

## PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Dengan Hormat,

Peneliti yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ragil Abi Pamuji

NIM : 3112122011

Judul Penelitian : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I

Bermaksud akan melakukan penelitian untuk penyusunan skripsi sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Dalam penelitian ini, peneliti tidak bekerja sendiri melainkan dalam proses bimbingan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada lansia dengan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I.

Peneliti mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi responden dalam penelitian ini dengan memberikan jawaban yang sejujur-jujurnya atas pertanyaan yang kami berikan. Tindakan ini semata-mata hanya untuk kepentingan ilmu pengetahuan saja tanpa maksud lain dan akan dijaga kerahasiannya oleh peneliti.

Demikian penjelasan saya sampaikan, atas bantuan, dukungan, dan kesediaan Bapak/Ibu, peneliti ucapkan terima kasih.

Peneliti

Ragil Abi Pamuji

## SURAT PERNYATAAN SEBAGAI RESPONDEN

Dengan hormat,

Bersama ini saya,

Nama :

Alamat lengkap :

Saya telah membaca dan memperoleh penjelasan, sepenuhnya menyadari, mengerti, dan memahami tentang tujuan, manfaat, dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta telah diberi kesempatan untuk bertanya dan telah dijawab dengan memuaskan, juga sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaannya, maka saya **setuju/tidak setuju**<sup>\*)</sup> ikut dalam penelitian ini yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Karangpucung I”

Saya dengan sukarela memilih untuk ikut serta dalam penelitian ini tanpa tekanan/paksaan siapapun. Saya akan diberikan salinan lembar penjelasan dan formulir persetujuan yang telah saya tanda tangani untuk arsip saya.

Saya setuju :

**Ya/Tidak**<sup>\*)</sup>

	Tgl :	Tanda tangan (bila tidak bisa dapat digunakan cap jempol)
Nama Peserta:  Usia  Alamat:		
Nama Peneliti:	Ragil Abi Pamuji	

<sup>\*)</sup> coret yang tidak perlu

## LEMBAR KUESIONER

### A. Identitas Responden

Kuesioner untuk mengetahui data demografi responden

Petunjuk pengisian:

1. Isilah titik-titik di bawah ini dengan jelas dan benar
2. Berilah tanda (√) pada jawaban yang dipilih
3. Jawaban saudara kami rahasiakan

Nama : ..... (boleh tidak diisi)

Alamat : .....

Umur : .....

Pendidikan :  SD  SMP  SMA  
 D3  S1

Pekerjaan :  Wiraswasta  Swasta  PNS/ABRI  
 Buruh  Petani  IRT  
 Pensiunan

Lama didiagnosa Diabetes mellitus atau kencing manis sampai dengan sekarang ?

..... tahun

Gula Darah : ..... mg/dL

## B. Aktivitas Fisik

Berikut adalah kuesioner yang digunakan untuk menilai level aktivitas fisik yang Bapak/Ibu lakukan setiap hari. Bapak/Ibu diminta untuk melingkari/memberi tanda (√) pada jawaban yang telah disediakan sesuai kondisi yang dinyatakan

No.	Pertanyaan	Jawaban	
1.	Apakah Bapak/Ibu berolahraga?	<input type="checkbox"/>	Ya
		<input type="checkbox"/>	Tidak
2a	olahraga yang PALING SERING dilakukan (jika tidak ada, langsung ke No. 3)		
2a1	Olahraga apa yang PALING SERING Bapak/Ibu lakukan (yang sengaja dilakukan untuk berolahraga, bukan berjalan dari rumah ke tempat kerja) ?	<input type="checkbox"/> 1	Intensitas rendah (billiard, bowling, golf)
		<input type="checkbox"/> 2	Intensitas sedang (bulu tangkis, bersepeda, menari/dansa, berenang, tenis)
		<input type="checkbox"/> 3	Intensitas tinggi (bola basket, sepakbola/futsal, tinju, dayung)
2a2	Berapa jam Bapak/Ibu melakukan olahraga tersebut dalam satu minggu?	<input type="checkbox"/> 1	< 1 jam
		<input type="checkbox"/> 2	1 – 2 jam
		<input type="checkbox"/> 3	2 – 3 jam
		<input type="checkbox"/> 4	3 – 4 jam
		<input type="checkbox"/> 5	> 4 Jam
2a3	Berapa bulan Bapak/Ibu melakukan olahraga tersebut dalam satu tahun?	<input type="checkbox"/> 1	< 1 bulan
		<input type="checkbox"/> 2	1 – 3 bulan
		<input type="checkbox"/> 3	4 – 6 bulan
		<input type="checkbox"/> 4	7 – 9 bulan
		<input type="checkbox"/> 5	> 9 bulan
2b	Olahraga yang KEDUA PALING SERING dilakukan (jika tidak langsung ke No 3)		
2b1	Olahraga apa yang KEDUA PALING SERING Bapak/Ibu lakukan ?	<input type="checkbox"/> 1	Intensitas rendah (billiard, bowling, golf)
		<input type="checkbox"/> 2	Intensitas sedang (bulu tangkis, bersepeda, menari/dansa, berenang, tenis)
		<input type="checkbox"/> 3	Intensitas tinggi (bola basket, sepakbola/futsal, tinju, dayung)
2b2	Berapa jam Bapak/Ibu melakukan olahraga tersebut dalam satu minggu?	<input type="checkbox"/> 1	< 1 jam
		<input type="checkbox"/> 2	1 – 2 jam
		<input type="checkbox"/> 3	2 – 3 jam
		<input type="checkbox"/> 4	3 – 4 jam
		<input type="checkbox"/> 5	> 4 Jam

