

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN AKTIVITAS FISIK  
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA PASIEN  
DIABETES MELITUS DI POLI PENYAKIT DALAM  
RSU SUNDARI MEDAN TAHUN 2025**



**RUTH LELIYANA PASARIBU  
NIM. P07520221093**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN  
TAHUN 2025**

# **SKRIPSI**

## **PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI POLI PENYAKIT DALAM RSU SUNDARI MEDAN TAHUN 2025**

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Studi dan Memperoleh Gelar  
Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr Kep) pada Program Studi Sarjana Terapan  
Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan



**RUTH LELIYANA PASARIBU  
NIM. P07520221093**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN  
TAHUN 2025**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN AKTIVITAS FISIK  
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADAPASIEN  
DIABETES MELITUS DI POLI PENYAKIT DALAM  
RSU SUNDARI MEDAN TAHUN 2025**

Diusulkan Oleh:  
RUTH LEIYANA PASARIBU  
NIM. P07520221093

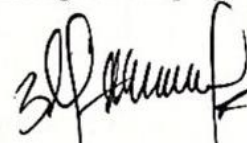
Telah disetujui di Medan  
Pada tanggal, 25 Juni 2025

Pembimbing Utama



Elny Lorensi Silalahi S.Kep.,Ns.,M.Kes  
NIP 196910081993032001

Pembimbing Pendamping



Suriani Br. Ginting S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIP 196810211994032005

Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan



Dr. Risma Dumiri Manurung S.Kep.,Ns.,M.Biomed  
NIP. 196908111993032001

**SKRIPSI**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN AKTIVITAS FISIK  
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADAPASIE  
DIABETES MELITUS DI POLI PENYAKIT DALAM  
RSU SUNDARI MEDAN TAHUN 2025**

Telah dipersiapkan dan disusun oleh:

RUTH LELIYANA PASARIBU  
NIM. P07520221093

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji  
Pada tanggal, 02 Juli 2025

Tim Penguji :

- |                  |  |       |
|------------------|--|-------|
| 1. Ketua Penguji | : Elny Lorensi Silalahi S.Kep.,Ns.,M.Kes | ..... |
| 2. Penguji I     | : Marlisa S.Kep.,Ns.,M.Kep               | ..... |
| 3. Penguji II    | : Sulastri G.P Tambunan S.Kep.,Ns.,M.Kep | ..... |


Medan, 02 Juli 2025

Mengetahui:  
Ketua Jurusan Keperawatan



Dr. Amira Permata Sari T S.Kep.,Ns.,M.Kes  
NIP. 197703162002122001

Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan



Dr. Risma D Manurung S.Kep.,Ns.,M.Biomed  
NIP. 196908111993032001

## LEMBAR BIODATA PENULIS



Nama : Ruth Leliyana Pasaribu  
Tempat/Tanggal Lahir : Pematang Siantar, 27 Maret 2003  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat Rumah : JL. PERUMAHAN PKS SEI DUA  
Nomor HP : 082211243658

### RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDS Balam Sempurna Rokan Hilir Tahun 2015
2. SMP : SMPS Tunas Bangsa Rokan Hilir Tahun 2018
3. SMA : SMK Tridarma Pematang Siantar Tahun 2021

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Ruth Leliyana Pasaribu  
NIM : P07520221093  
Program Studi : Sarjana Terapan  
Jurusan : Keperawatan  
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Skripsi saya yang berjudul :

**Pengaruh Pendidikan Kesehatan aktivitas fisik terhadap tingkat pengetahuan pada pasien Diabetes Melitus di Poli penyakit dalam RSUD Sundari Medan Tahun 2025**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan Tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 02 Juli 2025

Peneliti,



**Ruth Leliyana Pasaribu**  
NIM P07520221093

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLTEKKES KEMENKES MEDAN  
JURUSAN SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN  
JURUSAN KEPERAWATAN  
SKRIPSI  
MEDAN, 02 JULI 2025**

**RUTH LELIYANA PASARIBU  
P07520221093**

**XIII + 102 HALAMAN + V BAB + 12 TABEL + 2 GAMBAR + LAMPIRAN  
PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN AKTIVITAS FISIK  
TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN PADA PASIEN DIABETES  
MELITUS DI POLI PENYAKIT DALAM RSU SUNDARI MEDAN  
TAHUN 2025**

### **ABSTRAK**

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik kronis yang dapat menyebabkan komplikasi serius jika tidak dikendalikan dengan baik. Salah satu intervensi non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah melakukan aktivitas fisik yang teratur. Namun, masih banyak pasien yang belum memiliki pengetahuan yang cukup mengenai pentingnya aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang aktivitas fisik terhadap tingkat pengetahuan pasien diabetes melitus di Poli Penyakit Dalam RSU Sundari Medan.

Penelitian ini menggunakan jenis *pre-eksperimen* dengan pendekatan analisis kuantitatif dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 2.500 pasien dan sampel yang digunakan sebanyak 44 orang, dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan, mayoritas responden (54,5%) memiliki tingkat pengetahuan kategori kurang, dan setelah intervensi meningkat menjadi 79,5% dalam kategori baik. Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai  $p = 0,000 (<0,05)$ , yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara pendidikan kesehatan aktivitas fisik terhadap peningkatan pengetahuan pasien. Kesimpulannya yaitu bahwa pendidikan kesehatan berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan pengetahuan pasien diabetes melitus mengenai aktivitas fisik.

**Kata Kunci:** Pendidikan Kesehatan, Aktivitas Fisik, Pengetahuan, Diabetes Melitus

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH  
BACHELOR PROGRAM OF APPLIED HEALTH SCIENCE IN NURSING  
DEPARTEMENT OF NURSING  
SCIENTIFIC WRITING  
MEDAN, 02 JULY 2025**

**RUTH LELIYANA PASARIBU  
P07520221093**

**XIII + 102 PAGES + V CHAPTERS + 12 TABELS + 2 PICTURES +  
APPENDIX**

**THE EFFECT OF PHYSICAL ACTIVITY HEALTH EDUCATION ON THE  
LEVEL OF KNOWLEDGE IN DIABETES MELLITUS PATIENTS AT THE  
INTERNAL MEDICINE CLINIC OF SUNDARI GENERAL HOSPITAL,  
MEDAN IN 2025**

### **ABSTRACT**

*Diabetes mellitus is a chronic metabolic disease that can cause serious complications if not properly controlled. One non-pharmacological intervention that can be performed is regular physical activity. However, many patients still lack sufficient knowledge regarding the importance of physical activity. This study aims to determine the effect of health education about physical activity on the level of knowledge in diabetes mellitus patients at the Internal Medicine Clinic of Sundari General Hospital, Medan.*

*This research used a pre-experimental design with a quantitative analysis approach and a one-group pretest-posttest design. The population for this study was 2,500 patients, and the sample used was 44 people, selected through a purposive sampling technique. Data collection was performed using a questionnaire and analyzed with the Wilcoxon test.*

*The results showed that before the health education was given, the majority of respondents (54.5%) had a poor category of knowledge level, which increased to 79.5% in the good category after the intervention. The Wilcoxon test results showed a p-value of 0.000 ( $<0.05$ ), which means there is a significant effect of physical activity health education on the increase in patient knowledge. The conclusion is that health education has a significant effect on improving the knowledge of diabetes mellitus patients regarding physical activity.*

*Keywords: Health Education, Physical Activity, Knowledge, Diabetes Mellitus*



## KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penyusunan Proposal Skripsi yang berjudul "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Aktivitas fisik terhadap Tingkat Pengetahuan pada pasien Diabetes melitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan" dapat diselesaikan.

Pada kesempatan ini peneliti juga mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni S.SIT.,M.Keb selaku Plt Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Bapak dr. H. Zulkarnain Hutasuhut selaku Direktur RSUD Sundari Medan yang telah memberikan izin penelitian di Lokasi tersebut.
3. Dr. Amira Permatasari Tarigan S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Dr. Risma Dumiri Manurung S.Kep.,Ns.,M.Biomed selaku Ketua Prodi jurusan Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
5. Ibu Elny Lorensi Silalahi S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing utama saya dan ibu Suriani Br. Ginting S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga proposal penelitian ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Ibu Marlisa S.Kep.,Ns.,M.Kep sebagai penguji pertama dan ibu Sulastri GP Tambunan S.Kep.,Ns.,M.Kep sebagai penguji kedua atas ketersediaanya menguji proposal penelitian ini.
7. Seluruh Bapak/Ibu dosen, instruktur dan tenaga kependidikan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan serta semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan proposal skripsi ini.
8. Teristimewa untuk kedua orang tua Edi Halomoan Pasaribu dan Erna Linda Sinaga yang telah membesarkan peneliti dengan penuh kasih sayang, sabar mengajari dan memberikan nasihat, dukungan serta doa agar peneliti dapat menyelesaikan perkuliahan dengan baik, juga untuk Kakak Evy Yani

Pasaribu Amd., A.B dan adik Anzelli Pasaribu yang telah mengajari dan mensupport dalam segala aktivitas peneliti.

9. Seluruh teman angkatan VI Program Studi Keperawatan, terimakasih atas suka-duka selama menempuh pendidikan.

Peneliti telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun Proposal skripsi ini. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan proposal ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 01 Juli 2025

Peneliti,



Ruth Jeliyana pasaribu  
P07520221093

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b>	
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>LEMBAR BIODATA PENULIS</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
A. Konsep Teori Diabetes melitus .....	6
B. Konsep Aktivitas Fisik .....	13
C. Konsep Dasar Pengetahuan .....	18
D. Konsep Dasar Pendidikan Kesehatan.....	20
E. Kerangka Teori .....	22
F. Kerangka Konsep.....	24
G. Hipotesis.....	25
H. Definisi Operasional.....	26
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	<b>27</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	27
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	27
D. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	29

E. Pengolahan dan Analisa Data .....	30
F. Etika Penelitian .....	33
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>35</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	35
B. Karakteristik Responden.....	35
C. Hasil Analisa Variabel.....	38
D. Pembahasan .....	41
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>45</b>
A. Kesimpulan .....	45
G. Saran.....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>47</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Definisi Operasional.....	26
Tabel 1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Pada Pasien Diabetes Mellitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan 2025 .....	35
Tabel 2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Pasien Diabetes Mellitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan 2025 .....	36
Tabel 3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Pada Pasien Diabetes Mellitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan 2025 .....	36
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pekerjaan Pada Pasien Diabetes Mellitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan 2025 .....	37
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan Pada Pasien Diabetes Mellitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan 2025 .....	38
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan Pada Pasien Diabetes Mellitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan 2025 .....	38
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hasil Uji <i>Shapiro-Wilk</i> Pada Penderita Diabetes Mellitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan 2025 .....	39
Tabel 8	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Pasien Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Pada Penderita Diabetes Mellitus di Poli Penyakit Dalam RSUD Sundari Medan 2025 .....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2 Kerangka Konsep.....	24

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat izin survei awal
- Lampiran 2 Surat balasan izin survei awal
- Lampiran 3 Surat Keputusan Layak Etik
- Lampiran 4 Surat izin penelitian
- Lampiran 5 Surat balasan izin penelitian
- Lampiran 6 Surat Permohonan Menjadi Expert Jugment
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8 Satuan Acara Penyuluhan (SAP)
- Lampiran 9 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 10 *Output* Master Tabel
- Lampiran 11 *Output SPSS Statistic*
- Lampiran 12 Media Booklet Pentingnya Aktivitas Fisik Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2
- Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 14 Lembar Konsultasi
- Lampiran 15 Hasil Turnitin