



**ANALISIS FAKTOR UMUR, JENIS KELAMIN, AKTIVITAS  
FISIK, DAN POLA MAKAN YANG BERHUBUNGAN  
DENGAN KEJADIAN DIABETES MELITUS DI RSUD  
LAMANDAU**

**SKRIPSI**

**OLEH:  
FEMMIATI  
NIM. 017222073**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO UNGARAN  
TAHUN 2024**



**ANALISIS FAKTOR UMUR, JENIS KELAMIN, AKTIVITAS FISIK, DAN POLA MAKAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DIABETES MELITUS DI RSUD LAMANDAU**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Oleh:

**FEMMIATI  
NIM. 017222073**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO UNGARAN  
TAHUN 2024**

## HALAMAN PERSETUJUAN

# ANALISIS FAKTOR UMUR, JENIS KELAMIN, AKTIVITAS FISIK, DAN POLA MAKAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DIABETES MELITUS DI RSUD LAMANDAU

disusun oleh:

FEMMIATI

NIM. 017222073

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk diujikan.

Lamandau, Januari 2024

Pembimbing Utama



Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes  
NIDN. 0614087402

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

### **ANALISIS FAKTOR UMUR, JENIS KELAMIN, AKTIVITAS FISIK, DAN POLA MAKAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DIABETES MELITUS DI RSUD LAMANDAU**

Disusun oleh  
**FEMMIATI**  
**NIM. 017222073**


Telah dipertahankan dan diujikan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Rabu  
Tanggal : 7 Februari 2024


Tim Penguji:  
**Ketua/Pembimbing Utama**

Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes  
NIDN. 0614087402

**Anggota/Penguji I**

  
Rosalina, S.Kp., M.Kes  
NIDN. 0621127102

**Anggota/Penguji II**

  
Ns. Mona Saparwati, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 0628127901

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Keperawatan**

  
Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes  
NIDN. 0614087402

**Dekan Fakultas Kesehatan**

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

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Femmiati

Nim 017222073

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

Skripsi berjudul "Analisis Faktor Umur, Jenis Kelamin, Aktifitas Fisik, dan Pola Makan yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada RSUD Lamandau" adalah:

1. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
2. Skripsi 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.
3. Pertanyaan 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 saksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing

Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes  
NIDN. 0614087402

Lamandau, Februari 2024



## HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

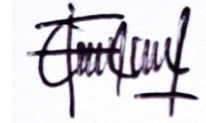
Nama : **Femmiati**

Nim : **017222073**

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas  
Ngudi Waluyo

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “Analisis Faktor Umur, Jenis Kelamin, Aktifitas Fisik, dan Pola Makan yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada RSUD Lamandau” untuk kepentingan akademik.

Lamandau, Februari 2024



Femmiati  
NIM. 017222073

## HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Skripsi ini penulis dedikasikan kepada kedua orang tua tercinta, suami, anak-anakku, dan keluarga besar, ketulusanya dari hati atas doa yang tak pernah putus, semangat yang tak ternilai. Serta untuk orang-orang terdekatku yang tersayang, dan untuk almamater biru kebanggaanku, terima kasih.”

*“Sukses adalah guru yang buruk. Sukses menggoda orang yang tekun berpikir bahwa mereka tidak bisa gagal.” – Bill Gates*

Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi Keperawatan  
Fakultas Keperawatan  
Skripsi, Januari 2024  
Femmiati  
NIM. 017222073

**Analisis Faktor Umur, Jenis Kelamin, Aktifitas Fisik, dan Pola Makan yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada RSUD Lamandau**

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Data Dinas Kesehatan Kabupaten (DKK) Lamandau tahun 2021, menunjukkan jumlah penderita diabetes melitus sebanyak 11.769 dan termasuk ke dalam daftar 10 penyebab kematian terbanyak di Kabupaten Lamandau tahun 2021. Percepatan meningkatnya penderita DM di Indonesia, terutama diakibatkan oleh perkembangan pola makan dan gaya hidup yang salah. Pengendalian gula darah oleh pasien DM akan berhubungan dengan faktor diet atau perencanaan makan, aktivitas fisik, dan tingkat pengetahuan.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis faktor umur, jenis kelamin, aktifitas fisik, dan pola makan yang berhubungan dengan kejadian diabetes melitus pada RSUD Lamandau.

