

**PERILAKU PENERAPAN POLA HIDUP SEHAT PENDERITA DIABETES
MELLITUS DI MASA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
HAURNGOMBONG KABUPATEN SUMEDANG**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan pada jenjang pendidikan Diploma III Keperawatan



Oleh :
Ghina Amelia Fadillah
NIM : 1807321

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
2021**

**PERILAKU PENERAPAN POLA HIDUP SEHAT PENDERITA DIABETES
MELLITUS DI MASA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
HAURNGOMBONG KABUPATEN SUMEDANG**

Oleh :

Ghina Amelia Fadillah

Sebuah karya tulis ilmiah yang diajukan untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan

© Ghina Amelia Fadillah 2021

Universitas Pendidikan Indonesia

Juni 2021

Hak cipta dilindungi oleh undang-undang

Karya tulis ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian dengan dicetak
ulang, difotocopy, atau cara lainnya tanpa izin penulis

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah oleh Ghina Amelia Fadillah NIM 1807321 dengan judul “Perilaku Penerapan Pola Hidup Sehat Penderita Diabetes Mellitus di Masa Pandemi COVID-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Haurgombong Kabupaten Sumedang”, telah di pertahankan di depan dewan penguji Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal 02 Juni 2021.

Dewan Penguji

Penguji Ketua



H. Ahmad Purnama Hoedaya, S.Kp., M.Kes.
NIP. 197703022006041013

Penguji Anggota I



Popon Haryeti, S.Kep., Ners., M.H.Kes.
NIP. 196708261997032001

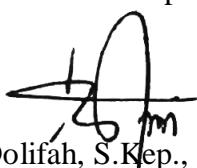
Penguji Anggota II



Rafika Rosyda, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP. 199208272019032023

Mengetahui,

Kaprodi DIII Keperawatan



Dewi Dolifah, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP. 197501202000032001

Ghina Amelia Fadillah, 2021

**PERILAKU PENERAPAN POLA HIDUP SEHAT PENDERITA DIABETES MELLITUS DI MASA PANDEMI COVID-19
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS HAURGOMBONG KABUPATEN SUMEDANG**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

PERILAKU PENERAPAN POLA HIDUP SEHAT PENDERITA DIABETES MELLITUS DI MASA PANDEMI COVID-19

ABSTRAK

Perilaku hidup sehat adalah penerapan gaya hidup yang memperhatikan berbagai aspek kondisi kesehatan. Pada penderita Diabetes Mellitus upaya yang bisa dilakukan untuk menerapkan perilaku hidup sehat adalah dengan rajin melakukan aktivitas fisik atau olahraga, menjaga asupan makanan sehat sesuai dengan diet, menerapkan pola tidur yang teratur dan rutin melakukan konsultasi ke pelayanan kesehatan. Namun, di tengah kondisi pandemi COVID-19 terdapat hambatan dan keterbatasan dalam melakukan upaya tersebut yang dapat mengakibatkan terjadinya masalah kesehatan. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui perilaku penerapan pola hidup sehat penderita DM yang meliputi pengetahuan, sikap dan tindakan penderita DM mengenai penerapan pola hidup sehat. Subjek dalam penelitian ini adalah 65 penderita DM yang terdaftar di catatan medis Puskesmas Haurngombong. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dan teknik sampling yang digunakan dalam peneltian ini adalah teknik random sampling. Sedangkan pengumpulan data yang digunakan adalah dari hasil kuesioner. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penderita DM memiliki pengetahuan dengan kategori baik (92%), penderita DM memiliki sikap dengan kategori sikap positif (100%), dan penderita DM memiliki tindakan dengan kategori cukup (71%) dalam menerapkan pola hidup sehat di masa pandemi COVID-19. Dari hasil penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku pola hidup sehat penderita Diabetes Mellitus di masa pandemi COVID-19 memperoleh kriteria cukup sebanyak 54% dan kriteria baik sebanyak 46%. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa pengetahuan yang baik dan sikap yang positif belum tentu mewujudkan tindakan yang baik.

