

ISSN 2963-6000



PROCEEDING OF

**International Seminar
on Social, Humanities, and
Malay Islamic Civilization**

Volume 1, 2022

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN FATAH PALEMBANG

**Proceeding of International Seminar on Social, Humanities,
and Malay Islamic Civilization
(ISSHMIC)
Volume 1, 2022**

Tema:

**“Contributing of Islamic Malay for Sustainable Recovery in the Life
After the Pandemic”**

**Palembang, 1st – 2nd Desember 2022
Gedung Theater Lt. 4 Perpustakaan Pusat
Kampus B UIN Raden Fatah**

Editor:

**Dr. Abdur Razzaq, MA
Fahmi, M.Pd.I**

Penerbit:

**Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang
Kampus A Jl. Prof. KH. Zainal Abiding Fikry No. 3.5 Palembang 30126
Kampus B Jl. Pangeran Ratu Kel. 8 Ulu Kec. Jakabaring Kota Palembang 30252
e-Mail: isshmic@radenfatah.ac.id
Website: <http://radenfatah.ac.id/>**

Proceeding of International Seminar on Social, Humanities, and Malay Islamic Civilization (ISSHMIC)

Tema:

“Contributing of Islamic Malay for Sustainable Recovery in the Life After the Pandemic”

Steering Committee

Prof. Dr. Nyayu Khodijah, M.Si
Dr. Muhammad Adil, M.A
Dr. Abdul Hady, M.Ag
Dr. Hamidah, M.Ag
Dr. Abd. Rasyid, M.Ag
Drs. H. Jumari Iswadi, M.M

Susunan Panitia

Dr. Irham Falahudin, S.Pd, M.Si
Dr. Ema Yudiani, S.Psi., M.Si., Psikolog
Susi Herti Afriani, S.S., M.Hum., Ph.D
Fatah Hidayat, S.Ag., M.Pd.Ii
Manalullaili, S.Pd., M.Ed
Dr. Annisa Astrid, M.Pd
Anita Trisiah, S.Pd., M.Sc
Dr. Helen Sabera Adib, M.Pd.I
Rusmala Santi, M.Kom
Puji Edi Purnomo, S.Sos.I., M.Hum
Betty, S.Ag., M.Ag
Dr. Abdur Razzaq, MA
Fahmi, M.Pd.I

Reviewer:

Prof. Kamaruzzaman Yusoff
Prof. Dr. Wan Zailan Wan Kamaruddin Ali
Prof. Dr. Badlihisam Mohd. Nasir
Prof. Dr. Sohirin Solihin

Editor:

Dr. Abdur Razzaq, MA
Fahmi, M.Pd.I

Desain Cover:

Binar Azwar Anas Harfian, M.Pd

ISSN 2963-6000

Penerbit:

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang
Kampus A Jl. Prof. KH. Zainal Abiding Fikry No. 1 KM 3.5 Kota Palembang 30126
Kampus B Jl. Pangeran Ratu Kel. 8 Ulu Kec. Jakabaring Kota Palembang 30252
e-Mail: isshmic@radenfatah.ac.id
Website: <http://radenfatah.ac.id/>

SUSUNAN DEWAN REDAKSI

Proceeding of International Seminar on Social, Humanities, and Malay Islamic Civilization (ISSHMIC)

Tema:

“Contributing of Islamic Malay for Sustainable Recovery in the Life After the Pandemic”

Steering Committee

Prof. Dr. Nyayu Khodijah, M.Si
Dr. Muhammad Adil, M.A
Dr. Abdul Hady, M.Ag
Dr. Hamidah, M.Ag
Dr. Abd. Rasyid, M.Ag
Drs. H. Jumari Iswadi, M.M

Susunan Panitia

Dr. Irham Falahudin, S.Pd, M.Si
Dr. Ema Yudiani, S.Psi., M.Si., Psikolog
Susi Herti Afriani, S.S., M.Hum., Ph.D
Fatah Hidayat, S.Ag., M.Pd.II
Manalullaili, S.Pd., M.Ed
Dr. Annisa Astrid, M.Pd
Anita Trisiah, S.Pd., M.Sc
Dr. Helen Sabera Adib, M.Pd.I
Rusmala Santi, M.Kom
Puji Edi Purnomo, S.Sos.I., M.Hum
Betty, S.Ag., M.Ag
Dr. Abdur Razzaq, MA
Fahmi, M.Pd.I

Keynote Speakers:

Prof. Dr. Nyayu Khodijah, M.Si, UIN Raden Fatah Palembang
Prof Jamaliah Said-Director of Accounting Research Institute, UiTM Malaysia
Prof. Dr. Koentjoro, PhD-Gadjah Mada University
Prof. Landry Signe, PhD-Thunderbird School of Global Management, Arizona State University
Prof. Dr. Ahmad M. Al-Saad, Yarmouk University, Jordan
Prof Dr. Muhammad Anshari bin Ali, Universiti Brunei Darussalam
Prof Duski Ibrahim, UIN Raden Fatah Palembang
Assoc Prof Thareq Al-Azzamy, Balqa Applied University, Jordan
Dr. Zuhdiyah, UIN Raden Fatah Palembang

Reviewer:

Prof. Kamaruzzaman Yusoff
Prof. Dr. Wan Zailan Wan Kamaruddin Ali
Prof. Dr. Badlihisam Mohd. Nasir
Prof. Dr. Sohirin Solihin

Editor:

Dr. Abdur Razzaq, MA
Fahmi, M.Pd.I

KATA PENGANTAR

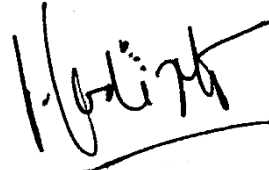
Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Puji dan syukur kita panjatkan kepada ALLAH SWT yang telah memberikan rahmat dan berkah-Nya sehingga kita dapat menyelesaikan penyelenggaraan kegiatan *The International Seminar on Social, Humanities, and Malay Islamic Civilization (ISSHMIC)* ke-8 dengan tema **“Contribution of Islamic Malay for Sustainable Recovery in Life after the Pandemic”** pada tanggal 1-2 Desember 2022, yang mana kegiatan ini telah terselenggara tiap tahunnya sejak tahun 2014.

Seminar yang mendunia ini merupakan bagian dari upaya UIN Raden Fatah Palembang dalam mengimplementasikan Visi Internasionalnya, sekaligus menekankan kekhasan universitas sebagai pusat studi peradaban Islam Melayu dengan menunjukkan komitmen Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang untuk meningkatkan pembahasan, distribusi & publikasi hasil penelitian dalam berbagai tema di ranah ilmu agama, ilmu sosial, dan humaniora yang kian meningkat pesat. Selain itu, seminar ini telah menjadi ajang musyawarah bagi para pakar, peneliti, ilmuwan, dan akademisi untuk mengajukan alternatif jawaban atas tantangan agama, sosial, dan kemanusiaan di era milenial ini.

Berbagai diskusi dalam seminar ini adalah upaya untuk mengumpulkan pengetahuan yang komprehensif dan meningkatkan pemahaman tentang wacana intelektual Islam dan aktualisasinya. Pengetahuan ini kemudian digunakan untuk mengkaji dan mempelajari nilai-nilai dan pemikiran Islam yang membentuk peradaban Islam di era milenial. Capaian akhir dari pengetahuan ini yaitu memperoleh apresiasi terhadap kekritisian dalam mengaktualisasikan nilai-nilai dan pemikiran Islam di era milenial.

Akhir kata, saya mengucapkan terima kasih kepada semua yang terlibat dalam penyelenggaraan kegiatan *The International Seminar on Social, Humanities, and Malay Islamic Civilization (ISSHMIC)* ke-8 ini sehingga kegiatan ini menjadi lancar dan sukses. Kiranya penyelenggaraan kegiatan ini bermanfaat bagi masyarakat akademik dan masyarakat umum secara luas serta menjadi tolak ukur yang baik bagi penyelenggaraan seminar ISSHMIC ditahun-tahun yang akan datang.

Rektor UIN Raden Fatah Palembang



Prof. Dr. Nyayu Khodijah, S.Ag., M.Si.

Program Schedule**ISSHMIC 8th 2022****"Contributions of Islamic Malay for Sustainable Recovery in Life After the Pandemic"****Day 1 _December 1st, 2022**

Time	Programs	Details
08.30-09.00	Registration	Inc. preparation
09.00-10.00	Opening ceremony	Opening
		Al-Quran recitation
		Do'a
		Traditional performance (Tari daerah)
		Welcoming remarks inc. opening the conference
		Closing
10.00-10.15	Break	Snacks for on-site participants (inc. preparation for the conference)
10.15-12.00	Conference Day 1	Opening
		Speaker 1_ Prof. Dr. Nyayu Khadijah, S.Ag., M.Si., Rector of UIN Raden Fatah Palembang
		Speaker 2_ H.E. Zuhairi Misrawi, Indonesian Ambassador for Tunis
		Speaker 3_ Prof. Jamaliah Said, Accounting Research Institute, UiTM Malaysia
		Speaker 4_ Prof. Drs. Koentjoro, M.BSc., Ph.D. Psikolog, UGM, Indonesia
		Speaker 5_ Prof. Dr. Ahmad M. Al-Saad, Yarmouk University, Jordan
		Question and answer sessions
12.00-13.00	Break	Lunch
13.00-16.30	Parallel session	Theme 1: Law in Malay World after the Pandemic
		Theme 2: A New Culture of Learning After the Pandemic in Malay Society
		Theme 3: Islamic Thought for Sustainable Recovery in Life after the Pandemic
		Theme 4: Business Sustainability and Economic Recovery for Social Resilience after the Pandemic
		Theme 5: Cultural Adaptation for Malay Civilization after the Pandemic

		Theme 6: Interdisciplinary Issues in the Development of Dakwa and Communication in Islamic Malay after the Pandemic
		Theme 7: Scientific Implementation of Information and Digitalization Systems of Halal Food Technology toward Halal Industry in Life after the Pandemic
		Theme 8: Transformation of Social-Political Ethics and Communication after the Pandemic
		Theme 9: Psychological Adaptation and Mental Health for Sustainable Recovery in Life after the Pandemic
		Theme 10: Strengthening Exploration of Malay Local Manuscripts as a Contribution to the development of Islamic Studies in Indonesia
16.30-17.00	Closing Day 1	Wrap up day 1

Day 2 December 2nd, 2022

Time	Programs	Details
08.00-08.30	Preparation	Online and offline speakers and participants are ready
08.30-10.30	Conference Day 2	Opening
		Speaker 1_ Prof. Landry Signe_Thunderbird School of Global Management
		Speaker 2_ Prof. Dr. Muhammad Anshari bin Ali, Universiti Brunei Darussalam
		Speaker 3_ Prof. Dr. Duski Ibrahim, M.Ag
		Speaker 4_ Assoc. Prof. Thareq Al-Azzamy, Balqa Applied University, Jordan
		Speaker 5_Dr. Zuhdiyah, M.Ag
		Question and answer sessions
10.30-11.30	Closing ceremony	Opening
		Closing remarks
		Doa
		Closing

**Proceeding of
International Seminar on Social, Humanities,
and Malay Islamic Civilization (ISSHMIC)
Volume 1, 2022**

DAFTAR ISI

i	Cover
iii	Sambutan Rektor
iv	Program Schedule
ix	Daftar Isi
001 – 010	Analisis RUU Kuhp Pasal 411 Tentang Tindak Pidana Perzinaan Apriyanti
011 – 021	Peranan Hukum Islam dalam Penyesuaian Adat Pernikahan Masyarakat Melayu Sumatera Selatan Terhadap Pandemi Covid-19 Eti Yusnita
022 – 044	Hukum Islam Tentang Zakat Serikat Usaha di Dunia Melayu Pasca Pandemi Husin Bafadhal
045 – 056	Manipulasi Budaya Terhadap Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kasus pada Perempuan Melayu Kota Palembang) Qodariah Barkah dan Andriyani
057 – 071	Eskalasi Perkawinan Masyarakat Melayu Pada Masa New Normal di Kota Palembang Sri Asmita dan Muhammad Sarip
072 – 080	Problematika Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 Studi Kasus: Mahasiswa Ushuluddin dan Pemikiran Islam UIN Raden Fatah Palembang Fifin dan Apriliah
081 – 095	Implementasi Pendidikan Karakter Anak Melalui Budaya Melayu Riau dalam Perspektif QS.Luqman Ayat 12-19 Mawar Rahmadita dan Patur Rahman
096 – 107	Implementasi Pembelajaran PAI Pada Masa Pandemi Covid-19 Nurbuana
108 – 115	Hubungan Antara Social Comparison dengan Self-Presentation Pengguna Instagram pada Mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang Saptawita Hasna Mumpuni dan Sarah Afifah
116 – 120	Syarofal Anam dalam Perspektif Buya Hamka Tafsir Al- Azhar (Q.S An-Nahl ayat: 6) Annisatul Munawarah dan Pathurrahman
121 – 133	The Role of South Sumatra Muhammadiyah Regional Leaders in Preventing Covid-19 Hoaxes Among Muhammadiyah Members Binar Azwar Anas Harfian dan Etty Nurmala Fadillah

- 134 – 138 Peran Pemikiran Islam dalam Pemulihan Pasca Covid-19
Nazarmanto
- 139 – 148 Metaphysics of Difficulty and Human Existence (Reflections After the Pandemic Through Martin Buber's Philosophy)
Syefriyeni
- 149 – 158 Manajemen Bangkit Menurut Pesan Nabi
Uswatun Hasanah
- 159 – 168 Asyafina as Educational Technology Innovation - Solutions During and After the Covid-19 Pandemic
Muhammad Abdul Rohman dan Nurfala Safitri
- 169 – 176 Islamic Social Finance-Innovative Finance to Scale Up Finance in Indonesia After Pandemic Disease
Nurfala Saftri, Rika Lidyah dan Titin Hartini
- 177 – 190 Analisis Strategi Pengembangan Lembaga Keuangan Pasca Konversi dengan Metode Analisis SWOT
Lilik Wahyu Prastyo, Deky Anwar dan Siti Mardiah
- 191 – 196 The Role of Accelerating Digital Transformation for Business Sustainability and Economic Recovery for MSMEs in Palembang City After the Pandemic
Safitri Asrol, Rika Lidyah dan Titin Hartini
- 197 – 210 Viral Marketing Sebagai Alternatif Strategy Pemasaran Thrifting Pada Second Woman Store Bengkulu
Sepriadi Saputra, Fera Indasari dan Ida Anggriani
- 211 – 219 Peran K.H. Zen Syukri Terhadap Pelestarian Bahasa Melayu Palembang
Adinda Rahma, Ayu Sholeha dan Deddy Ilyas
- 220 – 227 Korelasi Makna Gerak Tabur Bunga dalam Tari Gending Sriwijaya dengan Hadis Pengamalan Ilmu
Apriliah dan Fifi
- 228 – 235 Kultur dan Tradisi Nyimah di Desa Petaling (Studi Living Hadis)
Dafis Heriansyah
- 236 – 239 Baju Kurung
Fahmi Azzaki
- 240 – 247 Hadis Nabi dan Pemberian Gelar Pada Pernikahan di Minangkabau
Idris Agus Wan Saputra
- 248 – 256 Kesenian Melayu DulMuluk
Intan Kaswari Pramujia
- 257 - 266 Tradisi Adat Pernikahan Melayu Jambi dalam Perspektif Hadis

Jingga Larasati

- 267 – 281 Peluruak in Rejang Traditional Bleket Marriage in Duku Ilir Post-Pandemic
Laras Shesa dan Soleha
- 282 - 289 Hubungan Nilai-Nilai Islam dengan Budaya Melayu Jambi
Mita Anggraini dan Pathur rahman
- 290 – 301 Karakter Islam Dalam Budaya Melayu Riau (Studi Kasus Nilai Filosofis Malu)
Nurul Hidayah, Andika Putra dan Yulian Rama Pri Handiki
- 302 – 309 Rekonstruksi Peradaban Melayu Palembang di Era Kontemporer
Putri Nabila dan John Supriyanto
- 310 – 318 Tradisi Ziarah Kubur Orang Melayu dalam Perspektif Islam
Putri Nila Sari
- 319 – 328 Eksistensi Budaya Melayu dalam Tradisi Gotong Royong Bemasak di Desa Riding Kabupaten Ogan Komering Ilir
Ramita
- 329 – 339 Implementasi Masyarakat Melayu dalam Proses Islamisasi di Indonesia
Sundari Agusriana dan Eko Zulfikar
- 340 – 350 Prediktor Resiliensi pada Mahasiswa Tahun Pertama Pasca Pandemi
Yuli Widiningsih, Muamar Zulmi dan Ahyani Radhiani Fitri
- 351 – 362 The Certification of Islamic Preacer (*Da'i*) in Indonesia; The Contestation between Government and Non-Government Religious Organizations
Achmad Syarifudin, Yopi Kusmiati dan Hamidah
- 363 – 370 The Impact of Social Media For Low Motivation Students (A Teaching Journey After Pandemic; At Dakwah And Communication Faculty Uin Raden Fatah Palembang)
Manalullaili
- 371 – 374 Dakwah dan Prosa di Pondok Nurul Wathan Memaknai nilai hikayat Jebakan Abu Lahab terhadap Nabi
Mohd Aji Isnaini
- 375 – 380 Peran Retorika dalam Penyampaian Dakwah
Muzaiyanah
- 381 – 386 Smart Dakwah di Era Masyarakat 5.0
Suryati
- 387 – 395 Peran Strategis Lembaga Pendamping Proses Produk Halal untuk Peningkatan Sertifikasi Halal Bagi Umkm Melalui Program Self Declare “SEHATI”
Irham Falahudin, Gusemelia Testiana, Syarifah, Delia Yusfarani Rachmania dan Sri Delasmi Jayanti

- 396 – 423 *Work Stress* Dimasa Pandemi Covid-19 dengan *Counterproductive Work Behaviour* pada Guru UPT SMA Negeri 3 Palembang
Aman Syahputra Nasution dan Listya Istiningtyas
- 424 – 436 *Self-Compassion* sebagai prediktor *Health-Related Quality of Life* pada Orang Dengan Diabetes Tipe II
Anggia Kargenti Eva Nurul Marettih·Nadhiya Islamey Rambey dean Ikhwanisifa
- 437 – 445 Gambaran Penerapan Protokol Kesehatan Terkait Covid 19 pada Siswa MTs PKP Jakarta Islamic School
Ella Agustin, Nadirahilah dan Lusianah
- 446 – 452 *Academic Engagement* Mahasiswa Pasca Pandemi Ditinjau Dari Kebersyukuran dan Penyesuaian Diri
Ema Yudiani, Siti Khosiyah dan Jesyia Meyrinda
- 453 – 458 Phenomenon of Socio-Psychological Effects after the COVID-19 Pandemic on the Young Generation
Eraskaita Ginting
- 459 – 467 Positive Emotions in Learning Improve Student Well-Being
Itryah
- 468 – 485 Bagaimana Psikolog Mengaplikasikan Nilai Islam dalam Praktik Psikologi?
Libbie Annatagia
- 486 – 502 Bimbingan Rohani Keislaman dalam Meningkatkan Motivasi Sembuh pada Penderita *Acute Lymphoblastic Leukimia (ALL)*
Muhamad Afdoli Ramadoni, Abdur Razzaq dan Adilah Zahra
- 503 – 513 Hubungan antara Semangat Kerja dengan Keselamatan Kerja pada Karyawan CV. Sumber Rezeki
Nada Aulia dan Ema Yudiani
- 514 – 528 Psikoedukasi Kesehatan Mental Era 5.0 Melalui Sosial Media: Analisis Akun Instagram @petualanganmenujusesuatu
Nadia Azkiya, Arjuna, Muhammad Adhim Rajasyah, Halimatussa'diyah dan Pathur Rahman
- 529 – 544 Hubungan Antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Kantor Kementerian Agama Kota Sekayu
Rifqi Hidayatullah dan Ema Yudiani
- 545 – 556 Fear of Missing Out Sebagai Prediktor Kecanduan Media Sosial pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Raden Fatah Palembang
Ulfah Melliani dan Sarah Afifah
- 557 – 566 Resilience, Motherhood, and Ph. D Studies After the Pandemic: Reflections of A Malay-Muslim International Student at Western Sydney University, Australia
Susi Herti Afriani

- 567 – 575 Dampak Covid-19 pada Kesehatan Mental Masyarakat: Literatur Review
Manah Rasmanah, Komaruddin dan Della Adelya
- 576 – 585 Kelakar Perspektif Tafsir Melayu (Studi analisis An-Nisa Ayat 148)
M. Yandri Abdillah dan Halimatussadiyah
- 586 – 603 Makna Pesan Lingkungan Hidup pada Pantun Masyarakat Uluan Sumatera Selatan
Yenrizal, Ahmad Muhaimin, dan Ikhsan Hasegaf
- 604 - 613 Islam dan Komunikasi Antarbudaya (Analisa Ritual “Sedekah Patut” pada Pengantin Baru di Desa Muara Telang Banyuasin)
Abdur Razzaq dan Muhammad Kopra

SELF-COMPASSION SEBAGAI PREDIKTOR HEALTH-RELATED QUALITY OF LIFE PADA ORANG DENGAN DIABETES TIPE II

Anggia Kargenti Eva Nurul Maretih¹, Nadhiya Islamey Rambey²
Ikhwanisifa³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau
anggia.kargenti@uin-suska.ac.id

Abstrak

Penyakit Diabetes Mellitus berkorelasi dengan penurunan kualitas hidup terutama yang berkaitan dengan kondisi kesehatan. Efek yang ditimbulkan dari penyakit dan pengobatan yang dijalani menyebabkan munculnya kekhawatiran yang menyebabkan munculnya perasaan tidak puas pada domain kesehatan fisik. Terganggunya domain fisik berdampak pada rendahnya *Health-related Quality of Life*. Salah satu prediktor *Health-Related Quality of Life* adalah *self-compassion*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peran *self-compassion* pada *Health-Related Quality of Life* pada orang dengan Diabetes Mellitus Tipe II. Subjek penelitian berjumlah 32 orang (L=15, P=17, Mean=49.86) yang ditentukan dengan *accidental sampling*, yang merupakan pasien rawat jalan di Rumah Sakit X di Kota Pekanbaru. Pengumpulan data menggunakan skala *self-compassion* ($\alpha=0,842$) dan *Short Form-36* ($\alpha=0,840$). Hasil uji regresi sederhana menunjukkan bahwa *self-compassion* mampu memprediksi *health-related quality of life* dengan $R=0,559$, $F=6,059$, $p=0,002$ ($p<0,005$). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *self-compassion* mampu memprediksi *health-related quality of life* pada orang dengan diabetes mellitus tipe II. *Mindfulness* merupakan komponen yang paling mampu memprediksi *health-related quality of life* dengan nilai $b=0.419$, $t=2,023$ dengan $p=0.049$ ($p<0.05$).

Kata Kunci: diabetes mellitus tipe-2, *health-related quality of life*, *self-compassion*,

Abstract

Diabetes Mellitus can reduce quality of life especially related to perceived health conditions. The effect from the diabetic condition and the medical treatment with in can causes the appearance of worries which is correlated in dissatisfaction in the domain of physical health. Disruption of the physical domain has an impact on the low Health-related Quality of Life. One of the predictors of Health-Related Quality of Life is self-compassion. The purpose of this study is to determine the role of self-compassion on Health-Related Quality of Life in people with Type II Diabetes Mellitus. Participants are outpatients at X Pekanbaru Hospital whose determined by accidental sampling with age range from 45-55 years (M=15, F=17, Mean=49.86). The research used the Self-Compassion Scale ($\alpha=0,842$) and Short Form-36 ($\alpha=0,840$). The regression analyze indicates that the role of self-compassion in health-related quality of life significantly in diabetic person, with the value $R=0,559$, $F=6,059$, $p=0,002$ ($p<0,005$). Besides, mindfulness is the one component of Self-compassion that is able to predict the health-related quality of life, than self-kindness and common humanity with a value of $b=0.419$, $t=2,023$, $p=0.049$ ($p<0.05$).

Keywords: *diabetes mellitus type II, health-related quality of life, self-compassion*

Pendahuluan

Diabetes Mellitus (DM) selanjutnya ditulis DM merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di seluruh dunia. Berdasarkan estimasi data *International Diabetes Federation* dan *World Health*

Organization, kasus DM di Indonesia tahun 2021 menempati urutan kelima tertinggi di dunia yaitu 19.5 juta jiwa dan diperkirakan penderita DM di Indonesia mencapai 30 juta jiwa pada tahun 2030 (CNN, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa akan terjadi peningkatan

prevalensi kasus DM di Indonesia. DM adalah penyakit kronis yang ditandai hiperglikemia ketika pankreas tidak memproduksi cukup insulin yang dibutuhkan tubuh, atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan (ADA, 2004; WHO, 2016).

Orang dengan DM cenderung lebih mudah stres (Derek *et al*, 2017). Peningkatan kadar gula disebabkan oleh gangguan metabolisme karbohidrat, protein, dan lemak sehingga menyebabkan komplikasi akut dan kronis sehingga tubuh menjadi rentan. Efek dari kerentanan ini menyebabkan DM menjadi kasus kematian tertinggi selama pandemi Covid-19 karena tidak mampu mengelola diabetesnya (Efendi, 2020; Mufarida, 2022). Kerentanan fisik menyebabkan munculnya perasaan yang tidak menyenangkan yang akan memengaruhi kualitas hidup. Menderita diabetes dalam jangka waktu lama dapat mengakibatkan komplikasi dan penurunan *Health-Related Quality of Life* (Sikdar, *et al*, 2010). *Health-Related Quality of Life* seterusnya ditulis HRQoL merupakan konsep turunan dari *Quality of Life* (Gurková, 2011). HRQoL dipandang sebagai ukuran status kesehatan yang dirasakan oleh individu (Karimi & Brazier, 2016). HRQoL dikaitkan dengan serangkaian hasil pengobatan yang dijalani pasien, dan umumnya berfokus pada defisit fungsi fisiknya (CDC, 2021).

HRQoL dilihat dari seberapa baik individu berfungsi dalam kehidupannya dan

kesejahteraan yang dirasakannya dalam domain fisik, mental, dan domain sosial kesehatan (Hays, 2008). Menurut Ware & Sherbourne (1992), domain HRQoL terdiri dari fungsi fisik, keterbatasan fisik, nyeri tubuh, kesehatan secara umum, vitalitas, fungsi sosial, keterbatasan emosional, dan kesehatan mental. Pada kasus Diabetes, domain fisik merujuk pada perubahan patofisiologis, gejala, defisit fungsional, atau status kesehatan yang dirasakan individu (Ferrans, 2005). Kesehatan fisik merupakan salah satu domain HRQoL yang terkena dampak paling besar dari penyakit diabetes (Gebremedhin, *et al*, 2019). Penelitian-penelitian terdahulu mengaitkan rendahnya HRQoL dengan tingginya angka kematian pada pasien DM Tipe 2 (Landman, *et al.*, 2010; Sikdar, *et al.*, 2010; Engstrom, *et al.*, 2019) dan rendahnya perawatan diri (Lolita & Andayani, 2017). Individu dengan HRQoL rendah merasakan sedikit rasa puas terhadap kehidupan yang berkaitan dengan kondisi kesehatannya, baik dari fisik, sosial, dan psikologis. Kondisi ini dapat dilihat dari kedelapan domain HRQoL yaitu fungsi fisik, keterbatasan fisik, nyeri tubuh, kesehatan secara umum, vitalitas, fungsi sosial, keterbatasan emosional, dan kesehatan mental (Ware & Sherbourne, 1992). Untuk itu, penting bagi untuk memiliki HRQoL yang baik.

Self-compassion merupakan salah satu bentuk strategi yang dapat meningkatkan HRQoL pada orang dengan Multiple Sclerosis (Nery-Hurwit, Yun, & Ebbeck (2017), remaja di

panti asuhan (Kawitri, *et al*, 2020). *Self-compassion* dapat digunakan untuk menghindari rendahnya HRQoL pada orang dengan diabetes. Orang dengan diabetes yang memiliki *self-compassion* tinggi akan dapat mengatasi kesulitan-kesulitan maupun hasil kesehatan yang buruk dengan lebih baik dibandingkan orang dengan diabetes yang memiliki *self-compassion* rendah, terutama dalam hal perawatan diri (Kim & Ko, 2018). Neff (2003) menjelaskan bahwa penilaian kognitif dan respon afektif dapat diarahkan kepada hal yang lebih positif melalui *self-compassion*. Brophy, *et al.* (2020) menjelaskan bahwa *self-compassion* meliputi proses yang kompleks antara kognitif, afektif, motivasi, dan perilaku individu yang nantinya berhubungan dengan relasi antar individu. Neff & Germer (2018) menjelaskan *self-compassion* sebagai sikap dalam mengasihi diri, tidak bersikap keras terhadap diri ketika menghadapi sebuah kegagalan ataupun kesulitan sehingga individu dapat memperlakukan diri sendiri sebaik mungkin, menerima sifat manusiawi yang dimiliki, menyadari sekaligus mempertimbangkan aspek-aspek yang ada pada diri sendiri.

