

SKRIPSI

**PENGARUH *ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY*
(ACT) TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KARANGASEM I
TAHUN 2019**



Oleh:

DEWA AYU ALIT DARMAYANI
NIM. P07120215045

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIV
DENPASAR
2019**

SKRIPSI

**PENGARUH *ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY*
(ACT) TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KARANGASEM I
TAHUN 2019**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

**DEWA AYU ALIT DARMA YANI
NIM. P07120215045**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI DIV
DENPASAR
2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH *ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY*
(ACT) TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KARANGASEM I
TAHUN 2019**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :

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

I Gede Wijanegara, SKM., M.Fis.
NIP. 195805201979101001

Mengetahui
Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Denpasar

I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp., M.Kep., Sp.MB
NIP. 197108141994021001

SKRIPSI DENGAN JUDUL :

**PENGARUH *ACCEPTANCE AND COMMITMENT THERAPY*
(ACT) TERHADAP TINGKAT DEPRESI PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS KARANGASEM I
TAHUN 2019**

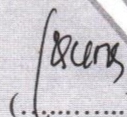
TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 14 JUNI 2019

TIM PENGUJI :

1. I Nengah Sumirta, SST., S.Kep., Ns., M.Kes. (Penguji)
NIP. 196502251986031002
2. I Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., M.Si (Anggota I)
NIP. 196510081986031001
3. I Gusti Ayu Harini, SKM., M.Kes. (Anggota II)
NIP. 196521311985032011


(.....)


(.....)

Mengetahui
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Denpasar





I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp., M.Kep., Sp.MB
NIP. 197108141994021001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dewa Ayu Alit Darmayani
NIM : P07120215045
Program Studi : D IV Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2019
Alamat : Jl. Tirta Taman Sari Nomor 32 Br. Bebalang, Bangli

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Terhadap Tingkat Depresi di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem I Tahun 2019 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir 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, 31 Mei 2019



Yang membuat pernyataan


Dewa Ayu Alit Darmayani
NIM. P07120215045

The Effect of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) toward Depression Levels on Diabetes Mellitus patients in Work Area of Puskesmas I Karangasem on 2019

ABSTRACT

By

Dewa Ayu Alit Darmayani

In addition to physiologically disturbed patients with diabetes mellitus, they are also at risk of experiencing depression because of various changes in their lives, one of the ways to overcome them is by practicing ACT. The purpose of this study was to analyze the relationship of age, education level, and time span of suffering from diabetes mellitus with depression levels, measuring depression levels before and after being given ACT training, and proving the effect of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) on depression levels in patients with diabetes mellitus in the work area Karangasem 1 Health Center on 2019. The design of this study was pre-experimental with a one-group pre-post test design. Samples were taken using a purposive sampling method of 17 people. The research instrument used the Beck Depression Inventory II (BDI-II). The results showed that depression levels before being given treatment were mostly in the mild depression category of 10 people (58.8%) and after being given treatment most of them were in the mild depression category as many as 10 people (58.8%). Hypothesis testing was carried out using the Wilcoxon signed range test statistic test with a p value of 0.018 ($p \leq 0.05$). It can be interpreted that there is a significant effect of ACT training on depression levels in patients with diabetes mellitus in the working area of Karangasem 1 Health Center on 2019. Recommendations for researchers then expected to take samples and conduct research using a control group.

Keywords : *Acceptance and Commitment Therapy (ACT), Depression, Diabetes mellitus*

**Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Terhadap
Tingkat Depresi pada Pasien Diabetes Mellitus
di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem I
Tahun 2019**

ABSTRAK

Oleh

Dewa Ayu Alit Darmayani

Pasien diabetes mellitus selain terganggu secara fisiologis juga beresiko mengalami depresi karena terjadi berbagai perubahan dalam hidupnya, salah satu cara mengatasinya adalah dengan latihan ACT. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan usia, tingkat pendidikan, dan rentang waktu menderita DM dengan tingkat depresi, mengukur tingkat depresi sebelum dan sesudah diberikan latihan ACT, serta membuktikan pengaruh *Acceptance and Commitment Therapy (ACT)* terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Karangasem 1 tahun 2019. Desain penelitian ini adalah *pre experimental* dengan rancangan *one-group pre-post test design*. Sampel diambil menggunakan metode *purposive sampling* sebanyak 17 orang. Instrumen penelitian menggunakan *Beck Depression Inventory II (BDI-II)*. Hasil penelitian menunjukkan tingkat depresi sebelum diberikan perlakuan sebagian besar dalam kategori depresi ringan sebanyak 10 orang (58,8%) dan setelah diberikan perlakuan sebagian besar dalam kategori depresi ringan sebanyak 10 orang (58,8%). Uji Hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji statistik *wilcoxon signed range test* dengan nilai *p value* 0,018 ($p \leq 0,05$) dapat diartikan ada pengaruh yang signifikan latihan ACT terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Karangasem 1 tahun 2019. Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya diharapkan dalam mengambil sampel serta melakukan penelitian menggunakan kelompok kontrol.

