

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH EDUKASI GAYA HIDUP BERBASIS BOOKLET TERHADAP
PERILAKU PENGELOLAAN DIRI PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS DEPOK 3 SLEMAN



IRENNE GIZELA AUDINA PATTI PEILOHY
NPM 202223022

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN

PENGARUH EDUKASI GAYA HIDUP BERBASIS BOOKLET TERHADAP
PERILAKU PENGELOLAAN DIRI PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS DEPOK 3 SLEMAN



IRENNE GIZELA AUDINA PATTI PEILOHY
NPM 202223022

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH
YOGYAKARTA

2026

LAPORAN PENELITIAN

**PENGARUH EDUKASI GAYA HIDUP BERBASIS BOOKLET TERHADAP
PERILAKU PENGELOLAAN DIRI PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS DEPOK 3 SLEMAN**

Disusun Oleh:

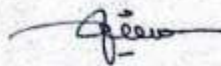
Irenne Gizela Audina Patti Peilohy

NPM 202223022

Laporan Penelitian ini Telah Diperiksa, Disetujui dan Dipertahankan
dihadapan Tim Penguji Tugas Akhir Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Yogyakarta, 19 Agustus 2026

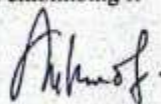
Pembimbing I



Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.K.M.B., Ph.D

NIK 199410004

Pembimbing II



Christina Ririn Widiyanti, M.Kep., Ns.Sp.Kep.An.

NIK 199850006

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Irenne Gizela Audina Patti Peilohy

NPM : 202223022

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa laporan penelitian dengan judul:

**“Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku
Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman”**

Yang telah saya laksanakan selama lima bulan dari April 2026 sampai dengan Agustus 2026, seluruhnya merupakan hasil karya sendiri. Adapun terhadap bagian-bagian tertentu dalam penulisan hasil penelitian yang saya kutip secara langsung maupun tidak langsung dari hasil karya orang/pihak lain telah saya tuliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ternyata ditemukan seluruh atau sebagian penulisan hasil penelitian ini terbukti bukan karya sendiri atau terdapat indikasi adanya plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi moral, sanksi administratif serta dituntut ganti rugi dan atau pidana sesuai dengan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Pernyataan keaslian penelitian ini saya buat dengan sebenarnya, tanpa tekanan dari siapapun dan atau pihak manapun.

Yogyakarta, 19 Agustus 2026

Yang membuat pernyataan,



Irenne Gizela Audina Patti Peilohy

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI GAYA HIDUP BERBASIS BOOKLET TERHADAP PERILAKU PENGELOLAAN DIRI PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS DEPOK 3 SLEMAN

Disusun Oleh:

Irenne Gizela Audina Patti Peilohy

NPM 202223022

Telah dipertahankan dan diuji didepan dewan penguji STIKes Panti Rapih
Untuk memenuhi Tugas Akhir Mahasiswa Prodi Keperawatan Program Sarjana
Pada Tanggal 18 Agustus 2026

Mengesahkan,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

A Yulia Wardani, MAN

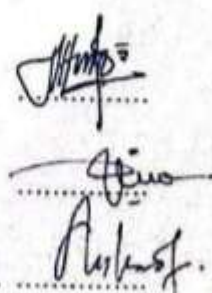
NIK. 201450001

Penguji:

Ketua : Yulia Wardani, MAN

Anggota : 1. Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.K.M.B., Ph.D

: 2. Christina Ririn Widiyanti, M.Kep., Ns.Sp.Kep.An.



HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini mungkin lahir dari usaha penulis sendiri, tetapi tidak pernah benar-benar berjalan sendirian. Ada doa, kasih, dan dukungan yang mengiringi setiap prosesnya. Dengan penuh syukur, karya ini penulis persembahkan kepada:

1. **Tuhan Yesus Kristus**, yang Mahabesar, Mahatahu, dan tidak pernah sekalipun tertidur dalam menjaga anak-anak-Nya. Terima kasih untuk setiap pertolongan yang datang tepat pada waktunya, bahkan melalui hal-hal kecil yang sering kali baru penulis sadari setelah semuanya terlewati. Tanpa pernyertaan-Mu, mungkin perjalanan ini tidak akan sampai pada titik ini. *Soli Deo Gloria*.
2. **Mama tercinta, CH. Budi Karyani**. Sosok perempuan paling tangguh yang penulis kenal. Terima kasih karena selalu menjadi tempat untuk pulang, bercerita, mengeluh, bahkan ketika penulis sendiri sudah tidak tahu harus mulai dari mana. Terima kasih sudah menjadi pengingat bahwa setiap masalah pasti ada jalannya, meskipun terkadang memang harus dicari sambil nangis dulu. Terima kasih telah menjadi rumah, tempat aman, sekaligus sumber kekuatan terbesar bagi penulis.
3. **Adik satu-satunya, Timotty Jullio Pattipeilohy**. Terima kasih untuk sosok yang dari luar terlihat seperti tidak terlalu peduli, tetapi ternyata diam-diam paling banyak khawatir dan mengawasi. Terima kasih sudah menemani penulis selama proses penelitian ini, baik dalam bentuk bantuan, candaan, maupun kehadiran yang terkadang tidak banyak bicara tetapi tetap berarti.
4. **Papa yang selalu terkenang, Simon Pattipeilohy**. Untuk Papa yang kini berada jauh dan tidak lagi dapat menemani penulis secara langsung. Terima kasih atas 21 tahun kehadiran, kasih, cerita, dan kenangan yang telah Papa tinggalkan. Penulis percaya, meskipun Papa tidak lagi dapat melihat secara langsung setiap langkah yang penulis jalani, Papa tetap menjaga, menyertai, dan tersenyum dari tempat terbaik di sana. Skripsi ini juga penulis persembahkan untuk Papa, sebagai salah satu langkah kecil yang akhirnya berhasil penulis selesaikan.
5. **Keluarga besar Pawirorejo dan Pattipeilohy**. Terima kasih kepada pakde, bude, mami, papi, mbak-mas, kakak-kakak, adik-adik, dan seluruh keluarga besar yang selalu menyelipkan nama penulis dalam doa, memberikan dukungan, perhatian, serta semangat dari kejauhan. Terima kasih sudah menjadi bagian dari keluarga besar yang selalu membuat penulis merasa tidak berjalan sendiri.

6. **C. Karina Puspokumoro.** Berawal dari teman sekamar asrama hingga teman sekost, dan entah sejak kapan berubah menjadi manusia yang paling sering dicari penulis. Terima kasih karena tidak pernah bosan mendengarkan segala keluhan, makian, kepanikan, *overthinking*, sampai rasa frustrasi yang kadang sudah tidak terbendung, terutama selama proses penelitian. Terima kasih sudah bertahan dengan segala versi penulis, dari yang masih waras sampai yang sudah lemas.
7. **Bernadet Soseveny dan Cicilia Cindy.** Dua manusia yang selalu penulis hubungi ketika sudah merasa buntu, tersesat, dan tidak tahu harus mengambil jalan yang mana selama proses penelitian. Terima kasih karena selalu hadir, menanyakan keadaan penulis, mendengarkan keluhan, dan memberikan kata-kata semangat. Terima kasih juga atas rutinitas mengirim reels dan Tiktok yang sangat membantu menjaga kewarasan. Terima kasih sudah menjadi tempat berbagi cerita, tawa, keresahan, sampai pembahasan pria-pria tampan di dunia maya maupun dunia fiksi yang sebenarnya tidak ada hubungannya dengan skripsi, tetapi tetap penting untuk dibahas.
8. **Julia Dwi Fantika.** Terima kasih kepada teman yang selalu hadir ketika penulis sedang kehilangan gairah untuk mengerjakan penelitian. Terima kasih karena selalu memberikan semangat, saran, dan sudut pandang yang berbeda ketika penulis terlalu terjebak dalam pikirannya sendiri. Terima kasih sudah menjadi salah satu orang yang mengingatkan penulis bahwa terkadang masalah tidak sebesar yang ada di kepala.
9. **Kensa Ivana, Kristihart Angwarmase, dan Sindi Klodia.** Terima kasih karena selama proses penelitian ini, hubungan yang awalnya mungkin biasa saja perlahan berubah menjadi semakin dekat dan erat. Terima kasih sudah menjadi teman untuk saling menguatkan, berbagi cerita, berbagi keluhan kesah, dan tentunya berbagi tawa di tengah padatnya urusan masing-masing. Terima kasih untuk setiap kebersamaan, dukungan, dan cerita yang membuat perjalanan penelitian ini terasa sedikit lebih ringan.
10. **Keluarga Maria 3 (Tesa Wake, Viani, Eustakia Tyas, Putri Nababan, Maydeline, Putti, dan Karina).** Teman-teman asrama masa SMA yang sampai sekarang masih menjadi bagian dari perjalanan hidup penulis. Terima kasih atas kasih, penguatan, persaudaraan, dan waktu yang selalu diluangkan ketika akan

melakukan kegiatan bersama. Semoga di rencana berikutnya benar akan terealisasi dan tidak hanya menjadi sebuah wacana.