Kata Kunci : Perilaku, Pola Hidup Sehat, Diabetes Mellitus, COVID-19

BEHAVIOR OF THE IMPLEMENTATION OF HEALTHY LIFESTYLE PATTERNS OF MELLITUS DIABETES IN THE COVID-19 PANDEMIC

ABSTRACT

Healthy lifestyle is the application of a lifestyle that pays attention to various aspects of health conditions. In people with Diabetes Mellitus, efforts that can be made to implement healthy lifestyle was diligently doing physical activity or sports, maintaining healthy food intake according to diet, implementing regular sleep patterns and regularly consulting health services. However, in the midst of the COVID-19 pandemic, there are obstacles and limitations in making these efforts that can lead to health problems. The purpose of this study was to determine the behavior of implementing a healthy lifestyle for DM patients which includes knowledge, attitudes and actions of DM patients regarding the application of a healthy lifestyle. The subjects in this study were 65 DM patients registered in the medical records of the Haurngombong Health Center. The approach used in this research is descriptive quantitative and the sampling technique used in this research is random sampling technique. While the data collection used is from the results of the questionnaire. The results of this study indicate that DM patients have knowledge in a good category (92%), DM sufferers have an attitude with a positive attitude category (100%), and DM sufferers have sufficient category actions (71%) in implementing a healthy lifestyle in during the COVID 19 pandemic. From the results of the explanation above, it can be concluded that the healthy lifestyle behavior of people with Diabetes Mellitus during the COVID 19 pandemic obtained sufficient criteria as much as 54% and good criteria as much as 46%. So it can be concluded that good knowledge and a positive attitude do not necessarily result in good actions.

Keywords: Behavior, Healthy Lifestyle, Diabetes Mellitus, COVID-19

DAFTAR ISI

HALAMAN ORISINALITAS	i
PERNYATAAN KEASILIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penulisan	3
1.4 Manfaaat Penulisan	4
BAB II TINJAUAN TEORI	5
2.1 Konsep Perilaku Hidup Sehat	5
2.1.1 Definisi Perilaku.....	5
2.1.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku	5
2.1.3 Definisi Hidup Sehat.....	6
2.1.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Hidup Sehat.....	7
2.1.5 Perilaku Penerapan Pola Hidup Sehat	7
2.2 Konsep Diabetes Mellitus	8
2.2.1 Pengertian Diabetes Mellitus	8
2.2.2 Klasifikasi Diabetes Mellitus	8
2.2.3 Etiologi Diabetes Mellitus	9
2.2.4 Manifestasi Klinis Diabetes Mellitus.....	9
2.2.5 Patofisiologi Diabetes Mellitus	10
2.2.6 Pemeriksaan Diagnosa Diabetes Mellitus.....	10

2.2.7 Penatalaksanaan Diabetes Mellitus	12
2.3 Konsep Pandemi COVID-19	12
2.3.1 Pengertian COVID-19.....	12
2.3.2 Penyebaran COVID-19	13
2.3.2.1 Awal Mula Penyebaran COVID-19.....	13
2.3.2.2 COVID-19 menjadi Pandemi	14
2.3.3 Tanda Gejala COVID-19	14
2.3.4 Kelompok Orang Rentan terkena COVID-19	14
2.3.5 Pencegahan COVID-19.....	15
2.3.6 Pengobatan COVID-19	16
2.4 Kerangka Konsep Penelitian.....	17
BAB III METODE PENELITIAN	18
3.1 Rancangan Penelitian	18
3.2 Subyek Penelitian.....	18
3.3 Fokus Studi	19
3.4 Definisi Operasional.....	20
3.5 Lokasi & Waktu Penelitian.....	20
3.6 Instrumen Penelitian.....	20
3.6.1 Uji Validitas	21
3.6.2 Uji Reliabilitas.....	21
3.7 Pengumpulan Data	21
3.7.1 Metode Pengumpulan Data.....	21
3.7.2 Langkah Pengumpulan Data	22
3.8 Pengolahan dan Analisis Data	22
3.8.1 Pengolahan Data.....	22
3.8.2 Analisis Data	23
3.9 Penyajian Data	24
3.10 Etika Penelitian	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	26
4.1 Hasil Penelitian	26
4.2 Pembahasan	28
4.3 Keterbatasan Penelitian	30

BAB V PENUTUP.....	32
5.1 Kesimpulan	32
5.2 Saran.....	32
DAFTAR PUSTAKA	33
LAMPIRAN	36

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Konsep Penelitian..... 17

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kadar Glukosa Darah Sewaktu	11
Tabel 2.2 Kadar Glukosa Darah Puasa	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional	20
Tabel 4.1 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin	26
Tabel 4.2 Karakteristik Responden berdasarkan Usia	26
Tabel 4.3 Karakteristik Responden berdasarkan Pendidikan.....	26
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Pengetahuan	27
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Sikap.....	27
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Tindakan	27
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Perilaku Penderita DM secara Keseluruhan	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Jadwal Penelitian	36
Lampiran 2 : Surat Izin Penelitian	38
Lampiran 3 : Lembar Penjelasan untuk Mengikuti Penelitian	39
Lampiran 4 : Lembar <i>Informed Consent</i>	40
Lampiran 5 : Instrumen Penelitian.....	41
Lampiran 6 : Hasil Uji Validitas	46
Lampiran 7 : Hasil Uji Reliabilitas	47
Lampiran 8 : Tabulasi Data	48
Lampiran 9 : Lembar Bimbingan Proposal dan KTI	57
Lampiran 10 : Hasil Pengecekan Turnitin.....	66
Lampiran 11 : Dokumentasi Penelitian.....	67

