

**EFEKTIVITAS *SELF-MANAGEMENT* TERHADAP
PENURUNAN KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS X SURABAYA**



FITRIYAH RAMADHANI NURDIN

2443020260

PROGRAM STUDI S1

FAKULTAS FARMASI

UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA

2024

**EFEKTIVITAS *SELF-MANAGEMENT* TERHADAP PENURUNAN
KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI
PUSKESMAS X SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Farmasi Program Studi Strata I di Fakultas Farmasi Universitas Katolik
Widya Mandala Surabaya

OLEH:

FITRIYAH RAMADHANI NURDIN

2443020260

Telah disetujui pada tanggal 09 Desember 2024 dan dinyatakan LULUS

Pembimbing I,



apt. Lucia Hendriati, S.Si., M.Sc.

NIK. 241.97.0282

Pembimbing II,



apt. Wahyu Surya Sukana, S.Farm.

NIP. 19830716 202321 1 001

Mengetahui,
Ketua Penguji



apt. Diga Albrian Setiadi, S.Farm., M.Farm.

NIK. 241.18.0995

**LEMBAR PERSETUJUAN
PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui skripsi/karya ilmiah saya, dengan judul: Efektivitas *Self-Management* terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas X Surabaya untuk dipublikasikan atau ditampilkan di internet atau media lain yaitu *Digital Library* Perpustakaan Unika Widya Mandala Surabaya untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan Undang-Undang Hak Cipta. Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 09 Desember 2024



Fitriyah Ramadhani Nurdin
2443020260

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil tugas akhir ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari diketahui bahwa skripsi ini merupakan hasil plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan atau pencabutan gelar yang saya peroleh.

Surabaya, 09 Desember 2024



Fitriyah Ramadhani Nurdin
2443020260

ABSTRAK

EFEKTIVITAS *SELF-MANAGEMENT* TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS X SURABAYA

FITRIYAH RAMADHANI NURDIN
2443020260

Diabetes melitus merupakan sekelompok penyakit metabolik yang melibatkan metabolisme karbohidrat, lipid, dan protein. Strategi *Self-Management* sangat berguna untuk pengobatan penyakit kronis seperti diabetes, dimana keadaan ini mengharuskan pasien bertanggung jawab untuk mengontrol pola hidupnya selama terapi berlangsung. Penerapan *Self-Management* pasien diabetes untuk mencegah terjadinya komplikasi dengan cara konsumsi makanan yang sehat, olahraga, pemantauan kadar gula darah, dan kepatuhan minum obat. Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas *Self-Management* terhadap penurunan kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas “X” Surabaya pada bulan April-Mei 2024. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian korelasional (korelasi). Penelitian ini menggunakan metode *cohort* dengan data primer berupa pengambilan sampel gula darah acak. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu limited sampling dengan total responden 31 orang. Terdapat 4 domain *Self-Management* dalam penelitian ini yaitu Manajemen Glukosa, Kontrol Diet (pola makan), Aktivitas Fisik, dan Kontrol Kesehatan. Terdapat korelasi antara *Self-Management* terhadap penurunan kadar gula darah menggunakan uji spearman rank korelasinya 0,609 dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$) yang artinya terdapat hubungan yang positif dan memiliki koefisien korelasi yang kuat. Interpretasi dari hasil korelasi tersebut artinya terdapat hubungan antara *Self-Management* terhadap penurunan kadar gula darah, yang mana hubungan ini menunjukkan bahwa jika responden melakukan *Self-Management* dengan baik maka akan berpengaruh terhadap penurunan kadar gula darah.

Kata kunci: Diabetes Melitus Tipe 2, *Self-Management*, Kadar Gula Darah.