2b3	Berapa bulan Bapak/Ibu melakukan olahraga tersebut dalam satu tahun?	<input type="checkbox"/> 1	< 1 bulan
		<input type="checkbox"/> 2	1 – 3 bulan
		<input type="checkbox"/> 3	4 – 6 bulan
		<input type="checkbox"/> 4	7 – 9 bulan
		<input type="checkbox"/> 5	> 9 bulan
		<input type="checkbox"/> 5	> 45 menit

No	Pernyataan	Jauh lebih sedikit	Lebih sedikit	Sama	Lebih banyak	Jauh lebih banyak
3	Dibanding orang lain seusia Bapak/Ibu, aktivitas fisik yang Bapak/Ibu lakukan saat waktu luang ...					
No	Pernyataan	Tidak pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat Sering
4	Saat waktu luang, Bapak/Ibu berolahraga					
5	Saat waktu luang, Bapak/Ibu berkeringat					
6	Saat waktu luang, Bapak/Ibu menonton tv					
7	Saat waktu luang, Bapak/Ibu berjalan					
8	Saat waktu luang, Bapak/Ibu bersepeda					
No	Pernyataan	< 5 menit	5 – 15 menit	15 – 30 menit	30 – 45 menit	> 45 menit
9	Berapa menit per hari, Bapak/Ibu berjalan atau bersepeda selama pulang pergi dari kantor/tempat belanja ke rumah?					

### C. Kualitas Hidup

Petunjuk :

Berilah tanda (√)sesuai dengan yang Bapak/Ibu rasakan pada kotak yang tersedia.

Tidak ada jawaban yang benar atau salah untuk pertanyaan tersebut.

Pernyataan berikut adalah tentang kepuasan yang bapak/ibu/ rasakan dalam 1 minggu.

Keterangan :

Sangat Puas : 4

Puas : 3

Tidak Puas : 2

Sangat Tidak Puas : 1

No	Pernyataan tentang kepuasan: Seberapa puas bapak/ibu dengan	Sangat Puas	Puas	Tidak puas	Sangat tidak puas
1	Lamanya waktu yang digunakan untuk kontrol/berobat				
2	Perawatan/pengobatan diabetes yang ada.				
3	Diet DM yang anda lakukan				
4	Beban diabetes anda di dalam keluarga				
5	Pengetahuan yang anda dimiliki tentang diabetes				
6	Tidur anda				
7	Hubungan sosial dan persahabatan anda				
8	Kehidupan seksual anda				
9	Aktifitas anda (pekerjaan, dan rumah tangga anda)				
10	Penampilan tubuh anda				
11	Waktu yang anda gunakan untuk olahraga				
12	Waktu santai/senggang anda				
13	Hidup anda				

Pernyataan berikut adalah tentang seberapa sering bapak/ibu mengalami hal-hal berikut dalam 1 minggu.

