SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

Oleh :

I KOMANG DIKA PURNAMA PUTRA

NIM. P07120221110

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2025

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

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

Oleh :

I KOMANG DIKA PURNAMA PUTRA

NIM. P07120221110

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2025

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI
HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

Diajukan oleh :

I KOMANG DIKA PURNAMA PUTRA

NIM. P07120221110

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
I Dw. Pt. Gd. Putra Yasa, S.Kp., M.Kep., Sp.MB.	I Ketut Suardana, S.Kp., M.Kes
NIP. 197108141994021001	NIP. 196509131989031002

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

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

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

Diajukan Oleh:

I KOMANG DIKA PURNAMA PUTRA

NIM. P07120221110

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : RABU

TANGGAL : 11 JUNI 2025

TIM PENGUJI :

1. Ni Made Wedri, A.Per.Pen.S.Kep.Ns .M.Kes (Ketua) (.....)
   NIP. 196106241987032002
2. I Made Mertha, SKp. M.Kep (Anggota) (.....)
   NIP. 196910151993031015
3. I Made Sukarja.S.Kep.,Ners., M.Kep. (Anggota) (.....)
   NIP. 196812311992031020

MENGETAHUI

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

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

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: I Komang Dika Purnama Putra
NIM	: P07120221110
Program Studi	: Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan	: Keperawatan
Tahun Akademik	: 2024 - 2025
Alamat	: Jalan Tirta Lepang Gang 1A No. 4 Kesiman Kertalangu, Denpasar Timur

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul "Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat" ini adalah **benar karya saya 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 ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Denpasar, 03 Juni 2025

Yang Membuat Pernyataan

I Komang Dika Purnama Putra

NIM. P07120221110

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-COMPASSION AND QUALITY OF LIFE IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS AT PUBLIC HEALTH CENTER II DENPASAR BARAT

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a chronic disease that has a significant impact on patients' quality of life. One approach to improving the quality of life in individuals with type 2 diabetes mellitus is through self-compassion. Self-compassion is the ability to face failures with kindness, acceptance, and reduced stress regarding one's condition. This study aims to determine the relationship between self-compassion and quality of life in patients with type 2 diabetes mellitus at Public Health Center II Denpasar Barat.The research method used in this study is quantitative with a cross-sectional approach. The sampling technique employed was non-probability sampling using purposive sampling, resulting in a total of 88 respondents. Data were collected using a questionnaire. The results showed that, based on the duration of having type 2 diabetes mellitus, the majority of respondents 50 people (56.8%) had been living with the condition for 7–12 months. Furthermore, most respondents had a high level of self-compassion 48 people (54.5%) and a good quality of life 54 people (61.4%). Based on the results of the bivariate analysis using Spearman Rank, a significance value of 0.000 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient (r) of 0.618 were obtained, indicating a strong positive relationship. This means that the higher the level of self-compassion, the better the quality of life.

.

Keywords: self-compassion, quality of life, type 2 diabetes mellitus

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang berdampak signifikan pada kualitas hidup pasien. Terdapat upaya untuk meningkatkan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 yaitu dengan *self-compassion*. *Self-compassion* merupakan kemampuan untuk menghadapi kegagalan dengan kebaikan, penerimaan, dan mengurangi stress terhadap kondisi yang dialami. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan teknik *purposive sampling*, diperoleh jumlah sampel sebanyak 88 responden. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan subjek penelitian berdasarkan lama menderita diabetes melitus tipe 2 sebagian besar yaitu 7-12 bulan sejumlah 50 orang (56,8%). Hasil penelitian ini menunjukkan *self-compassion* pada responden sebagian besar tinggi sebanyak 48 orang (54,5%) dan sebagian besar kualitas hidup baik sebanyak 54 orang (61,4%). Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan *Spearman Rank* didapatkan nilai signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai koefisien korelasi (r) yaitu 0,618, maka dikatakan terdapat hubungan yang kuat dengan arah positif, yang artinya jika semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki maka kualitas hidup juga semakin baik.

Kata kunci: *self-compassion*, kualitas hidup, diabetes melitus tipe 2

RINGKASAN PENELITIAN

HUBUNGAN *SELF-COMPASSION* DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

Oleh: I Komang Dika Purnama Putra

Penyakit diabetes melitus termasuk ke dalam kategori penyakit yang tidak menular. Penyakit ini adalah gangguan metabolik yang menyebabkan kadar gula darah meningkat (hiperglikemia). Kondisi ini disebabkan oleh sekresi insulin yang tidak normal dan kadar glukosa darah yang tinggi, sehingga tubuh tidak dapat mengimbangi peningkatan resistensi insulin.

