



**STRATEGI KEPATUHAN EMPAT PILAR PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS DI RSU FASTABIQ SEHAT
PKU MUHAMMADIYAH PATI**

KARYA KINERJA

OLEH :

SINTHA PUTRI NAWASABILA

NIM. 017241032

Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB.

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

TAHUN 2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Kinerja Berjudul :

**STRATEGI KEPATUHAN EMPAT PILAR PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS DI RSU FASTABIQ SEHAT
PKU MUHAMMADIYAH PATI**

Oleh :

SINTHA PUTRI NAWASABILA

017241032

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 28 Juli 2025

Pembimbing



Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB.

NIDN. 0619047703

LEMBAR PERSETUJUAN

1. Judul : Strategi Kepatuhan Empat Pilar pada Penderita Diabetes Melitus di
RSU Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati
2. Mahasiswa Pelaksana :

Nama	: Sintha Putri Nawasabila
NIM	: 017241032
Program Studi	: S1 Keperawatan
Fakultas	: Kesehatan
No. HP	: 081215572236
Email	: sinhaputri217@gmail.com
3. Instansi Bekerja : RSU Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati
4. Lama Bekerja : 4 tahun

Ungaran, 28 Juli 2025

Mengetahui,

Dosen Pembimbing



Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB.

NIDN. 0619047703

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Kinerja Berjudul :

**STRATEGI KEPATUHAN EMPAT PILAR PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS DI RSU FASTABIQ SEHAT
PKU MUHAMMADIYAH PATI**

Oleh :

SINTHA PUTRI NAWASABILA

017241032

Telah dipertahankan dan diujikan didepan Tim Penguji Karya Kinerja Program
Studi SI Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Selasa

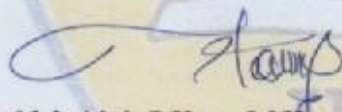
Tanggal : 5 Agustus 2025

Ketua/Pembimbing Utama



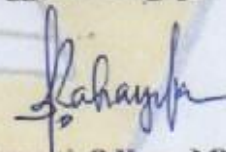
Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB.
NIDN. 0619047703

Anggota/ Penguji 1



Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB.
NIDN. 0629037605

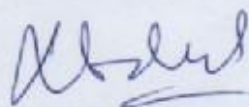
Anggota/ Penguji 2



Ns. Suwanti, S.Kep., MNS.
NIDN. 0618127701

Mengetahui

**Ketua Program Studi
SI Keperawatan Kesehatan**



Dr. Ns. Abdul Wakhid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J.
NIDN. 0602027901



Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya,

Nama : Sintha Putri Nawasabila

NIM : 017241032

Program Studi/Fakultas : Sarjana Keperawatan/Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya kinerja berjudul “**STRATEGI KEPATUHAN EMPAT PILAR PADA PENDERITA DIABETES MELITUS DI RSU FASTABIQ SEHAT PKU MUHAMMADIYAH PATI**” adalah hasil karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Karya kinerja ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Karya kinerja ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing



Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB.

NIDN. 0619047703

Ungaran, Juli 2025

Yang membuat pernyataan



Sintha Putri Nawasabila

NIM. 017241032

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sintha Putri Nawasabila

NIM : 017241032

Program Studi/Fakultas : Sarjana Keperawatan/Kesehatan

Menyatakan memberikan kewenangan kepada kampus Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media atau formatkan, merawat dan mempublikasikan karya kinerja saya dengan judul **“STRATEGI KEPATUHAN EMPAT PILAR PADA PENDERITA DIABETES MELITUS DI RSU FASTABIQ SEHAT PKU MUHAMMADIYAH PATI”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 17 Juli 2025

Yang membuat pernyataan



Sintha Putri Nawasabila

017241032

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Kesehatan
Laporan Tugas Akhir Program RPL, Juli 2025
Sintha Putri Nawasabila
017241032

**STRATEGI KEPATUHAN EMPAT PILAR PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS DI RSU FASTABIQ SEHAT
PKU MUHAMMADIYAH PATI**

