

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN AKTIVITAS
FISIK PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD
ULIN BANJARMASIN**

SKRIPSI

Guna memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh derajat Sarjana Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

Nurul Izatil Hasanah
1910913320025



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
BANJARBARU**

MARET, 2023

Karya Tulis Ilmiah

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN AKTIVITAS FISIK
PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD ULIN
BANJARMASIN**

Dipersiapkan dan disusun oleh

Nurul Izatil Hasanah

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 10 Maret 2023

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Noor Diani, Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB.

Anggota Dewan Penguji Lain



Maulidya Septiany, Ns., M.Kep.

Pembimbing Pendamping



Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D.



Kurnia Rachmawati, Ns., MNSc

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan



Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D.

Koordinator Program Studi Keperawatan

LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Robbil Alamin, segala puji bagi Allah Subhanahhu wata'ala atas seluruh rahmat, berkah, dan karunia-Nya hingga penulis dapat menyelesaikan proses penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI). Tidak lupa penulis juga menyampaikan segenap terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua saya yakni ayah saya H. Saipul Bakhri dan ibu saya Ainun Jariah yang telah memberikan kasih sayang, *support*, dan doa kepada saya disetiap proses yang saya lalui dalam proses penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Orang terdekat saya (Muhammad Fasya Aminullah) yang sudah memberikan dukungan, bantuan, dan masukan kepada saya agar tetap berjuang dalam proses pengerjaan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Teman-teman departemen medikal bedah (Rena Noviana, Mas Adhea Pramesti Regita, Dwi Fachrudin Al-Farizi, Ridha Khairina, Nola Rosita dan Najahutami Wildan) yang telah memberikan bantuan, dukungan dan masukan dalam proses pengerjaan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Teman-teman *DOLIX* yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih atas *support* dan doa kalian hingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga Allah Swt membalas segala kebaikan kalian semua dan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat kedepannya bagi khalayak orang banyak.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan sebelumnya untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan telah disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 10 Maret 2023

Nurul Izatil Hasanah

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah Swt yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin” tepat pada waktunya karya tulis ilmiah ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Keperawatan di Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

Dekan Fakultas Kedokteran Dr. dr. Istiana, M. Kes. yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam proses pelaksanaan penelitian. Dosen pembimbing, Ibu Noor Diani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB. dan Bapak Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D. yang sudah berkenan memberikan saran, masukan, serta arahan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Kedua dosen penguji Ibu Maulidya Septiany, Ns., M.Kep. dan Ibu Kurnia Rachmawati, Ns., MNSc. yang telah memberikan kritik, saran dan arahan sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi lebih baik.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis memiliki harapan bahwa penelitian ini akan bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, 10 Maret 2023

Nurul Izatil Hasanah

ABSTRAK

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN AKTIVITAS FISIK PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD ULIN BANJARMASIN

Hasanah, Nurul Izatil

Latar Belakang : Penyakit tidak menular (PTM) adalah masalah kesehatan yang mencapai tahap serius di Indonesia. Salah satunya adalah diabetes melitus. Aktivitas fisik merupakan salah satu hal penting bagi masyarakat sebagai penurunan angka kejadian diabetes melitus. Ada beberapa faktor yang memengaruhi aktivitas fisik seseorang antara lain usia, pekerjaan, jenis kelamin, pendidikan terakhir, pengetahuan, persepsi rintangan, efikasi diri, dukungan keluarga, dan dukungan petugas kesehatan.

Tujuan : mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan aktivitas fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yakni *probability sampling* dengan jenis *consecutive sampling*. Sampel penelitian ini berjumlah 41 orang. Instrumen yang digunakan yakni data demografi, kuesioner *IPAQ*, dan kuesioner faktor aktivitas fisik. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi square*.

Hasil : hasil analisis data pada penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin mengenai faktor aktivitas yang berhubungan dengan aktivitas fisik yakni, usia (*P Value* = 0,010), jenis kelamin (*P Value* = 0,001), pendidikan terakhir (*P Value* = 0,027) pekerjaan (*P Value* = 0,037), pengetahuan (*P Value* = 0,042), persepsi rintangan (*P Value* = 0,030). Sedangkan untuk faktor aktivitas fisik penderita diabetes melitus yang tidak memiliki hubungan adalah efikasi diri (*P Value* = 0,411), dukungan keluarga (*P Value* = 0,062), dukungan petugas kesehatan (*P Value* = 0,169).

Diskusi : Dari hasil penelitian dengan responden penderita diabetes melitus tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin terdapat hubungan aktivitas fisik adalah usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, pekerjaan, pengetahuan, persepsi rintangan. Yang tidak memiliki hubungan ialah efikasi diri, dukungan keluarga, dukungan petugas kesehatan.