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF *SELF-MANAGEMENT* ON REDUCING BLOOD SUGAR LEVELS IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS AT PUSKESMAS X SURABAYA

FITRIYAH RAMADHANI NURDIN
2443020260

Diabetes mellitus is a group of metabolic diseases involving carbohydrate, lipid, and protein metabolism. *Self-Management* strategies are very useful for the treatment of chronic diseases such as diabetes, where this condition requires patients to be responsible for controlling their lifestyle during therapy. The application of *Self-Management* of diabetes patients to prevent complications by consuming healthy foods, exercising, monitoring blood sugar levels, and adherence to taking medication. This study aims to see the effectiveness of *Self-Management* in reducing blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus. This study was conducted at the "X" Health Center, Surabaya in April-May 2024. This study is a quantitative study using a correlational research design. This study uses a cohort method with primary data in the form of random blood sugar sampling. The sampling technique used is limited sampling with a total of 31 respondents. There are 4 *Self-Management* domains in this study, namely Glucose Management, Diet Control (eating patterns), Physical Activity, and Health Control. There is a correlation between *Self-Management* and decreased blood sugar levels using the Spearman rank correlation test of 0.609 with a significant value of 0.000 ($p < 0.05$) which means there is a positive relationship and has a strong correlation coefficient. The interpretation of the correlation results means that there is a relationship between *Self-Management* and decreased blood sugar levels, which shows that if respondents do *Self-Management* well, it will affect the decrease in blood sugar levels.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus, *Self-Management*, Blood Sugar Levels.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa telah memberikan Rahmat karunia-Nya, sehingga skripsi dengan judul **“Efektivitas *Self-Management* Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas X Surabaya”** dapat terselesaikan. Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi persyaratan gelar Sarjana Farmasi di Fakultas Farmasi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Naskah skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik tidak lepas dari bantuan orang-orang disekitar penulis. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa atas berkatnya-Nya yang luar biasa, penyertaan dan anugerah-Nya kepada penulis sehingga penulis bisa menyelesaikan tugas akhir hingga selesai.
2. Ibu Ph.D. apt Sumi Wijaya, S.Si. selaku Rektor, Bapak Prof. Dr. apt. J.S. Ami Soewandi selaku Dekan Fakultas Farmasi, dan Bapak apt. Diga Albrian Setiadi, S.Farm., M.Farm. selaku Kepala Program Studi Strata 1 Fakultas Farmasi yang telah memberi kesempatan untuk menempuh pendidikan di Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
3. Ibu apt. Lucia Hendriati, S.Si., M.Sc., selaku dosen pembimbing 1 dan Bapak apt. Wahyu Surya Sukana S.Farm selaku dosen pembimbing 2 yang telah menyediakan waktu dan tenaga, serta dengan sabar membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak apt. Diga Albrian Setiadi, S.Farm., M.Farm. dan Ibu apt. Vania Denise Djunaidy, S.Farm., M.Farm.Klin. selaku dosen

penguji yang telah bersedia meluangkan waktu untuk menilai dan memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.

5. Ibu Dr. F. V. Lanny Hartanti, S.Si., M.Si. selaku dosen penasihat akademik yang telah membimbing saya dalam proses pembelajaran selama 4 tahun perkuliahan.
6. Seluruh dosen, staf laboratorium serta tata usaha Fakultas Farmasi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang telah memberikan banyak bantuan selama masa perkuliahan.
7. Kedua orang tua tersayang dan terhebat yang sangat berjasa dalam hidup penulis, ibu Salfiyah dan bapak Nurdin Abdullah. Terima kasih atas segala perjuangan, dukungan, doa yang tiada henti, motivasi dan nasihat kepada penulis hingga bisa berada di titik ini. Terima kasih karena telah menjadi penyemangat untuk bangkit dari setiap kegagalan dan kerasnya dunia. Sehat
8. Adik-adik terkasih dan tersayang Suryani Nurdin, Bayu Alifia Nurdin dan Hening Senja Purnama yang selalu ada di proses penulis menempuh pendidikan ini. Terima kasih atas kasih sayang yang berlimpah, dukungan serta doa kepada penulis.
9. Seluruh teman-teman seperjuangan di Fakultas Farmasi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2020 menemani selama masa perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian naskah skripsi ini.

