

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELITUS

SKRIPSI

**Di ajukan sebagai salah satu syarat
untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan**



Disusun Oleh:

NAMA : Ratna Kusuma Wardani

NIM : J 210.160.024

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan
bahwa skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELITUS

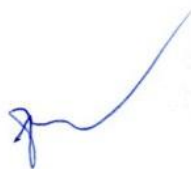
Diajukan Oleh :

RATNA KUSUMA WARDANI

J 210 160 024

Telah Memenuhi Syarat dan Disetujui untuk Mengikuti Ujian Skripsi
Program Pendidikan Sarjana Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Oleh:



Dr. Fahrur Nur Rosyid, S.Kep.,Ns.,M.Kes

Tanggal : 11 Maret 2020

PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul:

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPATUHAN DIET PASIEN
DIABETES MELITUS**

Oleh :

RATNA KUSUMA WARDANI

J 210 160 024

**Dipertahankan di hadapan Tim Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal : 17 April 2020**

Pembimbing

**Dr. Fahrur Nur Rosyid, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP.197510092005011001**

Penguji :

1. Dr. Fahrur Nur Rosyid, S.Kep.,Ns.,M.Kes (.....)
2. Kartinah, S.Kep.,M.P.H (.....)
3. Sulastri, S.Kp.,M.Kes (.....)

**Menyetujui,
Kaprosdi Keperawatan**

**Arum Pratiwi, S.Kp.,M.Kes.,Ph.D
NIK.660**

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta**

**Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes
NIK.786**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ratna Kusuma Wardani

NIM : J210160024

Program Studi : S1 Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Judul Skripsi : **Hubungan Tingkat Stres Dengan Kepatuhan Diet Pasien
Diabetes Melitus**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya buat dan serahkan ini adalah hasil penelitian saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari karya orang lain yang semuanya telah saya cantumkan sumbernya. Apabila dikemudian hari terbukti ada ketidakbenaran dalam skripsi ini, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Surakarta, Maret 2020

Penulis



(Ratna Kusuma Wardani)

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ratna Kusuma Wardani

NIM : J210160024

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : **Hubungan Tingkat Stres Dengan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus**

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini saya susun dengan bebas dari Plagiarisme sesuai dengan peraturan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Apabila dikemudian hari saya terbukti menyatakan tindakan Plagiarisme, maka saya bersedia untuk bertanggung jawab sepenuhnya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta,
Yang membuat pernyataan



(Ratna Kusuma Wardani)

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ratna Kusuma Wardani

NIM : J210160024

Program Studi : S1 Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELITUS

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta

Pada Tanggal : Maret 2020

Yang Menyatakan



(Ratna Kusuma Wardani)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat-Nya kepada saya dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya, Bapak Giyarto dan Ibu Partiani yang selalu mendukung saya dalam hal material, moral, dan spiritual, memotivasi semangat saya dan selalu memanjatkan doa untuk kesuksesan saya dari awal hingga akhir skripsi ini dibuat.
2. Dosen pembimbing Bapak Dr. Fahrur Nur Rosyid, S.Kep., Ns., M.Kes, yang telah membimbing, mengarahkan dan memotivasi saya dalam proses penyusunan skripsi ini.
3. Kakak saya DitaApriliya Helmy dan suaminya Fajar Haryanto serta keponakan saya Ozil Abiyan Bahran yang telah memberi semangat, doa, serta dukungan positif kepada saya.
4. Semua teman-teman satu bimbingan skripsi yang telah memberi dukungan dan semangat kepada saya dalam melakukan penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh teman-teman S1 Keperawatan Angkatan 2016 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu dan rasa kekeluargaan yang telah diberikan, yang memotivasi saya dalam melakukan penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang berperan dalam membantu saya untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

MOTTO

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain.

Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap”

(QS. Al-Insyirah 94 : 6-8)

“You’re what you believe yourself to be.

Love yourself, feel the love, and do whatever that makes your soul lives in peace.

