

SKRIPSI
HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP
PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu Kabupaten Ponorogo



Oleh:

NABELLA SYIFA ELVARETA

NIM 24632650

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

SKRIPSI

**HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP
PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2**

Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu Kabupaten Ponorogo

SKRIPSI

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh:

NABELLA SYIFA ELVARETA

NIM 24632650

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2026

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP

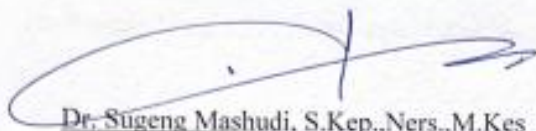
PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu Kabupaten Ponorogo

Ujian Skripsi ini telah disetujui pada tanggal : 6 Februari 2026

Oleh :

Pembimbing I



Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep., Ners., M.Kes

NIDN. 0731038002

Pembimbing II



Dr. Sri Susanti, M.A

NIDN. 0727096901

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0714127901

SURAT PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

SURAT PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Ujian skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo Pada Tanggal : 6 Februari 2026

Ketua : **PANITIA PENGUJI**
Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Ph.D

Anggota :

1. Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep.,Ners.,M.Kes
2. Dr. Sri Susanti M.A

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns.,M.Kep
NIDN0714127901

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun

Ponorogo, 6 Februari 2026
Yang Menyatakan




Nama : Nabelia Syifa Elvareta
NIM : 24632650

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan *Self-Management* dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2”** tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis telah banyak mendapatkan bantuan moril maupun materil dari berbagai pihak, maka dari itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Rido Kurnianto., M.Ag, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns.,M.Kep., selaku Pejabat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan ijin dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
3. Siti Munawaroh, S.Kep.,Ners.,M.Kep, selaku Ketua Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo
4. Sufarchan SKM., M.MKes, selaku Kepala Puskesmas Ngrandu yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di Puskesmas Ngrandu, Kabupaten Ponorogo
5. Dr. Sugeng Mashudi, S.Kep.,Ners.,M.Kes, selaku Pembimbing 1 yang telah banyak meluangkan waktu, memberi motivasi, dan inspirasi hingga terselesaikan skripsi ini.

6. Dr. Sri Susanti, M.A, selaku Pembimbing 2 yang telah banyak meluangkan waktu, memberi motivasi, dan inspirasi hingga terselesaikan skripsi ini.
7. Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang sudah menyediakan sumber-sumber yang saya butuhkan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Orang tua yang tanpa lelah memberikan doa, dorongan dan semangat sehingga penulis sanggup menyelesaikan skripsi ini.
9. Sahabat dan teman-teman seperjuangan serta semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dalam penyusunan skripsi ini.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran untuk perbaikan yang sifatnya membangun. Akhirnya penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca pada umumnya

Ponorogo, 6 Februari 2026

Penulis,



Nabella Swifa Elvareta

NIM : 24632650

ABSTRAK

HUBUNGAN *SELF-MANAGEMENT* DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2

Di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu Kabupaten Ponorogo

Nabella Syifa Elvareta

Diabetes mellitus tipe 2 (DMT2) merupakan penyakit kronis degeneratif dengan prevalensi yang terus meningkat di Indonesia, sehingga memerlukan pengelolaan mandiri yang optimal guna mempertahankan dan meningkatkan kualitas hidup penderita. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat self-management dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Ngrandu, Kabupaten Ponorogo. Penelitian menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel terdiri atas 65 responden yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu terdiagnosis DMT2 minimal satu tahun, kooperatif, serta mampu membaca dan menulis, dipilih melalui teknik purposive sampling. Instrumen pengumpulan data meliputi *Diabetes Self-Management Questionnaire* (DSMQ) untuk mengukur *self-management* dan *Diabetes Quality of Life* (DQOL) versi modifikasi untuk mengukur kualitas hidup. Analisis bivariat dilakukan dengan uji korelasi *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki *self-management* pada kategori baik (55,4%) dan kualitas hidup pada kategori baik (66,2%). Terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-management* dan kualitas hidup ($r = 0,664$; $p = 0,010$; $\alpha < 0,05$). Semakin tinggi tingkat self-management, semakin baik kualitas hidup yang dilaporkan pasien. Temuan ini konsisten dengan Teori *Self-Care Deficit Nursing Theory Dorothea Orem* dan menggaris bawahi urgensi penguatan program *Diabetes Self-Management Education* (DSME) di fasilitas kesehatan primer untuk meningkatkan kemampuan self-management serta kualitas hidup pasien DMT2 secara berkelanjutan.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus Tipe 2, *Self-Management*, Kualitas Hidup

