

SKRIPSI

**PENGARUH *COLORING MANDALA THERAPY* TERHADAP
DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI
UPTD PUSKESMAS DENPASAR BARAT II
TAHUN 2024**



OLEH :

NI PUTU SINTHA ANGGRENI
P07120220091

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

SKRIPSI

**PENGARUH *COLORING MANDALA THERAPY* TERHADAP
DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI
UPTD PUSKESMAS DENPASAR BARAT II
TAHUN 2024**

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

Oleh :

**NI PUTU SINTHA ANGGRENI
P07120220091**

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

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *COLORING MANDALA THERAPY* TERHADAP DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI UPTD PUSKESMAS DENPASAR BARAT II TAHUN 2024

Diajukan oleh :

NI PUTU SINTHA ANGGRENI
P07120220091

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



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

Pembimbing Pendamping



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

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



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

LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI
PENGARUH *COLORING MANDALA THERAPY* TERHADAP
DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI UPTD
PUSKESMAS DENPASAR BARAT II TAHUN 2024

Diajukan oleh:

NI PUTU SINTHA ANGGRENI
P07120220091

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU

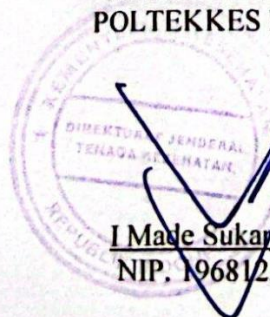
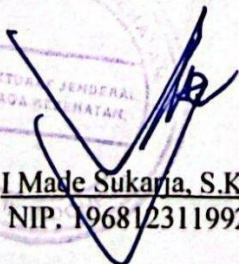
TANGGAL : 19 JUNI 2024

TIM PENGUJI

- | | | |
|---|-----------|---|
| 1. <u>I Gusti Ayu Harini, S.KM., M.Kes.</u> | (Ketua) | () |
| NIP. 196412311985032011 | | |
| 2. <u>N. L. K. Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp. Kep. An.</u> | (Anggota) | () |
| NIP. 197406221998032001 | | |
| 3. <u>Ns. Ni Luh Gede Ari Kresna Dewi, S.Kep., M.Kep.</u> | (Anggota) | () |
| NIP. 198310182006042001 | | |

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini ;

Nama : Ni Putu Sintha Anggreni

NIM : P07120220091

Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2023/2024

Alamat : Br. Dinas Bugbug Tengah, Karangasem

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh *Coloring Mandala Therapy* Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Mellitus Di UPTD Puskesmas Denpasar Barat II 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-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 29 Mei 2024

Yang membuat pernyataan



Ni Putu Sintha Anggreni
P07120220091

***The Effect of Coloring Mandala Therapy on Depression in
Diabetes Mellitus Patients at UPTD West Denpasar II
Year 2024***

ABSTRACT

By

Ni Putu Sintha Anggreni

Diabetes mellitus sufferers are very vulnerable to the risk of developing depression. Depression is a common comorbidity in diabetes mellitus patients which can worsen glycemic control and quality of life. To overcome depression in diabetes mellitus patients, non-pharmacological therapy such as Coloring Mandala Therapy is needed. This study aims to analyze the effect of Coloring Mandala Therapy on depression in diabetes mellitus patients. This research uses a pre-experimental method with a one-group pre-post test design type. Sampling used simple random sampling with a total of 20 research subjects who experienced depression. The research instrument used the Depression Scale. This research uses the Wilcoxon Signed Rank Test. The results of the research showed that before being given treatment, the majority of research subjects were in the category of mild depression, 11 people (55%) and moderate depression, 9 people (45%). After treatment, the level of depression decreased, normal in 4 people (20%) and mild depression in 16 people (80%). Hypothesis test results Asymp. Sig.(2-tailed) = 0.001 < alpha (0.05) that there is an influence of Coloring Mandala Therapy on depression in diabetes mellitus patients at the UPTD West Denpasar Health Center II in 2024.

Keywords: *Coloring Mandala, Depression, Diabetes Mellitus*

**Pengaruh *Coloring Mandala Therapy* Terhadap Depresi Pada Pasien
Diabetes Mellitus Di UPTD Puskesmas Denpasar Barat II
Tahun 2024**

ABSTRAK

Oleh

Ni Putu Sintha Anggreni

Penderita diabetes mellitus sangat rentan memiliki resiko terkena depresi. Depresi merupakan komorbiditas umum pada pasien diabetes mellitus yang dapat memperburuk kontrol glikemik dan kualitas hidup. Untuk mengatasi depresi pada pasien diabetes mellitus, perlu terapi nonfarmakologis seperti *Coloring Mandala Therapy*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *Coloring Mandala Therapy* terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus. Penelitian ini menggunakan metode *pre experimental* dengan jenis desain *one-group pre-post test design*. Pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah subjek penelitian 20 orang yang mengalami depresi. Instrumen penelitian menggunakan Skala Depresi. Penelitian ini menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasilnya penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan sebagian besar subjek penelitian masuk kategori depresi ringan 11 orang (55%) dan depresi sedang 9 orang (45%). Setelah perlakuan, tingkat depresi mengalami penurunan, normal 4 orang (20%) dan depresi ringan 16 orang (80%). Hasil uji hipotesis *Asymp. Sig.(2-tailed) = 0,001 < alpha (0,05)* bahwa ada pengaruh *Coloring Mandala Therapy* terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di UPTD Puskesmas Denpasar Barat II Tahun 2024.

Kata kunci : *Coloring Mandala*, Depresi, Diabetes Mellitus

RINGKASAN PENELITIAN

Pengaruh *Coloring Mandala Therapy* Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Mellitus Di UPTD Puskesmas Denpasar Barat II Tahun 2024

Oleh : Ni Putu Sintha Anggreni (P07120220091)

Meningkatnya glukosa (gula) dalam darah yang disebabkan oleh gangguan dalam produksi hormon insulin adalah tanda penyakit tidak menular kronis yang dikenal sebagai diabetes melitus. *International Diabetes Federation* (IDF) menyatakan bahwa jumlah penderita DM di dunia pada tahun 2020 sebanyak 463 juta orang meningkat pada tahun 2021 sebanyak 536.6 juta orang terdiagnosis DM dan pada tahun 2022 kembali meningkat dengan jumlah penderita DM mencapai 578 juta orang. Di Indonesia jumlah penderita DM pada tahun 2020 sebanyak 18 juta orang, pada tahun 2021 meningkat menjadi 19,47 juta orang dan semakin meningkat menjadi 41,8 juta orang pada tahun 2022.

Diabetes mellitus sebagai penyakit kronis yang diderita seumur hidup dapat menyebabkan munculnya masalah psikologis atau mengganggu kesehatan mental penderita. Penyakit diabetes menyebabkan perubahan fisik pada pasien. Selain efek fisiknya, sebagian besar pasien diabetes mellitus tidak dapat menerima diagnosis untuk dirinya sendiri, yang berdampak pada kesehatan mental atau psikologi mereka. Depresi adalah salah satu dari banyak masalah kesehatan mental umum yang dapat muncul yang melibatkan suasana hati. Dampak depresi pada kesehatan mental seorang pasien DM dikaitkan dengan stresor jangka panjang. Keadaan psikologis yang buruk dapat berdampak sebagai penderitaan sehingga mempengaruhi manajemen diabetes. Akibatnya, hal ini dapat menghambat tata laksana diabetes yang efektif. Depresi dikaitkan dengan penurunan kepatuhan pasien terhadap peraturan diet, penggunaan obat dan pengawasan gula darah. Hal ini akan menyebabkan diabetes yang tidak dapat dikontrol. Munculnya depresi pada pasien diabetes mellitus menunjukkan perlunya penanganan dari non-farmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah psikologis tersebut. Salah satu terapi non-farmakologis yaitu terapi mewarnai pola mandala. Terapi ini memberikan kesejahteraan mental dengan mewarnai pola mandala dapat dijadikan

sebagai metode sederhana dan terjangkau untuk kesehatan penderita sehingga dapat menimbulkan pengaruh positif terhadap depresi yang dialami pasien DM.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *coloring mandala therapy* terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di UPTD Puskesmas Denpasar Barat II Tahun 2024. Tujuan khusus dari penelitian ini antara lain : mengukur tingkat depresi pada subjek penelitian sebelum diberikan *coloring mandala therapy*, mengukur tingkat depresi setelah diberikan *coloring mandala therapy* serta menganalisis pengaruh *coloring mandala therapy* terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di UPTD Puskesmas Denpasar Barat II Tahun 2024.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *pre experimental* dengan jenis penelitian yang digunakan yakni *one group pre-post test design*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* yaitu *simple random sampling*. Jumlah besar subjek penelitian ini adalah sebanyak 20 orang. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan instrument penelitian Skala Depresi. Uji normalitas data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji *Shapiro-Wilk*. Setelah dilakukan uji normalitas dan mendapatkan hasil bahwa data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji hipotesis yang digunakan adalah uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian ini menunjukkan subjek penelitian masuk kedalam kategori depresi ringan 11 orang (55%) dan depresi sedang 9 orang (45%) sebelum diberikan perlakuan *coloring mandala therapy*. Setelah diberikan perlakuan *coloring mandala therapy* tingkat depresi pada subjek penelitian mengalami penurunan pada kategori normal 4 orang (20%) dan depresi ringan 16 orang (80%). Setelah dianalisis didapatkan hasil *p-value* yang didapat pada kolom *Asymp. Sig. (2-tailed)* = 0,001 < *alpha* (0,05). Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *coloring mandala therapy* terhadap depresi pada pasien diabetes mellitus di UPTD Puskesmas Denpasar Barat II Tahun 2024, yang artinya *coloring mandala therapy* dapat menurunkan tingkat depresi pasien diabetes mellitus. Dalam penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan kelompok kontrol, tujuannya untuk mengetahui pembagian kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, maka akan lebih menemukan pengaruh sebenarnya dalam pemberian *coloring mandala therapy* pada subjek penelitian.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atas berkat asung kerta wara nugraha, peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh *Coloring Mandala Therapy* Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Mellitus Di UPTD Puskesmas Denpasar Barat II Tahun 2024”** dengan baik dan tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat menyelesaikan gelar Sarjana Terapan Keperawatan pada program studi S.Tr. Keperawatan.

Dalam penulisan laporan akhir ini, peneliti menerima banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan optimal. Untuk itu melalui kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.tr.Keb, S.Kep., Ners., M.kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Potekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan Sarjana Terapan keperawatan.
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 Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Si selaku pembimbing utama yang telah memberikan pemahaman, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Bapak I Nengah Sumirta, SST,, S.Kep., Ns., M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan pemahaman, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar yang telah memberikan izin dalam pengambilan data pasien diabetes mellitus di wilayah UPTD Puskesmas Denpasar Barat II.
7. Kepala UPTD Puskesmas Denpasar Barat II yang telah memberikan izin dalam pengambilan data dan melakukan penelitian di wilayah kerja UPTD Puskesmas Denpasar Barat II.
8. Orang tua, kakak dan adik yang telah memberikan doa dan dorongan moral maupun material.
9. Semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini khususnya keluarga, sahabat dan teman-teman yang tidak dapat penulis sampaikan satu persatu.

Kemajuan selalu menyertai segala sisi kehidupan menuju ke arah yang lebih baik, karenanya sumbang saran sangat peneliti harapkan dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Denpasar, 20 Mei 2024

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
1. Tujuan umum	4
2. Tujuan khusus.....	4
D. Manfaat.....	4
1. Manfaat secara teoritis.....	4
2. Manfaat praktis.....	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Diabetes Mellitus.....	6
---------------------------	---

1. Definisi Diabetes	6
2. Klasifikasi Diabetes.....	7
3. Faktor Resiko Diabetes Mellitus	8
4. Gejala Diabetes Mellitus	9
5. Komplikasi Diabetes Mellitus	11
B. Depresi.....	12
1. Definisi Depresi.....	12
2. Tanda dan Gejala Depresi	13
3. Aspek-aspek Depresi	15
4. Faktor-faktor Yang Memengaruhi Depresi	16
5. Resiko Akibat Depresi.....	18
6. Alat Ukur Depresi	19
C. <i>Coloring Mandala Therapy</i>	20
1. Definisi <i>Coloring Mandala Therapy</i>	20
2. Tipe-tipe Mandala	21
3. Manfaat Mewarnai Mandala	22
D. Pengaruh <i>Coloring Mandala Therapy</i> Terhadap Depresi	22
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep	24
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	25
1. Variabel Penelitian	25
2. Definisi Operasional.....	25
3. Hipotesis.....	26

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	28
B. Alur Penelitian.....	29
C. Tempat dan Waktu Penelitian	30
D. Populasi dan Sampel	30
1. Populasi	30
2. Sampel Penelitian	30
3. Jumlah dan Besar Sampel.....	31
4. Teknik <i>Sampling</i>	32
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	32
1. Jenis Data Yang Dikumpulkan.....	32
2. Cara Pengumpulan Data.....	33
3. Instrumen Pengumpulan Data	35
F. Pengolahan dan Analisis Data	36
1. Pegolahan Data.....	36
2. Analisis Data	37
G. Etika Penelitian.....	38

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil	40
1. Kondisi lokasi penelitian.....	40
2. Karakteristik subjek penelitian	41
3. Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian Berdasarkan Variabel Penelitian.....	44
4. Hasil analisis data	45

B. Pembahasan.....	48
1. Tingkat Depresi Pada Subjek Penelitian Sebelum Diberikan <i>Coloring Mandala Therapy</i>	48
2. Tingkat Depresi Pada Subjek Penelitian Setelah Diberikan <i>Coloring Mandala Therapy</i>	50
3. Pengaruh Pemberian <i>Coloring Mandala Therapy</i> Terhadap Depresi Subjek Penelitian	51
C. Kelemahan Penelitian	53
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kisi-Kisi Item Skala Depresi	19
Tabel 2	Skoring Skala Depresi.....	20
Tabel 3	Definisi Operasional	26
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia.....	42
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Karakteristik Jenis Kelamin	42
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Karakteristik Pekerjaan	43
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Karakteristik Pendidikan	43
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Karakteristik Lama Menderita.....	44
Tabel 9	Skor Depresi Subjek Penelitian Sebelum Perlakuan.....	44
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Depresi Pada Subjek Penelitian Sebelum Diberikan Perlakuan.....	46
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Depresi Pada Subjek Penelitian Setelah Diberikan Perlakuan.....	46
Tabel 12	Hasil Uji Normalitas Data Depresi Pada Subjek Penelitian	47
Tabel 13	Hasil Uji Hipotesis Pengaruh <i>Coloring Mandala Therapy</i> Terhadap Depresi Pada Subjek Penelitian	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	24
Gambar 2 Rancangan Penelitian	28
Gambar 3 Alur Penelitian.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	60
Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian.....	61
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden	62
Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>Informed Consent</i>)	63
Lampiran 5 Alat Ukur Skala Depresi.....	67
Lampiran 6 SPO <i>Coloring Mandala Therapy</i>	69
Lampiran 7 Gambar Pola Mandala	71
Lampiran 8 Surat-surat.....	77
Lampiran 9 Persetujuan Etik.....	83
Lampiran 10 Master Tabel	85
Lampiran 11 Hasil Analisis Univariat dan Bivariat.....	86
Lampiran 12 Surat Keterangan Telah Selesai Penelitian.....	89
Lampiran 13 Dokumentasi Kegiatan Penelitian	90
Lampiran 14 Bukti Penyelesaian Administrasi.....	91
Lampiran 15 Lembar Validasi SIAK	92
Lampiran 16 Surat Pernyataan Persetujuan Publikasi Repository	94
Lampiran 17 Hasil Turnitin.....	95