

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN PASIEN DIABETES MELITUS
TENTANG PENURUNAN KADAR GULA DARAH DENGAN
AKTIVITAS FISIK DI UPTD PUSKESMAS KECAMATAN
GUNUNGSITOLI**



SEPTINUS GEA

NIM P07520320040

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2023**

KARYA TULIS ILMIAH

GAMBARAN PENGETAHUAN PASIEN DIABETES MELITUS TENTANG PENURUNAN KADAR GULA DARAH DENGAN AKTIVITAS FISIK DI UPTD PUSKESMAS KECAMATAN GUNUNGSITOLI

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Diploma III Keperawatan



SEPTINUS GEA
NIM P07520320040

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2023

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : Gambaran Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang
Penurunan Kadar Gula Darah Dengan Aktivitas Fisik Di
UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Kota
Gunungsitoli

NAMA : Septinus Gea

NIM : P07520320040

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diuji Pada Sidang Ujian Karya Tulis Ilmiah
Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Poltekkes Kemenkes Medan
Gunungsitoli, 26 Mei 2023

Penguji I



Cipta Citra Karyani Gulo S.Kep.,Ns, M.Kep Nip.198704262015032004

Penguji II



Ismed Krisman Amazihono, SKM.,MPH
Nip.197205111992031003

Ketua Penguji



Lismawati Pertiwi Waruwu S.Kep.,Ns, M.Kep
NIDK : 8962150022

Ketua Program Studi D-III Keperawatan Gunungsitoli Politeknik
Kesehatan Kemenkes Medan



Ismed Krisman Amazihono, SKM.,MPH
Nip.197205111992031003

PERNYATAAN

GAMBARAN PENGETAHUAN PASIEN DIABETES MELITUS TENTANG PEMURUNAN KADAR GULA DARAH DENGAN ATIVITAS FISIK DI UPTD PUSKESMAS KECAMATAN GUNUNGSITOLI KOTA GUNUNGSITOLI

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk 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 disebut dalam daftar pustaka.

Gunungsitoli, 26 Mei 2023

Yang menyatakan



SEPTINUS GEA

P07520320040

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUGSITOLI TAHUN 2022
GUNUNGSITOLI, 26 MEI 2023**

SEPTINUS GEA

**GAMBARAN PENGETAHUAN PASIEN DIABETES MELITUS TENTANG
PENURUNAN KADAR GULA DARAH DENGAN AKTIVITAS FISIK DI
UPTD PUSKESMAS KECAMATAN GUNUNGSITOLI KOTA
GUNUNGSITOLI**

V+50 halaman, 8 tabel, 1 gambar, 12 Lampiran

Abstrak

Diabetes adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa dalam tubuh (hiperglikemi) yang disebabkan oleh terganggunya sistem sekresi insulin. Pengetahuan tentang penurunan kadar gula darah dengan aktivitas fisik sangat penting karena aktivitas fisik merupakan salah satu strategi manajemen pertama disarankan untuk pasien DM. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang Penurunan Kadar Gula Darah Dengan Aktivitas Fisik Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Kota Gunungsitoli.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan desain penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita DM sebanyak 828 orang dengan jumlah sampel sebanyak 89. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Random Sampling* dimana cara pengambilan sampel yang memberik kesempatan yang sama untuk diambil pada setiap elemen populasi. Analisa data penelitian menggunakan analisa univariat.

Hasil Penelitian Didapatkan mayoritas responden berpengetahuan Cukup sebanyak 53 responden (59,55%), dan minoritas responden berpengetahuan baik sebanyak 10 responden (11,23%). Disarankan hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi dalam pengembangan penelitian selanjutnya terkait gambaran pengetahuan pasien diabetes mellitus tentang penurunan kadar gula darah dengan aktivitas fisik.

Kata Kunci : Pengetahuan, aktivitas fisik, kadar gula darah
Daftar Bacaan : 29 (2006 – 2019)

**MEDAN HEALTH POLYTECHNICS OF MINISTRY OF HEALTH
ASSOCIATE DEGREE PROGRAM OF NURSING, GUNUNGSITOLI BRANCH
GUNUNGSITOLI, Friday, 26 May 2023**

SEPTINUS GEA

**DESCRIPTION OF KNOWLEDGE OF DIABETES MELLITUS PATIENTS
ABOUT DECREASING BLOOD SUGAR LEVELS WITH PHYSICAL
ACTIVITIES IN THE REGIONAL TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT OF
GUNUNGSITOLI KOTA HEALTH CENTER, GUNUNGSITOLI**

V+50 pages, 8 tables, 1 figure, 12 Appendices

Abstract

Diabetes is a metabolic disease characterized by increased glucose levels in the body (hyperglycemia), caused by disruption of the insulin secretory system. Knowledge about reducing blood sugar levels through physical activity is very important because physical activity is one of the first management strategies suggested for DM patients. This study aims to describe the knowledge of diabetes mellitus patients about decreasing blood sugar levels with physical activity in the Regional Technical Implementation Unit Of Gunungsitoli Kota Health Center, Gunungsitoli.

