

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN MOTIVASI LANSIA PENDERITA DIABETES
MELITUS TIPE II DENGAN KEAKTIFAN LANSIA
MENGIKUTI SENAM PROLANIS DI UPTD
PUSKESMAS KECAMATAN
GUNUNGSITOLI UTARA**



VIRA PUTRI JUITA HURA

NIM P07520320044

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

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN MOTIVASI LANSIA PENDERITA DIABETES
MELITUS TIPE II DENGAN KEAKTIFAN LANSIA
MENGIKUTI SENAM PROLANIS DI UPTD
PUSKESMAS KECAMATAN
GUNUNGSITOLI UTARA**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi
Diploma III Keperawatan



**VIRA PUTRI JUITA HURA
NIM P07520320044**

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

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : Hubungan Motivasi Lansia Penderita Diabetes Melitus
Tipe II Dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Senam
Prolanis Di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli
Utara**

NAMA : Vira Putri Juita Hura

NIM : P07520320044

Karya Tulis Ilmiah ini Telah Diuji pada Sidang Ujian Akhir
Program Studi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Poltekkes Kemenkes Medan
Gunungsitoli, 05 Juli 2023

Penguji I

Evi Martalinda Harefa, S.ST., M.Kes
NIP. 198403192006052001

Penguji II

Wahyu Ningsih Lase, S.Kep., Ners, M.Kep
NIP. 199002052015032005

Ketua Penguji

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

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Ismed Krisman Amazihono, SKM, MPH
NIP. 197205111992031003

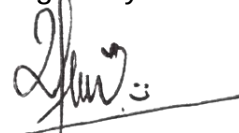
PERNYATAAN

HUBUNGAN MOTIVASI LANSIA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II DENGAN KEAKTIFAN LANSIA MENGIKUTI SENAM PROLANIS DI UPTD PUSKESMAS KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA

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

Gunungsitoli, 05 Juli 2023

Yang Menyatakan,



Vira Putri Juita Hura

NIM. P07520320044

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
Karya Tulis Ilmiah, 05 Juli 2023**

VIRA PUTRI JUITA HURA

**HUBUNGAN MOTIVASI LANSIA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II
DENGAN KEAKTIFAN LANSIA MENGIKUTI SENAM PROLANIS DI UPTD
PUSKESMAS KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA**

V + 56 Halaman, 6 Tabel, 1 Gambar, 20 Lampiran

ABSTRAK

Diabetes melitus pada lansia terjadi karena faktor usia yang menyebabkan penurunan sel fungsi pankreas dan sekresi insulin. Senam prolanis merupakan salah satu upaya mengatasi penyakit degeneratif seperti diabetes pada lansia sehingga lansia sangat diharapkan aktif dalam mengikuti senam ini. Peningkatan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis memerlukan motivasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi lansia penderita diabetes melitus tipe II dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara tahun 2023.

Desain penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan pendekatan *purposive sampling* dengan jumlah sampel 55 orang yaitu lansia penderita diabetes melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara tahun 2023. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner dan melakukan analisa univariat dan bivariat dengan uji *rank spearman*.

Hasil penelitian diperoleh bahwa responden yang memiliki motivasi baik sebanyak 30 orang (54,5%) dan memiliki motivasi kurang sebanyak 25 orang (45,5%), sedangkan responden yang aktif mengikuti senam prolanis sebanyak 29 orang (52,7%) dan yang tidak aktif mengikuti senam prolanis sebanyak 26 orang (47,3%). Hasil uji *rank spearman* diperoleh nilai *p-value* = 0,023 ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi (r) = 0,306 yang menunjukkan adanya hubungan dengan tingkat kekuatan hubungan yang rendah antara motivasi lansia penderita diabetes melitus tipe II dengan keaktifan lansia mengikuti senam prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara. Disarankan bagi responden untuk tetap mempertahankan motivasi dengan keaktifannya dalam mengikuti senam prolanis guna untuk mempertahankan kesehatan secara optimal.

Kata Kunci : Motivasi, Keaktifan, Lansia, Diabetes Melitus, Senam Prolanis
Daftar Bacaan : 53 (2009-2021)

**MEDAN HEALTH POLYTECHNICS OF MINISTRY OF HEALTH
ASSOCIATE DEGREE PROGRAM OF NURSING, GUNUNGSITOLI BRANCH
Scientific Writing, 05 July 2022**

VIRA PUTRI JUITA HURA

**CORRELATION OF MOTIVATION OF ELDERLY PATIENTS WITH TYPE II
DIABETES MELLITUS WITH THEIR ACTIVENESS IN JOINING PROLANIS
GYMNASTICS AT THE REGIONAL TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT OF
GUNUNGSITOLI UTARA HEALTH CENTER**

V + 56 Pages, 6 Tables, 1 Figure, 20 Appendices

ABSTRACT

Diabetes mellitus in the elderly occurs due to age as a cause of decreased pancreatic function and insulin secretion. Prolanis exercise is an effort to overcome degenerative diseases such as diabetes in the elderly, so they are expected to be active in participating in this exercise. Increasing the activeness of the elderly in participating in Prolanis gymnastics requires motivation. This study aims to determine the correlation between the motivation of elderly people who suffer from type II diabetes mellitus and their active participation in prolanis gymnastics at the Regional Technical Implementation Unit Of Gunungsitoli Utara Health Center 2023.

