

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS
CILACAP SELATAN II**

SKRIPSI



Oleh :

SINTIA NUR FAUZIAH

NIM. 108 121 044

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD
CILACAP
2025**

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS
CILACAP SELATAN II**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada Program Studi S 1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap**

Oleh :

SINTIA NUR FAUZIAH

NIM. 108 121 044

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD
CILACAP
2025**

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS ATAU
KEASLIAN PENELITIAN**

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sintia Nur Fauziah

NIM : 108 121 044

Tanda Tangan :

Tanggal :

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS (DM) TIPE 2 DI PUSKESMAS
CILACAP SELATAN II**

PROPOSAL SKRIPSI

Disusun Oleh:

SINTIA NUR FAUZIAH

NIM. 108 121 044

Skripsi ini telah Disetujui

Tanggal 28 Juli 2025

Pembimbing Utama : Agus Prasetyo, M.Kep., Ns.

(.....)

Pembimbing Anggota : Engkartini, M.Kep., Ns.

(.....)

Mengetahui
Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Kasron, M.Kep., Ns.

NP 10310 09 718

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :
Nama : Sintia Nur Fauziah
NIM : 108 121 044
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Dukungan Keluarga Dan Aktivitas Fisik
Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di
Puskesmas Cilacap Selatan II

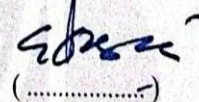
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

DEWAN PENGUJI

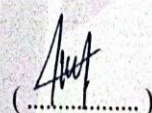
Penguji Utama : Trimeilia S, S.Kp., M.Kes

()

Penguji Anggota I : Agus Prasetyo, M.Kep., Ns.

()

Penguji Anggota II : Engkartini, M.Kep., Ns.

()

Ditetapkan di :

Tanggal :

Mengesahkan,
Dekan Fikes


Dr. Johariyah, S.ST., M Keb

NP 10310 03 470

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya menyadari bahwa banyak dukungan dan bimbingan serta arahan dari berbagai pihak mulai dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah Subhanahu wa Ta'ala, atas segala nikmat kesehatan, kekuatan, dan kelapangan hati.
2. Bapak Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes, selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap.
3. Ibu Dr. Johariyah, S.ST., M Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al Irsyad Cilacap.
4. Bapak Kasron, M.Kep., Ns. selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap,
5. Ibu Trimeilia S, S.Kp., M.Kes selaku dosen penguji utama yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Agus Prasetyo, M.Kep., Ns. selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Engkartini, M.Kep., Ns. selaku dosen pembimbing anggota yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini.
8. Dinas Kesehatan kabupaten cilacap yang telah memberikan izin penelitian.

9. Kepala UPTD Puskesmas Cilacap Selatan II yang telah memberikan izin penelitian.
10. Orang tua dan keluarga peneliti, ayah Supriyadi dan mamah Rini yang selalu memberi kasih sayang, doa, nasehat, serta atas kesabarannya yang luar biasa dalam setiap langkah hidup peneliti, yang merupakan anugrah terbesar dalam hidup. Peneliti berharap dapat menjadi anak yang membanggakan.
11. Seluruh responden yang telah meluangkan waktu dan informasi untuk membantu penyelesaian skripsi ini.
12. Seluruh teman-teman S1 Keperawatan tingkat IV Universitas Al-Irsyad Cilacap Angkatan 2021.
13. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa penulis sebut satu persatu.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Wassalamu'alaikum Warahmatullohi Wabarokaatuh

Cilacap, 28 Juli 2025

Sintia Nur Fauziah

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sintia Nur Fauziah
Nim : 108 121 044
Program Studi : S 1 Keperawatan
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Al Islamiyyah Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Cilacap Selatan II. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Al-Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di :

Pada tanggal :

Yang menyatakan

(.....)

HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS CILACAP SELATAN II

*The Relationship Between Family Support And Physical Activity With Blood Sugar Levels
In Patients With Type 2 Diabetes Mellitus At Uptd Puskesmas Cilacap Selatan II*

Sintia Nur Fauziah¹, Agus Prasetyo², Engkartini³

^{1,2,3} Health Science Institute Al-Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap

Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

Email : sintianurf15@gmail.com

ABSTRAK

DM tipe 2 merupakan penyakit metabolik kronis yang prevalensinya terus meningkat, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Cilacap Selatan II. Ketidakteraturan dalam pengelolaan penyakit ini dapat menyebabkan komplikasi, baik yang ringan (*minor*) maupun berat (*mayor*). Aktivitas fisik dan dukungan keluarga berperan penting dalam mengontrol kadar gula darah pada pasien. Tujuan mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan aktivitas fisik dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Cilacap Selatan II. Metode penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel diambil menggunakan teknik *purposiv sampling* dengan jumlah sampel 40 responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner dukungan keluarga dan aktivitas fisik (*Baecke Questionnaire*). Data dianalisis menggunakan uji statistik *Rank Spearman*. Hasil menunjukkan (55,5%) memiliki dukungan keluarga baik, (62,5%) memiliki aktifitas fisik ringan dan (60,0%) memiliki kadar gula darah sewaktu normal (88-144) mg/dl. Kesimpulan penelitian didapatkan ada hubungan dukungan keluarga dengan kadar gula darah sewaktu pada penderita DM tipe 2 di puskesmas Cilacap Selatan II ($p\text{ value} = 0,000 \leq 0,05$). Ada hubungan aktivitas fisik dengan kadar gula darah sewaktu pada penderita DM tipe 2 di Puskemas Cilacap Selatan II ($p\text{ value} = 0,007 \leq 0,05$).

Kata Kunci: DM tipe 2, Dukungan Keluarga, Aktivitas Fisik, Kadar Gula Darah Sewaktu.

ABSTRACT

Type 2 DM is a chronic metabolic disease whose prevalence continues to increase, including in the Cilacap Selatan II Health Center working area. Irregularity in the management of this disease can lead to complications, both minor and major. Physical activity and family support play an important role in controlling blood sugar levels in patients. The purpose of this study was to determine the relationship between family support and physical activity with current blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus at the Cilacap Selatan II Health Center. This research method uses an analytic quantitative design with a cross sectional approach. Samples were taken using purposive sampling technique with a total sample of 40 respondents. The research instrument was a family support questionnaire and physical activity (*Baecke Questionnaire*). Data were analyzed using the Rank Spearman statistical test. The results showed (55.5%) had good family support, (62.5%) had mild physical activity and (60.0%) had normal blood sugar levels (88-144) mg/dl. The conclusion of the study was that there was a relationship between family support and current blood sugar levels in patients with type 2 DM in the Cilacap Selatan II health center ($p\text{ value} = 0.000 \leq 0.05$). There is a relationship between physical activity and current blood sugar levels in patients with type 2 DM at the Cilacap Selatan II Community Health Center ($p\text{ value} = 0.007 \leq 0.05$).

Keywords: Type 2 DM, Family Support, Physical Activity, Current Blood Sugar Level.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
HUBUNGAN DUKUNGAN.....	viii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Keaslian Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
A. TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
1. Konsep diabetes melitus	Error! Bookmark not defined.
2. Konsep kadar gula darah	Error! Bookmark not defined.
3. Konsep dukungan keluarga	Error! Bookmark not defined.
4. Konsep aktivitas fisik	Error! Bookmark not defined.
B. KERANGKA TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kerangka konsep.....	Error! Bookmark not defined.
B. Hipotesis penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Variabel penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Definisi operasional, variabel penelitian, skala pengukuran.....	Error! Bookmark not defined.
E. Desain penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Populasi dan sampel.....	Error! Bookmark not defined.
G. Tempat penelitian dan waktu penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
H. Etika penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
I. Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
J. Prosedur pengumpulan data	Error! Bookmark not defined.
K. Analisa data.....	Error! Bookmark not defined.

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN ANALISA DATAError! Bookmark not defined.

- A. Karakteristik RespondenError! Bookmark not defined.
- B. Analisis Univariat.....Error! Bookmark not defined.
- C. Analisis Bivariat.....Error! Bookmark not defined.

BAB V PEMBAHASANError! Bookmark not defined.

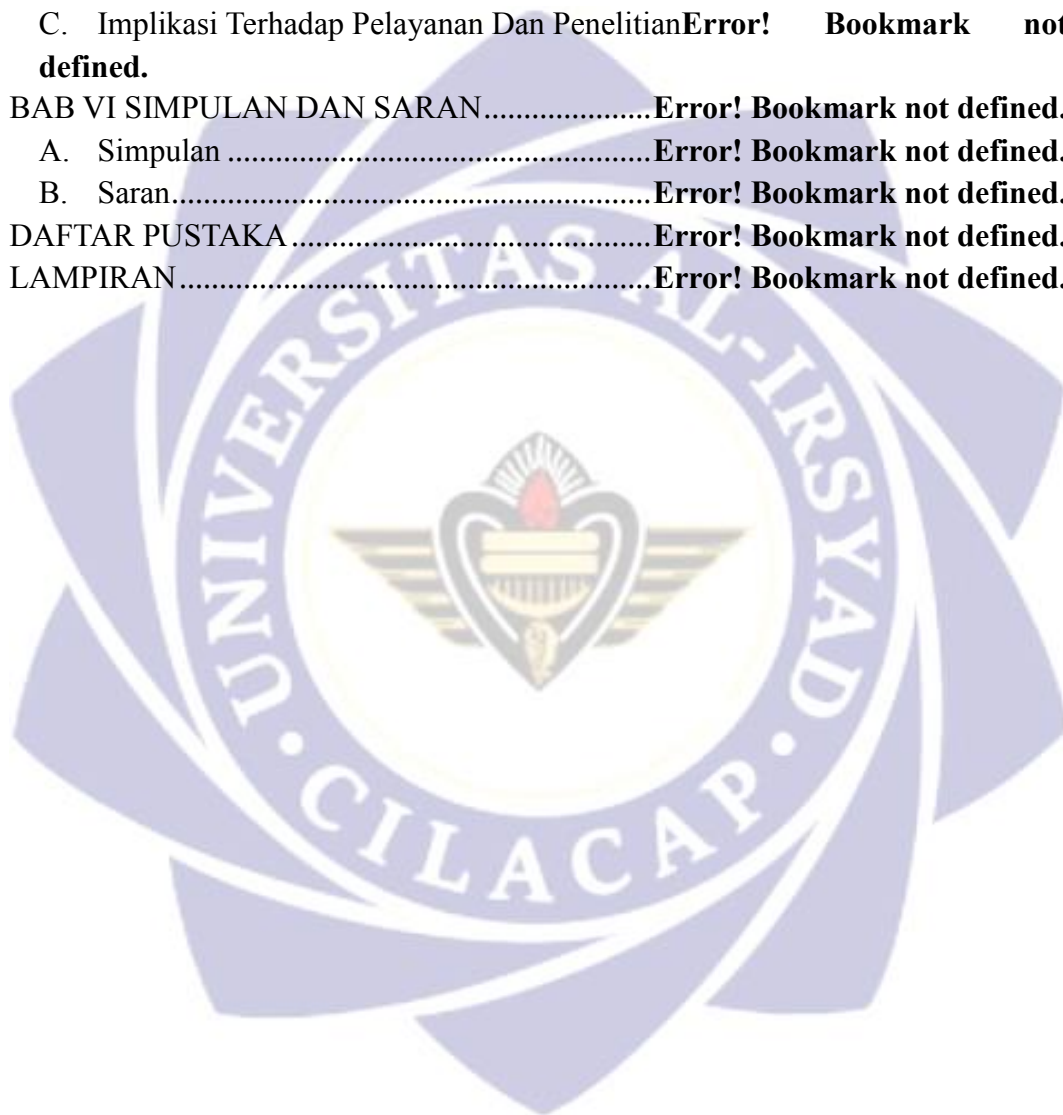
- A. Interpretasi dan Diskusi HasilError! Bookmark not defined.
 - B. Keterbatasan PenelitianError! Bookmark not defined.
 - C. Implikasi Terhadap Pelayanan Dan Penelitian
- Error! Bookmark not defined.

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....Error! Bookmark not defined.

- A. SimpulanError! Bookmark not defined.
- B. Saran.....Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKAError! Bookmark not defined.

LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 1 Tes GDS	Error! Bookmark not defined.
Tabel 2. 2 Skor penilaian jawaban aktivitas fisik...	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 1 Definisi operasional, variabel penelitian, skala pengukuran.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 2 Distribusi item skala dukungan keluarga	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 3 Skor penilaian jawaban aktivitas fisik...	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 4 Skoring instrumental penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 5 Perkodingan variabel independen dan dependen	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 6 Interpretasi korelasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1 Karakteristik berdasarkan umur dan lama menderita DM	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2 Karakteristik responden.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3 Dukungan keluarga.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4 Aktivitas fisik	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5 Gula darah sewaktu	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 6 Hubungan dukungan keluarga dengan kadar gula darah sewaktu	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 7 Hubungan aktivitas fisik dengan kadar gula darah sewaktu	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka teori.....	Error! Bookmark not defined.
Bagan 3. 1 Kerangka konsep.....	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Kesiediaan Menjadi Responden....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Surat Persetujuan Menjadi Responden	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Izin penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Izin Kuisioner.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Kuisioner A Demografi Responden ...	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Kuisioner B Dukungan Keluarga	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Kuisioner C Aktivitas Fisik.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Lembar observasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 Data karakteristik responden.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 Data dukungan keluarga.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Data aktivitas fisik.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 Data observasi gula darah	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13 Output analisis data menggunakan komputerisasi.	Error! Bookmark not defined.