DAFTAR PUSTAKA

- Adventus, Jaya, I. M. M., & Mahendra, D. (2019). *Buku Ajar Promosi Kesehatan*. Jakarta: Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia.
- Afrian, N., Widayati, D., & Setyorini, D. (2016). Pengembangan Model Motivasi Jumanior (Juru Pemantau Jentik Junior) Dalam Perilaku PSN (Pemberantasan Sarang Nyamuk) Aedes Aegepty Berbasis Integrasi Model Lawrence Green Dan Mc Clelland. *Journal of Health Sciences*, 9(2).
- Archika, D. N. (2020). *Corona Virus Disease 2019*. Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan SMA Negeri 3 Medan.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik*, Edisi Revisi 2010. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2013). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Brunner, & Suddarth. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Edisi 8 Volume 1*. Jakarta: EGC.
- Chaira, M. (2020). *Hubungan Perilaku Pemeliharaan Gigi Tiruan Sebagian Lepasan Dengan Status Gingiva pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulharjo 1*. Yogyakarta: Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- Clevo, H. (2012). *Ilmu Penyakit Dalam: Patologi Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: Yayasan Essentia Medika (YEM).
- Fatimah, R. N. (2015). *Diabetes Mellitus Tipe 2*. J Majority Volume 4 No. 5, 98
- Hasan, I. (2006). *Analisis Data Penelitian dengan Statistik* (2nd ed.). Bumi Aksara.
- Irawan, D. (2010). *Prevalensi dan Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 di Daerah Ubran Indonesia (Analisa Data Sekunder Riskesdas 2007)*. Jakarta: Fakultas Kesehatan Masyarakat Indonesia.
- Isnaini, N., & Ratnasari, R. (2018). Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes mellitus tipe dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 59–68.

- Kelialat, B. A., Marliana, T., Wulandari, H. D., Mubin, M. F., & Sodikin, M. A. (2020). *Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial (Mental Health and Psychosocial Support) COVID-19: Keperawatan Jiwa* (1st ed.). FIK-UI.
- Kurniawaty, E., & Yanita, B. (2016). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus tipe II. *Jurnal Majority*, 5(2), 27–31.
- Mubarak, W. (2011). *Promosi Kesehatan Masyarakat untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nuarif, A. H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc* (1st ed.). MediAction.
- Nugroho, D. T. (2011). *Asuhan Keperawatan Maternitas, Anak, Bedah, Dan Penyakit Dalam*. Nuha Medika.
- Prasetyani, D., & Rahayu, Y. S. E. (2021). Edukasi dan pendampingan kader tentang manajemen diri lansia dengan komorbid diabetes melitus pada era pandemi COVID-19 di Kelurahan Sidanegara Kabupaten Cilacap. *Indonesia Berdaya*, 2(1), 41–46.
- Raharjo, M. (2018). Asuhan Keperawatan Ny. N dengan Diabetes Melitus Di Ruang Kirana Rumah Sakit Tk. Iii Dr. Soetarto Yogyakarta. (*Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*).
- Siagian, E. (2016). Pengaruh Penerapan Modifikasi Perilaku Sehat Terhadap Faktor Resiko DM Tipe II. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 2(1), 86–86.
- Silalahi, L. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Tindakan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal PROMKES*, 7(2), 223. <https://doi.org/10.20473/jpk.V7.I2.2019.223-232>
- Simanjuntak, G. V., Simamora, M., & Sinaga, J. (2020). Optimalisasi Kesehatan Penyandang Diabetes Melitus Tipe II Saat Pandemi Covid-19. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(2), 171–175. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i2.59>
- Siti, H. (2018). *Perilaku Tenaga Kerja Wanita (Tkw) Dalam Mengatasi Kecemasan Di Pjtki Citra Catur Utama Karya Ponorogo*. Ponorogo: Universitas Muhamadiyah

Ponorogo.

- Sujarweni, W. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah Dipahami*. Pustaka Baru Press.
- Susanti, E., & Kholisoh, N. (2018). Konstruksi Makna Kualitas Hidup Sehat (Studi Fenomenologi pada Anggota Komunitas Herbalife Klub Sehat Ersand di Jakarta). *LUGAS Jurnal Komunikasi*, 2(1), 1–12.
- Tarwoto, W. I. (2012). *Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sistem Endokrin*. CV. Trans Info Medika.
- Zainal, H. (2014). *Rahasia Hidup Sehat*. Jakarta: Pustaka Inspira.