This research is a correlational study designed with a cross-sectional design, and examines 55 elderly people with diabetes mellitus at the at the Regional Technical Implementation Unit Of Gunungsitoli Utara Health Center 2023 which were determined using a purposive sampling technique. Data were collected through questionnaires and analyzed univariately and bivariately with Spearman's rank test.

Through research, the results were obtained: respondents who had good motivation were 30 respondents (54.5%), and those with poor motivation were 25 respondents (45.5%); 29 respondents (52.7%) actively participated in prolanis exercises, and 26 respondents (47.3%) did not actively participate in prolanis exercises; Through the Spearman rank test, a p-value = 0.023 ($p < 0.05$) was obtained with a correlation coefficient (r) = 0.306 which showed a non-significant correlation between motivation and activity in the elderly participating in prolanis gymnastics at at the Regional Technical Implementation Unit Of Gunungsitoli Utara Health Center 2023. It is recommended that the respondents maintain their motivation and be active in participating in prolanis exercises to maintain optimal health.

**Keywords : Motivation, Activeness, Elderly, Diabetes Mellitus, Prolanis
Gymnastics**

References : 53 (2009-2021)



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 **“HUBUNGAN MOTIVASI LANSIA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II DENGAN KEAKTIFAN LANSIA MENGIKUTI SENAM PROLANIS DI UPTD PUSKESMAS KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA”**. Penelitian ini dibuat untuk memenuhi syarat menyelesaikan program studi Diploma III di Prodi Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan tahun 2023.

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

1. Ibu R.R. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM, M.Kep, Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Suriani Br. Ginting, SST SPD, 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.
4. Bapak Kepala Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian Dan Pengembangan Daerah Kota Gunungsitoli dan Bapak Kepala Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara, yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kecamatan Gungsitoli Utara.
5. Ibu Cipta Citra Karyani Gulo, S.Kep., Ns., M.Kep, sebagai Dosen Pembimbing I sekaligus Ketua Penguji.
6. Ibu Evi Martalinda Harefa, S.ST, M.Kes, sebagai Dosen Pembimbing II sekaligus Penguji I.
7. Ibu Wahyu Ningsih Lase, S.Kep., Ners, M.Kep, sebagai Dosen Penguji II.
8. 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.

9. Teristimewa kepada Papa (Bualazanolo Hura), Mama (Feberia Telaumbanua), dan adik-adik (Andi Saputra Jaya Hura dan Melki Alexander Hura) serta keluarga besar dan juga kepada orang yang saya sayangi yang selalu mendukung dan menyemangati peneliti sampai saat ini.
10. Ibu Riati Nazara, S.Kep., Ns., sebagai Pembina Asrama Putri, yang telah menjadi sosok orang tua bagi peneliti selama di asrama, dan selalu memberikan bimbingan dan nasihat serta motivasi dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Abang dan Kakak Senior, yaitu (Kakak Febribka Mendrofa, Amd. Kep, Abang Dedi Fitra Zendrato, Amd. Kep, dan Kakak Zefania Lestari Laowo, Amd. Kep) yang telah mendukung peneliti dan bersedia memberikan saran masukan dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
12. Teman-teman, yaitu (Ermiyanti Gea, Levis Talenta Telaumbanua, Mei Susanti Zendrato, Pertamiang Zebua, Wilman Berius Gea, Aro Iman Setia Laoli, Nelvi Sukmawati Hulu, Alfons Rahmat Zendrato, Hendisman Zamasi, Putra Setia Ziliwu, Poriyus Zebua) dan adik-adik tercinta, yaitu (Jelita Eltriyanti Zebua, Novista Akperiani Harefa, Kristina Natalia Gulo, Nisri Hidayani Nazara, dan Adel Hana Zendrato).
13. Kepada seluruh teman-teman seperjuangan yang selalu memberi dukungan dan masukan demi terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini.
14. 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 dengan berlipat ganda kepada semua pihak yang telah mendukung dalam penyelesaian 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 terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah banyak membantu, semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat demi kemajuan ilmu pengetahuan khususnya profesi keparawatan.

Gunungsitoli, 05 Juli 2023

Peneliti,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Vira Putri Juita Hura', with a horizontal line extending to the right.

Vira Putri Juita Hura

NIM : P07520320044

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN SAMPUL DALAM	
LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN.....	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Pustaka	7
1. Konsep Motivasi.....	7
a. Definisi	7
b. Teori-Teori Motivasi	7
c. Pembagian Motivasi.....	8
d. Teori Proses Motivasi.....	11
e. Tujuan Motivasi	12
f. Unsur-Unsur Motivasi.....	13
g. Fungsi Motivasi	13

h. Pengukuran Motivasi.....	14
2. Konsep Keaktifan Lansia	14
a. Definisi	14
b. Masalah-Masalah yang Sering Dihadapi Lansia	14
c. Penggolongan Keaktifan	15
d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keaktifan Lansia.....	15
e. Pengukuran Keaktifan.....	16
3. Konsep Lansia	16
a. Definisi	16
b. Klasifikasi Lansia.....	17
c. Karakteristik Lansia	17
d. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penuaan.....	18
e. Perubahan yang Terjadi Pada Lansia	18
4. Konsep Diabetes Melitus	19
a. Definisi	19
b. Klasifikasi	19
c. Etiologi Diabetes Melitus	21
d. Patofisiologi.....	22
e. Pemeriksaan Penunjang	22
f. Penatalaksanaan Diabetes Melitus	23
5. Konsep Senam Prolanis	25
a. Definisi	25
b. Manfaat	25
c. Keadaan yang perlu Diwaspadai Ketika Senam	26
d. Tahapan dalam Latihan Senam Prolanis	27
e. Langkah-Langkah dalam Senam Prolanis.....	28
f. Pelaksanaan Senam Prolanis	29
B. Kerangka Konsep	30
C. Definisi Operasional.....	30
D. Hipotesis	31

BAB III METODE PENELITIAN.....	32
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	32
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
C. Populasi dan Sampel	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel	33
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data	34
1. Jenis Data.....	34
a. Data Primer	34
b. Data Sekunder	34
2. Alat Pengumpulan Data.....	34
a. Kuesioner Motivasi	34
b. Kuesioner Keaktifan	36
E. Pengolahan dan Analisa Data	36
1. Pengolahan Data.....	36
a. <i>Editing</i>	36
b. <i>Coding</i>	36
c. <i>Scoring</i>	36
d. <i>Tabulating</i>	37
2. Analisa Data	37
a. Analisa Univariat	37
b. Analisa Bivariat	37
F. Jadwal Penelitian	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil Penelitian	40
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	40
2. Hasil Analisis Univariat	41
a. Motivasi Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II Mengikuti Senam Prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Tahun 2023	41

b. Keaktifan Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II Mengikuti Senam Prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Tahun 2023	41
3. Hasil Analisis Bivariat	42
B. Pembahasan Hasil Penelitian	43
1. Motivasi Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II Mengikuti Senam Prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Tahun 2023.....	43
2. Keaktifan Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II Mengikuti Senam Prolanis Di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Tahun 2023.....	45
3. Hubungan Motivasi Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Senam Prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Tahun 2023.....	47
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	50
A. Simpulan.....	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA.....	52
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Definisi Operasional	30
Tabel 3.1 Tingkat Kekuatan Hubungan.....	38
Tabel 3.2 Jadwal Penelitian	39
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Motivasi Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II Mengikuti Senam Prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Tahun 2023	41
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Keaktifan Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II Mengikuti Senam Prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Tahun 2023.....	41
Tabel 4.3 Hubungan Motivasi Lansia Penderita Diabetes Melitus Tipe II dengan Keaktifan Lansia Mengikuti Senam Prolanis di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Tahun 2023	42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	: Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
Lampiran II	: Surat Persetujuan Izin Studi Pendahuluan
Lampiran III	: Hasil Data Survey
Lampiran IV	: Surat Permohonan Izin Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran V	: Surat Persetujuan Izin Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran VI	: Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran VII	: Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran VIII	: Surat Permohonan Izin Penelitian
Lampiran IX	: Surat Persetujuan Izin Penelitian
Lampiran X	: Surat Keterangan Telah Menyelesaikan Penelitian
Lampiran XI	: Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran XII	: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran XIII	: Lembar Kuesioner Penelitian
Lampiran XIV	: Master Tabel
Lampiran XV	: Hasil Uji <i>Rank Spearman</i>
Lampiran XVI	: Dokumentasi
Lampiran XVII	: Lembar Bukti Konsultasi
Lampiran XVIII	: Biodata Expert
Lampiran XIX	: Biodata Peneliti
Lampiran XX	: Lembar <i>Ethical Clearance</i>