

SKRIPSI

**HUBUNGAN PERILAKU CERDIK SEBAGAI UPAYA
PENCEGAHAN DIABETES MELITUS GESTASIONAL
DENGAN KUALITAS HIDUP IBU HAMIL DI
PUSKESMAS PABUARAN
TAHUN 2026**



Meuthia Rahma Nursyifa

NIM: P20624425023

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN CIREBON
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Dr. Hj. Yati Budiarti SST., M. Keb selaku ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kemenkes Tasikmalaya.
3. Dr. Hj. Yeni Fitrianiingsih, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Cirebon.
4. Bdn. Hj. Pepi Hapitaria, SST., MPH selaku Pembimbing 1 dan Pembimbing Akademik dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Lia Nurcahyani, SST., MPH selaku Pembimbing 2 dalam penyusunan Skripsi.
6. Seluruh Dosen dan Tenaga Kependidikan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Cirebon.
7. Yang tersayang orang tua dan keluarga penulis yang telah senantiasa memberikan dukungan baik moril dan material serta doa yang tulus di setiap waktu sehingga skripsi ini dapat selesai tepat waktu.

8. Teman-teman seangkatan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Cirebon Tahun Akademik 2025/2026, yang telah saling bekerja sama dan mendukung satu sama lain.
9. Semua pihak yang telah berkontribusi dan memberikan semangat serta dukungannya dalam penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cirebon, 12 Maret 2026

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRACT	xiii
INTISARI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	xii
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Ruang Lingkup Penelitian	10
E. Manfaat penelitian	11
BAB II TINJAUAN TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS.....	8
A. Tinjauan Teori.....	8
1. Konsep Dasar Kehamilan	8
2. Perilaku CERDIK	19
3. Kualitas Hidup	22
B. Kerangka Konsep.....	33
C. Keaslian Penelitian	27
D. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN	31

A. Desain penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel.....	31
C. Lokasi dan Waktu	34
D. Variabel Penelitian.....	34
E. Definisi Operasional	34
F. Jenis dan Teknik pengumpulan data	37
G. Instrumen Penelitian	39
H. Prosedur Penelitian	44
I. Manajemen Data	45
J. Etika Penelitian	50
K. Kelemahan dan Hambatan penelitian	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Demografi	53
B. Hasil Penelitian	54
C. Pembahasan	63
BAB V PENUTUP.....	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	81

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1	Respon Skala Pengukuran Kualitas Hidup WHOQOL-BREF	32
Tabel 2	Persebaran Item WHOQOL-BREF	33
Tabel 3	Keaslian Penelitian.....	27
Tabel 4	Nilai Median (Cut-off point) Kualitas Hidup Ibu Hamil Berdasarkan Domain WHOQOL-BREF	35
Tabel 5	Definisi Operasional	36
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik	54
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku CERDIK	55
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Hidup	56
Tabel 9	Hasil Analisis Uji Normalitas	57
Tabel 10	Hubungan Perilaku CERDIK dengan Kualitas Hidup pada Ibu hamil di Puskesmas Pabuaran.....	58
Tabel 11	Hubungan Status Obstetrik dengan Kualitas Hidup pada Ibu hamil di Puskesmas Pabuaran.....	59
Tabel 12	Hubungan Total Pendapatan dengan Kualitas Hidup pada Ibu hamil di Puskesmas Pabuaran.....	59
Tabel 13	Hubungan Perilaku CERDIK dengan Domain Fisik pada Ibu hamil di Puskesmas Pabuaran.....	60
Tabel 14	Hubungan Perilaku CERDIK dengan Domain Psikologis pada Ibu hamil di Puskesmas Pabuaran.....	61
Tabel 15	Hubungan Perilaku CERDIK dengan Domain Hubungan Sosial pada Ibu hamil di Puskesmas Pabuaran	62
Tabel 16	Hubungan Perilaku CERDIK dengan Domain Lingkungan pada Ibu hamil di Puskesmas Pabuaran.....	62

DAFTAR BAGAN

	<u>Halaman</u>
Bagan 1 Kerangka Konsep.....	33

DAFTAR GAMBAR

	<u>Halaman</u>
Gambar 1 Data Wilayah Kerja Puskesmas Pabuaran	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Informed Consent*

Lampiran 2 Kuesioner CERDIK

Lampiran 3 Kuesioner Kualitas Hidup

Lampiran 4 Surat Balasan Dari Puskesmas

Lampiran 5 Kuesioner

Lampiran 6 Output SPSS

Lampiran 7 Dokumentasi

Lampiran 8 Lembar Konsultasi Bimbingan

HUBUNGAN PERILAKU CERDIK SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN DIABETES MELITUS GESTASIONAL DENGAN KUALITAS HIDUP IBU HAMIL DI PUSKESMAS PABUARAN TAHUN 2026

xii + 75 Halaman + 16 Tabel + 1 Gambar + 1 Bagan + 9 Lampiran

Meuthia Rahma Nursyifa, Pepi Hapitaria, Lia Nurcahyani

INTISARI

Latar Belakang: Diabetes Melitus Gestasional (DMG) merupakan salah satu komplikasi kehamilan yang dapat berdampak terhadap kesehatan ibu dan janin serta menurunkan kualitas hidup ibu hamil. Perilaku CERDIK sebagai upaya promotif dan preventif yang meliputi cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet sehat seimbang, istirahat cukup, dan kelola stres diharapkan mampu mencegah terjadinya DMG serta meningkatkan kualitas hidup ibu hamil. Namun, hubungan perilaku CERDIK dengan kualitas hidup ibu hamil masih belum banyak diteliti.

Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pabuaran Tahun 2026. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling* dengan jumlah responden 111 orang. Analisis data dilakukan secara univariat menggunakan distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* pada tingkat kepercayaan 95%.

Hasil: Distribusi frekuensi menunjukkan perilaku CERDIK kategori baik sebesar 36,9% dan kualitas hidup kategori baik sebesar 48,6%. Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan antara perilaku CERDIK dengan kualitas hidup ibu hamil ($p=0,569$). Selain itu, tidak terdapat hubungan antara pendapatan dengan kualitas hidup ($p=0,310$) maupun status obstetrik dengan kualitas hidup ($p=0,681$).

Kesimpulan: Perilaku CERDIK, pendapatan, dan status obstetrik tidak berhubungan secara signifikan dengan kualitas hidup ibu hamil di Puskesmas Pabuaran. Penelitian selanjutnya disarankan mengkaji faktor lain yang berpotensi memengaruhi kualitas hidup ibu hamil.

Kata kunci: Perilaku CERDIK, kualitas hidup, ibu hamil, Diabetes Melitus Gestasional.

Daftar Pustaka : 49 (2018-2026)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN CERDIK BEHAVIOR AS A
PREVENTIVE MEASURE AGAINST GESTATIONAL DIABETES
MELLITUS AND THE QUALITY OF LIFE OF PREGNANT WOMEN AT
PABUARAN COMMUNITY HEALTH CENTER IN 2026**

xii + 75 Pages + 16 Tables + 1 Figure + 1 Chart + 9 Appendices

Meuthia Rahma Nursyifa, Pepi Hapitaria, Lia Nurcahyani

ABSTRACT

Background: *Gestational Diabetes Mellitus (GDM) is a pregnancy complication that can impact the health of the mother and fetus and reduce the quality of life of pregnant women. CERDIK behavior as a promotive and preventive effort which includes regular health checks, eliminating cigarette smoke, diligent physical activity, a healthy balanced diet, adequate rest, and managing stress is expected to be able to prevent the occurrence of DM and improve the quality of life of pregnant women. However, the relationship between CERDIK behavior and the quality of life of pregnant women has not been widely studied.*

Method: *The research design used was analytical with a cross sectional approach. The research population was all pregnant women in the work area of the Pabuaran Community Health Center in 2026. The sampling technique used Accidental Sampling with a total of 111 respondents. Data analysis was carried out univariately using a frequency distribution and bivariately using the Chi-Square test at a confidence level of 95%.*

Results: *The frequency distribution shows CERDIK behavior in the good category of 36.9% and quality of life in the good category of 48.6%. The results of bivariate analysis showed that there was no relationship between CERDIK behavior and the quality of life of pregnant women ($p=0.569$). Apart from that, there was no relationship between income and quality of life ($p=0.310$) or obstetric status and quality of life ($p=0.681$).*

Conclusion: *CERDIK behavior, income, and obstetric status are not significantly related to the quality of life of pregnant women at the Pabuaran Community Health Center. It is recommended that further research examine other factors that have the potential to influence the quality of life of pregnant women.*

Key words: *SMART behavior, quality of life, pregnant women, Gestational Diabetes Mellitus.*

Bibliography: *49 (2018-2026)*