

**GAMBARAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK PENDERITA DIABETES
MELITUS SELAMA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SITU**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar ahli madya
keperawatan pada jenjang pendidikan Diploma III Keperawatan



Disusun oleh:

Nama : Wanti Supriyanti

NIM : 1800351

**UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
KAMPUS DAERAH SUMEDANG
2021**

**GAMBARAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK PENDERITA DIABETES
MELITUS SELAMA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS SITU**

Oleh :
Wanti Supriyanti

Sebuah Karya Tulis Ilmiah yang diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Keperawatan Program Studi Diploma III Keperawatan

© Wanti Supriyanti 2021
Universitas Pendidikan Indonesia
Juli 2021

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang
Karya Tulis Ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian
dengan dicetak ulang, difotokopi atau cara lainnya tanpa izin penulis

LEMBAR PENGESAHAN

Karya tulis ilmiah oleh Wanti Supriyanti NIM 1800351 dengan judul Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Penderita Diabetes Melitus Selama Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja Puskesmas Situ, telah dipertahankan di depan dewan penguji Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal 9 Juni 2021.

Dewan Penguji

Penguji Ketua



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

NIP. 196708261997032001

Penguji Anggota I



H. Ahmad Purnama H, S.Kp., M.Kes

NIP. 197703022006041013

Penguji Anggota II

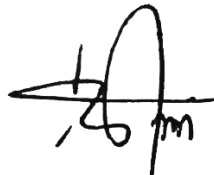


Ns. Ayu Prameswari, M.Kep

NIP. 920190219841006201

Mengetahui,

Ketua Prodi DIII Keperawatan



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

NIP. 197501202000032001

GAMBARAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK PENDERITA DIABETES MELITUS SELAMA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SITU

Wanti Supriyanti¹, Ahmad Purnama Hudaya², Ayu Astuti Prameswari³

¹Mahasiswa Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

^{2,3}Dosen Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 masih menjadi suatu permasalahan di berbagai Negara termasuk Indonesia. Seseorang yang memiliki penyakit penyerta (komorbid) adalah kelompok yang rentan terinfeksi virus tersebut. Penyakit Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit penyerta (komorbid) yang banyak ditemukan pada pasien Covid-19. Hingga saat ini pemberlakuan pembatasan aktivitas di luar ruangan harus terus dilakukan. Sehingga seseorang dengan penyakit Diabetes Melitus haruslah memiliki upaya untuk dapat melakukan manajemen kesehatan dirinya agar terhindar dari perburukan penyakit yang berakibat rentan terinfeksi virus Covid-19 dengan cara melakukan manajemen diabetes salah satunya melakukan Aktivitas Fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat aktivitas fisik penderita diabetes melitus selama pandemi Covid-19 di wilayah kerja Puskesmas Situ. Metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dan sampel yang diambil secara *Total Sampling* yaitu penderita diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Situ khususnya di Kelurahan Situ sebanyak 50 orang. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data kuantitatif dilakukan menggunakan tabel distribusi frekuensi. Hasil penelitian diperoleh gambaran tingkat aktivitas fisik penderita diabetes melitus selama pandemi covid-19 mayoritas memiliki tingkat aktivitas fisik sedang sebanyak 32 orang (65.3%), kategori aktivitas ringan sebanyak 13 orang (26.5%), sedangkan kategori berat sebanyak 4 orang (8.2%). Dari hasil penelitian ini sebagian besar responden tetap melakukan aktivitas fisik selama pandemi covid-19 ini. Namun, dalam hal ini ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat aktivitas fisik antara lain usia, jenis kelamin, dan pekerjaan.

Kata Kunci : Covid-19, Diabetes Melitus, Aktivitas Fisik

DESCRIPTION OF PHYSICAL ACTIVITY LEVEL OF DIABETES MELLITUS PATIENTS DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN THE WORKING AREA OF SITU HEALTH CENTER

Wanti Supriyanti¹, Ahmad Purnama Hudaya², Ayu Astuti Prameswari³

¹ Student of Prodi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

^{2,3} Lecturer of Prodi D3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic is still a problem in various countries including Indonesia. Person who has comorbid disease is a vulnerable group infected with the virus. Diabetes Mellitus disease is one of the comorbid diseases found in 19 patients. Until now, restrictions on outdoor activities must continue. So that someone with Diabetes Mellitus disease must have efforts to avoid worsening the disease and infection of the Covid-19 virus by conducting diabetes management, one of which is doing Physical Activity. This study aims to find out an overview of the level of physical activity of patients with diabetes mellitus during the Covid-19 pandemic in the working area of Situ Health Center. The method used is quantitative research method with quantitative descriptive research design. The population and samples taken in Total Sampling are patients with diabetes mellitus in the working area of Situ Health Center, especially in Situ Village as many of the research instruments use questionnaires. Quantitative data analysis is conducted using frequency distribution tables. The results of the study obtained an overview of the level of physical activity of patients with diabetes mellitus during the covid-19 pandemic the majority have a moderate level of physical activity as much as 32 people (65.3%), the category of light activity as many as 13 people (26.5%), while the category of vigorous as much as 4 people (8.2%). From the results of this study, most respondents continued to do physical activity during the covid-19 pandemic. However, in this case there are several factors that affect the level of physical activity including age, gender, and occupation.

Keywords : Covid-19, Diabetes Mellitus, Physical Activity

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan umum	3
1.3.2 Tujuan khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Manfaat Praktis	3
1.4.2 Manfaat Pengembangan	3
BAB II KAJIAN PUSTAKA	4
2.1 Konsep Diabetes Melitus	4
2.1.1 Definisi Diabetes Melitus.....	4
2.1.2 Klasifikasi Diabetes Melitus	4
2.1.3 Etiologi Diabetes Melitus.....	4
2.1.4 Manifestasi Klinis	5

2.1.5 Patofisiologi Diabetes Melitus	6
2.1.5 Komplikasi Diabetes Melitus	8
2.2 Konsep Aktivitas Fisik	9
2.2.1 Definisi Aktivitas Fisik	9
2.2.2 Manfaat Aktivitas Fisik.....	9
2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Fisik.....	10
2.3 Kerangka Teori.....	13
BAB III METODE PENELITIAN	14
3.1 Rancangan Penelitian	14
3.1.1 Jenis Penelitian.....	14
3.1.2 Kerangka Konsep	14
3.2 Subyek Penelitian	14
3.2.1 Populasi.....	14
3.2.2 Sampel.....	15
3.3 Fokus Studi.....	15
3.4 Variabel Penelitian	15
3.5 Definisi Operasional.....	15
3.6 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	16
3.7 Instrumen Penelitian.....	16
3.8 Pengumpulan Data	17
3.8.1 Metode Pengumpulan Data	17
3.8.2 Langkah Pengumpulan Data	17
3.9 Pengolahan dan Analisis Data.....	18
3.9.1 Pengolahan Data.....	18
3.9.2 Analisis Data	18
3.10 Penyajian Data.....	19

3.11 Etika Penelitian	20
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	21
4.1 Hasil Penelitian	21
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	21
4.1.2 Karakteristik Responden	21
4.1.3 Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Responden selama Covid-19.....	22
4.2 Pembahasan	23
4.2.1 Karakteristik Responden	23
4.2.2 Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Responden	25
4.3 Keterbatasan Penulisan	26
BAB V PENUTUP	27
5.1 Kesimpulan.....	27
5.2 Saran.....	27
5.2.1 Bagi Pengembangan dan Penelitian Selanjutnya	27
5.2.2 Bagi Petugas Kesehatan	28
DAFTAR PUSTAKA	29
LAMPIRAN.....	32

DAFTAR PUSTAKA

- Adhitya, S. D. (2016). Tingkat Aktivitas Fisik Operator Layanan Internet Mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 5(5).
- Adnan, M., Mulyati, T., & Isworo, J. T. (2013). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar gula darah penderita diabetes mellitus (DM) tipe 2 rawat jalan di RS Tugurejo Semarang. *Jurnal Gizi*, 2(1).
- Amalia, R. F. (2014). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Pada Lansia di Puskesmas Kecamatan Mampang Prapatan Jakarta Selatan Tahun 2014. Jakarta, Indonesia. In: Jakarta, Indonesia. Available at: [http://lib. ui. ac. id/naskah_ringkas/2016](http://lib.ui.ac.id/naskah_ringkas/2016)
- Amini, H., Isanejad, A., Chamani, N., Movahedi-Fard, F., Salimi, F., Moezi, M., & Habibi, S. (2020). Physical activity during COVID-19 pandemic in the Iranian population: A brief report. *Heliyon*, 6(11), e05411. doi:<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05411>
- Amrullah, J. F. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah Sewaktu pada Lansia Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Babakan Sari Kota Bandung. *Sehat Masada*, 14(1), 42-50.
- Apituley, T. L. D., Pangemanan, D. H. C., & Sapulete, I. M. (2021). Pengaruh Olahraga Terhadap Coronavirus Disease 2019. *JURNAL BIOMEDIK: JBM*, 13(1), 111-117.
- Bilous, R., & Donnelly, R. (2014). *Buku Pegangan Diabetes* (4 ed.). Jakarta: Bumi Medika
- Chairani, F., & Dk, N. S. (2018). Aktivitas Fisik Pada Diabetes Di Persatuan Diabetes Indonesia (Persadia) Salatiga. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 2(1), 20-24.
- Dharma, K. K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan (Pedoman Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian)*. Jakarta Trans Info Media
- Elfindri, Hasnita, E., Abidin, Z., & Elmiyasna, R. M. (2011). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Baduose Media Jakarta
- Farradika, Y., Umniyatun, Y., Nurmansyah, M. I., & Jannah, M. (2019). Perilaku Aktivitas Fisik dan Determinannya pada Mahasiswa Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 4(1), 134-142.

- Fitriana, R., & Muflihatin, S. K. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Terkendalinya Kadar Gula Darah pada Pasien DM Tipe II di Irna RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(3), 1659-1665.
- Gupta, R., & Misra, A. (2020). Clinical considerations in patients with diabetes during times of COVID19: An update on lifestyle factors and antihyperglycemic drugs with focus on India. *Diabetes & metabolic syndrome*, 14(6), 1777-1781. doi:10.1016/j.dsx.2020.09.009
- Hermawan, H. (2018). Metode Kuantitatif Untuk Riset Bidang Kepariwisata. doi:<https://doi.org/10.17605/OSF.IO/573V9>
- Huda Nurafif, A., & Kusuma, H. (2015). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc* (Revisi Jilid 1 ed.). Jogjakarta: Mediacion Jogja.
- Kishimoto, M., Ishikawa, T., & Odawara, M. (2020). Behavioral changes in patients with diabetes during the COVID-19 pandemic. *Diabetology international*, 1-5. doi:10.1007/s13340-020-00467-1
- Kusumo, M. P. (2020). *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik* Yogyakarta: The Journal Publishing
- Marçal, I. R., Fernandes, B., Viana, A. A., & Ciolac, E. G. (2020). The urgent need for recommending physical activity for the management of diabetes during and beyond COVID-19 outbreak. *Frontiers in Endocrinology*, 11.
- Mardana, A. (2020). Manajemen Diabetes Selama Pandemi Covid-19 Retrieved 20 Juni 2021 <https://www.womanindonesia.co.id/manajemen-diabetes-selama-pandemi-covid-19/>
- Muhammad, I. D. (2021). Mekanisme Potensial Peningkatan Derajat Keparahan Infeksi COVID-19–Diabetes Mellitus. *Wellness And Healthy Magazine*, 3(1), 29-36.
- Nurhadi, J. (2020). Pengaruh Pandemi Covid-19 terhadap Tingkat Aktivitas Fisik pada Masyarakat Komplek Pratama, Kelurahan Medan Tembung. *Jurnal Health Sains*, 1(5), 294-298.
- Rinaldi, S. F., & Mujianto, B. (2017). Metodologi Penelitian dan Statistik Retrieved 6 Maret 2021 <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/11/Metodologi-Penelitian-dan-Statistik-SC.pdf>
- Roeroe, P. A. L., Sedli, B. P., & Umboh, O. (2021). Faktor Risiko Terjadinya Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) pada Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2. *e-CliniC*, 9(1).

- Setyaningrum, D. A. W. (2020). Pentingnya olahraga selama pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 3(4), 166-168.
- Silalahi, S. L., Hastono, S. P., & Kridawati, A. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Lansia di Cita Sehat Yogyakarta Tahun 2016. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 7(1), 5.
- Sipayung, R. (2018). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Wanita Usia Lanjut Di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2017. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran dan Ilmu Kesehatan*, 2(1), 78-86.
- Srywahyuni, R., Waluyo, A., & Azzam, R. (2019). Perbandingan Senam Tai Chi dan Senam Diabetes Mellitus terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(1), 131-144.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan* (3 ed.): Alfabeta.
- Sulistyowati, A. D., & Supardi, S. (2018). Pengaruh Latihan Teknik Relaksasi Otot Progresif Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus. *MOTORIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 13(2), 22-34.
- Supriyatna, I., & Fitri, M. (2017). Perbedaan Aktivitas Fisik Remaja Laki-Laki dan Perempuan yang Mengikuti Car Free Day Dago Kota Bandung. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 3.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., . . . Nelwan, E. J. (2020). Coronavirus disease 2019: Tinjauan literatur terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45-67.
- Tarwoto, Wartono, Taufiq, I., & Mulyati, L. (2012). *Keperawatan Medikal Bedah Gangguan Sistem Endokrin*. Jakarta Trans Info Media.
- Triyanaputra, A., Muhtar, T., & Supriyadi, T. (2019). Pengaruh Hubungan Aktivitas Gerak Olahraga Dalam Pengendalian Diabetes Tipe 2 Di Puskesmas Cimalaka. *SpoRTIVE*, 4(1), 171-180.
- U.S. Department of Health and Human Services. (2018). Physical Activity Guidelines for Americans 2nd edition. Retrieved 22 April 2021 https://health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf
- Welis, W., & Rifki, M. S. (2013). *Gizi untuk Aktivitas Fisik dan Kebugaran* Padang: Sukabina Press.