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Jika tidak ditangani dengan tepat, diabetes melitus dapat menyebabkan komplikasi serius seperti gagal ginjal, serangan jantung, amputasi, dan kerusakan saraf. Tujuan dari karya kinerja ini adalah mengembangkan metode edukatif melalui buku saku sebagai strategi untuk meningkatkan kepatuhan terhadap empat pilar pengelolaan diabetes melitus, yaitu kepatuhan diet, olahraga, kontrol gula darah, dan minum obat. Metode yang digunakan adalah pemberian buku saku kepada 30 pasien diabetes melitus yang menjalani rawat jalan di RSU Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati. Kegiatan dilaksanakan selama satu bulan, dengan evaluasi membandingkan hasil kepatuhan pasien sebelum dan sesudah intervensi. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan pada seluruh aspek kepatuhan pasien, yakni diet, olahraga, kontrol gula darah, dan minum obat, dengan nilai $p < 0,05$. Buku saku terbukti efektif sebagai media edukasi yang membantu pasien dalam memahami dan menjalankan kepatuhan empat pilar diabetes melitus secara mandiri dan konsisten. Disarankan agar media edukasi serupa dapat dikembangkan lebih lanjut serta digunakan secara luas di fasilitas pelayanan kesehatan sebagai sarana promosi kesehatan untuk mendukung pengelolaan penyakit kronis seperti diabetes melitus.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Buku Saku, Edukasi, Kepatuhan, Empat Pilar

Ngudi Waluyo University
SI Nursing Study Program
Faculty of Health
Final Project Report of RPL Program, July 2025
Sintha Putri Nawasabila
017241032

**FOUR-PILLAR COMPLIANCE STRATEGY FOR DIABETES MELLITUS
PATIENTS AT FASTABIQ SEHAT GENERAL HOSPITAL
PKU MUHAMMADIYAH PATI**

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a group of metabolic diseases characterized by hyperglycemia that occurs due to abnormalities in insulin secretion, insulin action, or both. If not properly managed, diabetes mellitus can lead to serious complications such as kidney failure, heart attacks, amputations, and nerve damage. The purpose of this performance work is to develop an educational method through a pocket book as a strategy to improve compliance with the four pillars of diabetes mellitus management, namely adherence to diet, exercise, blood sugar control, and taking medication. The method used was the provision of pocket books to 30 diabetes mellitus patients undergoing outpatient care at Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati Hospital. The activity was carried out for one month, with an evaluation comparing the results of patient compliance before and after the intervention. The results of the activity showed a significant increase in all aspects of patient compliance, namely diet, exercise, blood sugar control, and taking medication, with a p value <0.05. The pocket book proved effective as an educational medium that helps patients understand and carry out compliance with the four pillars of diabetes mellitus independently and consistently. It is recommended that similar educational media can be further developed and widely used in health care facilities as a means of health promotion to support the management of chronic diseases such as diabetes mellitus.

Keywords: Diabetes Mellitus, Pocket Book, Education, Compliance, Four Pillars

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



A. Identitas Diri

Nama : Sintha Putri Nawasabila
Tempat/Tanggal lahir : Pati, 15 Juli 2000
Agama : Islam
Status : Belum Menikah
Alamat : Ds. Angkatanlor Rt.02, Rw.01, Kec. Tambakromo,
Kab. Pati, Jawa Tengah.
Kode Pos 59174
Email : sinhaputri217@gmail.com
No. HP : 081215572236

B. Riwayat Pendidikan

1. SD Negeri Angkatanlor 03 tahun 2006 - 2012
2. SMP Negeri 1 Gabus tahun 2012 - 2015
3. SMA Negeri 2 Pati tahun 2015 - 2018
4. Diploma III Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Semarang tahun 2018-2021
5. Universitas Ngudi Waluyo tahun 2024 – Sekarang

C. Riwayat Pekerjaan

RSU Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati (tahun 2021 – Sekarang)

D. Data Orang Tua

Nama Ayah : Suwaji
Pekerjaan : Petani
Nama Ibu : Kunarti
Pekerjaan : Wiraswasta

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir Program RPL tepat pada waktunya. Laporan Tugas Akhir Program RPL ini berjudul “Strategi Kepatuhan Empat Pilar pada Penderita Diabetes Melitus di RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati”. Selama proses penyelesaian tugas akhir ini penulis telah mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Subiyantono, M.Hum. selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan yang telah memberikan izin penelitian.
3. Dr. Ns. Abdul Wachid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan yang selalu memotivasi untuk penyelesaian tugas akhir karya kinerja.
4. Dr. Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan motivasi dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Ns. Faridah Aini, S.Kep., M.Kep., Sp.KMB. selaku penguji I yang telah meluangkan waktunya untuk menguji.
6. Ns. Suwanti, S.Kep., MNS. selaku penguji II yang telah meluangkan waktunya untuk menguji.
7. dr. Desatya Rossa Amygha, MM selaku Direktur Utama RSUD Fastabiq Sehat PKU Muhammadiyah Pati yang telah memberikan izin untuk meneliti.
8. Ibu Ety Puji Astuti, S. Kep., Ns selaku kepala ruang rawat inap 3 yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada penulis.
9. Para dosen Universitas Ngudi Waluyo Program Studi Sarjana Keperawatan yang telah memberikan ilmu dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
10. Seluruh staf dan karyawan Universitas Ngudi Waluyo Program Studi Sarjana Keperawatan.

11. Bapak, ibu, dan kakak tercinta yang senantiasa melimpahkan kasih sayang, perhatian, doa, ikhtiar, semangat dan motivasi serta telah memberikan segala bentuk dukungan dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
12. Rekan-rekan seperjuangan RPL Batch IV Program Studi Sarjana Keperawatan yang telah berjuang bersama untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
13. Semua pihak yang penulis tidak bisa sebutkan satu-persatu yang telah membantu dalam penyelesaian tugas akhir ini.

Demikian yang dapat penulis sampaikan pada kesempatan ini, penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan tugas akhir ini masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk menyempurnakan laporan tugas akhir ini. Semoga laporan tugas akhir ini bisa bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Pati, 07 Mei 2025

Penulis



Sintha Putri Nawasabila

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR GRAFIK	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Lingkup Pengabdian Dan Pengembangan	5
C. Tujuan Tugas Akhir Program RPL	5
D. Manfaat Tugas Akhir Program RPL	6
BAB II TINJAUAN TEORI	7
A. Profil Tempat Bekerja.....	7
B. Struktur Organisasi Tempat Bekerja.....	9
C. Deskripsi Pekerjaan Mahasiswa di Lokasi Bekerja.....	10
D. Teori-teori yang Berkaitan dengan Diabetes Melitus	11
BAB III KINERJA PENGABDIAN DAN PENGEMBANGAN.....	27
A. Kinerja Pengabdian.....	27
B. Kinerja Pengembangan.....	29
BAB IV PEMBAHASAN.....	36
BAB V PENUTUP.....	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kadar tes laboratorium darah untuk diagnosis diabetes dan pre diabetes	17
Tabel 3. 1 Definisi operasional.....	32
Tabel 3. 2 Perubahan perilaku kepatuhan empat pilar pada pasien diabetes melitus	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3. 1 Buku saku kepatuhan empat pilar diabetes melitus	30
Gambar 3. 2 Penerapan kepatuhan empat pilar diabetes melitus.....	31

DAFTAR GRAFIK

Halaman

Grafik 3. 1 Perilaku kepatuhan diet.....	34
Grafik 3. 2 Perilaku kepatuhan olahraga (aktivitas fisik)	34
Grafik 3. 3 Kadar gula darah.....	35
Grafik 3. 4 Perilaku kepatuhan minum obat	35

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I** Surat Permohonan Izin Penelitian dan Mencari Data
- Lampiran II** Lembar Kuesioner Kepatuhan Diet DM (Pengaturan Makan)
- Lampiran III** Lembar Kuesioner Kepatuhan Olahraga (Aktivitas Fisik)
- Lampiran IV** Lembar Hasil Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu
- Lampiran V** Lembar Pemantauan Minum Obat
- Lampiran VI** Master Tabel Kepatuhan Diet
- Lampiran VII** Master Tabel Kepatuhan Olahraga
- Lampiran VIII** Master Tabel Kontrol gula darah
- Lampiran IX** Master Tabel Kepatuhan Minum Obat
- Lampiran X** Pengolahan Data
- Lampiran XI** Dokumentasi
- Lampiran XII** Link Buku Saku Kepatuhan Empat Pilar Diabetes Melitus
- Lampiran XIII** Link Video Luaran Karya Kinerja
- Lampiran XIV** Lembar Konsultasi/Bimbingan