

SKRIPSI

**PENGARUH *SELF-COMPASSION THERAPY* TERHADAP
TINGKAT DEPRESI PASIEN DIABETES MELITUS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS I
DENPASAR BARAT TAHUN 2021**



**Oleh :
I PUTU YOAN SUGIANTARA
NIM. P07120217026**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

SKRIPSI

**PENGARUH *SELF-COMPASSION THERAPY* TERHADAP
TINGKAT DEPRESI PASIEN DIABETES MELITUS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS I
DENPASAR BARAT TAHUN 2021**

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

Oleh :

I PUTU YOAN SUGIANTARA

NIM. P07120217026

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2021**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH *SELF-COMPASSION THERAPY* TERHADAP
TINGKAT DEPRESI PASIEN DIABETES MELITUS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS I
DENPASAR BARAT TAHUN 2021**

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**



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

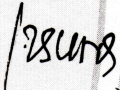
SKRIPSI DENGAN JUDUL :
PENGARUH *SELF-COMPASSION THERAPY* TERHADAP
TINGKAT DEPRESI PASIEN DIABETES MELITUS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS I
DENPASAR BARAT TAHUN 2021

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 24 MEI 2021

TIM PENGUJI :

1. I Nengah Sumirta, SST., S.Kep., Ns., M.Kes. (Ketua) 
NIP. 196502251986031002
2. I Gede Widjanegara, SKM., M.Fis. (Anggota) 
NIP. 195805201979101001
3. I Gusti Ayu Harini, SKM., M.Kes. (Anggota) 
NIP. 196412311985032011

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



7 Ners. I Made Sukaria, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Putu Yoan Sugiantara

NIM : P07120217026

Program Studi : Sarjana Terapan Keperawatan

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2021

Alamat : Jln. Gunung Andakasa Gang Pandan Arum No.4 Denpasar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Pengaruh *Self-Compassion Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021 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, 24 Mei 2021
Yang membuat pernyataan



I Putu Yoan Sugiantara
NIM. P07120217026

The Effect of Self-Compassion Therapy to Depression Levels on Diabetes Mellitus Patients in Work Area of Puskesmas I Denpasar Barat on 2021

ABSTRACT

By

I Putu Yoan Sugiantara

Diabetes mellitus when pancreas unable produce insulin, or body unable effectively use insulin. DM patients are double risk developing depression. Depression makes selfcare worse because lack psychological monitoring (depression screening). **The aims of research** to determine effect self-compassion therapy to depression levels diabetes mellitus patients in Work Area of Puskesmas I Denpasar Barat on 2021. This research used **the method** pre-experimental with one-group pre-post test design. Sampling with non-probability sampling with purposive sampling. Respondents 17 people. The research instrument used 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 10 people (58.8%), the rest were moderate depression (41.2%) before being given self-compassion therapy. After treatment level of depression decreased, 3 people had moderate depression (17.6%), 9 people had mild depression (52.9%), and least 5 people not depression (29.4%). After analysis, p-value was obtained at Sig. (2-tailed) = 0.000 <alpha (0.05). **The conclusion** is that there is an effect of self-compassion therapy to depression levels on diabetes mellitus patients in Work Area Puskesmas I Denpasar Barat on 2021, meaning that self-compassion therapy can reduce depression levels DM patients.

Keywords : Self-Compassion, Depression, Diabetes Mellitus

**Pengaruh *Self-Compassion Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pasien
Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat
Tahun 2021**

ABSTRAK

Oleh

I Putu Yoan Sugiantara

Diabetes Melitus merupakan penyakit saat pankreas tidak mampu memproduksi insulin, atau ketika tubuh tidak efektif menggunakan insulinya. Pasien DM berisiko dua kali terkena depresi. Depresi membuat buruknya perawatan diri karena kurangnya pemantauan psikologi skrining depresi. **Tujuan** penelitian ini mengetahui pengaruh *self-compassion therapy* terhadap tingkat depresi pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2021. Penelitian ini menggunakan **metode** *pre experimental* berjenis *one-group pre-post test design*. Pengambilan sampel dengan *non-probability sampling* berjenis *purposive sampling*. Responden sebanyak 17 orang. Instrumen penelitian menggunakan *Beck Depression Inventory-II (BDI-II)*. Uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk*. Uji hipotesis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. **Hasilnya** menunjukkan sebagian besar responden masuk kategori depresi ringan 10 orang (58,8%), sisanya depresi sedang 7 orang (41,2%) sebelum diberikan *self-compassion therapy*. Setelah perlakuan, tingkat depresi mengalami penurunan, depresi sedang 3 orang (17,6%), depresi ringan 9 orang (52,9%), dan tidak depresi 5 orang (29,4%). Setelah dianalisis didapatkan *p-value* pada *Sig.(2-tailed) = 0,000 < alpha (0,05)*. **Kesimpulannya** bahwa ada pengaruh *self-compassion therapy* terhadap tingkat depresi pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2021, artinya *self-compassion therapy* dapat menurunkan tingkat depresi pasien DM.