Prevalensi diabetes melitus secara global pada tahun 2021 di antara penduduk berusia 20 hingga 79 tahun adalah 537 juta pasien. Tahun 2022 meningkat menjadi 540 juta pasien. Angka prevalensi diabetes melitus di Indonesia, yang didasarkan pada diagnosis dokter, menunjukkan bahwa 1,7% penduduk dari semua usia menderita penyakit tersebut. Indonesia berada di posisi kelima dunia pada tahun 2021 dengan 19,5 juta kasus diabetes melitus. Diperkirakan, jumlah ini akan menjadi 28,6 juta pada tahun 2045. Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2023 mencatat sebanyak 13.859 pasien diabetes melitus di Bali, yang terdiagnosis secara medis pada seluruh kelompok usia. Berdasarkan studi pendahuluan di Dinas Kesehatan Kota Denpasar, kasus pasien diabetes melitus di Denpasar tahun 2023 sebesar 1.093 pasien. Berdasarkan laporan dari 11 puskesmas yang berada di wilayah Kota Denpasar, pasien diabetes melitus tertinggi tahun 2023 berada di Puskesmas II Denpasar Barat dengan 113 pasien diabetes melitus.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, melibatkan 88 responden yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *self-compassion* dan kualitas hidup.

Hasil penelitian menunjukkan subjek penelitian berdasarkan lama menderita diabetes melitus tipe 2 dari 88 responden sebagian besar yaitu 7-12 bulan sejumlah

50 orang (56,8%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-compassion* pada pasien diabetes melitus tipe 2 dari 88 responden, diperoleh 48 orang (54,5%) memiliki *self-compassion* tinggi, 31 orang (35,2%) memiliki *self-compassion* sedang, dan 9 orang (10,2%) memiliki *self-compassion* rendah. Kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 dari 88 responden, diperoleh 54 orang (61,4%) memiliki kualitas hidup baik, 27 orang (30,7%) memiliki kualitas hidup cukup, dan 7 orang (8,0%) memiliki kualitas hidup kurang. Ada hubungan yang signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$) antara *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat. Diperoleh juga nilai koefisien korelasi (r) yaitu 0,618 maka dikatakan terdapat hubungan yang kuat dengan arah positif, yang artinya jika semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki maka kualitas hidup pasien juga semakin baik.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nyalah peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat"** dengan tepat waktu dan sesuai harapan.

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. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb., S.Kep., Ners., M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan menempuh program pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan, masukan, pengetahuan.
3. Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan yang telah memberikan bimbingan selama menempuh pendidikan di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
4. I Dewa Putu Gede Putra Yasa, S.Kp., M.Kep., Sp.MB, selaku pembimbing utama yang telah mengarahkan, memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. I Ketut Suardana, S.Kp., M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah mengarahkan, memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. UPTD Puskesmas II Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat, yang telah berkenan memberikan izin dalam melaksanakan studi pendahuluan dan membantu selama proses penelitian.
7. Semua dosen pengajar mata kuliah di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar yang memberikan ilmu yang bermanfaat dan dapat digunakan hingga tersusun skripsi ini.
8. I Made Sutama, S.Sos dan Ni Made Sukerni, selaku orang tua peneliti, serta Putu Arya Wiratama selaku kakak peneliti yang telah memberikan dorongan moral maupun material selama menyusun skripsi ini.
9. Sahabat dan teman peneliti yang telah memberikan masukan dan dukungan kepada peneliti.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi penelitian ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

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

Denpasar, 03 Juni 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL
LEMBAR PERSETUJUAN iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT v
ABSTRACT vi
ABSTRAK vii
RINGKASAN PENELITIAN viii
KATA PENGANTAR x
DAFTAR ISI xii
DAFTAR TABEL xv
DAFTAR GAMBAR xvi
DAFTAR LAMPIRAN xvii
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah Penelitian 5
C. Tujuan Penelitian 5
1. Tujuan Umum 5
2. Tujuan Khusus 5
D. Manfaat Penelitian 5
1. Manfaat teoritis 5
2. Manfaat praktis 6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA
A. Konsep Diabetes Melitus Tipe 2 7
1. Pengertian diabetes melitus tipe 2 7
2. Epidemiologi diabetes melitus tipe 2 8
3. Etiologi diabetes melitus tipe 2 8
4. Faktor risiko diabetes melitus tipe 2 9
5. Manifestasi klinis diabetes melitus tipe 2 10
6. Patofisiologi diabetes melitus tipe 2 10
7. Penatalaksanaan diabetes melitus tipe 2 11
8. Komplikasi diabetes melitus tipe 2 12
B. Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 15

