

**HUBUNGAN LAMA MENDERITA DENGAN
STRATEGI REGULASI EMOSI PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
ROWOSARI SEMARANG**

SKRIPSI



Disusun untuk Memenuhi Tugas Mata Kuliah Skripsi

Oleh

DIVIA ANTIKA PUTRI

NIM. 22020122120034

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, JULI 2025**

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Divia Antika Putri
Tempat/Tanggal Lahir : Pemalang, 2 Oktober 2003
Alamat Rumah : Randudongkal, RT 64/RW 05 Pemalang
No.Telp : 085647474297
Email : antikadivia@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Lama Menderita Dengan Strategi Regulasi Emosi Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang” bebas dari plagiarisme dengan similarity index 17% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari skripsi dan karya ilmiah dari hasil skripsi 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, 16 Desember 2025
Yang Menyatakan



Divia Antika Putri
NIM. 22020122120034

LEMBAR PERSETUJUAN

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

**HUBUNGAN LAMA MENDERITA DENGAN STRATEGI REGULASI EMOSI PADA
PASIEEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
ROWOSARI SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Divia Antika Putri

NIM : 22020122120034

Telah disetujui sebagai penelitian

dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk direview

Pembimbing

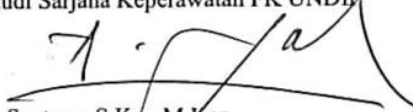


Ns. Ryka Widyaningtyas, S.Kep., M.Sc.

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:

**HUBUNGAN LAMA MENDERITA DENGAN STRATEGI REGULASI EMOSI PADA PASIEN
DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ROWOSARI**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Divia Antika Putri

NIM : 22020122120034

Telah diuji pada Kamis, 18 Desember 2025 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

Ketua Penguji,



Prof. Dr. Meidiana Dwidiyanti, S.Kp., M.Sc.

NIP. 196005151983032002

Anggota Penguji,



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

NIP. 198405062008122003

Pembimbing



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

NIP. 199602082024062002

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK UNDIP



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

NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena berkat limpahan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, penulis berhasil menyelesaikan skripsi yang berjudul ‘Hubungan Lama Menderita Dengan Strategi Regulasi Emosi pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang’ dengan hasil yang optimal. Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada jurusan Ilmu Keperawatan di Universitas Diponegoro.

Skripsi ini merupakan suatu wujud implementasi dari ilmu yang telah didapatkan di bangku perkuliahan di Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Keberhasilan dalam penyusunan proposal ini tidak lepas dari doa, masukan, bantuan, serta bimbingan dari berbagai pihak, baik secara moral maupun materiil. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam proses ini.

Semarang, 10 Desember 2025



Divia Antika Putri

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam penulisan Skripsi ini terdapat arahan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak sehingga terselesaikan dengan baik. Penulis menyampaikan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns.Sp.Kep.Mat., M. Kep. selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro;
2. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro;
3. Ibu Ns. Ryka Widyaningtyas, S.Kep., M.Sc. selaku dosen pembimbing penulis yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan banyak waktu disela kesibukannya untuk membimbing, mengarahkan, serta membagikan ilmu yang sangat bermanfaat, sehingga penulis dapat mengikuti dan menyelesaikan skripsi dengan baik;
4. Ibu Prof. Dr. Meidiana Dwidiyanti, S.Kp.,M.Sc., selaku dosen penguji I atas segala masukan, saran, dan ilmu yang berharga bagi penyempurnaan skripsi penelitian ini;
5. Ibu Ns. Sri Padma Sari, S.Kep., MNS., Ph.D, selaku dosen penguji II atas bimbingan, saran, dan ilmu yang diberikan demi perbaikan dan peningkatan kualitas skripsi penelitian ini;
6. Keluarga tercinta, khususnya Bapak Sutikno dan Ibu Ani Handayani yang dengan peluh dan kerja kerasnya menjadi teladan keteguhan hati. Dengan doa dan kasih sayangnya selalu menjadi cahaya dalam setiap langkah. Kepada kakak dan adik, Inggit Yolanda Hapsari, S.Pd & Najwa Lailatul Ashoba yang memberi dukungan dan menjadi

sandaran dikala ragu. Tak ketinggalan, keponakan tercinta Aghnia Alshamira Nareswari yang senyum polosnya selalu membangkitkan semangat penulis. Terimakasih telah menjadi rumah tempat penulis kembali, memberikan cinta tanpa syarat, doa tanpa henti, dan kekuatan setiap perjalanan;