This research is a descriptive study, examining 89 samples obtained through the Random Sampling technique, where equal opportunities are given to each element in a population, from a population consisting of 828 DM sufferers. Data were analyzed univariately.

Through research it is known that the majority of respondents have sufficient knowledge, 53 respondents (59.55%), and a minority of respondents have good knowledge, 10 respondents (11.23%). It is hoped that the results of this study can be used as an additional reference in the development of further research related to describing the knowledge of diabetes mellitus patients about reducing blood sugar levels through physical activity.

Keywords : Knowledge, physical activity, blood sugar levels

References : 29 (2006 – 2019)



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan berkat dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan judul "Gambaran Pengetahuan Pasien DM Tentang Penurunan Kadar Gula Darah Dengan Aktivitas Fisik di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli" Tahun 2023. Karya Tulis Ilmiah ini dibuat untuk memenuhi syarat menyelesaikan program studi D-III Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Medan Program Studi Akademi Keperawatan Gunungsitoli.

Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu R.R. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM, M.Kep, Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Suriani Br. Ginting, SST,S.pd,S.Kep,Ners,M.Kep, Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
3. Bapak Ismed Krisman Amazihono,SKM.,MPH, Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli sekaligus sebagai penguji II
4. Ibu Lismawati Pertiwi Waruwu, S.Kep.,Ners.,M.Kep sebagai Dosen Pembimbing I sekaligus ketua penguji yang telah memberikan waktu serta buah pikirannya dalam membantu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Cipta Citra Karyani Gulo S.Kep.Ns.M.Kep sebagai Pembimbing II sekaligus sebagai penguji I
6. Bapak/Ibu Dosen dan Civitas Akademik Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan Gunungsitoli, yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta membekali dengan ilmu pengetahuan dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Bapak Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli dan Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli, yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli.

8. Teristimewa kepada Papa dan Mama A/I Nito Gea dan kakak saya Novita kristianti Gea, Operlina Gea, dan Juliani Gea yang selalu memberi semangat dan dukungan sehingga menjadi inspirasi bagi saya sehingga sehingga Karya Tulis Ilmiah selesai dengan baik.
9. Kepada seluruh Aro iman dan teman teman yang memberi dukungan dan masukan demi tercapainya Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Teristimewa buat Agus Krisnawati Zai yang selalu menemani dan memberi support sehingga Karya Tulis Ilmiah selesai dengan baik.
11. Semua pihak yang telah turut membantu dan memberi semangat hingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat selesai.

Semoga Tuhan Yang Maha Pengasih dan Penyayang melimpahkan berkat dan anugrah-Nya bagi semua pihak yang sudah ikut serta dalam mendukung Karya Tulis Ilmiah ini.

Dengan kerendahan hati peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan baik dalam segi penulisan, tata bahasa maupun isi. Untuk itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah banyak membantu, semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat demi kemajuan ilmu pengetahuan khususnya profesi keperawatan.

Gunungsitoli, 26 Mei 2023

Peneliti


SEPTINUS GEA

NIM : P07520320040

DAFTAR ISI

Halaman

SAMPUL DEPAN	
SAMPUL DALAM	
LEMBAR PEGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACK	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tijauan Pustaka	6
B. Kerangka Konsep	28
C. Defenisi Operasional	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Dan Desain Penelitian	29
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi Dan Sampel Penelitian	29
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data	32
E. Pengolahan Dan Analisa Data	33
F. Jadwal Penelitian	36

BAB IV	
A. Hasil Penelitian.....	38
B. Pembahasan	41
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	45
B. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA.....	48
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kadar Gula Darah Sewaktu	27
Tabel 2.2 Defenisi Operasional.....	28
Tabel 3.1 Perhitungan Jumlah Sampel	32
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Usia	38
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin	39
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Pekerjaan	39
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Pendidikan.....	40
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Pengetahuan	40

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	28
---------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1	: Surat Mohon Izin Studi Penelitian
Lampiran 2	: Surat Balasan Izin Studi Penelitian
Lampiran 3	: Surat Mohon Izin Penelitian
Lampiran 4	: Surat Balasan Izin dan Telah Selesai Penelitian
Lampiran 5	: Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 6	: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 7	: Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	: Master Tabel
Lampiran 9	: Dokumentasi Penelitian
Lampiran 10	: Lembar Bukti Konsultasi Proposal
Lampiran 11	: Lembar Bukti Konsultasi Revisi Proposal
Lampiran 12	: Lembar Bukti Konsultasi KTI
Lampiran 13	: Lembar Bukti Konsultasi Revisi KTI
Lampiran 14	: Biodata Peneliti
Lampiran 15	: Lembar <i>Etika Clarence</i>