

Lampiran 10. Kuesioner DSMQ (Diabetes Self-Management Questionnaire)

DSMQ (Diabetes Self-Management Questionnaire) : Manajemen Diri

Petunjuk : Pilih salah satu jawaban yang menurut Anda paling sesuai dengan kondisi yang dialami dengan memberikan tandak centang (√) pada pilihan yang ada.

Pernyataan berikut menggambarkan aktivitas perawatan diri yang berkaitan dengan diabetes Anda. Memikirkan tentang perawatan diri Anda selama 8 minggu terakhir. Sebutkan sejauh mana setiap pernyataan berlaku untuk Anda.					
No.	Pertanyaan	Tidak sesuai	Kurang sesuai	Cukup sesuai	Sangat sesuai
1.	Saya memeriksakan kadar gula darah dengan hati-hati dan penuh perhatian				
2.	Makanan yang saya pilih untuk dimakan memudahkan pencapaian kadar gula darah yang normal				
3.	Saya menepati semua janji temu dokter yang direkomendasikan untuk perawatan diabetes				
4.	Saya meminum obat diabetes saya				
5.	Terkadang saya makan banyak makanan manis atau makanan lain yang kaya karbohidrat				
6.	Saya mencatat kadar gula darah secara teratur				
7.	Saya cenderung menghindari janji dengan dokter terkait diabetes				
8.	Saya melakukan aktivitas fisik secara teratur untuk mencapai kadar gula darah yang optimal				
9.	Saya mengikuti rekomendasi diet yang diberikan dokter atau spesialis dokter dengan ketat				
10.	Saya tidak cukup sering memeriksa kadar gula darah yang diperlukan untuk mencapai kontrol gula darah yang baik				
11.	Saya menghindari aktivitas fisik meskipun itu dapat memperbaiki kondisi diabetes				
12.	Saya cenderung lupa minum atau melewatkan obat diabetes (misalnya insulin atau obat tablet)				
13.	Terkadang saya benar-benar mengalami pola makanan berlebihan				
14.	Saya harus lebih sering menemui dokter saya mengenai perawatan diabetes saya				
15.	Saya cenderung melewatkan aktivitas fisik yang direncanakan				
16.	Perawatan diri diabetes saya buruk				

Sumber: Schmitt et al (2013)

Lampiran 11. Kuesioner Kualitas Hidup : WHOQOL – BREF

WHOQOL-BREF

Pertanyaan berikut ini menyangkut perasaan anda terhadap kualitas hidup, kesehatan dan hal-hal lain dalam hidup anda. Saya akan membacakan setiap pertanyaan kepada anda, bersamaan dengan pilihan jawaban.

Petunjuk:

Pilihlah jawaban yang menurut anda paling sesuai. Jika anda tidak yakin tentang jawaban yang akan anda berikan terhadap pertanyaan yang diberikan, pikiran pertama yang muncul pada benak anda seringkali merupakan jawaban yang terbaik.

Camkanlah dalam pikiran anda segala standar hidup, harapan, kesenangan dan perhatian anda. Kami akan bertanya apa yang anda pikirkan tentang kehidupan anda **pada empat minggu terakhir.**

		Sangat buruk	Buruk	Biasa-biasa saja	Baik	Sangat baik
1.	Bagaimana menurut anda kualitas hidup anda?	1	2	3	4	5

		Sangat tdk memuaskan	Tdk memuaskan	Biasa-biasa saja	Memuaskan	Sangat memuaskan
2.	Seberapa puas anda terhadap kesehatan anda?	1	2	3	4	5

Pertanyaan berikut adalah tentang **seberapa sering** anda telah mengalami hal-hal berikut ini dalam empat minggu terakhir.