Kata Kunci : *Self-Compassion*, Depresi, Diabetes Melitus

RINGKASAN PENELITIAN

Pengaruh *Self-Compassion Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021

Oleh : I Putu Yoan Sugiantara (P07120217026)

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tak mampu memproduksi insulin yang cukup, atau ketika tubuh tidak efektif menggunakan produksi insulinya (Kemenkes RI, 2019). Menurut *International Diabetes Federation* (2013) angka kejadian DM di dunia adalah 382 juta jiwa, dimana proporsi DM tipe 2 adalah 95% dari populasi di dunia. Prevalensi diabetes melitus di Indonesia tahun 2013 yakni sebesar (2,1%). Tahun 2018 prevalensi diabetes melitus di Indonesia usia ≥ 15 tahun sebesar (8,9%), terdiri atas (1,2%) laki-laki dan (1,8%) perempuan. Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2017) sekiranya terdapat 16.254 penduduk yang berusia > 40 tahun menderita diabetes. Pasien diabetes melitus ini memiliki risiko dua kali lipat depresi dibandingkan orang biasa. Depresi pada pasien diabetes melitus dapat memicu berbagai masalah. Hal ini dapat membuat semakin buruknya manajemen perawatan diri, motivasi berobat secara intensif, menurunnya kualitas hidup dan tentunya kontrol glikemik karena kurangnya pemantauan di aspek psikologi khususnya skrining depresi (Candra and Epriliani, 2019).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-compassion therapy* terhadap tingkat depresi pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2021. 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 subyek penelitian adalah sebanyak 17 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 10 orang responden (58,8%), dan kategori depresi sedang sebanyak 7 orang responden (41,2%) sebelum diberikan perlakuan *self-compassion therapy*. Setelah diberikan perlakuan *self-compassion therapy* tingkat depresi subyek penelitian mengalami penurunan menjadi kategori depresi sedang sebanyak 3 orang (17,6%), depresi ringan sebanyak 9 orang (52,9%), dan tidak depresi sebanyak 5 orang (29,4%). 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 *self-compassion therapy* terhadap tingkat depresi pasien diabetes melitus di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2021, yang artinya *self-compassion therapy* dapat menurunkan tingkat depresi pasien diabetes melitus. Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk mengembangkan penelitian tentang *self-compassion therapy* terhadap tingkat depresi pasien diabetes melitus menggunakan desain pre-eksperimental dengan *simple random sampling*.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Pengaruh *Self-Compassion Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021” tepat pada waktunya. Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha peneliti sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya,SP.,MPH. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan Sarjana Terapan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Denpasar.
2. Ibu dr.Lina Muji Rahayu,selaku Kepala Puskesmas dan Para Staf Puskesmas I Denpasar Barat yang telah memberikan kesempatan dan bantuan dalam memperoleh informasi yang diperlukan untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Ners. I Made Sukarja,S.Kep.,M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu N.L.K Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu I Gusti Ayu Harini,SKM.,M.Kes. selaku pembimbing utama yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak I Wayan Candra, S.Pd.,S.Kep.,Ns.,M.Si. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak I Dewa Putu Gede Putra Yasa,S.Kp.,M.Kep.,Sp.MB. selaku pembimbing akademik peneliti yang telah memberikan dukungan dalam menempuh pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar dan penyusunan skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan ilmu dan pengetahuan sehingga peneliti mampu penyusunan skripsi ini.
9. Bapak I Nyoman Rumasa,SH dan Ibu Ni Ketut Asmiriyanti selaku orang tua peneliti yang telah memberikan doa, dorongan moral, maupun material dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Mahasiswa angkatan tahun 2017 Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Denpasar yang telah memberikan dorongan kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi ini.