*Always **think positively** to yourself **because thoughts become things**”.*

(Penulis)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah S.W.T atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang menjadi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan di Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Peneliti menyadari banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak dalam penyelesaian proposal ini. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. Dr. Sofyan Arif, M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Dr. Mutalazimah, S.KM., M.Kes selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memfasilitasi untuk terlaksananya program S1 Keperawatan.
3. Dr. Fahrur Nur Rosyid, S.Kep, Ns, M.Kes. selaku dosen pembimbing skripsi saya yang telah meluangkan waktu, tenaga dan ilmunya untuk mengarahkan saya dalam pembuatan skripsi ini.
4. Arina Maliya, M.Si Med selaku pembimbing akademik yang telah banyak membantu.
5. Para dosen FIK Jurusan Keperawatan yang telah memberikan ilmu dan wawasannya.
6. Orangtua yang senantiasa mendukung saya dalam segala hal terutama dalam bidang akademik, dan memberikan dukungan doa maupun materil.
7. Teman-teman seperjuangan yang selalu mendukung, memberi doa, semangat dan bantuan.
8. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, karena telah membantu dalam penyusunan seminar ini baik langsung maupun tak langsung.

Surakarta, 11 Maret 2020

Ratna Kusuma Wardani

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELITUS

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan ketidaknormalan kadar gula darah yang akan menimbulkan komplikasi jangka pendek maupun jangka panjang jika tidak dikelola dengan baik. Banyak pasien DM yang mengalami stres sehingga tidak patuh diet. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan tingkat stres dengan kepatuhan diet pasien DM. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah 93 pasien DM. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuisioner. Hasil penelitian didapatkan sebanyak 55 responden (59,1%) stres sedang, 38 responden (40,9%) stres ringan, sedangkan untuk kepatuhan diet sebanyak 48 responden (41,6%) tidak patuh diet dan 45 responden (48,4%) patuh diet. Hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *Chi-Square*, diperoleh nilai $p = 0,005$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kepatuhan diet pasien DM.

Kata kunci : Diabetes melitus, tingkat stres, kepatuhan diet

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease characterized by abnormal blood sugar levels that will cause short-term and long-term complications if not managed properly. Many DM patients experience stress so they don't obey their diet. The purpose of this study was to determine the relation of stress levels with diet compliance of DM patients. This type of research is observational analytic using cross-sectional approach. The sample in this study was 93 DM patients. The sampling technique uses purposive sampling. Data was collected using questionnaires. The results showed that 55 respondents (59.1%) had moderate stress, 38 respondents (40.9%) had mild stress. Moreover, there was 48 respondents (41.6%) did not obey to the diet and 45 respondents (48.4%) obey to the diet. The results of bivariate analysis using the Chi-Square test showed the significance value obtained was $p = 0.005$ ($p < 0.05$) which indicates that there is a relation between stress levels and diet compliance of DM patients.

Keywords: Diabetes mellitus, stress level, diet compliance

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
LEMBAR PERSEMBAHAN	vii
MOTTO.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	7
B. Kerangka Teori.....	27
C. Kerangka Konsep	28
D. Pertanyaan Penelitian	28
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	29
B. Waktu dan Tempat Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian	29
D. Variabel Penelitian	31

E. Definisi Operasional	31
F. Instrumen Penelitian.....	32
G. Uji Validitas dan Reliabilitas	32
H. Pengolahan Data.....	33
I. Analisa Data	33
J. Etika Penelitian	34
K. Jalannya Penelitian.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Lokasi Penelitian	37
B. Hasil Penelitian	37
1. Karakteristik Responden.....	37
2. Analisis Univariat	37
3. Analisis Bivariat	39
C. Pembahasan.....	39
D. Keterbatasan Penelitian	46
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	47
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1. Kerangka Teori	28
Gambar 2. 2. Kerangka Konsep.....	29

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Daftar Sumber Karbohidrat.....	23
Tabel 2.2 Daftar Protein Hewani	24
Tabel 2.3Daftar Protein Nabati	24
Tabel 2.4Golongan Buah-Buahan A	26
Tabel 2.5Golongan Buah-Buahan B	27
Tabel 3.1 Definisi Operasional	32
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuisioner Tingkat Stres.....	33
Tabel 3.3Kisi-Kisi Kuisioner Kepatuhan Diet	33
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	38
Tabel 4.2 Gambaran Tingkat Stres Penderita DM	39
Tabel 4.3 Gambaran Kepatuhan Diet Penderita DM	39
Tabel 4.4 Hubungan Tingkat Stres Dengan Kepatuhan Diet	40

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 : Kuesioner Penelitian
- Lampiran 4 : Hasil Olah Data SPSS
- Lampiran 5 : Dokumentasi Penelitian