

**GAMBARAN HAMBATAN *SELF-MANAGEMENT* PASIEN
DIABETES MELITUS: *LITERATURE REVIEW***

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

DEWI SULFA MAYASARI

NIM 22020119140192

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, MEI 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

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

GAMBARAN HAMBATAN *SELF-MANAGEMENT* PASIEN DIABETES MELITUS: *LITERATURE REVIEW*

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Dewi Sulfa Mayasari

NIM : 22020119140192

Telah disetujui sebagai **Laporan** penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk direview

Pembimbing,

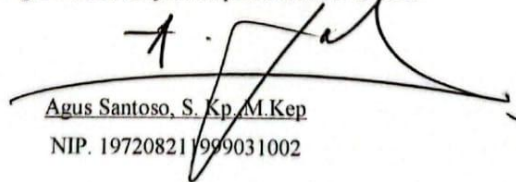


Elis Hartati, S.Kep.,M.Kep

NIP. 1975021220101221

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S. Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:
**GAMBARAN HAMBATAN *SELF-MANAGEMENT* PASIEN DIABETES
MELITUS: *LITERATURE REVIEW***

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Dewi Sulfa Masari

NIM : 22020119140192

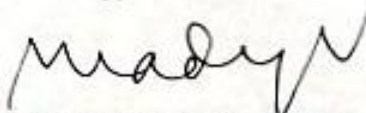
Telah diuji pada 9 Juni 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,


Ns. Mutik Sri Pitojono S.Kep., M.Kep.


NIP.19920312024062001

Anggota Penguji,


Madya Sulisno S.Kep., M.Kes

NIP. 197405052010121001


Pembimbing,


Elis Hartati, S.Kep., M.Kep

NIP. 1975021220101221

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip


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

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan kenikmatan, rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Tujuan penulisan ini merupakan salah satu tugas akhir yang harus dipenuhi oleh mahasiswa sebagai syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar sarjana. Sebagai pemenuhan syarat kelulusan tersebut penulis menyusun skripsi yang berjudul “**Gambaran Hambatan *Self-management* Pasien Diabetes Melitus: *Literature Review*”**”.

Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan pihak terkait khususnya bagi instansi serta dapat menjadi penelitian selanjutnya. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, baik secara penulisan, tata bahasa maupun penyajiannya. Hal ini disebabkan karena penulis masih dalam tahap pembelajaran. Oleh karena itu, penulis menerima kritik dan saran yang bersifat membangun kesempurnaan skripsi ini.

Semarang, 27 Mei 2026
Yang Menyatakan,



Dewi Sulfa Mayasari
NIM. 2202019140192

LEMBAR PERSEMBAHAN

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan proposal ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa bimbingan, motivasi, semangat, arahan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis dengan rasa hormat mengucapkan terima kasih untuk semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini. Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Allah SWT atas segala ridho, rahmat dan hidayah-Nya.
2. Elis Hartati S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing penulis.
3. Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep.Sp. Mat selaku ketua Departemen Ilmu Keperawatan, Universitas Diponegoro.
4. Agus Santoso, S.Kp., M.Kes selaku ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
5. Ners. Mutik Sri Pitajeng S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji 1.
6. Madya Sulisno, S.Kep., M.Kes. selaku dosen penguji 2.
7. Orang tua serta keluarga besar saya yang selama ini memberikan doa dan dukungan dalam penyusunan skripsi.
8. Teman-teman saya yang selalu memberikan dukungan kepada saya dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis



Dewi Sulfa Mayasari

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISM

Nama : Dewi Sulfa Mayasari
Tempat/ tanggal lahir : Cilacap, 11 Mei 2001
Fakultas/ Departemen : Kedokteran/ Ilmu Keperawatan
Alamat rumah : Cinengah 03/04, Pesahangan, Cimanggu, Cilacap
No. Telp : 083143860928
Email : dewisulfam@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Hambatan *Self - Management* Pasien Diabetes Melitus : *Literature Review*” bebas dari plagiarisme dengan similiarity index 12% dan bukan hasil karya orang lain.

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

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

Semarang, 4 Juni 2026



Dewi Sulfa Mayasari.

22020119140192

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Dewi Sulfa Mayasari

NIM : 22020119140192

Fakultas/ Departemen : Kedokteran/ Ilmu Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Gambaran Hambatan *Self - Management* Pasien Diabetes
Melitus : *Literature Review*

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, mengalih 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 ijin 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, 4 Juni 2026

Yang Menyatakan



Dewi Sulfa Mayasari

22020119140192

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISM.....	v
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Bagi Pengembangan Ilmu Pengetahuan.....	6
1.4.2 Bagi Pelayanan Keperawatan.....	6
1.4.3 Bagi Masyarakat.....	7
1.4.4 Bagi Peneliti.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Diabetes Melitus.....	8
2.1.1 Pengertian Diabetes Melitus	10
2.1.2 Klasifikasi Diabetes Melitus	11
2.1.3 Etiologi Diabetes Melitus.....	12
2.1.4 Patofisiologi Diabetes Melitus	13
2.1.5 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus	15
2.1.6 Diagnosis Diabetes Melitus	16
2.1.7 Faktor Risiko Diabetes Melitus.....	17
2.1.8 Komplikasi Diabetes Melitus.....	18
2.1.9 Pencegahan Diabetes Melitus	19
2.2 Self Management pada Pasien Diabetes Melitus	21
2.2.1 Pengertian Self Management	22
2.2.2 Tujuan Self Management	23
2.2.3 Komponen Self Management.....	24
2.2.4 Pentingnya Self Management pada Pasien Diabetes Melitus	25
2.3 Hambatan Self Management pada Pasien Diabetes Melitus.....	26
2.3.1 Hambatan dalam Pengobatan.....	28

2.3.2	Hambatan dalam Pemantauan Diri.....	30
2.3.3	Hambatan Pengetahuan dan Keyakinan.....	31
2.3.4	Hambatan pada Diagnosis.....	32
2.3.5	Hambatan Hubungan dengan Tenaga Kesehatan.....	34
2.3.6	Hambatan Perubahan Gaya Hidup.....	35
2.3.7	Hambatan Mengatasi Diabetes.....	36
2.3.8	Hambatan Saran dan Dukungan Sosial.....	38
2.4	Karakteristik Pasien Diabetes Melitus.....	39
2.5	Kerangka Teori.....	41
2.6	Kerangka Konsep.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....		43
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	43
3.2	Metode Pencarian Literatur.....	43
3.3	Cara Pengumpulan Data.....	45
3.4	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	46
3.5	Etika Penelitian.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN.....		49
4.1 Identitas Literature dalam Kajian.....		49
4.1.1	Karakteristik Literatur dalam Penelitian.....	51
4.2	Matriks Sintesis Data.....	58
4.3	Analisis Hambatan <i>Self-Management</i> Pasien Diabetes Melitus.....	62
4.3.1	Hambatan Diet.....	63
4.3.2	Hambatan Aktivitas Fisik.....	63
4.3.3	Hambatan Pengobatan.....	64
4.3.4	Hambatan Pengelolaan Stres.....	65
4.4	Ringkasan Hasil <i>Literature Review</i>	66
BAB V PEMBAHASAN.....		67
5.1	Hambatan <i>Self-Management</i> Pasien Diabetes Melitus.....	67
5.1.1	Hambatan Diet.....	68
5.1.2	Hambatan Aktivitas Fisik.....	69
5.1.3	Hambatan Pengobatan.....	70
5.1.4	Hambatan Pengelolaan Stres.....	71
5.2	Implikasi Keperawatan.....	73
5.3	Keterbatasan dan Kekuatan Penelitian.....	74
5.3.1	Keterbatasan Penelitian.....	74
5.3.2	Kekuatan Penelitian.....	75
5.4	Ringkasan Pembahasan.....	76
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....		77
6.1	Simpulan.....	77
6.2	Saran.....	78
6.2.1	Pelayanan Keperawatan.....	78
6.2.2	Profesi Keperawatan.....	78
6.2.3	Ilmu Keperawatan.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....		79
LAMPIRAN.....		82