Kata kunci : Latihan ACT, Depresi, Diabetes

RINGKASAN PENELITIAN

Pengaruh *Acceptance and Commitment Therapy (ACT)* Terhadap Tingkat Depresi pada Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem 1 Tahun 2019.

Oleh : Dewa Ayu Alit Darmayani (NIM. P07120215045)

Diabetes mellitus merupakan penyakit kronik metabolik yang disebabkan karena ketidakmampuan pancreas mensekresi atau menggunakannya secara efektif sehingga menyebabkan peningkatan kadar gula darah (*World Health Organization*, 2016). Indonesia tercatat berada di peringkat ke-6 dengan penderita diabetes mellitus terbanyak yaitu di angka 10,3 juta jiwa.

Internasional Diabetic Federation (2017) mengemukakan faktor risiko diabetes melitus yaitu riwayat keluarga menderita diabetes, obesitas, aktivitas fisik yang kurang, gangguan toleransi glukosa, riwayat diabetes gestational atau melahirkan bayi dengan berat lahir > 4 kg, hipertensi, kadar kolesterol jahat tinggi, riwayat kelainan darah. *Internasional Diabetic Federation* (2017) tanda umum yang dialami yaitu sering buang air kecil, haus yang berlebihan, kelaparan meningkat, berat badan menurun, kelelahan, kurangnya minat dan konsentrasi, sebuah sensasi kesemutan atau mati rasa di tangan atau kaki, penglihatan kabur, sering infeksi, lambat penyembuhan luka. Komplikasi pada penyakit diabetes melitus yaitu penyakit kardiovaskuler, saraf, mata, ginjal dan komplikasi kehamilan.

Pasien diabetes melitus mengalami berbagai perubahan dalam hidupnya, mulai dari pengaturan pola makan, olahraga, dan kontrol gula darah yang harus dilakukan sepanjang hidupnya. Perubahan dalam hidup yang mendadak tersebut membuat pasien diabetes melitus menunjukkan beberapa reaksi psikologis yang negatif diantaranya adalah marah, merasa tidak berguna, kecemasan yang meningkat, dan depresi. (Priyoto, 2015). Penelitian Hayes *et al* (2009)

menemukan salah satu cara untuk mengatasi depresi adalah dengan cara latihan ACT.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi tingkat depresi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan latihan ACT serta menganalisis pengaruh ACT terhadap depresi pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini menggunakan desain *pre experimental* dengan rancangan *one-group pre-post test design*. Metode yang digunakan untuk menentukan sampel adalah *non probability sampling* jenis *purposive sampling* yaitu mendapatkan subyek yang memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam penelitian.

Penelitian ini menggunakan 17 subyek penelitian yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian diperoleh dari 17 subyek penelitian tingkat depresi sebelum diberikan perlakuan sebagian besar dalam kategori depresi ringan sebanyak 10 orang (58,8%) dan setelah diberikan perlakuan sebagian besar dalam kategori depresi ringan sebanyak 10 orang (58,8%). Hasil uji non parametrik menggunakan *wilcoxon signed range test* diperoleh $p = 0,018$ lebih kecil dari $p = 0,05$ dapat diartikan ada pengaruh yang signifikan ACT terhadap depresi pada pasien diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Kaeangasem I, Rekomendasi bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan teknik *simple random sampling* dalam mengambil sampel serta melakukan penelitian menggunakan kelompok kontrol sehingga dapat membandingkan tingkat depresi pada subyek penelitian yang tidak diberikan perlakuan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) Terhadap Depresi pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem I tahun 2019”** tepat pada waktunya. Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha peneliti sendiri, melainkan berkat dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP., MPH., selaku Direktur Poltekkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan D-IV di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Ibu I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp., M.Kep., Sp.MB selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Ibu N.L.K Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An, selaku Ketua Prodi DIV Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak I Wayan Candra.,S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Si selaku pembimbing utama yang telah membunga wawasan, pengetahuan serta telah memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak I Gede Wijanegara, SKM., M.Fis. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak dan Ibu dosen yang memberikan ilmu pengetahuan selama peneliti mengikuti pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar sehingga penyusunan skripsi ini bisa diselesaikan.
7. Ibu drg. Ni Luh Sri Panca Parwati Sari Kepala Puskesmas Karangasem I yang telah berkenan memberikan ijin dalam melaksanakan penelitian untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Mahasiswa angkatan II D-IV Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah memberikan masukan dan dukungan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Bapak I Dewa Made Darma, SH. Serta Ibu Sang Ayu Made Alit selaku orang tua peneliti yang telah mengirimkan doa, dukungan moral maupun material dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Denpasar, Juni 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	iv
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Manfaat teoritis.....	5
2. Manfaat praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Diabetes Melitus.....	7
1. Pengertian diabetes mellitus.....	7
2. Klasifikasi diabetes mellitus.....	7
3. Faktor risiko diabetes mellitus.....	9
4. Gejala klinis diabetes mellitus.....	11
5. Kriteria diagnostik diabetes mellitus.....	12

6. Komplikasi diabetes mellitus.....	13
7. Penatalaksanaan diabetes mellitus	15
B. Diabetes Melitus dan Depresi	17
C. Depresi	19
1. Pengertian depresi	19
2. Tanda dan gejala depresi	19
3. Faktor risiko depresi	21
4. Alat ukur depresi	24
D. <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	27
1. Pengertian <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	27
2. Tujuan <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	29
3. Prinsip pelaksanaan <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i>	30
E. Pengaruh <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i> Terhadap Depresi.....	32
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep	34
B. Variable Penelitian	35
1. Variabel penelitian	35
2. Definisi operasional.....	35
C. Hipotesis.....	37
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis penelitian	38
B. Alur Penelitian	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	40
C. Populasi dan Sampel	40
1. Populasi penelitian	40
2. Sampel penelitian	40
3. Jumlah dan besaran sampel	42
4. Teknik sampling.....	43

D.	Jenis dan metode Pengumpulan Data	43
1.	Jenis data yang dikumpulkan.....	43
2.	Cara pengumpulan data	44
E.	Pengolahan dan Analisis Data	47
1.	Teknik pengolahan data.....	47
2.	Analisis Data	48
F.	Etika Penelitian	49
1.	Informed consent atau persetujuan setelah penjelasan.....	49
2.	Autonomy atau menghormati harkat dan martabat manusia.....	50
3.	Confidentiality atau kerahasiaan.....	50
4.	Justice atau keadilan.....	50
5.	Beneficence atau manfaat.....	51
6.	Non maleficence atau tidak membahayakan.....	51
 BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		
A.	Hasil penelitian.....	52
1.	Kondisi lokasi penelitian	52
2.	Karakteristik subyek penelitian	53
3.	Hasil pengamatan terhadap subyek penelitian berdasarkan variable penelitian ...	56
4.	Hasil analisis data.....	58
B.	PEMBAHASAN	64
1.	Tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus sebelum diberikan latihan <i>acceptance and commitment therapy</i>	64
2.	Tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus sesudah diberikan latihan <i>acceptance and commitment therapy</i>	66
3.	Hubungan usia dengan tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus	69
4.	Hubungan tingkat pendidikan dengan tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus.....	70

5. Hubungan rentang waktu menderita DM dengan tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus	71
6. Pengaruh <i>acceptance and commitment therapy</i> terhadap tingkat depresi pada pasien diabetes mellitus	72
C. Kelemahan.....	74
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	76
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	78
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1	Kisi-kisi Item Tes BDI-II..... 25
Tabel 2	Skoring Beck Depression Inventory II..... 26
Tabel 3	Kategori depresi..... 27
Tabel 4	Definisi Operasional Pengaruh Terapi ACT Terhadap tingkat depresi pada pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Karangasem 1 Tahun 2019..... 36
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Subyek Penelitian di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019..... 54
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Pendidikan Subyek Penelitian di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019..... 55
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Pekerjaan Subyek Penelitian di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019..... 55
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Rentang Waktu Menderita DM Subyek Penelitian di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019..... 56
Tabel 9	Skor Tingkat Depresi Subyek Penelitian di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019..... 57
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Subyek Penelitian Sebelum Diberikan Latihan ACT di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019..... 58
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Tingkat Depresi Subyek Penelitian Setelah Diberikan Latihan ACT di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019..... 59
Tabel 12	Hasil Analisis Hubungan Usia dengan Tingkat Depresi Subyek Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem 1 Tahun 2019..... 59
Tabel 13	Hasil Analisis Hubungan Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Depresi Subyek Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas

	Karangasem 1 Tahun 2019.....	61
Tabel 14	Hasil Analisis Hubungan Rentang Waktu Menderita DM dengan Tingkat Depresi Subyek Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem 1 Tahun 2019.....	62
Tabel 15	Hasil Uji Normalitas Tingkat Depresi Subyek Penelitian di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019.....	63
Tabel 16	Hasil Pengaruh <i>Acceptance and Commitment Therapy (ACT)</i> terhadap Tingkat Depresi Subyek Penelitian di Puskesmas Karangasem I Tahun 2019.....	64

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka Konsep Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem I Tahun 2019.....	34
Gambar 2 Rancangan Penelitian Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem I Tahun 2019.....	38
Gambar 3 Alur Kerangka Kerja Pengaruh Acceptance and Commitment Therapy Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangasem I Tahun 2019.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Kegiatan Penelitian
Lampiran 2	Realisasi Anggaran Biaya Penelitian
Lampiran 3	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 5	Prosedur Latihan ACT
Lampiran 6	Instrumen Pengumpulan Data
Lampiran 7	Master Tabel
Lampiran 8	Hasil Uji Normalitas Data
Lampiran 9	Hasil Analisis Univariat
Lampiran 10	Hasil Uji Hubungan Usia, Tingkat Pendidikan, dan Rentang Waktu Menderita DM dengan Tingkat Depresi
Lampiran 11	Hasil Uji Pengaruh Latihan ACT Terhadap Depresi
Lampiran 12	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 13	Lembar Bimbingan Skripsi