Denpasar, 24 Mei 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
ABSTRAK	vii
RINGKASAN PENELITIAN	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	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. Faktor Risiko Diabetes Melitus	9
4. Gejala Klinis dan Kriteria Diagnostik Diabetes Melitus	11
5. Komplikasi dan Penatalaksanaan Diabetes Melitus	12
B. Depresi	16
1. Definisi Depresi.....	16
2. Tanda Dan Gejala Depresi.....	16
3. Faktor Risiko Depresi.....	20
4. Alat Ukur Depresi.....	23
5. Depresi Pada Penderita Diabetes Melitus.....	25
C. <i>Self-Compassion Therapy</i>	26
1. Definisi <i>Self-Compassion Therapy</i>	26
2. Komponen Atau Aspek <i>Self-Compassion Therapy</i>	28
3. Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self-Compassion</i> Pada Seseorang	30
4. Indikasi <i>Self-Compassion for Care Giver</i>	33
5. Prosedur Pelaksanaan <i>Self-Compassion Therapy</i>	34
D. Pengaruh <i>Self-Compassion Therapy</i> Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus.....	35

BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep	37
B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	38
1. Variabel Penelitian	38

2. Definisi Operasional.....	39
C. Hipotesis Penelitian.....	41
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	42
B. Alur Penelitian	43
C. Tempat Dan Waktu Penelitian	44
D. Populasi Dan Sampel	44
1. Populasi Penelitian	44
2. Sampel Penelitian	44
3. Jumlah Dan Besar Sampel.....	45
4. Teknik Sampling	46
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	47
1. Jenis Data Yang Dikumpulkan.....	47
2. Cara Pengumpulan Data	48
3. Instrumen Pengumpulan Data	50
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	50
1. Teknik Pengolahan Data.....	50
2. Analisis Data	52
G. Etika Penelitian	53
1. Informed Consent Atau Persetujuan Setelah Penjelasan.....	53
2. <i>Autonomy And Human Dignity</i>	54
3. <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	54
4. <i>Justice</i> (Keadilan).....	54
5. <i>Beneficience</i> (Manfaat).....	54

6. <i>Non Maleficience</i> (Tidak Membahayakan)	55
---	----

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	56
1. Kondisi Lokasi Penelitian	56
2. Karakteristik Subyek Penelitian.....	57
3. Hasil Pengamatan Subyek Penelitian Berdasarkan Variabel Penelitian	58
4. Hasil Analisis Data.....	59
B. Pembahasan.....	63
1. Tingkat Depresi Sebelum Diberikan <i>Self-Compassion Therapy</i>	63
2. Tingkat Depresi Sesudah Diberikan <i>Self-Compassion Therapy</i>	65
3. Pengaruh <i>Self-Compassion Therapy</i> Terhadap Tingkat Depresi.....	66
4. Hubungan Tingkat Depresi Berdasarkan Usia.....	68
5. Hubungan Tingkat Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin	69
C. Kelemahan Penelitian.....	70

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan	71
B. Saran.....	72
1. Manajemen Puskesmas I Denpasar Barat	72
2. Bagi Peneliti Selanjutnya	72

DAFTAR PUSTAKA	73
----------------------	----

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Definisi Operasional Pengaruh <i>Self-Compassion Therapy</i> Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021.....	39
Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia Subyek Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021	58
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Subyek Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021.....	58
Tabel 4 Skor Depresi Pada Subyek Penelitian di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021	59
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Depresi Pada Subyek Penelitian Sebelum Diberikan Perlakuan <i>Self-Compassion Therapy</i> Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021	60
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Depresi Pada Subyek Penelitian Sesudah Diberikan Perlakuan <i>Self-Compassion Therapy</i> Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021	60
Tabel 7 Hasil Uji Normalitas Data Depresi Pada Subyek Penelitian Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021	61
Tabel 8 Hasil Uji Hipotesis Pengaruh <i>Self-Compassion Therapy</i> Terhadap Depresi Pada Subyek Penelitian Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021	62
Tabel 9 Hasil Analisa Tingkat Depresi Berdasarkan Usia Pada Subyek Penelitian Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021	62

Tabel 10 Hasil Analisa Tingkat Depresi Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Subyek Penelitian Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021	63
--	----

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Kerangka konsep Pengaruh <i>Self-Compassion Therapy</i> Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021.	35
Gambar 2 Rancangan Penelitian Pengaruh <i>Self-Compassion Therapy</i> Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021.....	40
Gambar 3 Alur Kerangka Kerja Pengaruh <i>Self-Compassion Therapy</i> Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian Pengaruh *Self-Compassion Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021
- Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian Pengaruh *Self-Compassion Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021
- Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*) Sebagai Peserta Penelitian
- Lampiran 5 Instrumen Pengumpulan Data *Beck Depression Inventory-II (BDI-II)*
- Lampiran 6 Standar Prosedur Operasional (SPO) *Self-Compassion Therapy* Dengan Kombinasi Psikoterapi Suportif
- Lampiran 7 Master Tabel Pengumpulan Data Pengaruh *Self-Compassion Therapy* Terhadap Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2021
- Lampiran 8 Hasil Pengujian SPSS
- Lampiran 9 Surat Ijin Penelitian