Keterangan :

Tidak Pernah : terjadi < 1 kali dalam 1 minggu

Jarang : terjadi 1 – 2 kali dalam 1 minggu

Sering : terjadi 3 – 4 kali dalam 1 minggu

Setiap Saat : terjadi 5 – 7 kali dalam 1 minggu

No	Pernyataan tentang dampak yang dirasakan ; Seberapa sering bapak/ibu .....	Tidak pernah	Jarang	Sering	Setiap saat
14	Merasa sakit (nyeri) sehubungan dengan diabetes				
15	Dipermalukan di depan umum karena diabetes				
16	Mengalami gula darah rendah				
17	Tidak bisa tidur di malam hari				
18	Hubungan sosial dan persahabatan anda dibatasi karena diabetes				
19	Merasa diri baik				
20	Merasa dibatasi oleh diet anda				
21	Merasa dicegah melakukan olahraga karena diabetes				
22	Meninggalkan aktifitas (pekerjaan atau tugas-tugas rumah tangga) karena diabetes				
23	Merasa terganggu aktivitas santai anda karena diabetes				
24	Menceritakan tentang diabetes anda pada orang lain				
25	Merasa pergi ke kamar mandi lebih sering dibandingkan orang lain karena diabetes				
26	Merasa takut apakah akan kehilangan pekerjaan				
27	Merasa takut apakah dapat melakukan liburan atau perjalanan				
28	Merasa takut apakah akan meninggal dunia				
29	Merasa takut tubuh terlihat berbeda karena diabetes				
30	Merasa takut mengalami komplikasi karena diabetes				

## HASIL STATISTIK DESKRIPTIF

### Explore

#### Descriptives

		Statistic	Std. Error	
Umur (Tahun)	Mean	62.6833	.28572	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	62.1116	
		Upper Bound	63.2550	
	5% Trimmed Mean	62.5926		
	Median	62.0000		
	Variance	4.898		
	Std. Deviation	2.21315		
	Minimum	60.00		
	Maximum	67.00		
	Range	7.00		
	Interquartile Range	4.00		
	Skewness	.572	.309	
	Kurtosis	-.800	.608	
	Lama Menderita DM (Tahun)	Mean	3.2500	.17567
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	2.8985	
		Upper Bound	3.6015	
5% Trimmed Mean		3.2222		
Median		3.0000		
Variance		1.852		
Std. Deviation		1.36077		
Minimum		1.00		
Maximum		6.00		
Range		5.00		
Interquartile Range		2.00		
Skewness		.404	.309	
Kurtosis		-.786	.608	



## Frequency Table

### Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	12	20.0	20.0	20.0
	Perempuan	48	80.0	80.0	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

### Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	39	65.0	65.0	65.0
	SMP	8	13.3	13.3	78.3
	SMA	13	21.7	21.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

### Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Buruh	2	3.3	3.3	3.3
	Petani	3	5.0	5.0	8.3
	Pedagang	3	5.0	5.0	13.3
	Pensiunan	5	8.3	8.3	21.7
	Swasta	1	1.7	1.7	23.3
	IRT	46	76.7	76.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

### Aktivitas Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	9	15.0	15.0	15.0
	Sedang	50	83.3	83.3	98.3
	Berat	1	1.7	1.7	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

### Kualitas Hidup

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang baik	18	30.0	30.0	30.0
	Baik	42	70.0	70.0	100.0
	Total	60	100.0	100.0	

## HASIL ANALISIS BIVARIAT

### Crosstabs

**Aktivitas Fisik \* Kualitas Hidup Crosstabulation**

			Kualitas Hidup		Total
			Kurang baik	Baik	
Aktivitas Fisik	Ringan	Count	7	2	9
		% within Aktivitas Fisik	77.8%	22.2%	100.0%
		% within Kualitas Hidup	38.9%	4.8%	15.0%
		% of Total	11.7%	3.3%	15.0%
	Sedang	Count	11	39	50
		% within Aktivitas Fisik	22.0%	78.0%	100.0%
		% within Kualitas Hidup	61.1%	92.9%	83.3%
		% of Total	18.3%	65.0%	83.3%
	Berat	Count	0	1	1
		% within Aktivitas Fisik	.0%	100.0%	100.0%
		% within Kualitas Hidup	.0%	2.4%	1.7%
		% of Total	.0%	1.7%	1.7%
Total	Count	18	42	60	
	% within Aktivitas Fisik	30.0%	70.0%	100.0%	
	% within Kualitas Hidup	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	30.0%	70.0%	100.0%	

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	11.735 <sup>a</sup>	2	.003
Likelihood Ratio	11.078	2	.004
Linear-by-Linear Association	11.091	1	.001
N of Valid Cases	60		












a. 3 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .30.

**TABULASI DATA PENELITIAN**


Resp	Umur (Tahun)	Jenis Kelamin	Pendidikan	Pekerjaan	Lama DM	Kadar Gula	Aktivitas Fisik		Kualitas Hidup	
							Skor	Kategori	Skor	Kategori
1	65	L	SD	Buruh	5	251	5,07	Ringan	80	Kurang Baik
2	60	P	SD	IRT	2	200	7,52	Sedang	87	Baik
3	62	P	SD	IRT	5	120	7,28	Sedang	87	Baik
4	65	P	SD	IRT	4	120	7,52	Sedang	86	Kurang Baik
5	65	L	SD	Buruh	2	119	7,55	Sedang	88	Baik
6	60	L	SMA	Pensiunan	2	117	6,50	Sedang	91	Baik
7	65	L	SD	Petani	2	88	5,55	Ringan	87	Baik
8	61	P	SD	IRT	3	262	7,50	Sedang	85	Kurang Baik
9	65	P	SD	IRT	6	289	7,56	Sedang	91	Baik
10	60	P	SD	IRT	3	219	7,52	Sedang	93	Baik
11	61	P	SD	IRT	3	113	7,31	Sedang	90	Baik
12	63	P	SD	IRT	3	269	7,52	Sedang	91	Baik
13	63	P	SD	IRT	4	120	7,51	Sedang	85	Kurang Baik
14	63	P	SD	IRT	6	253	7,26	Sedang	90	Baik
15	63	P	SD	IRT	2	120	6,78	Sedang	87	Baik
16	62	P	SD	IRT	3	115	7,52	Sedang	88	Baik
17	65	P	SD	IRT	5	161	7,26	Sedang	92	Baik
18	63	P	SMP	Pedagang	5	120	6,00	Sedang	94	Baik
19	63	P	SD	IRT	4	205	5,27	Ringan	83	Kurang Baik
20	60	P	SD	IRT	4	25	7,27	Sedang	89	Baik
21	67	P	SD	IRT	4	362	7,51	Sedang	82	Kurang Baik
22	62	P	SD	IRT	3	164	6,53	Sedang	89	Baik
23	61	P	SD	IRT	3	368	6,51	Sedang	90	Baik
24	60	P	SMP	IRT	3	329	7,53	Sedang	84	Kurang Baik
25	60	L	SD	IRT	5	279	7,54	Sedang	91	Baik
26	65	P	SD	IRT	5	189	5,02	Ringan	90	Baik
27	62	P	SD	IRT	5	343	5,25	Ringan	83	Kurang Baik
28	61	L	SMA	Pensiunan	2	115	5,02	Ringan	79	Kurang Baik
29	63	L	SD	Petani	2	101	5,00	Ringan	80	Kurang Baik
30	60	L	SMA	Pensiunan	2	200	7,52	Sedang	90	Baik
31	62	P	SD	Pedagang	4	444	7,52	Sedang	89	Baik
32	65	P	SD	IRT	4	119	7,28	Sedang	93	Baik
33	67	P	SD	IRT	4	376	5,56	Ringan	83	Kurang Baik
34	67	P	SD	IRT	4	111	6,55	Sedang	90	Baik
35	60	P	SMP	Pedagang	2	303	7,53	Sedang	83	Kurang Baik
36	61	P	SD	IRT	3	118	7,81	Sedang	88	Baik
37	62	P	SD	IRT	2	149	7,27	Sedang	90	Baik

38	64	P	SMP	IRT	2	177	7,61	Sedang	87	Baik
39	64	P	SD	IRT	5	230	7,52	Sedang	87	Baik
40	62	P	SD	IRT	4	115	7,25	Sedang	88	Baik
41	65	P	SD	IRT	3	195	6,53	Sedang	84	Kurang Baik
42	67	P	SD	IRT	6	117	7,26	Sedang	91	Baik
43	60	P	SD	IRT	4	179	8,58	Berat	87	Baik
44	67	P	SD	IRT	1	161	7,64	Sedang	84	Kurang Baik
45	61	P	SD	IRT	6	348	7,56	Sedang	88	Baik
46	60	P	SD	IRT	3	118	7,77	Sedang	88	Baik
47	65	L	SMP	Petani	2	134	7,54	Sedang	91	Baik
48	61	P	SMA	IRT	2	23	7,82	Sedang	87	Baik
49	64	P	SMA	IRT	4	120	7,53	Sedang	92	Baik
50	61	P	SMA	IRT	2	183	5,00	Ringan	81	Kurang Baik
51	67	P	SMP	IRT	4	156	6,54	Sedang	90	Baik
52	61	L	SMA	Pensiunan	2	336	7,60	Sedang	92	Baik
53	61	L	SMA	Swasta	2	186	7,53	Sedang	87	Baik
54	61	L	SMA	Pensiunan	1	480	7,53	Sedang	83	Kurang Baik
55	64	P	SMP	IRT	1	248	7,54	Sedang	85	Kurang Baik
56	61	P	SMP	IRT	3	307	7,54	Sedang	89	Baik
57	61	P	SMA	IRT	2	392	7,53	Sedang	89	Baik
58	62	P	SMA	IRT	2	456	7,52	Sedang	84	Kurang Baik
59	61	P	SMA	IRT	2	163	7,50	Sedang	87	Baik
60	62	P	SMA	IRT	2	130	7,26	Sedang	93	Baik