ABSTRACT

FACTORS RELATED TO PHYSICAL ACTIVITY IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS AT RSUD ULIN BANJARMASIN

Hasanah, Nurul Izatil

Background: Non-communicable diseases (PTM) are health problems that have reached a serious stage in Indonesia. One of them is diabetes mellitus. Physical activity is one of the important things for the community as a reduction in the incidence of diabetes mellitus. There are several factors that influence a person's physical activity, including age, occupation, gender, last education, knowledge, perception of obstacles, self-efficacy, family support, and support from health workers.

Objective: To determine the factors associated with physical activity in patients with type 2 diabetes mellitus at Ulin General Hospital, Banjarmasin.

Methods: This study used a cross-sectional design. The sampling technique is probability sampling with consecutive sampling types. The sample of this research is 41 people. The instruments used were demographic data, the IPAQ questionnaire, and the physical activity factor questionnaire. Data analysis used univariate and bivariate analysis using the chi square test.

Results: Results of data analysis on type 2 diabetes mellitus at Ulin Hospital Banjarmasin regarding activity factors related to physical activity namely, age (P Value = 0.010), gender (P Value = 0.001), last education (P Value = 0.027) work (P Value = 0.037), knowledge (P Value = 0.042), perceived obstacles (P Value = 0.030). As for the physical activity factors of people with diabetes mellitus that have no relationship are self-efficacy (P Value = 0.411), family support (P Value = 0.062), support from health workers (P Value = 0.169).

Discussion: From the results of research with respondents with type 2 diabetes mellitus at Ulin Hospital, Banjarmasin, there is a relationship between physical activity, namely age, gender, last education, occupation, knowledge, perception of obstacles. What has no relationship is self-efficacy, family support, support from health workers.

DAFTAR ISI

PERSEMBAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Bagi Perawat/Pelayanan Keperawatan.....	7
1.4.2 Bagi Pasien	7
1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan.....	8
1.4.4 Peneliti Selanjutnya	8
1.5 Keaslian Penelitian	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Diabetes Melitus	10
2.1.1 Definisi.....	10
2.1.2 Jenis-Jenis Diabetes Melitus	10
2.2 Diabetes Melitus Tipe 2	11
2.2.1 Pengertian	11
2.2.2 Faktor Risiko Diabetes Melitus.....	12
2.2.3 Patofisiologi Diabetes Melitus	13
2.2.4 Patofisiologi Diabetes Melitus terhadap Aktivitas Fisik...	13
2.2.5 Etiologi.....	16
2.2.6 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus	17
2.2.7 Komplikasi Diabetes Melitus	18

2.2.8 Penatalaksanaan Diabetes Melitus	19
2.3 Aktivitas Fisik.....	21
2.3.1 Definisi.....	21
2.3.2 Jenis Aktivitas fisik.....	21
2.3.3 Manfaat Aktivitas fisik	24
2.3.4 Faktor-faktor yang Memengaruhi Aktivitas Fisik.....	25
2.3.5 Alat Ukur Aktivitas Fisik	32
BAB 3 KERANGKA KONSEP	36
3.1 Kerangka Konsep.....	36
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	38
4.1 Rancangan Penelitian	38
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian	38
4.2.1 Populasi	38
4.2.2 Sampel.....	38
4.3 Instrumen Penelitian.....	40
4.4 Uji Instrumen	43
4.5 Variabel Penelitian.....	45
4.6 Definisi Operasional	46
4.7 Prosedur Penelitian	48
4.7.1 Tahap Persiapan	48
4.7.2 Pelaksanaan.....	48
4.8 Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	50
4.8.1 Teknik Pengumpulan Data	50
4.8.2 Teknik Pengolahan Data	50
4.9 Analisis Data	53
4.9.1 Analisis Univariat.....	53
4.9.2 Analisis Bivariat	53
4.10 Tempat dan Waktu Penelitian.....	54
4.10.1 Tempat Penelitian.....	54
4.10.2 Waktu Penelitian.....	54
4.11 Etika Penelitian.....	54
BAB 5 HASIL PENELITIAN	56
5.1 Analisis Univariat.....	56
5.1.1 Identifikasi Faktor-faktor Aktivitas fisik pada penderita diabetes melitus tipe 2.....	56

5.1.2	Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin.....	58
5.2	Analisis Bivariat	59
5.2.1	Hubungan Usia dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin.....	59
5.2.2	Hubungan Jenis Kelamin dengan Aktivitas Fisik Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	60
5.2.3	Hubungan Pendidikan Terakhir dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	61
5.2.4	Hubungan Pekerjaan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	62
5.2.5	Hubungan Pengetahuan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	63
5.2.6	Hubungan Efikasi Diri dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	64
5.2.7	Hubungan Dukungan Keluarga dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	65
5.2.8	Hubungan Dukungan Petugas Kesehatan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin.....	66
5.2.9	Hubungan Persepsi Rintangan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	67
BAB 6	PEMBAHASAN	69
6.1	Faktor-Faktor Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus	69
6.1.1	Hubungan Usia dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin.....	76
6.1.2	Hubungan Jenis Kelamin dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	78
6.1.3	Hubungan Pendidikan Terakhir dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	79

6.1.4 Hubungan Pekerjaan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	80
6.1.5 Hubungan Pengetahuan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	82
6.1.6 Hubungan Efikasi Diri dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	83
6.1.7 Hubungan Dukungan Keluarga dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	85
6.1.8 Hubungan Dukungan Petugas Kesehatan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin.....	86
6.1.9 Hubungan Persepsi Rintangan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin	88
6.2 Keterbatasan Penelitian.....	90
BAB 7 PENUTUP	91
7.1 Simpulan	91
7.2 Saran	92
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Kisi-kisi Instrumen Physical Activity Questionnaires (IPAQ)	41
Tabel 4.2 Kisi-kisi faktor aktivitas fisik	42
Tabel 4.3 Definisi Operasional Variabel Independen dan Dependen	46
Tabel 4.4 Definisi Operasional Variabel Independen dan Dependen (Lanjutan)	47
Tabel 5.1 Distribusi frekuensi faktor aktivitas fisik pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022(n=41)	56
Tabel 5.2 Distribusi frekuensi aktivitas fisik responden pasien diabetes melitus tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41)	58
Tabel5.3 Analisis Hubungan Usia dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41)	59
Tabel 5.4 Analisis Hubungan Jenis Kelamin dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=4).....	60
Tabel 5.5 Analisis Hubungan Pendidikan Terakhir dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41).....	61
Tabel 5.6 Analisis Hubungan Pekerjaan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41)	62
Tabel5.7 Analisis Hubungan Pengetahuan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41).....	63
Tabel 5.8 Analisis Hubungan Efikasi Diri dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41)	64
Tabel 5.9 Analisis Hubungan Dukungan Keluarga dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41).....	65

Tabel 5.10 Analisis Hubungan Dukungan Petugas Kesehatan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41)	66
Tabel 5.11 Analisis Hubungan Persepsi Rintangan dengan Aktivitas Fisik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Ulin Banjarmasin pada bulan Oktober-Desember 2022 (n=41).....	67

DAFTAR SINGKATAN

DNA	: <i>Deoxyribonucleic Acid</i>
GPAQ	: <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
HDL	: <i>High-Density Lipoprotein</i>
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
IPAQ	: <i>International Physical Activity Questionnaires</i>
MET's	: <i>Metabolic Equivalens Of Task</i>
OHO	: Obat Hiperglikemia Oral
PAQ-C	: <i>Physical Activity Questionnaire for Older Children</i>
PTM	: Penyakit Tidak Menular
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
HGP	: <i>Hepatic Glucose Production</i>
Perkeni	: Perkumpulan Endokrin Indonesia

DAFTAR LAMPIRAN

1. Biodata Peneliti
2. Surat Izin Studi Pendahuluan
3. Surat Izin Studi Pendahuluan di RSUD Ulin Kota Banjarmasin
4. Izin Penggunaan Kuesioner *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) yang telah diterjemahkan ke Bahasa Indonesia
5. Lembar Informasi penelitian
6. Lembar *Informed Consent*
7. Dokumentasi Kegiatan Studi Pendahuluan
8. Dokumentasi Kegiatan Pengambilan Data Penelitian
9. Lembar Kuesioner Data Demografi
10. Lembar kuesioner tingkat Aktivitas fisik (IPAQ)
11. Lembar kuesioner faktor-faktor yang memengaruhi aktivitas fisik
12. Surat pengantar uji *expert*
13. Lembar penilaian uji *expert*
14. Hasil penilaian uji *expert*
15. Lembar Konsultasi Bimbingan KTI
16. Data Rekap Hasil SPSS
17. Hasil Uji Hubungan Dua Variabel Penelitian
18. Total Aktivitas Fisik
19. Surat Permohonan *Ethical Clearence*
20. Surat Keterangan Kelaikan Etik Penelitian
21. Surat Permohonan Izin Penelitian
22. Surat Izin Melakukan Penelitian dari RSUD Ulin Banjarmasin
23. Jawaban Kuesioner Responden Penelitian