Dengan keterbatasan pengalaman, pengetahuan, maupun pustaka yang ditinjau, saya menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan naskah skripsi ini, saya sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak agar naskah skripsi ini dapat disempurnakan. Akhir kata, semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi kepentingan masyarakat.

Surabaya, 09 Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Tinjauan tentang Diabetes Melitus	6
2.1.1 Pengertian Diabetes	6
2.1.2 Manifestasi Klinis	7
2.1.3 Faktor Risiko.....	7
2.1.4 Diagnosis	8
2.1.5 Pencegahan	9
2.1.6 Penatalaksanaan	10
2.1.7 Terapi Farmakologi.....	11
2.1.8 Terapi Non Farmakologi.....	15
2.1.9 Monitoring	16
2.2 <i>Self-Management</i>	18
2.2.1 Definisi <i>Self-Management</i>	18

2.2.2	Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Management</i>	19
2.2.3	Pengukuran	21
2.3	Puskesmas	25
2.3.1	Defenisi Puskesmas	25
2.3.2	Tugas dan Fungsi Puskesmas	25
2.4	Kerangka Konseptual	26
BAB 3. METODE PENELITIAN		27
3.1	Rancangan Penelitian	27
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian	27
3.3	Populasi dan Sampel	27
3.3.1	Populasi	27
3.3.2	Sampel	27
3.3.3	Besaran Sampel	28
3.4	Variabel	29
3.4.1	Variabel Dependen	29
3.4.2	Variabel Independen	29
3.5	Definisi Operasional	29
3.6	Prosedur Pengumpulan Data	29
3.6.1	Instrumen Pengumpulan Data	29
3.6.2	Metode Pengumpulan Data	30
3.6.3	Pendampingan Pasien	30
3.6.4	Pengukuran Kuantitatif	30
3.7	Analisis Data	30
3.8	Kerangka Operasional	32
3.9	Alur Penelitian	33
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN		34
4.1	Karakteristik Responden	34

4.1.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	34
4.1.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	35
4.2	<i>Self-Management</i>	36
4.2.1	Evaluasi <i>Self-Management</i> Responden.....	36
4.3	Kadar Gula Darah	43
4.4	Penilaian <i>Self-Management</i>	45
4.5	Hasil Olah Data Korelasi	46
4.5.1	<i>Self-Management</i> dan Kadar Gula darah	46
BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN		48
5.1	Kesimpulan	48
5.2	Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....		50
LAMPIRAN		55

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Konverensi Glukosa Darah Rerata ke Perkiraan HbA1c.....	17
Tabel 2.2 Diabetes Self-Care Management Quesstionaire (DSMQ).....	21
Tabel 2.3 Kuesioner DSMQ yang Sudah Diterjemahkan dan Validasi.....	23
Tabel 3.1 Interpretasi terhadap Koefisien Korelasi	31
Tabel 4.1 Distribusi Jenis Kelamin Responden	35
Tabel 4.2 Distribusi Umur Responden	36
Tabel 4.3 Evaluasi Manajemen Glukosa Responden.....	38
Tabel 4.4 Evaluasi Kontrol Diet	40
Tabel 4.5 Evaluasi Aktivitas Fisik.....	42
Tabel 4.6 Evaluasi Kontrol Kesehatan	43
Tabel 4.7 Data Kadar Gula Darah	44
Tabel 4.8 Penilaian <i>Self-Management</i>	46

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	26
Gambar 3.1 Kerangka Operasional.....	32
Gambar 3.2 Alur Penelitian.	33

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
LAMPIRAN A	55
LAMPIRAN B	56
LAMPIRAN C	58
LAMPIRAN D	59
LAMPIRAN E	60
LAMPIRAN F	62
LAMPIRAN G	63
LAMPIRAN H	64
LAMPIRAN I	65
LAMPIRAN J	66