



**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK, POLA DIET, PENGOBATAN
DAN POLA PEMERIKSAAN KADAR GLUKOSA DARAH
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II PADA DEWASA
DI DESA LEBAK KECAMATAN BRINGIN**

SKRIPSI

**Disusun Oleh :
EKA SOFI DINIYANTI
011191039**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK, POLA DIET, PENGOBATAN
DAN POLA PEMERIKSAAN KADAR GLUKOSA DARAH
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II PADA DEWASA
DI DESA LEBAK KECAMATAN BRINGIN**

Disusun oleh;

EKA SOFI DINIYANTI

011191039

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah
Diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 16 Februari 2023

Pembimbing Utama



Gipta Galih Widodo, S.Kp.,M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0619047703

HALAMAN PENGESAHAN

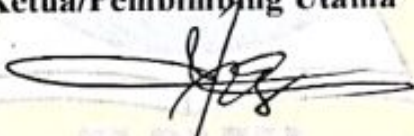
Skripsi Berjudul :
**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK, POLA DIET, PENGOBATAN DAN
POLA PEMERIKSAAN KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE II PADA DEWASA DESA LEBAK
KECAMATAN BRINGIN**

Oleh :
EKA SOFI DINIYANTI
NIM. 011191039


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

Hari : Senin
Tanggal : 27 Febuari 2023

Tim Penguji :
Ketua/Pembimbing Utama


Gipta Galih Widodo, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0619047703

Anggota/Penguji I


Faridah Aini, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.KMB
NIDN. 0629037605


Anggota/Penguji II


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

Mengetahui
Ketua Program Studi Keperawatan


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

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan


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



PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Eka Sofi Diniyanti

Nim : 011191039

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **"Gambaran Aktivitas Fisik, Pola Diet, Pengobatan dan Pola Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe II Pada Dewasa di Desa Lebak Kecamatan Bringin"** adalah
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. 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.
4. Pertanyaan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbeneran 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



Gipta Galih Widodo, S.Kp., M. Kep., Sp.KMB
NIDN.0619047703

Ungaran, 10 Januari 2023



Eka Sofi Diniyanti
(011191039)

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

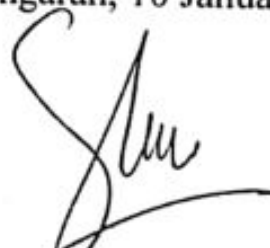
Nama : Eka Sofi Diniyanti

NIM : 011191039

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan inemberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul **“Gambaran Aktivitas Fisik, Pola Diet, Pengobatan dan Pola Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe II Pada Dewasa di Desa Lebak Kecamatan Bringin”** untuk kepentingan akademik.

Ungaran, 10 Januari 2023



Eka sofi diniyanti

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Eka Sofi Diniyanti
Tempat, Tanggal Lahir : Kab. Semarang, 06 mei 2000
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Dusun Dukuh Sari Rt 05/03, Desa Pakis, Kecamatan
Bringin, Kabupaten Semarang.

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD NEGERI 02 PAKIS : Tahun 2007 - 2013
2. SMP NEGERI 02 BRINGIN : Tahun 2013 - 2016
3. SMA NEGERI 01 BRINGIN : Tahun 2016 - 2019
4. Universitas Ngudi Waluyo : Tahun 2019 - Sekarang

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Jumadi
Nama Ibu : Siti Asiyah
Pekerjaan : Buruh
Alamat : Dusun Dukuh Sari Rt 05/03, Desa Pakis, Kecamatan
Bringin Kabupaten Semarang

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Keperawatan
Fakultas Keperawatan
Skripsi, Januari 2023
Eka Sofi Diniyanti
011191039

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK, POLA MAKAN, PENGOBATAN DAN
POLA PEMERIKSAAN KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE II PADA DEWASA DI DESA LEBAK
KECAMATAN BRINGIN**

ABSTRAK

Latar belakang : Diabetes melitus (DM) dapat menyerang hampir seluruh sistem tubuh manusia, mulai dari kulit sampai jantung yang menimbulkan berbagai penyakit (komplikasi). Penyakit ini tidak dapat di sembuhkan namun bisa dikontrol dengan memperhatikan aktifitas fisik, pola diet, pengobatan dan memonitor glukosa darah.

Tujuan : untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik, pola diet, pengobatan dan pola pemeriksaan kadar glukosa darah penderita diabetes melitus pada lansia di desa lebak kecamatan bringin.