1. Definisi kualitas hidup 15
2. Faktor yang mempengaruhi kualitas hidup diabetes melitus tipe 2 16
3. Domain QoL menurut WHOQOL-BREF 16
4. *Quality of Life* (*QoL*)/penilaian kualitas hidup 17
5. Pengukuran kualitas hidup 17
C. Konsep *Self-Compassion* 18
1. Konsep dasar *self-compassion* 18
2. Komponen *self-compassion* 18
3. Alat ukur *self-compassion* 20
D. Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 20
BAB III KERANGKA KONSEP
A. Kerangka Konsep 22
B. Variabel penelitian.....23
C. Definisi Operasional.....23
D. Hipotesis Penelitian.....24
BAB IV METODE PENELITIAN
A. Jenis Penelitian.....25
B. Alur Penelitian 26
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....27
1. Tempat penelitian 27
2. Waktu penelitian..... 27
D. Populasi dan Sampel Penelitian 27
1. Populasi penelitian 27
2. Sampel penelitian 27
3. Jumlah dan besar sampel..... 28
4. Teknik pengambilan sampel..... 29
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan 29
1. Jenis data yang dikumpulkan 29
2. Metode pengumpulan data 29
3. Instrument pengumpulan data 30
F. Pengolahan dan Analisis Data 31
1. Pengolahan data 31
2. Analisis data 33

G. Etika Penelitian 34
1. Prinsip manfaat..... 34
2. Prinsip menghargai hak asasi manusia (*respect human dignity*)..... 34
3. Prinsip keadilan (*right to justice*)..... 34
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. HASIL PEMBAHASAN.....35
1. Gambaran umum lokasi penelitian..... 35
2. Karakteristik subjek penelitian..... 36
3. Hasil analisis terhadap subjek penelitian berdasarkan variabel penelitian 39
4. Analisis hubungan *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat 40
B. Pembahasan.....41
1. *Self-compassion* pada pasien diabetes melitus tipe 2..... 41
2. Kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2..... 43
3. Hubungan *self-compassion* dengan kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat 45
C. Kelemahan Penelitian.....46
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN
A. Simpulan 47
B. Saran.....47
1. Bagi perawat..... 48
2. Bagi kepala puskesmas 48
DAFTAR PUSTAKA 49
LAMPIRAN..... 54

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat .. 24

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Usia Subjek Penelitian di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025 37

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Subjek Penelitian di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025 37

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Pendidikan Terakhir Subjek Penelitian di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025 37

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Pekerjaan Subjek Penelitian di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025 38

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Lama Menderita Diabetes Melitus Tipe 2 Subjek Penelitian di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025..... 38

Tabel 7 Distribusi *Self-Compassion* pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025..... 39

Tabel 8 Distribusi Kualitas Hidup pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025..... 40

Tabel 9 Analisis Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2025 .. 40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat.....22

Gambar 2. Rancangan Penelitian Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat.....25

Gambar 3. Alur Penelitian Hubungan *Self-Compassion* dengan Kualitas Hidup pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas II Denpasar Barat.....26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian 54

Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian 55

Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden 56

Lampiran 4 Lembar *Informed Consent* 57

Lampiran 5 Instrumen *Self-Compassion* 61

Lampiran 6 Instrumen Kualitas Hidup 66

Lampiran 7 *Master Table* Karakteristik Responden 70

Lampiran 8 *Master Table* Kuesioner *Self-Compassion* 74

Lampiran 9 *Master Table* Kuesioner Kualitas Hidup 78

Lampiran 10 Hasil Analisis Data 82

Lampiran 11 *Ethical Clearance* 85

Lampiran 12 Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian 86

Lampiran 13 Bukti Bimbingan 86

Lampiran 14 Bukti Penyelesaian Administrasi 87

Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian 89

Lampiran 16 Hasil Turnitin 90