

**GAMBARAN MOTIVASI DAN *SELF CARE* PADA  
PASIEN DIABETES MELITUS PESERTA  
PROLANIS**

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

PUTRI ROMIAN

NIM 22020120140109

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS DIPONEGORO  
SEMARANG, 2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

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

### GAMBARAN MOTIVASI DAN *SELF CARE* PADA PASIEN DIABETES MELITUS PESERTA PROLANIS

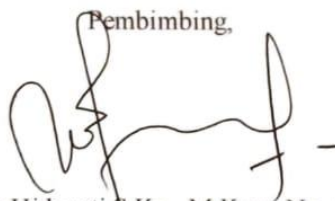
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Putri Romian

NIM : 22020120140109

Telah disetujui sebagai laporan penelitian dan dinyatakan  
telah memenuhi syarat untuk di *review*

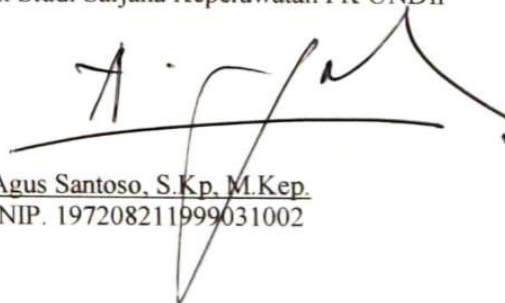
Pembimbing,



Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Ns., Sp.KMB.  
NIP. 197510232000122001

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 MOTIVASI DAN *SELF CARE* PADA PASIEN  
DIABETES MELITUS PESERTA PROLANIS**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Putri Romian

NIM : 22020120140109

Telah diuji pada 05 Juni 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk  
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



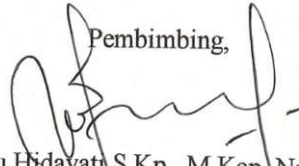
Yuni Dwi Hastuti, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIP. 198706262015042003

Anggota Penguji,



Chandra Bagus Ropyanto, S.Kp., M.Kep., Ns.Sp.Kep.MB  
NIP. 197905212007101001

Pembimbing,



Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Ns., Sp.KMB.  
NIP. 197510232000122001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip

Dr. Anggorowati, S.Kp, M.Kep. Sp.Mat  
NIP. 197708302001122001

## PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Putri Romian  
NIM : 22020120140109  
Fakultas/Departemen : Kedokteran/Ilmu Keperawatan  
Jenis : Skripsi  
Judul : Gambaran Motivasi dan *Self Care* pada Pasien  
Diabetes Melitus Peserta Prolanis

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Memberikan hak bebas *royalty* 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 minta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.
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,  
Yang menyatakan



Putri Romian  
NIM. 22020120140109

## SURAT BEBAS PLAGIARISME

Nama : Putri Romian  
Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta, 18 September 2001  
Alamat Rumah : Jl. Kebon Mede RT 008 RW 006 No. 42  
No. Telp : 085772825158  
Email : [putriromian1@gmail.com](mailto:putriromian1@gmail.com)

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Motivasi dan *Self Care* pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis” bebas dari plagiarisme dengan 25% *similarity index* 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 perundang-undangan yang berlaku.

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

Semarang,  
Yang menyatakan



Putri Romian  
NIM. 22020120140109

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan berkat dan karunia sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas skripsi dengan judul “Gambaran Motivasi dan *Self Care* pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis” tepat pada waktunya. Penulisan skripsi ini ditujukan untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan di Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro dan untuk menggali lebih dalam tentang bagaimana motivasi dan *self care* berperan dalam kehidupan sehari-hari pasien diabetes melitus yang mengikuti prolanis dan diharapkan dapat memberikan informasi dan menginspirasi untuk lebih peduli terhadap kesehatan diri sendiri dan orang-orang disekitar kepada pembaca mengenai penelitian yang dilakukan.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu peneliti mengharapkan koreksi dan tanggapan baik yang berupa saran atau kritik yang positif. Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat memberi manfaat kepada semua pihak dalam meningkatkan motivasi dan *self care* terutama pada pasien diabetes melitus peserta prolanis.