11. **Bapak Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.KMB., Ph.D** dan **Ibu Christina Ririn Widiанти, M.Kep., Ns.Sp.Kep.An..** Terima kasih kepada Bapak Paulus selaku dosen pembimbing I dan Ibu Ririn selaku dosen pembimbing II atas waktu, kesabaran, arahan, ilmu, serta masukan yang diberikan selama proses penyusunan skripsi ini, Terima kasih telah membimbing penulis hingga akhirnya mampu menyelesaikan perjalanan panjang ini dengan baik.
12. Terakhir, untuk **diri sendiri**. Terima kasih sudah bertahan sampai sejauh ini. Terima kasih sudah tetap bangun dan mencoba setiap kali merasa ingin menyerah. Terima kasih sudah melewati hari-hari yang penuh keraguan, kebingungan, revisi, *deadline*, rasa malas, *overthinking*, dan segala drama yang menyertai perjalanan menyelesaikan skripsi ini. Tidak semua berjalan sesuai rencana, tidak semua hari terasa produktif, dan tidak semua proses harus selalu terlihat indah. Semoga setelah ini, penulis tidak hanya menjadi seseorang yang berhasil menyelesaikan skripsi, tetapi juga menjadi pribadi yang lebih berani, lebih kuat, lebih bijaksana, dan lebih percaya bahwa dirinya mampu melewati hal-hal sulit yang datang di kemudian hari.

INTISARI

Nama : Irenne Gizela Audina Patti Peilohy
NPM : 202223022
Judul : Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman
Tanggal Ujian : 18 Agustus 2026
Pembimbing : 1. Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.K.M.B., Ph.D
2. Christina Ririn Widiyanti, M.Kep., Ns.Sp.Kep.An.
Jumlah Pustaka : 76 pustaka (tahun 2016 - 2026)
Jumlah Halaman : xiv, 69 halaman, tabel, gambar, lampiran

Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 berisiko menimbulkan komplikasi kronik apabila perilaku pengelolaan diri pasien tidak konsisten, sementara edukasi gaya hidup di Puskesmas Depok 3 Sleman masih terbatas dan belum tersedia media edukasi yang dapat dibawa pulang. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh edukasi gaya hidup berbasis booklet terhadap perilaku pengelolaan diri pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman. Desain penelitian menggunakan *Quasi Experiment pre-test and post-test nonequivalent control group*. Besar sampel sebanyak 46 responden ditentukan dengan rumus Slovin, dan pengambilannya dilakukan dengan teknik *consecutive sampling*, terbagi menjadi kelompok intervensi (edukasi booklet gaya hidup, $n = 23$), serta kelompok kontrol (tanpa edukasi gaya hidup, $n = 23$). Edukasi diberikan selama ± 15 menit, disertai pembagian booklet dan pendampingan melalui WhatsApp atau kunjungan rumah selama ± 4 minggu. Perilaku pengelolaan diri diukur menggunakan kuesioner skala Likert 1-5. Analisis data menggunakan uji *Paired T-test* dan *Independent T-test*. Hasil penelitian menunjukkan skor perilaku pengelolaan diri kelompok intervensi meningkat signifikan ($p = 0,026$), sedangkan kelompok kontrol tidak bermakna secara statistik ($p = 0,222$). Namun, hasil uji beda selisih antar kelompok tidak signifikan ($p = 0,424$). Edukasi gaya hidup berbasis booklet terbukti meningkatkan perilaku pengelolaan diri kelompok intervensi, namun belum terbukti lebih unggul dibandingkan kelompok kontrol, sehingga disarankan disertai metode pemantauan yang lebih intensif dan berkelanjutan.

Kata Kunci: gaya hidup, diabetes melitus tipe 2, booklet

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian dengan judul “Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman” dengan baik dan tepat pada waktunya.

Penyusunan laporan penelitian ini dapat berjalan dengan lancar berkat dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Yulia Wardani, MAN selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih yang telah memberikan fasilitas dan dukungan selama masa pendidikan.
2. Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKes Panti Rapih atas arahan dan motivasi bagi perkembangan akademik para mahasiswa.
3. Dr. Chatarina Setya W., M.Kep., Ns.Sp.Kep.M.B. selaku dosen koordinator mata kuliah skripsi atas bimbingan dan arahan teknis selama proses penyusunan.
4. Paulus Subiyanto, M.Kep., Sp.KMB., Ph.D selaku dosen pembimbing I atas ilmu, bimbingan, serta arahan dalam penyempurnaan laporan ini.
5. Christina Ririn Widiyanti, M.Kep., Ns.Sp.Kep.An. selaku dosen pembimbing II atas bimbingan, ketelitian, dan motivasi yang telah diberikan kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa laporan penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, semoga laporan penelitian ini dapat memberikan manfaat nyata bagi perkembangan ilmu keperawatan dan pihak-pihak yang membutuhkan.

Yogyakarta, Agustus 2026

Penulis