Self-compassion terdiri dari enam komponen yaitu tiga komponen positif *self-kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*, serta tiga komponen negatif yaitu *self-judgment*, *isolation*, dan *overidentification* (Neff, 2003; 2009; 2018). Perilaku hangat dan baik pada diri sendiri, (*self-kindness*), memunculkan

sikap yang lebih memahami dan mengerti kondisi diri sehingga ada keinginan untuk meringankan beban sendiri. Hal ini menghindarkan individu dari sikap menghakimi diri sehingga dapat bertumbuh secara lebih positif dengan segala keterbatasan yang dimiliki. Kemudian, individu mampu melihat dan menerima kesulitan maupun kegagalan sebagai bagian dari dinamika kehidupan yang wajar (*common-humanity*). Neff (2011) menjelaskan bahwa individu yang memiliki sifat manusiawi terhadap kegagalan diri tidak akan mengembangkan pemikiran irasional, karena hal ini akan tidak menyebabkan individu merasa terputus dari dunia sekitar dan tidak merasa sendiri menghadapi kegagalan. Sejalan dengan hal ini Kim & Ko (2018) menjelaskan bahwa individu yang mampu melihat suatu kegagalan dan kesulitan adalah bagian alami dari kehidupannya sebagai manusia akan memiliki perasaan terhubung dengan orang lain pada saat mengalami kesulitan. Selanjutnya *mindfulness*, yaitu kemampuan individu dalam mempertahankan kesadaran yang berimbang akan perasaan dan pikiran yang menyakitkan (Neff, 2003). Kondisi *mindful* mendorong individu untuk tidak merenungkan aspek negatif yang ada dalam dirinya lebih jauh, sehingga lebih objektif dalam memandang sesuatu dan tidak melakukan *over-identification* (Neff, 2003). Individu yang *mindful* tidak akan terbawa suasana atau tenggelam ke dalam reaksi-reaksi emosional yang cenderung negatif sehingga akan mengaburkan realitas yang ada.

Neff & Germer (2018) menjelaskan orang dengan *self-compassion* yang tinggi cenderung lebih bahagia, memiliki kualitas hidup yang baik, motivasi yang tinggi, serta hubungan dan kesehatan fisik yang lebih baik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Kawitri dkk (2017) serta penelitian Rambey (2022) yang menemukan bahwa *self-compassion* memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan *HRQoL*. Dengan kata lain, bersikap baik pada diri, bersifat manusiawi, dan memiliki kesadaran penuh dalam setiap pengalaman akan membentuk kontrol diri yang positif sehingga mempengaruhi bagaimana orang dengan diabetes memandang kehidupannya dan kemudian mampu menyesuaikan diri dengan cara-cara yang positif.

Dalam penelitian ini diasumsikan bahwa, orang dengan DM yang memiliki kemampuan mengasahi diri, peduli terhadap efek yang ditimbulkan dari penyakit diabetes dan efek dari pengobatannya serta dapat menerima kenyataan yang tidak menyenangkan terkait penyakitnya sebagai bagian dari proses kehidupan yang harus dilalui. Hal ini akan membangun pemahaman terhadap apa yang terjadi pada diri secara lebih objektif, sehingga akan memengaruhi cara pandang dan penilaian subjektif individu terhadap *HRQoL*nya. *Self-compassion* memiliki peran yang positif terhadap rasa puas individu pada fungsi fisik, keterbatasan fisik, nyeri tubuh, kesehatan secara umum, vitalitas, fungsi sosial, keterbatasan emosional, dan kesehatan

mentalnya sebagai seseorang yang menderita diabetes, sehingga individu tetap merasakan sejahtera walau kondisi yang rentan.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional adalah tipe penelitian bertujuan untuk mengetahui dan menginvestigasi ada tidaknya hubungan antar dua lebih variabel sehingga peneliti dapat mengetahui hubungan variasi dalam sebuah variabel dengan variasi lain (Arikunto, 2000; Creswell, 2012). Penelitian ini terdiri dari *Self-Compassion* sebagai variabel independen) dan *Health-Related Quality of Life* sebagai variabel dependen

Populasi dan Subjek Penelitian

Populasi penelitian ini adalah 793 orang dengan Diabetes Mellitus di Rumah Sakit X Kota Pekanbaru. Penelitian ini melibatkan 32 orang dengan DM Tipe II (17 Perempuan, 15 Laki-laki) yang merupakan pasien rawat jalan yang terdaftar di Rumah Sakit X Kota Pekanbaru, berusia di atas 18 tahun (hal ini dikarenakan form survei SF-36 ditujukan untuk pasien dewasa untuk diukur kualitas hidupnya berdasarkan pelaporan diri) dan bersedia terlibat secara sukarela dalam penelitian dengan menyetujui *informed consent*. Penentuan subjek ditentukan dengan teknik *accidental sampling*. Menurut Roscoe, ukuran sampel yang dianggap layak adalah 30 s.d 100 orang (dalam Sugiyono, 2016).

Pengumpulan data dan analisis data

Pengumpulan data menggunakan skala *self-compassion* dari Neff, yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Syaiful & Roebianto (2020). Penelitian melakukan modifikasi dengan hanya menggunakan 12 aitem dari 35 aitem yang tersedia. Hal ini dilakukan dengan mempertimbangkan kondisi kesehatan subjek sehingga dipilih 12 aitem yang mewakili komponen *self-compassion*. Kemudian ke duabelas (12) aitem tersebut diujicobakan terlebih dahulu, dan menhasilkan reliabilitas yang tinggi (0,842). Sementara untuk mengukur

HRQoL menggunakan Short Form-36 (SF-36) dari Ware & Sherbourne (1992) yang telah diadaptasi oleh Salim dkk (2017). SF-36 ini juga dilakukan uji coba terlebih dahulu. Berdasarkan hasil uji reliabilitas, didapatkan koefisien sebesar 0,840. Azwar dalam bukunya menjelaskan bahwa koefisien reliabilitas dengan nilai mendekati 1 mengindikasikan bahwa alat ukur memiliki konsistensi yang tinggi (2012). Analisis data dengan menggunakan regresi sederhana dengan bantuan program SPSS 24 for windows.

Hasil

Data profil subjek berdasarkan data demografi disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Demografi

Variabel	Faktor	Kelompok	Mean	SD
HRQoL	Jenis Kelamin	Laki-laki (15)	69,3862	20,25929
		Perempuan (17)	54,5793	21,09255
	Kormorbiditas	Ada (23)	54,3514	20,19293
		Tidak (9)	69,6944	21,25169
Self-Compassion	Jenis Kelamin	Laki-laki (15)	39,20	9,219
		Perempuan (17)	39,55	9,433
	Kormorbiditas	Ada (23)	38,98	9,127
		Tidak (9)	39,11	9,236

Sebelum melakukan uji hipotesis, dilakukan uji asumsi terlebih dahulu. Tabel 2,

menyajikan hasil uji asumsi, sebagai syarat yang harus terpenuhi sebelum uji hipotesis.

Tabel 2. Uji Asumsi

Uji	Variabel	Rasio Skewness	Rasio Kurtosis	Keterangan
Normalitas	HRQoL	-1,41176	-0,6603	Normal
	Self-Compassion	-1,20856	-0,42019	Normal
	Self-Compassion dengan HRQoL secara keseluruhan	F	Sig (p.)	Keterangan
Linieritas		0,925	0,569	Linear

Selanjutnya dilakukan uji hipotesis untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar *self-compassion* dan HRQoL. Uji Hipotesis

dengan melakukan analisis regresi sederhana, dengan hasil pada Tabel 3.

Tabel 3. Uji Hipotesis

R	R Square	F	Sig (p)
0,559	0,312	6,059	0,002

Berdasarkan uji regresi sederhana ditemukan bahwa *self-compassion* mampu memprediksi HRQoL ($r=0,559$, $F=6,059$, $p=0,002$ ($p<0,005$), dengan *coefficient regresi* sederhana ditemukan nilai $B=0,559$, $t=4,151$, $p=0,000$ ($p<0,05$), artinya *self-compassion* mampu memprediksi HRQoL pada orang DM Tipe II. Garis persamaan regresi $Y = 9,148 + 1,320 X$. Dengan demikian, semakin tinggi *self-compassion* yang dimiliki akan semakin tinggi pula HRQoL yang dimiliki dan sebaliknya semakin rendah *self-compassion* yang dimiliki, maka akan menyebabkan rendahnya HRQoL

pada individu. Kemudian dilakukan uji linier berganda untuk melihat komponen *Self-Compassion* mana yang paling mampu memprediksi HRQoL. *Self-Kindness* ($b=0,72$, $t=0,397$, $p=0,693$), *Common humanity* ($b=0,174$, $t=1,003$, $p=0,308$) dan *Mindfulness* ($b=0,419$, $t=2,023$, $p=0,049$). Dengan demikian, *Mindfulness* merupakan komponen yang paling mampu memprediksi HRQoL.

Kemudian dilakukan kategorisasi untuk melihat sebaran skor pada kedua variabel, hal dilakukan untuk pengelompokan subjek.

Tabel 4. Kategorisasi

Variabel	Rentang	Skor	Frekuensi (%)
HRQoL	Tinggi	>80	7 (21,9%)
	Rendah	<80	25 (78,1%)
Self-Compassion	Tinggi	$48,42 \leq x$	6 (18,8%)
	Sedang	$29,98 \leq x < 48,42$	19 (59,4%)
	Rendah	$x < 29,98$	7 (21,8%)

Dari hasil kategorisasi dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki HRQoL yang rendah dengan nilai rerata HRQoL 60,875. Sesuai ketentuan standar penilaian SF-36, skor di atas 80 dimasukkan ke dalam kategori HRQoL yang tinggi, sementara jika skor di bawah 80 dimasukkan ke dalam kategori HRQoL yang rendah. Teli (2017) menjelaskan bahwa nilai yang kurang dari 80 menandakan kualitas hidup yang kurang baik ataupun buruk. Kemudian, untuk variabel *self-compassion* sebagian besar subjek berada pada kategori sedang. Artinya, subjek cukup mampu mengasihi diri namun belum optimal

melakukan kebaikan-kebaikan terhadap dirinya ketika mengalami suatu kondisi yang tidak menyenangkan.

Diskusi

Berdasarkan uji regresi ditemukan bahwa *self-compassion* secara signifikan mampu memprediksi HRQoL. Semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi pula HRQoL yang dimiliki dan sebaliknya semakin rendah *self-compassion*, maka semakin rendah HRQoL-nya. HRQoL memegang peranan penting dalam mencapai tujuan yang baik dalam perawatan kesehatan. Hal ini menjadi penting karena HRQoL berkaitan dengan

evaluasi dan penilaian individu terhadap kondisi penyakit, efek penyakit dan efek pengobatan yang dirasakannya. Ketika individu mampu mengelola diabetesnya dengan baik, maka hal ini berkaitan dengan perasaan sejahtera yang dirasakannya. Walaupun dalam kondisi yang rentan dan penurunan fungsi fisik karena diabetes yang dialami, individu yang memiliki HRQOL akan baik-baik saja dan mampu menerima dan menjalani proses pengobatannya dengan optimal.

Dalam penelitian ini, HRQoL orang dengan DM masih berada dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas hidup kesehatan individu dengan DM masih rendah. HRQoL yang rendah harus ditingkatkan demi hasil pengobatan yang maksimal dan penurunan kemungkinan kematian dini. Hal ini sejalan dengan penelitian Landman dkk., (2010); Sikdar, *et al.*, (2010); Engstrom, *et al.*, (2019) yang menemukan bahwa HRQOL yang rendah berkorelasi dengan kematian yang tinggi. Rendahnya HRQOL dikhawatirkan akan memengaruhi orang dengan DM dalam mengelola diabetesnya sekaligus perawatan kesehatannya secara menyeluruh. Menurut Ferrans (2005), salah satu hal yang berkaitan dengan HRQOLnya adalah status fungsi fisik yang dimiliki. Sejalan dengan hal ini, Derek dkk (2017) menjelaskan bahwa orang dengan DM akan mengalami peningkatan gula darah sehingga dapat menyebabkan komplikasi akut dan kronis sehingga tubuh menjadi lebih rentan

dengan fungsi fisiknya menjadi lebih terbatas sehingga berkorelasi dengan HRQoL yang dimiliki.

Penelitian Nery-Hurwit, Yun, & Ebbeck (2017), HRQoL dapat ditingkatkan dengan *self-compassion*. *Self-compassion* mengarahkan dan mengontrol penilaian kognitif serta respon afektif kepada hal yang lebih positif (Neff, 2003). Dalam penelitian ini individu yang memiliki *self-compassion* adalah individu yang mampu memunculkan peduli pada kondisi diabetesnya dengan cara lebih memahami diri dalam menghadapi konsekuensi dari penyakit dan pengobatannya. Individu dapat menerima diabetes sebagai bagian dari dirinya dan tidak melarikan diri dari pengalaman negatif tersebut. *Self-compassion* membuat orang dengan DM dapat lebih mengasih, mengerti dan secara aktif memberikan pemahaman pada diri untuk menjaga kesehatannya. *Self-compassion* dapat mengubah persepsi yang negatif terhadap penyakitnya menjadi lebih positif dan berimbang pada HRQoL, sehingga sakit yang dirasakan tidak mengganggu kehidupan sehari-hari. Sejalan dengan temuan ini, Pinto-Gouveia, *et al.*, (2013), Dowd & Jung, (2017), Nery-Hurwit, Yun, Ebbeck, (2017), Kim & Ko, (2018) menjelaskan bahwa *self-compassion* dapat membantu orang dengan penyakit kronis untuk tidak menghindar dari pengalaman negatif melainkan meningkatkan manajemen diri dan memilih strategi koping yang efektif dalam menghadapi penyakitnya. *Self-compassion* membantu individu untuk menerima kegagalan

dan memotivasi diri menjadi individu yang lebih baik lagi (Breines & Chen, 2012).

Komponen *self-compassion* yang mampu memprediksi HRQoL adalah *mindfulness*. *Mindfulness* menghalau pemikiran dan perasaan negatif ketika muncul nyeri akibat penyakit kronis (Nery-Hurwit, Yun, & Ebbeck, 2017). *Mindfulness* dikaitkan dengan meningkatnya kualitas hidup subjek dengan penyakit kronis (Dowd & Jung, 2017). Pernyataan tersebut didukung oleh Pinto-Gouveia, et al. (2013); Kim & Ko (2018), bahwa individu dengan *self-compassion* dapat menyadari gejala yang muncul pada tubuh dan berusaha mencari cara yang efektif untuk mencapai kesehatan yang lebih baik. Orang yang *mindful* mampu menyadari dan merasakan apa yang terjadi pada dirinya sehingga lebih dapat menjaga kesehatan dengan melakukan perawatan yang sekaligus dapat meningkatkan HRQoLnya.

Mindfulness merupakan kesadaran utuh individu dalam menjaga keseimbangan sudut pandang untuk menjadi lebih peduli pada dirinya sendiri (Neff, 2018). Orang yang *Mindful* lebih mampu menerima segala sensasi tubuh, kelemahan fisiknya apa adanya tanpa ada pikiran dan perasaan negatif terhadap kekurangannya (Savitri & Listiyandini, 2017). Orang dengan DM yang *mindful* adalah orang yang mampu mengelola pikiran dan perasaan negatifnya, menerima kenyataan yang tidak menyenangkan dengan positif dan objektif. Implikasi penelitian ini pada pentingnya HRQoL

dimiliki individu, mengingat HRQoL merupakan ukuran kesehatan individu yang tidak hanya menitikberatkan pada fungsi fisik saja, melainkan fungsi psikologis, spiritual, dan sosial kelompok. Penyakit kronis yang diderita individu dapat memberikan efek negatif pada HRQoL, sehingga penting bagi individu untuk memperhatikan dan memelihara HRQoL dalam kehidupan sehari-hari, terutama dengan situasi yang penuh ketidakpastian pasca pandemi Covid-19. Pelatihan *mindfulness* dari *self-compassion* dapat membantu individu memelihara HRQoL yang positif, sebagai bentuk preventif agar tidak mengembangkan gejala kesehatan mental yang serius, sehingga lebih optimis menghadapi penyakitnya. Hal ini sejalan dengan UU Kesehatan Jiwa Nomor 18 Tahun 2014, yang menyatakan bahwa upaya kesehatan jiwa melalui upaya preventif penting dilakukan untuk menjamin individu mencapai kualitas hidup yang baik.

Mindfulness tergambar dalam keseimbangan emosional individu yang melibatkan penerimaan terhadap pengalaman internal, kejernihan perasaan, kemampuan meregulasi emosi dan suasana hati, fleksibilitas kognitif, serta pendekatan yang sehat terhadap suatu masalah (Hayes & Feldman, 2004 dalam Fourianalistyawati dkk, 2017). Berserah diri, menyadari dan menerima diri sepenuhnya akan membuat diri menjadi lebih tenang, sehingga dapat membantu individu memberikan penilaian positif terhadap kesehatannya. Penilaian ini dapat dilihat dari fungsi fisik,

spiritual, emosional, dan perannya dalam kelompok walaupun dengan kondisi diabetes yang dialami. Temuan ini sejalan dengan Carlson *et al* (dalam Pinto *et al*, 2013), bahwa *mindfulness* berbasis intervensi memiliki dampak positif pada kesejahteraan fisik dan emosional individu dengan penyakit kronis (kanker). Di dalam perspektif Islam, orang yang *mindfulness* adalah orang yang menjadikan Allah sebagai Dzat yang selalu diingat dimanapun. Orang yang *mindful* adalah orang yang *living in the present moment* (Siegel, 2007). Dengan demikian, pikiran individu tidak menjelajah masa lalu yang terkadang masih menyimpan kesedihan dan kekecewaan, namun lebih fokus pada penerimaan dan perawatan yang dilakukan terkait pengobatan diabetesnya.

Pinto-Gouveia, *et al*. (2013) menjelaskan bahwa dalam konteks penyakit kronis *self-compassion* lebih menekankan pada perilaku yang mengarah kepada kesehatan yang lebih baik, seperti mencari pengobatan medis dan mampu mengelola efek negatif yang ditimbulkan dari penyakitnya. Dengan *self-compassion* individu cenderung lebih mampu memilih, menentukan tujuan kesehatannya, terlibat aktif untuk mencapai tujuannya kesehatannya, serta rutin memantau kemajuan kesehatannya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Terry & Leary (2011) yang menerangkan bahwa *self-compassion* memiliki implikasi penting bagi perilaku yang berhubungan dengan kesehatan. Dengan

demikian *self-compassion* sebagai salah satu faktor protektif/pelindung dari gejala-gejala psikopatologi sehingga membantu individu dalam meregulasi diri dan mencapai kualitas hidup yang baik dengan demikian, *self-compassion* secara signifikan menjadi prediktor yang memiliki peran yang sangat penting terhadap HRQoL orang dengan DM Tipe II.

Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian dapat disimpulkan bahwa *Self-Compassion* memiliki daya prediksi yang signifikan terhadap *Health-Related Quality of Life* pada orang dengan Diabetes Mellitus Tipe II. Artinya, semakin tinggi *Self-Compassion* yang dimiliki, akan mempengaruhi *Health-Related Quality of Life* yang dimiliki. Selanjutnya, dari tiga komponen - *Self-Compassion*, *Mindfulness* merupakan komponen yang paling mampu memengaruhi *Health-Related Quality of Life* pada orang dengan Diabetes Mellitus Tipe II. dengan kata lain, *mindfulness* merupakan komponen yang paling mampu memprediksi *Health-Related Quality of Life*. *Mindfulness* dapat dilatih dengan untuk mengurangi keluhan-keluhan yang dirasakan secara fisik, sebagai upaya preventif untuk menjaga dan menjamin tercapainya kualitas hidup yang optimal. Orang dengan diabetes mellitus diharapkan dapat tetap melakukan aktivitas yang bermakna walau dengan keterbatasan yang dialami, untuk menjaga kualitas hidupnya secara menyeluruh.

Referensi

- American Diabetes Association. (2004). Diagnosa and Classification of Diabetes Mellitus. *Diabetes Care, Volume 27, Supplement*.
- American Psychological Association. (2013). *Taking Control of Your Diabetes*.
- Arikunto, S. (2000). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Derek, M.I., Rottie, J., & Kallo, V.D. (2017). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado. *Jurnal Keperawatan (e-Kp)*, 5(7).
- Breines, J. G., Chen, S. (2012). Self-Compassion Increases Self-Improvement Motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin XX(X)*. 1-11. <https://doi.org/10.1177/0146167212445599>.
- Brophy, Kyla; Brähler, Elmar; Hinz, Andreas; Schmidt, Silke; Körner, Annett (2019). The Role of Self-Compassion in the Relationship Between Attachment, Depression, and Quality of Life. *Journal of Affective Disorders*, 260, 45-56. S0165032719312686-. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.08.066>.
- Center for Disease Control and Promotion (CDC). 2021. *Health Related Quality of Life*. diunduh dari <https://www.cdc.gov/chronicdisease>.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research (4th edition)*. Upper Saddle River, NJ: Merrill.
- Efendi, W. (2020). Penderita Diabetes Melitus Berisiko Lebih Tinggi Terinfeksi COVID-19. Diunduh pada <https://probolinggakab.go.id/penderita-diabetes-melitus-berisiko-lebih-tinggi-terinfeksi-covid-19/>.
- Engström, Maria Svedbo., Janeth, Leksell., Unn-Britt, Johansson., Sixten, Borg., Palaszewski, Bo; Franzén, Stefan; Gudbjörnsdottir, Soffia; Eeg-Olofsson, Katarina (2019). Health-Related Quality Of Life and Glycaemic Control Among Adults With Type 1 And Type 2 Diabetes – A Nationwide Cross-Sectional Study. *Health And Quality Of Life Outcomes*, 17(1), 141–. <https://doi.org/10.1186/s12955-019-1212-z>.
- Ferrans, C. E. (2009). *Definitions and Conceptual Model of Quality Of Life*. Cambridge University Press.
- Ferrans, C. E., Zerwic, J. J., Wibur, J. E., Larson, J. L. (2005). Conceptual Model of Health-Related Quality of Life. *Journal of Nursing Scholarship*, 37 (4), 336-342. <https://doi:10.1111/j.1547-5069.2005.00058.x>.