**REKAPITULASI KONSULTASI SKRIPSI**

NO	TANGGAL	POKOK BAHASAN	PARAF
1.	14/03 24.	Konsep dasar - I.	
2.	20/03 24.	Konsep dasar II	
3.	22/4 24.	Revisi & tambahan	
		Konsep pt auditasi & SI	
		Bab I	
	27/5 2024.	Bab I	
	4/6 24.	Bab II	
	6/5 2024.	Bab II	
	6/5 2024	acc Bab 1, 2. &	
	11/5 2024	Revisi Bab II	
	15/5 2024	Acc Bab III	

Ketua Program Studi  
S1 Keperawatan



## LEMBAR KONSULTASI


Nama Mahasiswa : RAGIL ABI PAMUJI  
 NIM : 31121222011  
 Judul Skripsi : Perilaku keluarga dalam Pencegahan Malaria di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas kampung Laut

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
1.	16/03 2024	Perilaku keluarga dalam pencegahan Malaria di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kampung Laut.	J.
2.	22/4 2024	<p>Keenam <del>akhir</del> judul skripsi: Hubungan aktifitas fisik dan kualitas hidup pada lansia Di DM tipe 2 di Puskesmas kampung Laut.</p> <p>Bab 1: Perbaiki + tambahkan konsep signifikansi kualitas hidup di bab 1.</p> <p>Lengkap Bab 1</p>	
3	3/5 2024.	<p>Konsul Bab 1, 2 &amp; 3</p> <p>Acc Bab 1</p> <p>Acc Bab 2</p> <p>Perbaiki minor bab 3</p> <p>Lengkapi daftar pustaka 2</p> <p><del>perbaiki</del> siapkan berkas uji sidang.</p>	↑
4.	14/5 2024.	<p>Intervalkan teori pengukuran</p> <p>Reliabilitas hasil &amp; Gab 2 dg bab 3 (Kuesioner)</p> <p>tambah nilai validitas &amp; reliabilitas Kuesioner</p>	<p>✓</p> <p>✓</p>

- cari dasar interpretasi hasil akhir Pembimbing, 1 dari Kuesioner DPOL.

5 17/5 2024

Acc uji sidang proposal

  
 (Widyaningrum)

## LEMBAR KONSULTASI

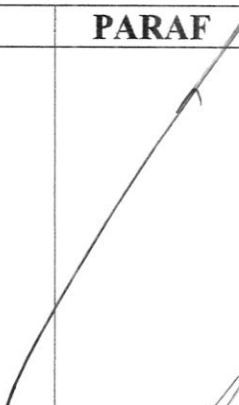
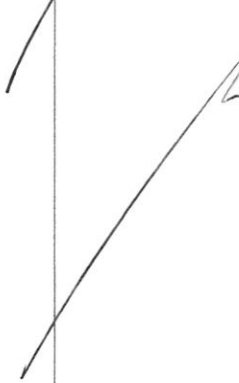
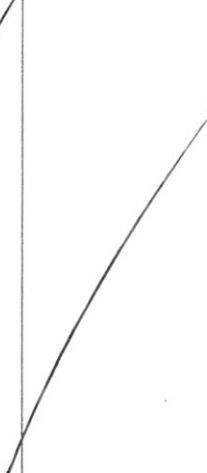
Nama Mahasiswa : KOGIL : ARI PAMUJI  
 NIM : 31121222011  
 Judul Skripsi :

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
1.	1 <sup>2</sup> /5 <sup>3</sup> 2024	↳ Komen Bab 1. Judul. Pertama : Perilaku keluarga dalam pencegahan Malaria di wilayah UPTD Puskesmas Kompor Lawt.	
2.	2 <sup>2</sup> /4	↳ konsultasi <sup>ganti</sup> judul ke : 2. Hubungan Aktifitas Fisik dengan Kualitas hidup PB Campina. Dg DM tipe 2 di UPTD Puskesmas Kompor.	
	3/5 24		
3.	7/5 24	↳ Komen Bab 5	
4.	8/5 24	↳ Komen Bab II	
5.	22/5 24	↳ Komen Bab III	

Pembimbing,

## LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa :  
NIM :  
Judul Skripsi :

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
	15/5 24.	Acc Bab I	
		Acc BAB II	
		Acc BAB III	

Pembimbing,