Semarang,  
Peneliti



Putri Romian  
NIM.22020120140109

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan berkat dan karunia sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Peneliti menyadari di dalam penyusunan skripsi ini melibatkan bantuan banyak pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yesus Kristus, yang senantiasa memberikan kekuatan dan kelancaran dalam penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Ns., Sp.KMB. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan masukan serta motivasi di dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Yuni Dwi Hastuti, S.Kep., Ns., M.Kep, dan Bapak Chandra Bagus Ropyanto, S.Kp., M.Kep., Ns. Sp.Kep. MB selaku dosen penguji.
4. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns. Sp.Kep. Mat., M.Kep., selaku Ketua Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
5. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
6. Puskesmas Rowosari dan Puskesmas Bugangan yang telah memberikan izin pada peneliti dalam mendukung penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh responden yang membantu pelaksanaan penelitian ini.
8. Kedua orangtua saya yang sangat peneliti cintai, (Alm) Bapak Kanur Sinambela dan Ibu Mariani Ginting yang menjadi motivasi terbesar bagi

- peneliti.
9. Nurmaria, Desmelisa dan Tiopan Marakup yang selalu melimpahkan kasih sayang, perhatian dan dukungannya kepada peneliti dalam menjalani perkuliahan.
  10. Manambos Sipahutar, Robby Pinem, Gabriel Sipahutar dan Jansen Sipahutar yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada peneliti dalam menjalani perkuliahan.
  11. Elkana Setyo Utomo, Asyifa Putri Yuniarika, Zanuba Fitriyani Arifah, Vine Sephia Yoanitasari, Fairuz Mufidah Khoirunnisa, Novia Nur Fitriyani yang telah menemani dan banyak memberikan dukungan kepada peneliti selama berada diperantauan.
  12. Seluruh teman KKN terutama Dimsa Mutiara Firstyodi yang selalu memberikan semangat dan menemani peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
  13. Mba Bayu Enny Satriyanik dan mba Winda yang telah memberikan semangat dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
  14. Seluruh civitas akademika Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, Semarang.

Semarang,  
Peneliti



Putri Romian  
NIM. 22020120140109



## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN PUBLIKASI ILMIAH .....	iii
SURAT BEBAS PLAGIARISME .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.3.1 Tujuan Umum .....	9
1.3.2 Tujuan Khusus .....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Bagi Keperawatan .....	9
1.4.2 Bagi Pelayanan Kesehatan .....	9
1.4.3 Bagi Masyarakat.....	10
1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya .....	10
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA .....	11
2.1 Diabetes Melitus.....	11
2.1.1 Definisi.....	11
2.1.2 Etiologi dan Patofisiologi.....	12
2.1.3 Klasifikasi .....	14
2.1.4 Gejala Klinis.....	17
2.1.5 Faktor - Faktor Risiko .....	17
2.1.6 Komplikasi Diabetes Melitus.....	18
2.2 Motivasi.....	21
2.2.1 Konsep Dasar .....	21
2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi .....	22
2.2.3 Teori Motivasi.....	23
2.2.5 Pengukuran Motivasi .....	24
2.3 <i>Self Care</i> .....	26
2.3.1 Konsep Dasar .....	26
2.2.2 <i>Self Care</i> Diabetes Melitus .....	27
2.3.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi .....	35
2.3.4 Pengukuran <i>Self Care</i> .....	38
2.4 Program Penyakit Kronis (PROLANIS).....	38

2.5 Kerangka Teori dan Kerangka Konsep Penelitian .....	41
2.5.1 Kerangka Teori .....	41
2.5.2 Kerangka Konsep.....	42
BAB III .....	43
METODE PENELITIAN.....	43
3.1 Jenis dan Rencana Penelitian .....	43
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian. ....	43
3.2.1 Populasi.....	43
3.2.2 Sampel Penelitian .....	43
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian .....	44
3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran .....	45
3.4.1 Variabel Penelitian.....	45
3.4.2 Definisi Operasional dan Skala Pengukuran .....	44
3.5 Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	51
3.5.1 Instrumen Penelitian .....	51
3.5.2 Uji Validitas dan Realibilitas .....	54
3.5.3 Cara Pengumpulan Data .....	58
3.6 Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	59
3.6.1 Teknik Pengolahan .....	59
3.6.2. Analisis Data.....	64
3.6 Etika Penelitian .....	65
BAB IV .....	67
HASIL PENELITIAN.....	67
4.1 Karakteristik Responden .....	67
4.2 Gambaran Motivasi Pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis.....	70
4.3 Gambaran <i>Self Care</i> Pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis .....	73
BAB V.....	79
PEMBAHASAN .....	79
5.1 Karakteristik.....	79
5.2 Gambaran Motivasi.....	87
5.3 Gambaran <i>Self Care</i> .....	90
5.4 Keterbatasan Penelitian .....	95
BAB VI .....	96
KESIMPULAN DAN SARAN.....	96
6.1 Kesimpulan .....	96
6.2 Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA .....	99
LAMPIRAN.....	xvii

## DAFTAR TABEL

Nomor	Tabel	Halaman
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	44
3.5	Kisi-kisi Kuesioner TSRQ	52
3.5	Kisi-kisi Kuesioner SDSCA	53
3.6	<i>Scoring</i> Kuesioner TSRQ	60
3.6	<i>Scoring</i> Kuesioner SDSCA	60
3.6	<i>Coding</i> Kuesioner Demografi	61
3.6	<i>Coding</i> Kuesioner TSRQ	62
3.6	<i>Coding</i> Kuesioner SDSCA	63
4.1.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien DM Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	67
4.1.2	Gambaran Pasien DM Peserta Prolanis Bulan Mei 2024 berdasarkan Hasil Pemeriksaan Gula Darah	69
4.2.1	Gambaran Motivasi Pasien DM Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	70
4.2.2	Distribusi Frekuensi Gambaran Motivasi Berdasarkan Item Pertanyaan Pada Pasien DM Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	71
4.3	Gambaran <i>Self Care</i> Pada Pasien DM Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	73
4.3.1	Distribusi Frekuensi Diet Umum Pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	73
4.3.2	Distribusi Frekuensi Diet Khusus Pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	74
4.3.3	Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	75
4.3.4	Distribusi Frekuensi <i>Monitoring</i> Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	76
4.3.5	Distribusi Frekuensi Perawatan Kaki Pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	76
4.3.6	Distribusi Frekuensi Minum Obat Pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis Bulan Mei 2024	77

## DAFTAR GAMBAR

<b>Nomor</b>	<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2.6.1	Kerangka Teori	41
2.6.2	Kerangka Konsep	42

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>No. Lampiran</b>	<b>Keterangan</b>
1.	Surat Izin Penelitian dari Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP
2.	Surat Amandemen
3.	Lembar <i>Ethical Clearence</i>
4.	Surat Izin Penelitian
5.	Perizinan Instrumen Penelitian
6.	Lembar <i>Informed Consent</i>
7.	Instrumen Penelitian
8.	Pernyataan Bebas Plagiarisme
9.	Lembar Konsultasi
10.	Catatan Hasil Konsultasi

## DAFTAR SINGKATAN

DM	:	Diabetes Melitus
DMT1	:	Diabetes Melitus Tipe 1
DMT2	:	Diabetes Melitus Tipe 2
IDF	:	<i>International Diabetes Federation</i>
RISKESDAS	:	Riset Kesehatan Dasar
DinKes	:	Dinas Kesehatan
Jateng	:	Jawa Tengah
PROLANIS	:	Program Pengelolaan Penyakit Kronis
IMB-DSC	:	<i>Information, Motivation, Behavioral skills Model of Diabetes Self-Care</i>
MI	:	<i>Motivational Interviewing</i>
AADE	:	<i>American Association of Diabetes Education</i>
TTGO	:	Tes Toleransi Glukosa Oral
IMT	:	Indeks Massa Tubuh
SDT	:	<i>Self Determination Theory</i>
TSRQ	:	<i>Treatment Self Regulation Questionnaire</i>
MUFA	:	<i>Mono Unsaturated Fatty Acid</i>
PUFA	:	<i>Poli Unsaturated Fatty Acid</i>
SDSCA	:	<i>The Summary of Diabetes Self-Care Activities</i>
HF	:	<i>Heart Failure</i>
TST	:	<i>Temporal Self-regulatory Theory</i>

Departemen Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Diponegoro  
Mei, 2024

**Putri Romian**

**Gambaran Motivasi dan *Self Care* pada Pasien Diabetes Melitus Peserta Prolanis**

**xxxv + 104 Halaman + 19 Tabel + 2 Gambar + 10 Lampiran**

### **ABSTRAK**

Diabetes merupakan penyakit kronis yang kompleks dan memerlukan perawatan medis berkelanjutan dengan strategi pengurangan risiko multifaktorial kontrol glikemik. Prevalensi pasien DM yang semakin meningkat memerlukan pengendalian kadar gula darah pada penderitanya guna mencegah kemungkinan terjadinya peningkatan komplikasi kronis. Pengendalian kadar gula darah dalam jangka waktu yang lama dapat menciptakan rasa bosan pada pasien. Keberhasilan pengendalian gula darah pasien DM sangat bergantung dengan tingkat motivasi dan kesadaran diri pasien. Pasien yang mempunyai motivasi dari dalam dirinya sendiri cenderung memiliki kesadaran yang lebih tinggi terkait *self care* dibandingkan dengan pasien yang dipengaruhi oleh dorongan atau tekanan dari luar. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis motivasi dan perilaku *self care* pada pasien DM peserta prolanis. Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif kuantitatif non eksperimental dengan pendekatan *survey*. Total sampel dari penelitian ini adalah 109 responden dari dua Puskesmas di Kota Semarang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi pada pasien DM memiliki rata-rata 52,97 dalam kategori sedang dengan nilai minimum motivasi adalah 45 dan nilai maksimum adalah 68. *Self care* pada pasien DM peserta prolanis memiliki rata-rata 72,06 dalam kategori cukup baik dengan nilai minimum adalah 54 dan maksimum 91. Program Prolanis perlu lebih fokus pada edukasi dan dukungan untuk meningkatkan motivasi dan *self care* pasien DM guna mengendalikan kadar gula darah dan mencegah komplikasi.

Kata kunci : Diabetes Melitus, motivasi, *self care*, prolanis

Daftar Pustaka : 90 (2002-2023)

Department of Nursing  
Faculty of Medicine  
Diponegoro University  
May, 2024

**Putri Romian**  
**Description of Motivation and Self Care in Diabetes Mellitus Patients**  
**Participating in Prolanis**  
**xxxv + 104 Pages + 19 Table + 2 Pictures + 10 Attachments**

#### **ABSTRACT**

Diabetes is a complex chronic disease and requires ongoing medical care with multifactorial risk reduction strategies of glycemic control. The increasing prevalence of DM patients requires controlling blood sugar levels in sufferers to prevent the possibility of increasing chronic complications. Controlling blood sugar levels for a long period of time can create boredom in patients. The success of controlling blood sugar in DM patients is very dependent on the patient's level of motivation and self-awareness. Patients who are motivated from within themselves tend to have a higher awareness regarding self-care compared to patients who are influenced by external encouragement or pressure. The aim of this research is to analyze the motivation and self-care behavior of DM patients participating in Prolanis. This research is a type of non-experimental quantitative descriptive research with a survey approach. The total sample from this research was 109 respondents from two Community Health Centers in Semarang City. The results of this study show that motivation in DM patients has an average of 52.97 in the moderate category with a minimum motivation value of 45 and a maximum value of 68. Self care in DM patients of Prolanis participants has an average of 72.06 in the quite good category with The minimum score is 54 and the maximum is 91. The Prolanis program needs to focus more on education and support to increase motivation and self-care for DM patients to control blood sugar levels and prevent complications.

Keywords: Diabetes Mellitus, motivation, self care, prolanis  
References: 90 (2002-2023)