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-MANAGEMENT AND QUALITY OF LIFE

IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS

*In the Working Area of the Ngrandu Community Health Center, Ponorogo
Regency*

Nabella Syifa Elvareta

Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a chronic degenerative disease with an increasing prevalence in Indonesia, requiring optimal self-management to maintain and improve the quality of life of patients. This study aims to analyze the relationship between the level of self-management and quality of life in patients with type 2 diabetes mellitus in the working area of the Ngrandu Community Health Center, Ponorogo Regency. The study used a quantitative analytical design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 65 respondents who met the inclusion criteria, namely having been diagnosed with T2DM for at least one year, being cooperative, and being able to read and write, selected through purposive sampling. Data collection instruments included the Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ) to measure self-management and the modified Diabetes Quality of Life (DQOL) to measure quality of life. Bivariate analysis was performed using Spearman's rank correlation test. The results showed that the majority of respondents had good self-management (55.4%) and good quality of life (66.2%). There was a significant positive relationship between self-management and quality of life ($r = 0.664$; $p = 0.010$; $\alpha < 0.05$). The higher the level of self-management, the better the quality of life reported by patients. These findings are consistent with Dorothea Orem's Self-Care Deficit Nursing Theory and underscore the urgency of strengthening the Diabetes Self-Management Education program.

Keywords: *Type 2 Diabetes Mellitus, Self-Management, Quality of Life*

DAFTAR ISI

Halaman Persetujuan Pembimbing	i
Surat Penetapan Panitia Penguji Skripsi	ii
Surat Pernyataan.....	iii
Kata Pengantar	iv
Abstrak	vi
Daftar Isi.....	viii
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar.....	xi
Daftar Lampiran	xii
Daftar Singkatan.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	7
1.3.1 Tujuan Umum.....	7
1.3.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis.....	8
1.5 Keaslian Penelitian.....	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	14
2.1 Konsep Diabetes Mellitus Tipe 2	14
2.1.1 Definisi Diabetes Mellitus Tipe 2	14
2.1.2 Patofisiologi Diabetes Mellitus	15
2.1.3 Faktor Risiko	17
2.1.4 Komplikasi Diabetes Mellitus Tipe 2.....	20
2.1.5 Penatalaksanaan Diabetes Mellitus Tipe 2	23
2.2 Konsep Self-Management	29
2.2.1 Definisi <i>Self-Management</i>	29
2.2.2 Tujuan <i>Self-Management</i>	30
2.2.3 Kegiatan <i>Self-Management</i>	31

2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Self-Management</i>	32
2.2.5 Alat Ukur <i>Self-Management</i>	34
2.2.6 Teori <i>Self-Care Orem</i>	35
2.3 Konsep Kualitas Hidup	37
2.3.1 Definisi Kualitas Hidup.....	37
2.3.2 Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus.....	38
2.3.3 Alat Ukur Kualitas Hidup	42
2.4 Kerangka Teori.....	44
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	45
3.1 Kerangka Konsep	45
3.2 Hipotesis.....	46
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	47
4.1 Desain Penelitian.....	47
4.2 Kerangka Operasional.....	48
4.3 Populasi, Sampel, dan Sampling	49
4.4 Variabel Penelitian	51
4.5 Definisi Operasional.....	52
4.6 Instrumen Penelitian.....	53
4.7 Uji Validitas dan Reabilitas.....	55
4.8 Lokasi dan Waktu Penelitian	56
4.9 Prosedur pengambilan data dan Analisa data.....	57
4.10Etika penelitian.....	61
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	63
5.1 Hasil Penelitian	63
5.2 Pembahasan.....	68
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	77
6.1 Kesimpulan.....	77
6.2 Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	88