7. Kepada keluarga CEMARA: Nazwa Aulia DP, Eva Yuniati, Adellia Handayani, Maharani Syifa S & Raihanatu Qolbi yang telah kebersamai penulis dari MABA hingga sekarang. Terimakasih atas setiap kebersamaan, canda tawa serta dukungan tak ternilai. Kalian telah menjadi sandaran dikala penulis mengalami kesulitan, tempat berbagi cerita, dan penguat dikala lelah. Semoga persahabatan ini tak lekang oleh waktu;
8. Kepada sahabat HIMKA, khususnya SENIORA tempat penulis berproses diluar akademik. Terimakasih telah menjadi tempat penulis mengembangkan kemampuannya. Kalian sangat berarti dalam hidup penulis, canda tawa dan pengalaman yang seru mewarnai setiap langkah ini;
9. Kepada sahabat seperjuangan skripsi: Aura, Sherly, Kharisma, Icha, & Ali yang telah saling menguatkan ditengah-tengah kesibukannya masing-masing. Terimakasih telah menjadi rekan bimbingan sekaligus sahabat yang berbagi wawasan sehingga mempermudah penyusunan skripsi ini;
10. Kepada Valyandini Widya Ajeng Cempaka, Elsyia Febriani Rosyada, Nur Alifah, Ikhdha Annisa, Sylviana Fatikhah, Tsania May Sita Dewi, serta sahabat penulis lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Terimakasih atas semangat yang diberikan sejak di bangku SMP hingga saat ini, menjadi saksi perjalanan hidup penulis;

11. Untuk Divia, terima kasih telah bertahan sejauh ini. Terima kasih telah memilih untuk terus berjalan meski banyak rintangan dan lelah yang datang silih berganti. Kamu telah berjuang dengan sepenuh hati, tanpa pernah benar-benar menyerah. Semoga langkah ini menjadi bukti bahwa setiap usaha dan kesabaran tidak pernah sia-sia;
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Semarang, 10 Desember 2025



Divia Antika Putri

DAFTAR ISI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
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 Bagi Instansi.....	7
1.4.2 Bagi Peneliti.....	8
1.4.3 Bagi Masyarakat.....	8
BAB II.....	9
TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Diabetes Mellitus Tipe 2 (DMT2).....	9

2.1.1 Definisi DMT2	9
2.1.2 Level Glukosa Darah.....	9
2.1.3 Faktor Risiko.....	10
2.1.4 Manifestasi Klinis	15
2.1.5 Komplikasi DMT2	16
2.1.6 Patofisiologi DMT2	17
2.1.7 Penatalaksanaan DMT2	18
2.2 Regulasi Emosi	20
2.2.1 Definisi Regulasi Emosi.....	20
2.2.2 Ciri-ciri regulasi emosi.....	21
2.2.3 Bentuk-bentuk strategi regulasi emosi	22
2.2.4 Langkah-langkah regulasi emosi.....	23
2.2.5 Faktor yang memengaruhi.....	26
2.2.6 Peran Regulasi Emosi dalam mengelola emosi	27
2.2.7 Pendekatan Regulasi Emosi menurut Teori <i>Caring</i> Swanson.....	29
2.2.8 Pengukuran Regulasi Emosi	31
2.3 Hubungan lama menderita dengan strategi regulasi emosi.....	33
2.4 Kerangka Teori.....	35
2.5 Kerangka Konsep	36
2.6 Hipotesis.....	36
BAB III	37
METODE PENELITIAN.....	37
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	37
3.1.1 Jenis Penelitian.....	37
3.1.2 Rancangan Penelitian	37
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian	38
3.2.1 Populasi Penelitian.....	38
3.2.2 Sampel Penelitian.....	38

3.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
3.3.1 Tempat Penelitian.....	42
3.3.2 Waktu Penelitian	42
3.4 Variabel, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	42
3.4.1 Definisi Operasional Variabel	43
3.5 Instrumen Penelitian.....	45
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	48
3.7 Teknik Pengumpulan Data	50
3.8 Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	51
3.8.1 Pengolahan Data.....	51
3.8.2 Analisis Data	54
3.9 Etika Penelitian	57
BAB IV	61
HASIL PENELITIAN.....	61
4.1 Analisis Univariat.....	61
4.1.1 Karakteristik Responden	61
4.1.2 Variabel Penelitian	62
4.2 Analisis Bivariat.....	63
4.2.1 Hubungan lama menderita DM dengan Strategi Regulasi Emosi pada Pasien DM Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang	63
BAB V.....	65
PEMBAHASAN	65
5.1 Analisis Univariat.....	65
5.1.1 Karakteristik Responden	65
5.1.2 Variabel Penelitian	69
5.2 Analisis Bivariat.....	72
5.2.1 Hubungan lama menderita DM dengan Strategi Regulasi Emosi pada Pasien DM Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang	72
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	75

BAB IV	77
SIMPULAN DAN SARAN	77
6.1 Simpulan	77
6.2 Saran.....	78
6.2.1 Bagi Instansi.....	78
6.2.2 Bagi Peneliti	78
6.2.3 Bagi Masyarakat.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN.....	88

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	44
2	Kuesioner ERQ yang di susun oleh Gross & John (2003)	46
3	Kuesioner ERQ Versi Bahasa Indonesia	46
4	Blue Print Dari <i>Emotion Regulation Questionnaire</i>	47
5	<i>Coding</i> Penelitian	51
6	<i>Scoring</i> Penelitian	52
7	Karakteristik Responden	61
8	Lamanya Menderita DMT2	62
9	Regulasi Emosi pasien DMT2	63
10	Uji <i>Spearman</i> Hubungan Lama menderita dengan strategi regulasi emosi pada pasien DMT2	63

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
1	Patofisiologi	18
2	Kerangka Teori Penelitian	37
3	Perhitungan Sampel dengan G Power	40
4	Teknik Pengumpulan Data	49

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1	Persetujuan Penggunaan Kuesioner	65
2	Lembar <i>Informed Consent</i>	66
3	Lembar Kuesioner	67
4	Lembar Konsultasi	70
5	Catatan Hasil Konsultasi	71

DAFTAR SINGKATAN

DMT2	: Diabetes Mellitus Tipe 2
ERQ	: <i>Emotion Regulation Questionnaire</i>
IERQ	: <i>Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire</i>
CECS	: <i>Courtauld Emotional Control Scale</i>
EACS	: <i>The Emotional Approach Coping Scale</i>

Departemen Ilmu Keperawatan

Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro

Desember, 2025

ABSTRAK

Divia Antika Putri

Hubungan Lama Menderita Dengan Strategi Regulasi Emosi Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Rowosari Semarang

Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) adalah kondisi kronis yang membutuhkan manajemen diri jangka panjang dan seringkali menyebabkan pasien mengalami stres psikologis yang berkelanjutan. Pasien DMT2 rentan terhadap emosi negatif seperti stres, kecemasan, dan frustrasi, yang menyebabkan regulasi emosi yang buruk. Regulasi emosi pasien DMT2 dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah durasi DMT2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara durasi DMT2 dan strategi regulasi emosi pada pasien DMT2 di wilayah kerja Puskesmas Rowosari di Semarang. Populasi penelitian terdiri dari 807 pasien T2DM di Puskesmas Rowosari. Penelitian ini merekrut 289 responden menggunakan metode purposive sampling. Strategi regulasi emosi diukur menggunakan Kuesioner Regulasi Emosi (ERQ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 55,4% responden telah menderita DM selama 0-5 tahun. Sebanyak 50,5% memiliki strategi regulasi atau kontrol emosi yang moderat. Uji korelasi Spearman menunjukkan nilai p sebesar 0,00 ($<0,05$) dan koefisien korelasi ($\rho=0,496$). Terdapat korelasi antara durasi penyakit dan strategi regulasi emosi pada pasien DMT2 di wilayah kerja Puskesmas Rowosari Semarang. Studi ini memberikan kontribusi penting untuk memahami bahwa kondisi emosional pasien T2DM dapat membaik seiring waktu. Hasil ini menekankan pentingnya bagi perawat di layanan kesehatan primer untuk memprioritaskan intervensi psikososial intensif bagi pasien baru (0-5 tahun) dan memberdayakan pasien yang sudah ada sebagai mentor dalam program dukungan sebaya untuk mempercepat adaptasi emosional.

Kata Kunci: Regulasi emosi; DMT2; Lama Menderita; Puskesmas; Korelasi

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Universitas Diponegoro
December, 2025

ABSTRACT

Divia Antika Putri

The Correlation Between Long-Term Suffering and Emotional Regulation Strategies in Type 2 Diabetes Mellitus Patients in the Rowosari Community Health Center Work Area, Semarang

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a chronic condition that requires long-term self-management and often causes patients to experience ongoing psychological stress. Patients with T2DM are prone to negative emotions such as stress, anxiety, and frustration, which cause poor emotional regulation. The emotional regulation of T2DM patients can be influenced by several factors, one of which is the duration of T2DM. This study aims to determine the correlation between the duration of T2DM and emotional regulation strategies in T2DM patients in the working area of the Rowosari Community Health Center in Semarang. The study population consisted of all 807 T2DM patients at the Rowosari Community Health Center. This study recruited 289 respondents using a purposive sampling method. Emotional regulation strategies were measured using the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ). The results showed that 55.4% of respondents had suffered from DM for 0-5 years. A total of 50.5% had moderate emotional regulation or control strategies. Spearman's correlation test showed that the p value was 0.00 (<0.05) and coefficient correlation ($\rho=0.496$). There is a correlation between the disease duration and emotional regulation strategies in T2DM patients in the Rowosari Semarang Community Health Center working area. This study provides an important contribution to understanding that the emotional state of T2DM patients can improve over time. These results emphasize the urgency for nurses, nurses in primary care need to prioritize intensive psychosocial interventions for new patients (0-5 years) and empower existing patients as mentors in peer support programs to accelerate emotional adaptation.

Keywords:

Emotion Regulation; T2DM; Duration; Community health center; Correlation.