		Tdk sama sekali	Sedikit	Dlm jumlah sedang	Sangat sering	Dalam jumlah berlebihan
3.	Seberapa jauh rasa sakit fisik anda mencegah anda dalam beraktivitas sesuai kebutuhan anda?	5	4	3	2	1
4.	Seberapa sering anda membutuhkan terapi medis untuk dpt berfungsi dlm kehidupan sehari-hari anda?	5	4	3	2	1
5.	Seberapa jauh anda menikmati hidup anda?	1	2	3	4	5

		Tdk sama sekali	Sedikit	Dlm jumlah sedang	Sangat sering	Dalam jumlah berlebihan
6.	Seberapa jauh anda merasa hidup anda berarti?	1	2	3	4	5
7.	Seberapa jauh anda mampu berkonsentrasi?	1	2	3	4	5
8.	Secara umum, seberapa aman anda rasakan dlm kehidupan anda sehari-hari?	1	2	3	4	5
9.	Seberapa sehat lingkungan dimana anda tinggal (berkaitan dgn sarana dan prasarana)	1	2	3	4	5

Pertanyaan berikut ini adalah tentang seberapa penuh anda alami hal-hal berikut ini dalam 4 minggu terakhir?

		Tidak sama sekali	Sedikit	Sedang	Sering	Sepenuhnya dialami
10.	Apakah anda memiliki vitalitas yg cukup untuk beraktivitas sehari ² ?	1	2	3	4	5
11.	Apakah anda dapat menerima penampilan tubuh anda?	1	2	3	4	5
12.	Apakah anda memiliki cukup uang utk memenuhi kebutuhan anda?	1	2	3	4	5
13.	Seberapa jauh ketersediaan informasi bagi kehidupan anda dari hari ke hari?	1	2	3	4	5
14.	Seberapa sering anda memiliki kesempatan untuk bersenangsenang /rekreasi?	1	2	3	4	5

		Sangat buruk	Buruk	Biasa-biasa saja	Baik	Sangat baik
15.	Seberapa baik kemampuan anda dalam bergaul?	1	2	3	4	5

		Sangat tdk memuaskan	Tdk memuaskan	Biasa-biasa saja	Memuaskan	Sangat memuaskan
16.	Seberapa puaskah anda dg tidur anda?	1	2	3	4	5

		Sangat tdk memuaskan	Tdk memuaskan	Biasa-biasa saja	Memuaskan	Sangat memuaskan
17.	Seberapa puaskah anda dg kemampuan anda untuk menampilkan aktivitas kehidupan anda sehari-hari?	1	2	3	4	5
18.	Seberapa puaskah anda dengan kemampuan anda untuk bekerja?	1	2	3	4	5
19.	Seberapa puaskah anda terhadap diri anda?	1	2	3	4	5
20.	Seberapa puaskah anda dengan hubungan personal / sosial anda?	1	2	3	4	5
21.	Seberapa puaskah anda dengan kehidupan seksual anda?	1	2	3	4	5
22.	Seberapa puaskah anda dengan dukungan yg anda peroleh dr teman anda?	1	2	3	4	5
23.	Seberapa puaskah anda dengan kondisi tempat anda tinggal saat ini?	1	2	3	4	5
24.	Seberapa puaskah anda dgn akses anda pd layanan kesehatan?	1	2	3	4	5
25.	Seberapa puaskah anda dengan transportasi yg hrs anda jalani?	1	2	3	4	5

Pertanyaan berikut merujuk pada seberapa sering anda merasakan atau mengalami hal-hal berikut dalam empat minggu terakhir.

		Tdk pernah	Jarang	Cukup sering	Sangat sering	Selalu
26.	Seberapa sering anda memiliki perasaan negatif seperti 'feeling blue' (kesepian), putus asa, cemas dan depresi?	5	4	3	2	1

[Tabel berikut ini harus dilengkapi setelah wawancara selesai]

	Equations for computing domain scores	Raw score	Transformed scores*	
			4-20	0-100

27.	Domain 1	$(6-Q3) + (6-Q4) + Q10 + Q15 + Q16 + Q17 + Q18$	a. =	b:	c:
28.	Domain 2	$Q5 + Q6 + Q7 + Q11 + Q19 + (6-Q26)$	a. =	b:	c:
29.	Domain 3	$Q20 + Q21 + Q22$	a. =	b:	c:
30.	Domain 4	$Q8 + Q9 + Q12 + Q13 + Q14 + Q23 + Q24 + Q25$	a. =	b:	c: