

SKRIPSI

**PENGARUH BERPIKIR POSITIF TERHADAP DEPRESI PADA
PASIEEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2023**



OLEH :

NI PUTU AYU VENNY SARTIKA
NIM. P07120219070

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

SKRIPSI

**PENGARUH BERPIKIR POSITIF TERHADAP DEPRESI PADA
PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2023**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

NI PUTU AYU VENNY SARTIKA

NIM. P07120219070

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

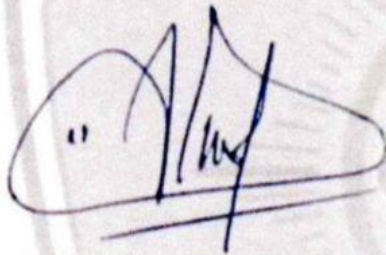
SKRIPSI PENGARUH BERPIKIR POSITIF TERHADAP DEPRESI PADA PASIEEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN TAHUN 2023

Diajukan oleh:

NI PUTU AYU VENNY SARTIKA
NIM. P07120219070

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



I Gusti Ayu Harini, SKM.M.Kes
NIP. 196412311985032011

Pembimbing Pendamping :



I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Si
NIP. 196510081986031001

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



Ns. I Made Sukarja S.Kep., M.Kep
NIP. 196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI
PENGARUH BERPIKIR POSITIF TERHADAP DEPRESI PADA
PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2023

Diajukan oleh:

NI PUTU AYU VENNY SARTIKA
NIM. P07120219070

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 6 JUNI 2023

TIM PENGUJI :

- 1 I Nengah Sumirta, SST, S.Kep.Ns., M.Kes (Ketua Penguji)
NIP. 196502251986031002
- 2 N.L.P. Yunianti S.C.S.Kep.Ns.M.Pd. (Anggota Penguji)
NIP. 196906211994032002
- 3 Dra. I D.A.Ketut Surinati, S.Kep.,Ns M.Kes (Anggota Penguji)
NIP. 196412311985032010





MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR


NIP. 196812311992031020

Ns. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep
NIP. 196812311992031020

***The Effect of Positive Thinking on Depression in Type 2 Diabetes Mellitus
Patients the Working Area of UPTD Puskesmas I
South Denpasar in 2023***

ABSTRACT

By

Ni Putu Ayu Venny Sartika

*Diabetes Mellitus is metabolic disease that is unable to produce insulin effectively. DM patients are at double the risk of developing depression. Depression makes poor self-care due to lack of psychological monitoring (depression screening). **The aims of research** to determine the effect of positive thinking on depression in patients with type 2 diabetes mellitus at UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan on 2023. This research used **the method** pre-experimental with one-group pre-post test design. Sampling with non-probability sampling with purposive sampling. Respondents 30 people. The research instrument used the Beck Depression Inventory-II. The normality test uses Shapiro-Wilk test. Hypothesis testing using Wilcoxon Signed Ranks Test. **The results** showed that most respondents were in mild depression category 18 people (60.0%), the remaining 12 people who were moderately depressed (40.0%) before being given positive thinking. After treatment, the results showed 2 people in the moderate category (6.7%), 20 people with mild depression (66.7%), and 8 people with no depression (26.7%) with a decreasing score. After analysis, it was found that the p-value was sig.(2-tailed) = 0.000 < alpha (0.05). **The conclusion** is that there is an effect of positive thinking on depression in type 2 diabetes mellitus patients at UPTD Health Center I South Denpasar in 2023, meaning that positive thinking can reduce depression in DM patients.*

Keywords : Positive Thinking, Depression, Diabetes Mellitus

**Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus
Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I
Denpasar Selatan Tahun 2023**

ABSTRAK

Oleh

Ni Putu Ayu Venny Sartika

Diabetes Melitus salah satu penyakit metabolisme yang tidak mampu memproduksi insulin secara efektif. Pasien DM berisiko dua kali terkena depresi. Depresi membuat buruknya perawatan diri karena kurangnya pemantauan psikologis skrining depresi. **Tujuan** penelitian ini mengetahui pengaruh berpikir positif terhadap depresi pasien diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2023. Penelitian ini menggunakan **metode** *pre experimental* berjenis *one-group pre-post test design*. Pengambilan sampel dengan *non-probability sampling* berjenis *purposive sampling*. Responden sebanyak 30 orang. Instrumen penelitian menggunakan *Beck Depression Inventory-II (BDI-II)*. Uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. **Hasil** menunjukkan sebagian besar responden masuk kategori depresi ringan 18 orang (60,0%), sisanya depresi sedang 12 orang (40,0%) sebelum diberikan berpikir positif. Setelah perlakuan, hasil menunjukkan kategori sedang 2 orang (6,7%), depresi ringan 20 orang (66,7%), dan tidak depresi 8 orang (26,7%) dengan skor yang menurun. Setelah dianalisis didapatkan *p-value* pada *sig.(2-tailed) = 0,000 < alpha (0,05)*. **Kesimpulannya** bahwa ada pengaruh berpikir positif terhadap depresi pasien diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2023, artinya berpikir positif dapat menurunkan depresi pada pasien DM.

Kata Kunci : Berpikir Positif, Depresi, Diabetes Melitus

RINGKASAN PENELITIAN

Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus
Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I
Denpasar Selatan Tahun 2023

Oleh : Ni Putu Ayu Venny Sartika (P07120219070)

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit metabolisme yang tidak mampu memproduksi insulin secara efektif. Menurut *International Diabetes Federation (2021)* angka kejadian DM di dunia adalah 537 juta jiwa, porposi DM tipe 2 adalah 95% dari populasi di dunia. Prevalensi diabetes melitus di Indonesia tahun 2021 yakni sebesar 19,5 juta jiwa. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2021) terdapat 52.262 penduduk yang berusia >40 tahun menderita diabetes melitus. Pasien diabetes melitus ini berisiko dua kali lipat depresi dibandingkan orang biasa. Depresi pada pasien diabetes melitus dapat memicu berbagai masalah. Hal ini dapat mempengaruhi motivasi untuk beraktivitas sehari-hari maupun pada hubungan interpersonal. Pasien DM lebih cenderung tidak dapat menerima penyakitnya dan akan memiliki pandangan yang negatif misalnya, pasien akan mudah merasa putus asa dan tidak berguna serta memiliki harga diri rendah yang menyebabkan pasien merasa tertekan (Dirgayunita, 2016).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh berpikir positif terhadap depresi pasien diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2023. Rancangan penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre experimental* dengan jenis rancangan yakni pra-pasca tes dalam satu kelompok (*One-group pre-post test design*). Jumlah subjek penelitian adalah sebanyak 30 orang responden. Instrumen penelitian ini memakai *Beck Depression Inventory-II (BDI-II)*. Uji normalitas data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Shapiro-Wilk*. Karena data yang didapatkan tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji hipotesis yang dipilih yakni uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden dalam kategori depresi ringan sejumlah 18 orang responden (60,0%), dan kategori depresi

sedang sebanyak 12 orang responden (40,0%) sebelum diberikan perlakuan berpikir positif. Setelah diberikan perlakuan berpikir positif depresi subjek penelitian mengalami penurunan menjadi kategori depresi sedang sebanyak 2 orang (6,7%), depresi ringan sebanyak 20 orang (66,7%), dan tidak depresi sebanyak 8 orang (26,7%). Setelah dianalisis didapatkan hasil dari *p-value* yang didapat pada kolom *Sig. (2-tailed)* = 0,000 < *alpha* (0,05). Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian berpikir positif terhadap depresi pasien diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2023, yang artinya berpikir positif dapat menurunkan depresi pasien diabetes melitus tipe 2.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “**Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023**” tepat pada waktunya. Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata karena usaha peneliti sendiri, melainkan juga berkat dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr.Sri Rahayu,S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb.M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Ibu dr. Ni Km Wulan Putri Tjatera selaku Kepala Puskesmas 1 Denpasar Selatan beserta staff yang telah memberikan ijin melakukan penelitian di wilayah kerja Puskesmas 1 Denpasar Selatan.
3. Bapak Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
4. Ibu N.L.K Sulisnadewi, Ns.,M.Kep., Sp.Kep.An selaku Ketua Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberi kesempatan dalam menyelesaikan Skripsi ini.

5. Ibu I Gusti Ayu Harini,SKM.,M.Kes. selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
6. Bapak I Wayan Candra, S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Si selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan dan masukan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen Jurusan Keperawatan yang telah memberikan ilmu yang dapat digunakan dalam penyusunan Skripsi ini.
8. Mahasiswa angkatan 2019 Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang banyak memberikan masukan dan dukungan kepada peneliti.
9. Teristimewa kepada kedua orang tua yang peneliti cintai yaitu Bapak I Nengah Suwitra dan Ibu Ni Putu Surelawati yang telah memberikan doa, dukungan moral maupun material sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman dan sahabat yang telah membantu dalam penyusunan Skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.
11. *And last to myself, I wanna thank me, for believing in me, for doing all this hard work, for never quitting, for just being me at all time.*

Dalam Skripsi ini, peneliti menyadari masih ada kekurangan yang harus di perbaiki, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan Skripsi ini.

Denpasar, 17 Mei 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRACT	v
ABSTRAK	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	5
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Diabetes Melitus.....	6
1. Definisi Diabetes Melitus.....	6
2. Klasifikasi Diabetes Melitus	7
3. Etiologi dan Faktor Risiko Diabetes Melitus	9
4. Gejala Klinis Diabetes Melitus	11
5. Komplikasi Diabetes Melitus	12
B. Depresi	17
1. Definisi Depresi	17

2. Gejala-gejala Depresi	17
3. Faktor Risiko Depresi	20
4. Alat Ukur Depresi	23
C. Berpikir Positif	24
1. Definisi Berpikir Positif	24
2. Manfaat Berpikir Positif.....	24
3. Mekanisme Berpikir Positif	26
4. Langkah-langkah dan Cara Berpikir Positif.....	30
D. Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2	32
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep	34
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	35
1. Variabel Penelitian	35
2. Definisi Operasional.....	35
C. Hipotesis.....	37
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	38
B. Alur Penelitian	39
C. Tempat dan Waktu Penelitian	40
D. Populasi dan Sampel	40
1. Populasi Penelitian	40
2. Sampel Penelitian.....	40
3. Jumlah dan Besar Sampel	42
4. Teknik Sampling	43
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	43
1. Jenis Data yang Dikumpulkan	43
2. Teknik Pengumpulan Data	44
3. Instrumen Pengumpulan Data	46
F. Pengolahan dan Analisa Data.....	47
1. Teknik Pengolahan Data	47
2. Analisis Data	48

G. Etika Penelitian	49
1. <i>Informed Consent</i> /Permintaan menjadi responden	49
2. <i>Autonomy</i> /Menghormati harkat dan martabat manusia.....	50
3. <i>Confidentiality</i> /Kerahasiaan.....	50
4. <i>Justice</i> /Keadilan	50
5. <i>Beneficience</i>	50
6. <i>Non Maleficience</i> /Tidak membahayakan	51

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	52
1. Kondisi Lokasi Penelitian	52
2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	53
3. Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian Berdasarkan Variabel Penelitian.....	54
4. Hasil Analisis Data	56
B. Pembahasan.....	60
1. Depresi Pada Subjek Penelitian Sebelum Diberikan Berpikir Positif.....	60
2. Depresi Pada Subjek Penelitian Sesudah Diberikan Berpikir Positif	62
3. Hubungan Depresi Berdasarkan Usia	63
4. Hubungan Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	64
5. Pengaruh Pemberian Berpikir Positif Terhadap Depresi Subjek Penelitian.....	65
C. Keterbatasan penelitian	67

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	68
B. Saran.....	69
1. Manajemen Puskesmas I Denpasar Selatan	69
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	69

DAFTAR PUSTAKA	70
----------------------	----

LAMPIRAN - LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Defini Operasional Penelitian	36
Tabel 2	Distribusi Frekuensi Usia Subjek Penelitian di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023	54
Tabel 3	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Subjek Penelitian di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023	54
Tabel 4	Skor Depresi Pada Subjek Penelitian di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023	55
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Depresi Pada Subjek Penelitian Sebelum Diberikan Perlakuan Berpikir Positif Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023	56
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Depresi Pada Subjek Penelitian Sesudah Diberikan Perlakuan Berpikir Positif Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023	57
Tabel 7	Hasil Uji Normalitas Data Depresi Pada Subjek Penelitian Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.....	58
Tabel 8	Hasil Uji Hipotesis Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pada Subjek Penelitian Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.....	59
Tabel 9	Hasil Analisa Depresi Berdasarkan Usia Pada Subjek Penelitian Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.....	59
Tabel 10	Hasil Analisa Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Subjek Penelitian Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2023.....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Konsep Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan.....	34
Gambar 2	Rencana Penelitian Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan.....	38
Gambar 3	Alur Kerangka Kerja Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pasien Diabetes melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dnpasar Selatan Tahun 2023
- Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pasien Diabetes melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dnpasar Selatan Tahun 2023
- Lampiran 3 Lembar Pengumpulan Data *Beck Depression Inventory-II* (BDI-II)
- Lampiran 4 Standar Prosedur Operasional (SPO) Berpikir Positif
- Lampiran 5 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP) Sebagai Peserta Penelitian
- Lampiran 7 Master Tabel Pengumpulan Data Pengaruh Berpikir Positif Terhadap Depresi Pasien Diabetes melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dnpasar Selatan Tahun 2023
- Lampiran 8 Hasil Pengujian SPSS
- Lampiran 9 Surat-surat