

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI CBT TERAPI UNTUK MENURUNKAN

DISSTRES PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2

DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG



OLEH

CLARA SUSANA TULLE

PO5303201220810

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG

JURUSAN KEPERAWATAN

PRODI –III KEPERAWATAN 2025

KARYA TULIS ILMIAH
IMPLEMENTASI CBT TERAPI UNTUK MENURUNKAN
DISSTRES PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG
KTI Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan
Untuk Menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma III Keperawatan
Pada Prodi Diploma III Keperawatan



OLEH
CLARA SUSANA TULLE
PO5303201220810

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI D-III KEPERAWATAN 2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Clara Susana Tulle
NIM : PO5303201220810
Program Studi : Diploma III Keperawatan
Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Tahun Akademik : Tahun 2024/2025

Saya menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil asli saya, serta semua sumber rujukan telah disebutkan sesuai ketentuan. Penulis tidak melakukan tindakan penjiplakan dan siap menanggung sanksi apabila terbukti melakukan pelanggaran.

Kupang 01 juli 2025
Yang Menyatakan



Clara Susana Tulle
PO5303201220810

LEMBAR PERSETUJUAN
“IMPLEMENTASI CBT TERAPI UNTUK MENURUNKAN
DISSTRES PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG ”

Karya Tulis Ilmiah oleh Clara Susana Tulle, NIM: PO5303201220810. Dengan judul “implementasi CBT terapi untuk menurunkan Disstres penderita diabetes tipe 2 di Puskesmas Oesapa kota kupang” telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Disusun Oleh



Clara Susana Tulle

PO5303201220810

Telah disetujui untuk diseminarkan didepan Dewan Penguji Prodi D-III
Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Kupang, 01 juli 2025

Pembimbing

Penguji



Irfan.SKM.M.Kes

NIP.197104041998031003



Dr.Aemilianus Mau,S.Kep.Ns.M.Kep

NIP. 402705202

LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
“IMPLEMENTASI CBT TERAPI UNTUK MENURUNKAN
DISSTRES PENDERITA DIABETES TIPE 2
DI PUSKESMAS OESAPA KOTA KUPANG ”

Disusun



Clara Susana Tulle

PO5303201220810

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal: 01 juli 2025

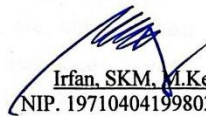
Mengesahkan

Penguji

Pembimbing



Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.Ns, M.Kep
NIP. 4027057202

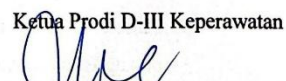

Irfan, SKM, M.Kes
NIP. 197104041998031003

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan


Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes
NIP. 19691281993031005

Ketua Prodi D-III Keperawatan


Dr. Margareta Teli, S.Kep. Ns, MSc.PhD
NIP. 197707272000032002

KATA PENGANTAR

Segala puji dan rasa syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir yang berjudul '*Implementasi Terapi CBT untuk Menurunkan Distres pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Oesapa Kota Kupang*'. Laporan karya tulis ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Dalam proses penyusunan dan penulisan karya tulis ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak arahan dan dukungan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

Bapak Irfan, SKM., M.Kes., selaku dosen pembimbing, serta Bapak Dr. Aemilianus Mau, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku dosen penguji karya tulis ilmiah, atas segala bantuan, bimbingan, arahan, dan motivasi yang diberikan kepada penulis hingga penyusunan karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Selain itu, penulis juga menyampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang terhormat:

1. Bapak Irfan, SKM., M.Kes., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang sekaligus dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingan selama proses penyusunan karya tulis ini.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang atas dukungan dan fasilitas yang diberikan.

3. Ibu Meiyeriance Kapitan, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan dukungan dalam penyelesaian studi ini.
4. Ibu Yuliana Dafroyati, S.Kep., Ns., MSc., selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan arahan, dukungan, serta bimbingan selama masa perkuliahan.
5. Bapak Dr. Aemilianus Mau, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan saran serta masukan demi penyempurnaan karya tulis ilmiah ini.
6. Seluruh dosen Program Studi D-III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang atas bimbingan, ilmu, dan dukungan yang diberikan selama proses pendidikan.
7. Kedua orang tua tercinta, Bapak Fengki Tulle, S.P., dan Mama Leriance Fangidae-Tulle, serta kakak satu-satunya Chindi Tulle, S.KM., beserta keluarga besar, atas doa, dukungan moral, materi, serta semangat yang selalu diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini.
8. semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan dengan tulus dan sabar selama proses penyusunan karya ilmiah ini.
9. Terakhir penulis mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri atas kerja keras, ketekunan dan semangat untuk tidak menyerah hingga tugas akhir ini dapat diselesaikan. Pencapaian ini merupakan kebanggaan tersendiri.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih memiliki keterbatasan dan kekurangan, baik dari segi isi maupun penyajian. Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga karya tulis ilmiah ini