- Fourianalistyawati, E., & Listiyandini, R. A. (2017). Hubungan antara Mindfulness dengan Depresi pada Remaja. *Journal Psikogenesis*, 5(2). 115-122.
- Gebremedhin, T., Worchiko, A., & Angaw, D. A. (2018). Health-Related Quality of Life and Its Associated Factors Among Adult Patients With Type II Diabetes Attending Mizan Tepi University Teaching Hospital, Southwest Ethiopia. *BMJ Open Diabetes Research and Care*, 7. <https://doi.org/10.1136/bmjdr-2018-000577>.
- Gurková, E. (2011). Issues in The Definitions of HRQOL. *Journal of Nursing, Social Studies, Public Health, and Rehabilitation*, 3-4.
- Hays RD, Reeve BB. (2008). Measurement and Modeling of Health-Related Quality of Life. In: Kris Heggenhougen and Stella R Quah. *International Encyclopedia of Public Health*, 4, 241-252. <https://doi.org/10.1016/B978-012373960-5.00336-1>.
- Isgandarova, Nazila (2018). Muraqaba as a Mindfulness-Based Therapy in Islamic Psychotherapy. *Journal of Religion and Health*, (), -. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0695-y>.
- Kawitri, A.Z., Listiyandini, R.A., & Rahmatika, R. (2020). Peran Self-Compassion terhadap Dimensi-dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan. *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 1-17. <https://doi.org/10.15575/psy.v7i1.4406>.
- Kim, Chanhee; Ko, Hana (2018). The Impact Of Self-Compassion On Mental Health, Sleep, Quality Of Life And Life Satisfaction Among Older Adults. *Geriatric Nursing*, 39 (6), 623-628, S0197457218301344-. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2018.06.005>
- Landman, G. W. D., Hateren, K. J. J., Kleefstra, N., Groenier, K. H., Gans, R. O. B., Bilo, H. J. G. (2010). Health-Related Quality of Life and Mortality in a General and Elderly Population of Patients With Type 2 Diabetes (ZODIAC-18). *Diabetes Care*, 33(11), 2378–2382. <https://doi.org/10.2337/dc10-0979>.
- Lolita & Andayani, T. M. (2017). Health-Related Quality of Life of Type 2 Diabetes Mellitus Outpatients at Dr. Sardjito Hospital, Yogyakarta, Indonesia: An Insulin-Based Therapy Approach. *Indonesian Journal of Clinical Pharmacy*, 6(4), 231-239. doi: [10.15416/ijcp.2017.6.4.231](https://doi.org/10.15416/ijcp.2017.6.4.231).
- Mufarida, B. (2022). Diabetes Jadi Penyakit Penyerta Kasus Kematian Akibat Covid-19. Diunduh dari <https://mediaindonesia.com/humaniora/344199/diabetes-jadi-penyakit-penyerta-kasus-kematian-akibat-covid-19>.
- Neff, K. D. (2003a). *Self-Compassion: An Alternative Conceptualization of a Healthy Attitude Toward Oneself*. *Self and Identity*,

- 2(2), 85-101.
<https://doi.org/10.1080/15298860309027>.
- Neff, K. D. (2003b). The Development and Validation of a Scale to Measure Self-Compassion. *Self and Identity*, 2, 223-250.
- Neff, K. D. (2009). *Self-Compassion*. In M. R. Leary & R. H. Hoyle (Eds.), *Handbook of Individual Differences in Social Behavior*. New York: Guilford Press.
- Neff, K. D. (2009). The Role of Self-Compassion in Development: A Healthier Way to Relate to Oneself. *Human Development*, 52(4), 211–214.
- Neff, K. D. & Germer, C. (2018). *The Mindfull Self-Compassion Workbook: A Proven Way To Accept Yourself, Build Inner Strength, and Thrive*. New York: The Guliford Press.
- Nery-Hurwit, Mara., Yun, Joonkoo., Ebbeck, Vicki (2018). Examining The Roles Of Self-Compassion And Resilience On Health-Related Quality Of Life For Individuals With Multiple Sclerosis. *Disability and Health Journal*, 11(2), 256-261. S1936657417301838–.
<https://doi:10.1016/j.dhjo.2017.10.010>.
- Pinto-Gouveia, José; Duarte, Cristiana; Matos, Marcela; Fráguas, Sofia (2014). The Protective Role of Self-compassion in Relation to Psychopathology Symptoms and Quality of Life in Chronic and in Cancer Patients. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 21(4), 311–323.
<https://doi.org/10.1002/cpp.1838>.
- Williamson, Timothy J., Garon Edward, B., Shapiro, Jenessa R., Chavira, Denise A., Goldman, Jonathan W., Stanton, Annette L. (2022). Facets Of Stigma, Self-Compassion, And Health-Related Adjustment To Lung Cancer: A Longitudinal Study. *Health Psychology*, 41 (4), 301-310.
<https://doi.org/10.1037/hea0001156>.
- Siegel, D.J. (2007). *The mindful brain: Reflection and Attachment in The Cul tative of Well-being*. New York: WW Norton & Company.
- Siersma, V., Thorsen, H., Holstein, Per E., et al. 2014. Health-Related Quality of Life Predicts Majjor Amputation and Death, but Not Healing in People With Diabetes Presenting With Foot Ulcers: The Eurodiale Study. *Diabetes Care, American Diabetes Association, Health Services Research*, 37(3), 694-700.
<https://doi.org/10.2337/dc13-1212>.
- Sikdar, Khokan C., Wang, Peizhong Peter., MacDonald, Don & Gadag, Veerabhadra G. (2010). Diabetes and its impact on health-related quality of life: a life table analysis. *Quality of Life Research*, 19(6), 781–787. <https://doi.org/10.1007/s11136-010-9641-5>.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Teli, M. (2017). Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Se-Kota Kupang. *Jurnal Info Kesehatan*, 15(1), 119 - 134.
- Terry, Meredith L., Leary, Mark R. (2011). Self-compassion, Self-Regulation, and Health. *Self and Identity*, 10(3), 352–362. <https://doi.org/10.1080/15298868.2011.558404>.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Jiwa.
- Widyastuty, I., Wijayanti, Anisa C. (2021). Pengetahuan dan Sikap dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 136-147.
- Ware, John E., Sherbourne, Cathy Donald. (1992). The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36). *Medical Care*, 30(6), 473–483. <https://doi:10.1097/00005650-199206000-00002>.
- World Health Organization. (2006). Definition and Doagnosis of Diabetes Mellitus and Intermediate Hyperglycaemia: *Report of a WHO/IDF Consultation*.
- World Health Organization.(2016). Diabates Fact Sheet. *WHO Media Centre*.
- World Health Organization. (2016). Global Report on Diabetes. *ISBN 9789241565257* (NLM classification: WK 810).
- World Health Organization. (2017). The Top 10 Causes of Death. *WHO Media Centre*.
- Karimi, G., & Brazier, J. 2016. Health, Health-Related Quality of Life, and Quality of Life: What is the Difference?. *Pharmaeconomic*, 34(7). <https://doi.org/10.1007/s40273-016-0389-9>



ISSN 2963-6000



9

772963

600009