Metode : metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi yang digunakan berjumlah 105 responden DM tipe 2 di desa lebak kecamatan bringin dengan teknik total sampel. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Analisa data menggunakan analisa sederhana

Hasil : aktivitas fisik penderita DM sebagian besar rendah 64 responden (61%), pola diet DM sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 73 responden (69,5%), pengobatan DM sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 60 responden (57,1%), pemeriksaan kadar glukosa sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 57 responden (54,3%)

Saran : diharapkan agar masyarakat dapat mengubah pola makan, aktivitas fisik, dan mengontrol glukosa darah.

Kata kunci : aktivitas fisik, pola diet, pengobatan, pola pemeriksaan gula darah penderita, diabetes melitus

Ngudi Waluyo University
Nursing Study Program
nursing faculty
Thesis, January 2023
Eka Sofi Diniyanti
011191039

**DESCRIPTION OF PHYSICAL ACTIVITY, DIETARY PATTERN,
TREATMENT AND CHECKING PATTERN OF BLOOD GLUCOSE
LEVEL IN ADULT TYPE II DIABETES MELLITUS IN ADULTS LEBAK
VILLAGE, BRINGIN SUB-DISTRICT**

ABSTRACT

Background : Diabetes mellitus (DM) can attack almost all systems of the human body, from the skin to the heart which causes various diseases (complications). This disease cannot be cured but can be controlled by paying attention to physical activity, diet, medication and monitoring blood glucose.

Objective: to find out the description of physical activity, dietary patterns, treatment and blood sugar checking patterns of diabetes mellitus patients in the elderly in Lebak village, Bringin sub-district

Method: quantitative method with a descriptive approach. The population used was 105 DM type 2 respondents in the village of Lebak, Bringin sub-district, using the total sample technique. The instrument used is a questionnaire. Data analysis using simple analysis

Results: the physical activity of DM sufferers was mostly low, 64 respondents (61%), DM dietary patterns were mostly in the moderate category, 73 respondents (69.5%), DM treatment was mostly in the moderate category, 60 respondents (57.1%) , examination of glucose levels mostly in the moderate category as many as 57 respondents (54.3%)

Suggestion: it is hoped that people can change diet, physical activity, and control blood sugar.

Keywords: physical activity, dietary pattern, medication, blood sugar checking pattern, diabetes mellitus

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb.

Puji syukur Alhamdulillah penulis dipanjatkan kepada Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Gambaran Aktivitas Fisik, Pola Diet, Pengobatan dan Pola Pemeriksaan Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Type II Pada Dewasa Di Desa Lebak Kecamatan Bringin”**. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin akan terwujud apabila tidak ada bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Prof.Dr. Subyantoro, M.Hum, selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep, M.Kep, selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep, M.Kes, selaku Ketua Prodi Studi SI Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Gipta Galih Widodo, S.Kp.,M.Kep., Sp.KMB selaku pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu serta kesabaran dan keikhlasan di sela-sela kesibukan beliau yang padat telah membimbing, memberikan arahan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen, Staff, Karyawan dan Karyawati di Fakultas Universitas Ngudi Waluyo.
6. Kedua orang tua saya yang sangat saya cintai Bapak Jumadi dan Ibu Siti Asiyah terima kasih telah memberikan dukungan, kasih sayang, semangat, motivasi, dan tidak lupa mendoakan keberhasilan saya agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada teman-teman saya terima kasih telah menemani, membantu dan menyemangati, dan memberikan dukungan dan motivasi saya demi kelancaran proses penelitian.
8. Kepada teman-teman SI Keperawatan Angkatan 2019 yang tidak saya sebutkan satu-persatu yang telah memberikan semangat

Penelitian menyadari bahwa bahwa dalam penulisan skripsi ini belum sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri dengan segala kerendahan hati terhadap semua kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan skripsi ini.

Ungaran, 10 Januari 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Eka Sofi Diniyanti', written in a cursive style.

Eka sofi diniyanti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	iv
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Tinjauan Teoristtis.....	9
B. Kerangka Teori.....	31
C. Kerangka konsep.....	32
D. Pertanyaan penelitian.....	32
BAB III METODE PENELITIAN.....	33
A. Desain penelitian.....	33
B. Lokasi penelitian.....	33
C. Populasi, sampel dan teknik sampling penelitian.....	33
D. Definisi Operasional.....	34
E. Pengumpulan Data.....	36
F. Prosedur Pengumpulan Data.....	38
G. Etika Penelitian.....	40
H. Proses Pengolahan Data.....	42

I. Analisis Data	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Hasil Penelitian	47
B. Pembahasan.....	51
C. Keterbatasan Penelitian	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	63