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4. 1 Hasil Pencarian Literatur.....	49
Tabel 4. 2 Karakteristik Artikel Literatur.....	53
Tabel 4. 3 Matriks Sintesis Data	60

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 2 Kerangka Teori.....	41
Gambar 2. 3 Kerangka Konsep Penelitian	42
Gambar 4. 1 Diagram Prisma	57

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Diagram Prisma	82
Lampiran 2. Daftar Artikel yang Dianalisis	83
Lampiran 3. Dokumentasi Pencarian Literatur	85
Lampiran 4. Hasil Uji Turnitin.....	86
Lampiran 5. Logbook Bimbingan	87
Lampiran 6. Lembar Bimbingan	89

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengelolaan mandiri secara berkelanjutan. Pelaksanaan self-management sering mengalami hambatan karena pasien harus menyesuaikan pengobatan, diet, aktivitas fisik, dan kondisi psikologis dalam kehidupan sehari-hari. Penelitian ini bertujuan menggambarkan hambatan self-management pasien diabetes melitus berdasarkan literature review, dengan fokus pada hambatan diet, aktivitas fisik, pengobatan, dan pengelolaan stres.

Metode penelitian menggunakan literature review dengan menelaah artikel ilmiah yang sesuai dengan kriteria inklusi. Literatur yang digunakan membahas pasien diabetes melitus dan hambatan self-management yang berkaitan dengan diet, aktivitas fisik, pengobatan, dan pengelolaan stres. Artikel diseleksi, diekstraksi, kemudian dianalisis secara naratif berdasarkan kesamaan tema hambatan.

Hasil kajian menunjukkan bahwa hambatan self-management pasien diabetes melitus muncul pada empat aspek utama. Hambatan diet meliputi kesulitan mengatur pola makan, kebiasaan keluarga, biaya, dan budaya makan. Hambatan aktivitas fisik meliputi keterbatasan waktu, kondisi tubuh, motivasi, dan lingkungan. Hambatan pengobatan meliputi lupa minum obat, efek samping, kejenuhan, keyakinan terhadap obat, serta akses dan biaya. Hambatan pengelolaan stres meliputi rasa cemas, bosan, takut komplikasi, dan kelelahan dalam menjalani perawatan jangka panjang.

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa pasien diabetes melitus membutuhkan edukasi yang sederhana, dukungan keluarga, komunikasi yang terbuka, dan pendampingan berkelanjutan agar hambatan dalam diet, aktivitas fisik, pengobatan, dan pengelolaan stres dapat dikelola dengan lebih baik.

Kata kunci: Diabetes melitus, Hambatan, Self-management, Diet, Aktivitas fisik, Pengobatan, Stres

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a chronic disease that requires continuous self-management. The implementation of self-management is often difficult because patients need to adjust medication, diet, physical activity, and psychological conditions in daily life. This study aimed to describe barriers to self-management among patients with diabetes mellitus based on a literature review, focusing on barriers to diet, physical activity, medication, and stress management.

This study used a literature review method by examining scientific articles that met the inclusion criteria. The selected literature discussed patients with diabetes mellitus and self-management barriers related to diet, physical activity, medication, and stress management. The articles were selected, extracted, and analyzed narratively based on similar barrier themes.

The review showed that self-management barriers among patients with diabetes mellitus appeared in four main aspects. Dietary barriers included difficulty in regulating eating patterns, family habits, cost, and food culture. Physical activity barriers included limited time, physical condition, motivation, and environment. Medication barriers included forgetfulness, side effects, treatment fatigue, beliefs about medication, access, and cost. Stress management barriers included anxiety, boredom, fear of complications, and fatigue in long-term care.

This study concludes that patients with diabetes mellitus need simple education, family support, open communication, and continuous assistance so that barriers related to diet, physical activity, medication, and stress management can be managed better.

Keywords: Diabetes mellitus, Barriers, Self-management, Diet, Physical activity, Medication, Stress