dapat memberikan manfaat, tidak hanya bagi penulis, tetapi juga bagi pembaca

Kupang, 01 juli 2025

Penulis
Clara Susana Tulle
PO5303201220810

DAFTAR ISI

COVER	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	xi
BAB I.....	14
PENDAHULUAN.....	14
1.1 Latar belakang.....	14
1.2 Rumusan Masalah	16
1.3 Tujuan Penelitian	16
1.3.1 Tujuan Umum	16
1.3.2 Tujuan khusus	16
1.4 Manfaat Penelitian	16
1.4.1 Manfaat teoritis	16
1.4.2 Manfaat praktis.....	17
BAB II	18
TINJAUAN PUSTAKA.....	18
2.1 KONSEP PENYAKIT	18
2.1.1 Pengertian dan Jenis	18
2.1.2 Faktor Risiko	20
2.1.3 Patofisiologis	20
2.1.4 Komplikasi Akut dan Kronis	21
2.1.5 Diagnosis dan Manajemen	22
2.2 KONSEP DISSTRES DIABETES.....	23
2.2.1 Pengertian Distres Diabetes	23
2.2.2 Hubungan Antara Stres dan Diabetes	23

2.2.3 Gejala Diabetes Distres	24
2.2.4 Faktor Risiko Distres Diabetes.....	24
2.2.5 Dampak Distres diabetes	26
2.2.6 Perubahan Gaya Hidup Sebagai Strategi Pengelolaan Distres	26
2.2.7 Perilaku penderita DM dalam menangani distress.....	27
2.2.8 Intervensi	28
2.1 Kerangka Teori.....	29
BAB 3	30
METODE PENELITIAN	30
3.1 Jenis Penelitian.....	30
3.2 Subjek Penelitian	30
3.3 Fokus penelitian	30
3.4 Defenisi Operasional Penelitian.....	31
3.5 Partisipan Penelitian.....	32
3.6 Instrumen Penelitian.....	33
3.7 Metode Pengumpuln data.....	35
3.8 Etika Penelitian	37
BAB 4	38
4.1 Hasil penelitian	38
4.1.1 Gambaran umum Lokasi penelitian	38
4.1.2 Gambaran penelitian	38
4.1.3 Gambaran umum subjek penelitian.....	39
4.1.4 Mengidentifikasi Tingkat disstres penderita diabetes melitus tipe 2 sebelum diberikan terapi Cognitive Behavioral therapy (CBT).....	40
4.1.5 Mengidentifikasi Tingkat disstres penderita diabetes melitus tipe 2 setelah diberikan terapi Cognitive Behavioral therapy (CBT)	43
4.1.6 Menggambarkan perubahan Tingkat disstres setelah diberikan terapi Cognitive Behavioral therapy (CBT)	47
4.2 Pembahasan	48
4.2.1 Mengidentifikasi Tingkat disstres penderita diabetes melitus tipe 2 sebelum diberikan terapi Cognitive Behavioral Therapy (CBT).....	48
4.2.2 Mengidentifikasi Tingkat disstres penderita diabetes melitus tipe 2 setelah diberikan terapi Cognitive Behavioral Therapy (CBT).....	50

4.2.3 Menggambarkan perubahan Tingkat disstres setelah diberikan terapi Cognitive Behavioral Therapy (CBT)	52
BAB 5	54
5.1 Kesimpulan	54
5.1.1 Mengidentifikasi Tingkat disstres penderita diabetes melitus tipe 2 sebelum diberikan terapi Cognitive Behavioral Therapy(CBT).....	54
5.1.2 Mengidentifikasi Tingkat disstres penderita diabetes melitus tipe 2 setelah diberikan terapi Cognitive Behavioral Therapy (CBT).....	54
5.1.3 Menggambarkan perubahan Tingkat disstres setelah diberikan terapi Cognitive Behavioral Therapy (CBT)	55
5.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	59