

SKRIPSI

**PENGARUH *GRATITUDE JOURNAL* TERHADAP TINGKAT DEPRESI
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2024**



Oleh:

**NI WAYAN CKRISTINA ASMARA SUTEJA
NIM. P07120220036**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2024**

SKRIPSI

**PENGARUH *GRATITUDE JOURNAL* TERHADAP TINGKAT DEPRESI
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2024**

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

Oleh :

**NI WAYAN CKRISTINA ASMARA SUTEJA
NIM. P07120220036**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2024**

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH *GRATITUDE JOURNAL* TERHADAP TINGKAT
DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
I DENPASAR SELATAN
TAHUN 2024**

Diajukan oleh:

NI WAYAN CKRISTINA ASMARA SUTEJA
NIM. P07120220036

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



I Nengah Sumirta, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.
NIP. 196502251986031002

Pembimbing Pendamping :



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

MENGETAHUI :

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



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

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH *GRATITUDE JOURNAL* TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN TAHUN 2024

Diajukan oleh:

NI WAYAN CKRISTINA ASMARA SUTEJA

NIM. P07120220036

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Senin
TANGGAL : 24 Juni 2024

TIM PENGUJI :

1. I Gusti Ayu Harini, SKM.M.Kes (Ketua)
NIP. 196412311985032011
2. Dr. Nyoman Ribek, S.Pd., S.Kep.,Ners.,M Pd. (Anggota 1)
NIP. 196106061988031002
3. N.L.P. Yuniarti S.C.S.Kep.Ns.M.Pd (Anggota 2)
NIP. 196906211994032002



MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukana, S.Kep.Ners.,M. Kep
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Wayan Ckristina Asmara Suteja

NIM : P07120220036

Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2023/2024

Alamat : Jalan Tegal Sari Gang Soka No.10 Denpasar Timur

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh *Gratitude journal* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2024 adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-perundangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 31 mei 2024



Ni Wayan Ckristina Asmara Suteja
Nim.P07120220036

**THE EFFECT OF GRATITUDE JOURNAL ON THE LEVEL OF
DEPRESSION AMONG DIABETES MELLITUS PATIENTS
IN THE WORK AREA OF PUSKESMAS I SOUTH
DENPASAR YEAR 2024**

ABSTRACT

In patients with diabetes mellitus, the most common or frequent psychological disorder is depression, one of the effects of depression in patients with diabetes mellitus is to cause poor glycemic and metabolic control. The purpose of this study was to prove the effect of gratitude journal on the level of depression in patients with diabetes mellitus in the work area of Puskesmas I South Denpasar in 2024. The research method used was pre-experimental with the type of research One-group pre-post test design, using probability sampling with Simple Random sampling technique and the sample size in this study was 31 people with the Depression Scale research instrument. This study used the Wilcoxon Signed Rank Test. The result of this study is the level of depression in patients with diabetes mellitus before being given the intervention was 16 people (51,6%) experiencing moderate depression and 15 people (48.4%) experiencing low depression. After the intervention, there was a decrease in the level of depression in respondents where as many as 13 people (41,9%) had low depression, 10 people (32,3%) were normal (not depressed) and there were 8 people (25,8%) with moderate depression. There is an effect of gratitude journal on the level of depression among diabetes mellitus patients ($p=0,000$). The conclusion gratitude journal give effect on the level of depression among diabetes mellitus patients in the work area of Puskesmas I South Denpasar year 2024.

Keywords: gratitude journal, level of depression, diabetes mellitus

**PENGARUH GRATITUDE JOURNAL TERHADAP TINGKAT DEPRESI
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN TAHUN 2024**

ABSTRAK

Pada pasien diabetes melitus gangguan psikologis yang paling umum atau sering terjadi adalah depresi, salah satu dampak depresi pada pasien diabetes melitus adalah menyebabkan kontrol glikemik dan metabolik yang buruk. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh *gratitude journal* terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2024. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre-experimental* dengan rancangan *One-group pre-post test design*, pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan teknik *Simple Random sampling* dan besar sampel dalam penelitian ini adalah 31 orang dengan instrumen penelitian Skala Depresi. Penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus sebelum diberikan intervensi adalah sebanyak 16 orang (51,6%) yang mengalami depresi sedang dan terdapat 15 orang (48,4%) mengalami depresi rendah. Tingkat depresi setelah diberikan *gratitude journal* adalah sebanyak 13 orang (41,9%) yang mengalami depresi rendah, 10 orang (32,3%) normal (tidak depresi) dan terdapat 8 orang (25,8%) depresi sedang. Ada pengaruh *gratitude journal* terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes melitus ($p=0,000$). *Gratitude journal* dapat menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2024.