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Aktivitas fisik atau pekerjaan.....	26
Tabel 4.1	Definisi operasional Hubungan <i>Self-Management</i> dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu.....	52
Tabel 4.2	Kriteria Presentase	60
Tabel 5.1	Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu pada tanggal 11-17 September 2025.....	63
Tabel 5.2	Karakteristik responden berdasarkan usia pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu pada tanggal 11-17 September 2025.....	64
Tabel 5.3	Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu pada tanggal 11-17 September 2025.....	64
Tabel 5.4	Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu pada tanggal 11-17 September 2025.....	65
Tabel 5.5	Karakteristik responden berdasarkan lama menderita pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu pada tanggal 11-17 September 2025.....	65
Tabel 5.6	Distribusi frekuensi <i>Self-Management</i> pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu pada tanggal 11-17 September 2025.....	66
Tabel 5.7	Distribusi frekuensi kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu pada tanggal 11-17 September 2025.....	66
Tabel 5.8	Menganalisa hubungan dan tabulasi silang <i>Self-Management</i> dengan kualitas hidup pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Ngrandu pada tanggal 11-17 September 2025.....	67

DAFTAR GAMBAR

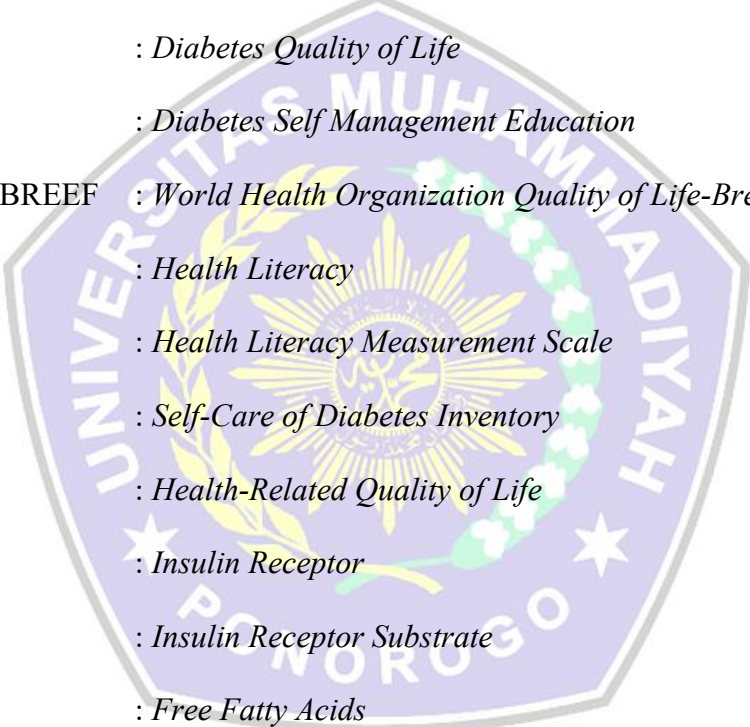
Gambar 2.1 Teori Self Care Orem (Alligood, 2017).	36
Gambar 3.1 Kerangka Teori Hubungan <i>Self-Management</i> dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2	44
Gambar 3.2 Kerangka Teori Hubungan <i>Self-Management</i> dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2	45



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Pengambilan Data Awal	88
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	89
Lampiran 3 Surat Dinas Kesehatan Ponorogo	90
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian Puskesmas	91
Lampiran 5 Penjelasan Penelitian	92
Lampiran 6 Informed Consent	93
Lampiran 7 Kuesioner DMSQ Self-Management.....	96
Lampiran 8 Kuesioner Kualitas Hidup DQOL	98
Lampiran 9 Row Data	100
Lampiran 10 Karakteristik Data Responden	102
Lampiran 11 Data Uji Statistik	103
Lampiran 12 Dokumentasi	104
Lampiran 13 Plagiasi.....	105
Lampiran 14 Logbook Bimbingan.....	106

DAFTAR SINGKATAN



DMT2	: Diabetes Mellitus Tipe 2
DM	: Diabetes Mellitus
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
FKTP	: Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama
UPT	: Unit Pelaksanaan Teknis
DSMQ	: <i>Diabetes Self Management Questionnaire</i>
DQOL	: <i>Diabetes Quality of Life</i>
DSME	: <i>Diabetes Self Management Education</i>
WHOQOL-BREEF	: <i>World Health Organization Quality of Life-Breef</i>
HL	: <i>Health Literacy</i>
HeLMS	: <i>Health Literacy Measurement Scale</i>
SDSCA	: <i>Self-Care of Diabetes Inventory</i>
HRQOL	: <i>Health-Related Quality of Life</i>
IR	: <i>Insulin Receptor</i>
IRS	: <i>Insulin Receptor Substrate</i>
FFA	: <i>Free Fatty Acids</i>
HLA	: <i>Human Leukocyte Antigen</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh