

**GAMBARAN PERILAKU *SELF-CARE* PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS ROWOSARI SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Skripsi



Disusun Oleh:

KHARISMA PRADIPTA NARESWARI

22020122130098

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, 2026

**GAMBARAN PERILAKU *SELF-CARE* PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS ROWOSARI SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Skripsi



Disusun Oleh:

KHARISMA PRADIPTA NARESWARI

22020122130098

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :

**GAMBARAN PERILAKU *SELF-CARE* PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ROWOSARI
SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Kharisma Pradipta Nareswari

NIM : 22020122130098

Telah disetujui sebagai usulan penelitian dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk direview

Pembimbing,

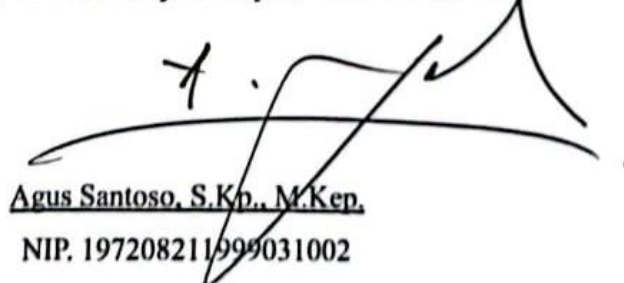


Ns. Ryka Widyaningtyas, S.Kep., M.Sc.

NIP. 199602082024062002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**GAMBARAN PERILAKU SELF-CARE PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ROWOSARI
SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Kharisma Pradipta Nareswari

NIM : 22020122130098

Telah diuji pada 05 Maret 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



Ns. Sri Padma Sari, S.Kep., MNS.Ph.D

NIP.198405062008122003

Anggota Penguji,



Ns. Apri Nur Wulandari, S.Kep., M.Kep.

NIP.199004102024062002

Pembimbing,



Ns. Ryka Widyaningtyas, S.Kep., M.Sc

NIP.199602082024062002

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP



Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns.Sp.Kep.Mat., M.Kep

NIP.197708302001122001

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Kharisma Pradipta Nareswari
NIM : 22020122130098
Fakultas/Departemen : Kedokteran/Ilmu Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Gambaran Perilaku *Self-Care* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalihkan, mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 13 Maret 2026

Yang menyatakan



Kharisma Pradipta Nareswari

NIM. 22020122130098

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Kharisma Pradipta Nareswari

Tempat/Tanggal Lahir : Kulon Progo, 25 Juli 2004

Email : kharismapradipta16@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Perilaku *Self-Care* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 16% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 13 Maret 2026

Yang menyatakan



Kharisma Pradipta Nareswari

NIM. 22020122130098

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa saya panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Perilaku *Self-care* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang” dengan baik sebagai salah satu syarat menyelesaikan studi di Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karenanya, penulis mengucapkan terima kasih kepada Ns. Ryka Widyaningtyas, S.Kep., M.Sc. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan yang sangat bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala bentuk saran, masukan dan kritik yang membangun. Semoga penulisan skripsi ini dapat memberikan banyak manfaat bagi pembaca, peneliti selanjutnya, dan seluruh pihak yang berkepentingan.

Semarang, 6 November 2025



Kharisma Pradipta Nareswari

UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai pihak yang telah tulus memberikan bantuan, bimbingan, dukungan, serta doa. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT yang selalu memberikan rahmat dan hidayah kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Ns. Ryka Widyaningtyas, S.Kep., M.Sc selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan ilmu, waktu, saran, bimbingan, motivasi, dan tenaga yang sangat berharga dalam proses penyusunan skripsi ini dari awal hingga selesai.
3. Ns. Sri Padma Sari, S.Kep., MNS.Ph.D dan Ns. Apri Nur Wulandari, S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukan yang sangat berarti guna kemajuan skripsi ini.
4. Yang tercinta, kedua orang tua penulis dan seluruh keluarga yang telah banyak memberikan kasih sayang dan dukungan, baik secara material, verbal, maupun spiritual melalui kerja keras di setiap harinya sehingga penulis dapat bertahan dan menyelesaikan skripsi ini dengan mental yang kuat.
5. Semua sahabat dan rekan bimbingan penulis yang telah menemani setiap perjalanan hidup selama kuliah dan memberikan pengalaman yang mengesankan.
6. Seluruh pihak yang membantu penulis dalam proses penyusunan skripsi ini.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	iv
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	viii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I	1
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	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Bagi Instansi.....	8
1.4.2 Bagi Bidang Keperawatan.....	8
1.4.3 Bagi Pasien dan Keluarga Pasien.....	8
1.4.4 Bagi Peneliti	8
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2	9
2.1.1 Definisi DMT2	9
2.1.2 Level Glukosa Darah.....	10

2.1.3	Tanda gejala DMT2	11
2.1.4	Patofisiologi DMT2	12
2.1.5	Pathway DMT2	13
2.1.6	Faktor risiko DMT2	14
2.1.7	Komplikasi DMT2	16
2.1.8	5 Pilar Penatalaksanaan DMT2	16
2.1.9	Dampak DMT2	20
2.2	<i>Self-Care</i> (Perawatan Diri)	22
2.2.1	Definisi <i>Self-Care</i>	22
2.2.2	Komponen Perilaku <i>Self-care</i>	22
2.2.3	Faktor yang mempengaruhi Perilaku <i>Self-care</i>	24
2.2.4	Pengukuran <i>Self-care</i>	28
2.2.5	Teori <i>Self-care</i>	30
2.3	Gambaran <i>Self-care</i> pada Pasien DMT2	32
2.4	Kerangka teori	34
BAB III		35
METODE PENELITIAN		35
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian	35
3.1.1	Jenis Penelitian	35
3.1.2	Rancangan Penelitian	35
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian	36
3.2.1	Populasi Penelitian	36
3.2.2	Sampel Penelitian	36
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian	38
3.3.1	Tempat Penelitian	38
3.3.2	Waktu penelitian	38
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	39
3.4.1	Variabel penelitian	39
3.4.2	Definisi Operasional dan Skala Pengukuran	39
3.5	Instrumen Penelitian	43
3.6	Uji Validitas dan Reliabilitas	45
3.7	Teknik Pengumpulan data	46

3.8	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	47
3.8.1	Teknik Pengolahan Data	47
3.8.2	Analisis Data	50
3.9	Etika Penelitian.....	51
BAB IV		54
HASIL PENELITIAN.....		54
4.1	Analisis Univariat.....	54
4.1.1	Karakteristik Responden	54
4.1.2	Tingkat Perilaku <i>Self-Care</i> Responden.....	56
BAB V.....		60
PEMBAHASAN		60
5.1	Analisis Univariat.....	60
5.1.1	Karakteristik Responden	60
5.1.2	Gambaran Perilaku <i>Self-Care</i> pada Pasien DMT2.....	65
5.1.3	Keterbatasan Penelitian.....	74
BAB VI		75
SIMPULAN DAN SARAN		75
6.1	Simpulan.....	75
6.2	Saran	76
DAFTAR PUSTAKA		77
LAMPIRAN.....		xcii

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.	Parameter Kadar Gula Darah	11
2.	Definisi Operasional	41
3.	Kisi-kisi Instrumen Perilaku Self-Care	46
4.	Koding Kategori Variabel Penelitian	49
5.	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari semarang (n=289)	54
6.	Distribusi Frekuensi Tingkat Perilaku <i>Self-Care</i> Pasien DMT2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari semarang (n=289)	56
7.	Distribusi Frekuensi Pola Makan (Diet) Pasien DMT2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari semarang (n=289)	57
8.	Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Pasien DMT2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari semarang (n=289)	57
9.	Distribusi Frekuensi Pemeriksaan Gula Darah Pasien DMT2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari semarang (n=289)	58
10.	Distribusi Frekuensi Perawatan Kaki Pasien DMT2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari semarang (n=289)	58
11.	Distribusi Frekuensi Pengobatan Pasien DMT2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari semarang (n=289)	59
12.	Distribusi Frekuensi Status Merokok Pasien DMT2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari semarang (n=289)	59

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1.	Pathway Diabetes Melitus Tipe 2	13
2.	Kerangka Teori	34

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	<i>Ethical Clearance</i>	xcii
2.	Instrumen Penelitian	xciii
3.	Perizinan Menggunakan Instrumen Penelitian	xcviii
4.	Lembar Konsultasi	xcix
5.	Logbook Bimbingan	cii
6.	Hasil Data Karakteristik Responden dan Variabel	cvii
7.	Hasil Uji Turnitin	cxiv

DAFTAR SINGKATAN

DM: Diabetes Melitus

DMT2: Diabetes Melitus Tipe 2

WHO: *World Health Organization*

ADA: *American Diabetes Association*

IDF: *International Diabetes Federation*

GDS: Gula Darah Sewaktu

GDP: Gula Darah Puasa

OGTT: *Oral Glucose Tolerance Test*

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Februari, 2026

ABSTRAK

Kharisma Pradipta Nareswari

Gambaran Perilaku *Self-care* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang

Xiv + 74 Halaman + 12 Tabel + 2 Gambar + 6 Lampiran

Latar belakang: Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) merupakan penyakit kronis dengan prevalensi yang terus meningkat dan memerlukan pengelolaan berkelanjutan. *Self-care* menjadi rangkaian pengelolaan DMT2 yang krusial untuk menjaga kestabilan glukosa darah dan mencegah terjadinya komplikasi. Puskesmas sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama berperan dalam mendukung praktik *self-care* pada pasien DMT2. Penelitian terkait gambaran perilaku *self-care* pada pasien DMT2 di fasilitas kesehatan primer diperlukan untuk mengidentifikasi tingkat perilaku *self-care* pada pasien DMT2 di wilayah tersebut. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perilaku *self-care* pada pasien DMT2 di wilayah kerja Puskesmas Rowosari Semarang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian adalah pasien DMT2 dengan total 289 responden yang ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*. Rentang waktu pelaksanaan pada bulan November – Desember 2025 di wilayah Puskesmas Rowosari Semarang. Instrumen penelitian menggunakan *Summary of Diabetes Self-Care Activities* (SDSCA) yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dengan menyajikan tabel distribusi frekuensi. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki perilaku *self-care* kategori cukup (79,2%) dengan beberapa domain belum terlaksana secara optimal. Pada domain diet, pengobatan dan status merokok menunjukkan hasil perilaku yang baik dengan persentase 57,4%, 81%, dan 89,6%. Sementara itu, domain aktivitas fisik didominasi kategori cukup (40,8%), domain tes gula darah dan perawatan kaki masih tergolong kurang sebesar (93,8%) dan (49,5%). **Kesimpulan:** Mayoritas pasien DMT2 memiliki perilaku *self-care* yang cukup dalam mengelola DMT2 meskipun terdapat keterbatasan dalam mencapai perilaku *self-care* yang optimal di beberapa domain. Peran perawat diperlukan dengan memberikan intervensi atau edukasi agar kemampuan pasien dalam melakukan *self-care* pada domain terkait dapat meningkat.

Kata kunci: DMT2; *Self-Care*; Manajemen DM

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
February, 2026

ABSTRACT

Kharisma Pradipta Nareswari

**Description of Self-Care Behaviors Among Type 2 Diabetes Mellitus Patients
at Rowosari Semarang Community Health Center**

Xiv + 74 pages + 12 Tables + 2 Pictures + 6 Appendices

Background: Type 2 diabetes mellitus (T2DM) is a chronic disease with an increasing prevalence that requires long-term management. Self-care is a crucial part of T2DM management to maintain blood glucose stability and prevent complications. Community health care facilities, as primary health care providers, play a role in supporting self-care practices among T2DM patients. Research on self-care behavior among T2DM patients in primary health facilities is needed to identify the level of self-care behavior in that region. **Purpose:** This study aims to describe self-care behavior among T2DM patients in the working area of the Rowosari Community Health Center in Semarang. **Methods:** This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The research sample consisted of T2M patients with a total of 289 respondents determined using purposive sampling. The study was conducted from November to December 2025 in the Rowosari Community Health Center. The research instrument used the Summary of Diabetes Self-Care Activities (SDSCA), which is valid and reliable. Data analysis was performed using univariate methods, with frequency distributions presented. **Results:** The results showed that the majority of respondents have moderate self-care behavior (79,2%), with several domains still not optimally implemented. In the domains of diet, medication, and smoking status, the results showed good behavior, with percentages of 57,4%, 81%, and 89,6%, respectively. Meanwhile, physical activity is dominated by the moderate category (40,8%), while blood sugar testing (93,8%) and foot care (49,5%) are still classified as poor behavior. **Conclusion:** The majority of T2DM patients exhibit moderate self-care behaviors, although achieving good self-care behaviors across several domains remains limited. Nurses play an important role in providing interventions or education so that the patient's ability to perform self-care in the related domain can improve

Keywords: T2DM; Self-Care; DM Management