Kata kunci: *gratitude journal*, tingkat depresi, diabetes melitus

RINGKASAN PENELITIAN
PENGARUH *GRATITUDE JOURNAL* TERHADAP TINGKAT DEPRESI
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS I DENPASAR SELATAN TAHUN 2024

Oleh : Ni Wayan Ckritina Asmara Suteja

Masalah pada pasien diabetes melitus berkaitan dengan masalah psikologis, diantaranya adalah depresi. Depresi merupakan gangguan psikologis yang paling umum terjadi pada pasien diabetes melitus dimana kejadian depresi dua hingga tiga kali lebih tinggi pada penderita diabetes melitus. Indonesia termasuk ke dalam peringkat 5 besar sebagai negara dengan kasus diabetes tertinggi pada tahun 2021 dimana terdapat 20 juta pasien diabetes melitus yang berusia 20 – 79 tahun. Di provinsi Bali kota Denpasar merupakan kabupaten dengan jumlah penderita diabetes melitus tertinggi pada tahun 2022 yaitu terdapat 14.444 penderita, berdasarkan data Dinkes Kota Denpasar tercatat penderita Diabetes Melitus di Puskesmas I Denpasar Selatan yaitu sebanyak 1.965 penderita.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh *gratitude journal* terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2024. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat depresi pada pasien diabetes melitus sebelum diberikan *gratitude journal*, mengidentifikasi tingkat depresi pada pasien diabetes melitus setelah diberikan *gratitude journal*, dan membuktikan pengaruh *gratitude journal* terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan tahun 2024.

Diabetes adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah. Penderita diabetes melitus memiliki prevalensi depresi yang cukup tinggi, jika depresi tidak ditanggulangi maka akan menyebabkan kontrol glikemik dan metabolik yang buruk serta risiko komplikasi yang lebih tinggi. Salah satu upaya yang dapat membantu menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus adalah *gratitude journal*. *Gratitude journal* merupakan suatu aktivitas menulis yang dilakukan dengan tujuan untuk

mengidentifikasi hal-hal positif yang telah dialami individu sebagai salah satu bentuk aktivitas untuk membantu memaknai kehidupannya.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pre-experimental* dengan rancangan *One-group pre-post test design*, pengambilan sampel menggunakan *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling* dengan sampel 31 orang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 08-30 Mei 2024 di wilayah kerja puskesmas 1 Denpasar selatan. Uji normalitas data menggunakan Uji *saphiro-wilk* karena jumlah sampel ≤ 50 orang. Uji hipotesis dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dikarenakan data yang didapat tidak berdistribusi normal.

Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat depresi pasien diabetes melitus sebelum diberikan intervensi *gratitude journal* adalah sebanyak 16 orang (51,6%) yang mengalami depresi sedang dan terdapat 15 orang (48,4%) mengalami depresi rendah. Tingkat depresi setelah diberikan intervensi *gratitude journal* didapatkan hasil sebanyak 13 orang (41,9%) mengalami depresi rendah, 10 orang (32,3%) normal dan terdapat 8 orang (25,8%) depresi sedang. Hasil uji analisis data menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh *gratitude journal* terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas I Denpasar selatan. Saran bagi tempat penelitian diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu acuan dalam memberikan intervensi untuk membantu menurunkan tingkat depresi pada pasien diabetes melitus khususnya di wilayah kerja Puskesmas I Denpasar Selatan.

KATA PENGANTAR

Puja dan puji syukur dihadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa/Tuhan Yang Maha Esa karena atas karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Gratitude journal* Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2024” dengan tepat waktu dan sesuai dengan rencana. Penyelesaian skripsi ini merupakan salah satu syarat dalam penyelesaian Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan, kritik, saran serta kerendahan hati. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak – pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini :

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Kp.,Ns.,S.Tr.Keb,M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti dalam menempuh program pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Denpasar.
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep.Ns.M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Nengah Runiari, S.Kp.S.Pd.M.Kep.,Sp.Mat selaku Kaprodi S.Tr Keperawatan yang telah memberikan bimbingan selama pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar.

4. Bapak I Nengah Sumirta, SST., S.Kep., Ns., M.Kes., selaku pembimbing utama yang telah banyak memberikan waktu, arahan, serta tenaga untuk membimbing hingga skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik.
5. Bapak I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Si, selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan waktu, masukan, serta tenaga untuk membimbing hingga skripsi ini bisa diselesaikan dengan baik.
6. Ibu Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.BioMed, selaku pembimbing akademik yang telah memberikan waktu, serta tenaga untuk membimbing hingga skripsi ini bisa diselesaikan.
7. Kepala puskesmas beserta staff Puskesmas I Denpasar Selatan yang telah memberikan kesempatan dan bantuan kepada peneliti dalam memperoleh informasi yang dibutuhkan untuk menyelesaikan skripsi penelitian ini.
8. Keluarga dan semua sahabat yang selalu membantu dan mendukung peneliti dari awal perkuliahan sampai terselesaikannya skripsi ini.
9. Seluruh pihak yang bersedia membantu dan memberi dukungan untuk kelancaran peneliti dalam proses penyelesaian skripsi ini yang tidak mampu peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi terciptanya kesempurnaan penelitian ini.

Denpasar, mei 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	viii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Diabetes Melitus.....	6
B. Konsep Depresi	17
C. Konsep Gratitude journal.....	24
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep	29
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	30
C. Hipotesis.....	32
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	33
B. Alur Penelitian.....	34
C. Tempat dan Waktu penelitian	35
D. Populasi dan Sampel	35
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	37
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	40
G. Etika Penelitian	43
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	46
B. Pembahasan.....	54

C. Kelemahan Penelitian	58
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	59
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	61
LAMPIRAN	66

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kisi-Kisi Item Skala Depresi	23
Tabel 2 Scoring Skala Depresi	24
Tabel 3 Definisi Operasional	31
Tabel 4 Distribusi frekuensi usia	47
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	47
Tabel 6 Distribusi Frekuensi tingkat pendidikan	48
Tabel 7 Distribusi Frekuensi jenis pekerjaan	48
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Status pernikahan	49
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Lama menderita DM	49
Tabel 10 Skor Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus	50
Tabel 11 Distribusi Frekuensi Tingkat depresi <i>pre-test</i>	52
Tabel 12 Distribusi Frekuensi Tingkat depresi <i>post-test</i>	52
Tabel 13 Hasil Uji Normalitas Data	53
Tabel 14 Hasil Uji Hipotesis	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	29
Gambar 2 Rancangan Penelitian	33
Gambar 3 Alur Penelitian.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	66
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian.....	67
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	68
Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>informed Consent</i>)	69
Lampiran 5 Instrumen Pengumpulan Data	73
Lampiran 6 Master Table Penelitian	75
Lampiran 7 Standar Prosedur Operasional	77
Lampiran 8 Hasil Uji Analisis Univariat Dan Bivariat.....	79
Lampiran 9 Surat Izin Studi Pendahuluan	83
Lampiran 10 Surat Izin Pengambilan Data Studi Pendahuluan.....	84
Lampiran 11 Surat Ijin Penelitian Kepada Dinas Kesehatan Kota Denpasar	85
Lampiran 13 Surat Ijin Penelitian Kepada Puskesmas I Denpasar Selatan	86
Lampiran 14 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	87
Lampiran 15 Surat Etik Penelitian	88
Lampiran 16 Dokumentasi kegiatan penelitian	89
Lampiran 17 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	90
Lampiran 18 Bukti Validasi Bimbingan SIAK.....	91
Lampiran 19 Surat Pernyataan Publikasi Repository.....	92
Lampiran 20 Bukti Cek Turnitin.....	93