, 23 Februari 2023

Ch.Hatri Istiarini, S.Kep., Ns., M. Kep, Sp. Kep.MB, Ph.D, N. S.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI



Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Sidang Pada

Tanggal 6 Maret 2023

Ketua Penguji

Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., PhD.N.S

Penguji I

Erik Adik Putra Bambang Kurniawan, S.Kep Ns., MSN

Penguji II

Ch. Hatri Istiarini, M.Kep., Sp.Kep.MB., PhD.N.S.

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda Yogyakarta



Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.,
Sp.Kep.MB., Ph.D., NS

Mengetahui.

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan
RPL

Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“ Kamu tidak harus menjadi hebat untuk memulai, tetapi kamu harus mulai untuk menjadi hebat.”

“Takut akan Tuhan adalah permulaan pengetahuan, tetapi orang bodoh menghina hikmat dan didikan.” (Amsal 1 : 7)

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus yang telah menuntun, membimbing dan menopangku serta memberikan penghiburan dan kekuatan bagiku disaat suka dan duka.
2. Suamiku tercinta, terima kasih telah mendoakan, memberikan dukungan dan semangat untuk saya.
3. Mama papa terima kasih untuk kasih sayang, doa dan dorongannya selama ini.
4. Tania dan Aurel, anakku tersayang. Terima kasih untuk doa, dan support nya berupa suara, tangis dan tawa kecilnya yang selalu menemani mama menyelesaikan skripsi ini.
5. Rekan dan teman sejawat Ruang Flamboyan Gardenia yang selalu memberikan supportnya.
6. Para pengajar dan staf STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta prodi RPL yang selalu mensupport dan membimbing serta mengarahkan.

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul: “ Hubungan perilaku CERDIK (Cek kesehatan, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat cukup dan kelola stres) dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Panti Wilasa Citarum Semarang” saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana keperawatan Program Studi Sarjana keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi maupun di Perguruan Tinggi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenal sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya

Semarang, 22 Maret 2022



Arintha Ayu Widyaningrum

ABSTRAK

ARINTHA AYU WIDYANINGRUM “Hubungan perilaku CERDIK (Cek kesehatan, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat cukup dan kelola stres) dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Panti Wilasa Citarum Semarang”

Latar belakang : Diabetes mellitus (DM) adalah suatu penyakit kronik akibat tubuh tidak dapat memproduksi atau menggunakan cukup insulin. Gejala klinis yang muncul yaitu kadar glukosa darah sewaktu ≥ 200 mg/dl dan gula darah puasa ≥ 126 mg/dl. Apabila tidak dikelola dengan baik menyebabkan komplikasi seperti stroke, infark miokard, dan penurunan sirkulasi perifer. Sehingga, berdampak pada kualitas hidup penderita DM akibat perubahan fisik dan lamanya proses pengobatan. Dengan adanya program pemerintah perilaku CERDIK (Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktifitas fisik, Diet sehat dengan kalori seimbang, Istirahat yang cukup, dan Kelola stress) bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

Tujuan : Untuk mengetahui hubungan antara perilaku CERDIK terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus di RS Panti Wilasa Citarum.

Metode : Metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, populasi penelitian seluruh pasien DM di RS Panti Wilasa Semarang bagian poli rawat jalan penyakit dalam bulan desember 2021 sejumlah 2014 pasien dengan teknik sampling *purposive sampling* didapatkan 333 responden.

Hasil dan Kesimpulan : Hasil penelitian perilaku CERDIK sebagian besar terlaksana 168 responden (50,5%) dan kualitas hidup penderita DM dalam tingkat baik 186 responden (55,9%), didapatkan kesimpulan nilai *p value* 0,000 artinya terdapat hubungan antara terdapat hubungan antara perilaku CERDIK dengan kualitas hidup pasien DM di RS Pantiwilasa Semarang. Seseorang memiliki kualitas hidup dalam tingkat baik, dapat dengan mudah menyesuaikan diri dengan perubahan yang ada mengakibatkan stres yang dialami rendah.

Saran : Diharapkan peneliti selanjutnya mampu menambahkan faktor lain yang dapat mempengaruhi perubahan kualitas hidup penderita DM.

Kata kunci : Diabetes Mellitus, Kualitas Hidup, Perilaku CERDIK

Xiii+78 Hal+9 Tabel+ 3 Skema+13 lampiran

Daftar Pustaka: 38, 2017-2022

ABSTRACT

ARINTHA AYU WIDYANINGRUM “The Correlation between CERDIK Behaviors (Health check, Cigarette Smoke Elimination, Physical Activity Diligence, Healthy and Balanced Diet, Balanced Rest, and Stress Management) and the Life Quality of Diabetes Mellitus. Patients at Panti Wilasa Hospital Citarum Semarang”

Background: Diabetes Mellitus, DM, is a chronic disease because the body cannot produce or use insulin. The clinical symptoms include increased temporal blood glucose of more than 200 mg/dl and fast blood sugar of more than 126 mg/dl. Unmanaged blood sugar level leads to complications, such as stroke, myocardial infarction, and decreased peripheral circulation. These matters influence the life quality of DM patients due to physical changes and the medication process time. With CERDIK behavior, health checks, cigarette smoke elimination, physical activity diligence, a healthy and balanced diet, balanced rest, and stress management, patients could improve their awareness, intention, and social behavior skill to stay healthy and improve their life quality.

Objectives: This researcher examined the correlation between CERDIK behavior and the life quality of patients with diabetes mellitus at Panti Wilasa hospital, Citarum.

Method: This quantitative research applied a cross-sectional approach. The population consisted of all patients with diabetes mellitus at Panti Wilasa hospital, Semarang, in the outpatient care of internal disease care in December 2021, The total number of patients was 2014 and was taken by purposive sampling into 333 respondents.

Result and Conclusion: The results showed that CERDIK behavior was observable in 168 respondents (50.5%) and the life quality of the DM patient was categorized as excellent for 186 respondents, 55.9%. The researchers found a p-value of 0.000, indicating a significant correlation between the CERDIK behavior and the life quality of DM patients at Panti Wilasa hospital, Semarang. Individuals with excellent life quality could adapt to changes and relieve their stresses.

Suggestions Future researchers should add other influential factors of the life quality changes in DM patients.

Keywords: Diabetes Mellitus, Life Quality, CERDIK Behavior

Xiii+78 pages +9 Tables + 3 Schemes +13 Attachments

Bibliography: 38, 2017-2022

PRAKATA

Peneliti mengucapkan puji dan syukur tak terhingga kepada Tuhan kami Yesus Kristus atas segala kasih dan berkat-Nya serta penguatan yang luar biasa selama menjalani proses penyusunan skripsi ini. Sehingga akhirnya peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Perilaku CERDIK (Cek kesehatan, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat cukup dan kelola stres) terhadap Kualitas Hidup pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Panti Wilasa Citarum Semarang”. Skripsi ini disusun untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan berkat dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan tulus peneliti berkeinginan menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. dr. Yohanes Mada Suprayogi, Sp.PD, FINASIM selaku Direktur Rumah Sakit Panti Wilasa Citarum Semarang
2. Ibu Nurlia Okaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep.Sp.KepMB., Ph.D.NS selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta dan Ketua Penguji.
3. Ibu Indah Prawesti, S. Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Erik Adik Putra Bambang K., S.Kep Ns., MSN Selaku Penguji 1.

5. Ibu Ch.Hatri Istiarini, M.Kep, Sp. KMB, PhD.N.S Selaku Dosen Pembimbing dan Penguji 2 yang telah memberikan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini
6. Seluruh staf perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah membantu dalam penyediaan buku-buku dalam penyusunan skripsi keperawatan.
7. Kepada kedua orang tua, suami dan anak-anak yang selalu memberikan dukungan, motivasi dan mendoakan atas terselesaikanya penyusunan skripsi keperawatan ini
8. Teman-teman Sarjana Keperawatan RPL angkatan 2021 yang telah memberikan dukungan dan semangat selama penyusunan skripsi keperawatn ini
9. Teman - teman ruang Flamboyan Gardenia RS Panti Wilasa Citarum Semarang yang telah memberikan support dan doa dalam pembuatan skripsi keperawatan ini

Dalam skripsi keperawatan ini, peneliti menyadari masih jauh dari kesempurnaan untuk itu peneliti sangat mengharapkan saran dan kritik untuk perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi keperawatan yang sederhana ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu keperawatan dan bermanfaat bagi pembaca.

Semarang, 22 Maret 2022

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR SKEMA	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah penelitian	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Keaslian Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	15
A. Diabetes Mellitus	15
B. Kualitas hidup	27
C. Perilaku CERDIK	32
D. Kerangka Teori	40
E. Kerangka Konsep	41

F. Hipotesis.....	42
G. Variable penelitian	42
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	46
A. Desain Penelitian.....	46
B. Waktu dan Tempat Penelitian	46
C. Populasi dan Sampel	47
D. Alat Ukur Penelitian.....	49
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	49
F. Etika Penelitian	51
G. Prosedur Pengumpulan Data	53
H. Analisis Data	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	58
A. Hasil Penelitian	58
B. Pembahasan.....	64
C. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	80
A. Kesimpulan.....	80
B. Saran.....	81

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	12
Tabel 2 Definisi Operasional	43
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	59
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	59
Tabel 5 Ditribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Diabetes Mellitus	60
Tabel 6 Ditribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Menderita Diabetes Mellitus .	61
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Pelaksanaan Perilaku CERDIK	62
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Kualitas Hidup Penderita DM	62
Tabel 9 Hubungan Perilaku CERDIK (Cek kesehatan, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat dan seimbang, Istirahat cukup dan kelola stres) terhadap Kualitas Hidup pasien Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Panti Wilasa Citarum Semarang	63

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori.....	40
Skema 2 Kerangka Konsep	41
Skema 3 Rancangan Penelitian	45

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Ijin Studi Awal
- Lampiran 2 Permohonan Ijin Kuesioner
- Lampiran 3 Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 4 Keterangan Layak Fisik
- Lampiran 5 Surat Ijin Penelitian Rumah Sakit Pantiwilasa Citarum
- Lampiran 6 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Kuesioner WHOQOL-BREF
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian Perilaku CERDIK
- Lampiran 9 Tabel Umum
- Lampiran 10 Tabel Khusus
- Lampiran 11 Laporan Keuangan Penelitian
- Lampiran 12 Hasil Uji Similarity
- Lampiran 13 Lembar Konsultasi