**Metode:** Desain penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan pendekatan *crosssectional survey*. Sampel yang digunakan sebanyak 68 responden.

**Hasil:** Hasil dari penelitian ini dapat diketahui bahwa ada hubungan antara umur dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Lamandau dengan nilai  $p\text{-value} = 0.001 < \alpha = 0,05$ , ada hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Lamandau dengan nilai  $p\text{-value} = 0.006 < \alpha = 0,05$ , ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Lamandau dengan nilai  $p\text{-value} = 0.001 < \alpha = 0,05$ , ada hubungan antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Lamandau tahun 2023 dengan nilai  $p\text{-value} = 0.001 < \alpha = 0,05$ .

**Saran:** Lebih waspada dengan bertambahnya umur ( $\geq 45$  tahun), karena pada usia tersebut sudah mulai rentan terkena penyakit termasuk diabetes melitus dan diharapkan agar bisa melakukan kontrol kesehatan secara rutin guna pencegahan sedini mungkin terhadap faktor risikonya.

**Kata kunci:** Umur, Jenis Kelamin, Pola Makan, Aktivitas Fisik, Diabetes Melitus



**Ngudi Waluyo University**  
**Nursing Study Program**  
**nursing faculty**  
**Thesis, January 2024**  
**Femmiati**  
**NIM. 017222073**

**Analysis of Age, Gender, Physical Activity, and Dietary Factors Associated  
with the Incidence of Diabetes Mellitus at Lamandau Regional Hospital**

**ABSTRACT**

**Background:** Data from the Lamandau District Health Service (DKK) in 2021 shows that the number of diabetes mellitus sufferers is 11,769 and is included in the list of the 10 causes of death in Lamandau Regency in 2021. The accelerated increase in DM sufferers in Indonesia is mainly due to developments in diet and lifestyle. Wrong. Blood sugar control by DM patients will be related to diet or meal planning factors, physical activity, and level of knowledge.

**Objective:** This study aims to determine and analyze the factors of age, gender, physical activity and eating patterns which are related to the incidence of diabetes mellitus at Lamandau District Hospital.

**Method:** The research design used is quantitative research with a cross-sectional survey approach. The sample used was 68 respondents.

**Results:** The results of this study show that there is a relationship between age and the incidence of diabetes mellitus at Lamandau Regional Hospital with a p-value =  $0.001 < \alpha = 0.05$ , there is a relationship between gender and the incidence of diabetes mellitus at Lamandau Regional Hospital with a p value -value =  $0.006 < \alpha = 0.05$ , there is a relationship between physical activity and the incidence of diabetes mellitus at Lamandau Regional Hospital with p-value =  $0.001 < \alpha = 0.05$ , there is a relationship between diet and the incidence of diabetes mellitus at Lamandau Regional Hospital in 2023 with p-value =  $0.001 < \alpha = 0.05$ .

**Suggestion:** Be more alert as you get older ( $\geq 45$  years), because at that age you are starting to be susceptible to diseases including diabetes mellitus and it is hoped that you can carry out regular health controls to prevent risk factors as early as possible.

**Keywords:** Age, Gender, Diet, Physical Activity, Diabetes Mellitus

### BIODATA PENELITI UTAMA

Nama : Femmiati  
NIM : 017222073  
Tempat/Tanggal Lahir : Makale/09 Agustus 1987  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Unit Kerja : Ruang Sungkai  
Instansi : RSUD Lamanadau  
Alamat : Jl. Kartawana , RT. 02, Kelurahan Nanga Bulik, Kecamatan Bulik, Lamandau, Kalimantan Tengah  
Handphone : 082157055867  
Email : femmysweet37@gmail.com  
Judul Penelitian Saat ini : “Analisis Faktor Umur, Jenis Kelamin, Aktifitas Fisik dan Pola Makan yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Di RSUD Lamandau ”  
Pembimbing I : Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kep.  
Handphone : 08122515359  
Pembimbing II : -  
Handphone : -  
Riwayat Pendidikan :

Tahun Masuk-Tahun Lulus	Sekolah/PT
1993 - 1999	SDN Inpres Botang
1999 - 2002	SMP Katolik Makale
2002 - 2005	SMAN 3 Makale
2005 - 2008	D.III AKPER Nusantara Jaya Maakassar

#### Riwayat Pekerjaan :

Tahun	Pekerjaan (Jabatan dan Instansi)
2010- sekarang	PNS (Perawat Penyelia RSUD Lamandau)

#### Riwayat Penelitian :

Tahun	Judul Penelitian	Sumber Dana
-------	------------------	-------------

## **PRAKATA**

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Analisis Faktor Umur, Jenis Kelamin, Aktifitas Fisik, dan Pola Makan yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada RSUD Lamandau”. Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu persyaratan untuk meraih gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Ngudi Waluyo. Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini melibatkan banyak pihak, untuk itu perkenankan penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kp., M.Kes., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, sekaligus pembimbing utama yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan hingga skripsi ini selesai.
4. Seluruh dosen dan staf pengajar Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu serta arahan dalam menyelesaikan seluruh kegiatan perkuliahan.
5. Keluarga besar penulis yang selalu memberikan semangat serta motivasi agar skripsi ini segera selesai.
6. Teman-teman seperjuangan satu angkatan kelas RPL yang telah memberikan doa, semangat dan bantuannya.
7. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebut satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun guna kesempurnaan skripsi ini. Semoga Tuhan YME mencurahkan berkat dan karunia-Nya kepada semua pihak yang telah banyak membantu penulis. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, amin.

Lamandau, Januari 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian.....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>10</b>
A. Tinjauan Teoritis .....	10
1. Diabtetes Melitus .....	10
2. Tinjauan Umum Tentang Umur.....	29
3. Tinjauan Umum Tentang Jenis Kelamin .....	30
4. Tinjauan Umum Tentang Aktifitas Fisik.....	31
5. Tinjauan Umum Tentang Pola Makan.....	35
B. Kerangka Teori .....	43
C. Kerangka Konsep.....	44
D. Hipotesis .....	44
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>45</b>
A. Desain Penelitian .....	45
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	45
C. Subjek Penelitian .....	45
D. Definisi Operasional.....	48
E. Teknik Pengumpulan Data.....	49
F. Kisi-Kisi Kuesioner.....	50
G. Pengolahan Data.....	51
H. Analisis Data .....	53
I. Etika Penelitian .....	54
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> .....	<b>56</b>
A. Gambaran Umum Obyek Penelitian.....	56
B. Hasil penelitian .....	58
1. Hasil Analisis Univariat.....	58
2. Hasil Analisis Bivariat.....	60
3. Analisis Bivariat .....	74

C. Pembahasan .....	63
1. Hubungan Antara Umur dengan Kejadian Penyakit Diabetes Melitus di RSUD Lamandau.....	63
2. Hubungan Antara Jenis Kelamin dengan Kejadian Diabetes Melitus di RSUD Lamandau.....	65
3. Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus di RSUD Lamandau.....	66
4. Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Diabetes Melitus di RSUD Lamandau.....	67
D. Keterbatasan Penelitian .....	69
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>71</b>
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran .....	71
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>72</b>
<b>Lampiran .....</b>	<b>77</b>

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian.....	43
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian .....	44
Gambar 4.1 Profil RSUD Lamandau .....	56

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kadar Gula Darah Normal dan Saat Puasa.....	27
Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian.....	48
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner Penelitian.....	50
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Umur Responden .....	58
Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Jenis Kelamin Responden .....	58
Tabel 4.3 Distribusi Karakteristik Aktivitas Fisik Responden.....	59
Tabel 4.4 Distribusi Karakteristik Pola Makan Responden.....	59
Tabel 4.5 Distribusi Karakteristik Kejadian Diabetes Melitus Responden .....	60
Tabel 4.6 Hubungan Antara Umur dengan Kejadian Penyakit Diabetes Melitus di RSUD Lamandau .....	60
Tabel 4.7 Hubungan Antara Jenis Kelamin dengan Kejadian Diabetes Melitus di RSUD Lamandau .....	61
Tabel 4.8 Hubungan Antara Aktivitas Fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus di RSUD Lamandau .....	62
Tabel 4.9 Hubungan Antara Pola Makan dengan Kejadian Diabetes Melitus di RSUD Lamandau .....	62