

**HUBUNGAN ANTARA PELAKSANAAN OLAHRAGA DENGAN  
TERKONTROLNYA KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA  
DIABETES MELLITUS DI POLIKLINIK PENYAKIT DALAM  
RSUD SLEMAN YOGYAKARTA  
TAHUN 2004**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Disusun Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat  
Sarjana Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah  
Yogyakarta



**Disusun oleh:**  
**DENY MARYANTI**  
**20000320011**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2004**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA PELAKSANAAN OLAHRAGA DENGAN  
TERKONTROLNYA KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA  
DIABETES MELLITUS DI POLIKLINIK PENYAKIT  
DALAM RSUD SLEMAN YOGYAKARTA  
2004**


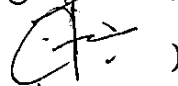

OLEH:

DENY MARYANTI


20000320011

Karya Tulis Ilmiah ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas  
Muhammadiyah Yogyakarta Tanggal Juni 2004  
Dewan Penguji

1. Sri Setyarini, Skp
2. Fitri Arofiati, Skep.Ns
3. Cahyo Ariyanto, S.pd., Skp

(  )  
(  )  
(  )

Mengetahui  
Dekan  
Fakultas Kedokteran

  
  
(dr. H. Erwin Santoso, Sp.A,M.Kes)

## MOTTO

*Ilmu akan mengangkat derajat seorang mukmin  
di atas tingkatan hamba lainnya  
(Q.S. Mujadalah : 11)*

*Dan janganlah mengikuti apa yang tidak memiliki pengetahuan  
tentangnya, sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati  
semuanya akan diminta pertanggungjawaban  
(Q.S. Al-Isr'a : 36)*

*Dan bersegaralah kamu kepada ampunan dari Tuhanmu dan kepada  
surga yang luasnya seluas langit dan bumi yang disediakan untuk  
orang-orang yang bertaqwa. Yaitu orang-orang  
yang menafkahkan hartanya baik di waktu  
lapang maupun di waktu sempit dan orang-orang  
yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan)  
orang Allah menyukai orang-orang yang  
berbuat kebajikan.  
(Q.S. Al-Imron 133-134)*

PERSEMBAHAN

*Karya Tulis Ilmiah ini dipersembahkan untuk:  
Bapak dan Ibu tersayang atas segala kasih sayang,  
adik-adikku terima kasih untuk semuanya.  
Seseorang yang selalu berada di dalam hatiku terima kasih  
atas dukungannya selama ini.*

## KATA PENGANTAR

*Assalamualaikum wr,wb,*

Alhamdulillah untaian puji dan syukur senantiasa penulis haturkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmah, taufik, hidayah dan kekuasaan-Nyalah penulis mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Karya Tulis Ilmiah ini berjudul “Hubungan antara Pelaksanaan Olahraga Dengan Terkontrolnya Kadar Gula Darah di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Sleman Yogyakarta” disusun sebagai salah satu syarat yang harus dipenuhi guna memperoleh gelar Sarjana Ilmu Keperawatan pada Progam Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penelitian dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari bantuan banyak pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. H. Khoerudin Bashori, M.Si, Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberi kesempatan penulis untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. dr. H.Erwin Santoso, Sp.A, M.Kes, Dekan Fakutas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
3. Ibu Sri Setyarini, S.Kp, selaku pembimbing utama yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, dorongan, bantuan

pemikiran dan pengarahan dengan sabar dan bijaksana yang sangat berguna bagi peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

4. Ibu Erna Rochmawati, S.Kp, selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama proses penelitian.
5. Direktur RSUD Sleman Yogyakarta yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk mengadakan penelitian.
6. Bapak dan Ibu dosen Progam Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis belajar serta para staf administrasi yang telah membantu dalam kelancaran penulisan Karya Tugas Ilmiah ini.
7. Kepada Ayahanda dan Ibunda tercinta serta saudara-saudaraku yang telah memberikan dukungan baik moril maupun spiritual untuk keberhasilan penelitian ini.
8. Teristimewa untuk Mimbar Budiono, ST, yang telah banyak memberikan semangat, nasehat dan dukungannya selama penelitian ini.
9. Semua teman-teman seperjuanganku di PSIK – A yang telah bersama selama ini.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian Karya Tugas Ilmiah.

Dengan segala kerendahan hati penulis menyadari masih ada kekurangan dan kejanggalan di dalam Karya Tulis Ilmiah ini baik dari segi materi maupun bahasa yang digunakan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
MOTO DAN PERSEMBAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR BAGAN .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
INTI SARI .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Ruang Lingkup Penelitian .....	6
F. Keaslian Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Teori .....	9
1. Pelaksanaan Olahraga pada Klien DM .....	9
2. Diabetes Mellitus .....	17

3. Kadar gula Darah .....	21
4. Pengelolaan DM .....	25
B. Kerangka Konsep .....	29
C. Hipotesa .....	30

**BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	31
B. Populasi dan Sampel .....	31
C. Variabel dan Definisi Operasional .....	32
D. Variabel Pengganggu .....	33
E. Hubungan Antar Variabel .....	34
F. Instrumen Penelitian .....	35
G. Rencana Jalannya Penelitian .....	36
H. Pengolahan Data .....	37

0

**BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

A. Hasil Penelitian .....	38
B. Pembahasan .....	42

**BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	50

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

- Tabel 1. Kadar gula darah sebagai patokan penyaring dan diagnosis DM dengan metode enzimatik.
- Tabel 2. Karakteristik Responden DM di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Sleman Yogyakarta Bulan April – Mei 2004.
- Tabel 3. Distribusi Kuantitas Pelaksanaan Olahraga Pada Klien DM di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Sleman Yogyakarta Bulan April – Mei 2004.
- Tabel 4. Distribusi Kuantitas Terkontrolnya Kadar Gula Darah Puasa Klien DM di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Sleman Yogyakarta Bulan April – Mei 2004.
- Tabel 5. Croos Tabel Hubungan Pelaksanaan Olahraga Dengan Terkontrolnya Kadar Gula Darah pada Penderita DM di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Sleman Yogyakarta Bulan April – Mei 2004.



## **DAFTAR BAGAN**

**Bagan 1. Kerangka Konsep**

**Bagan 2. Hubungan antar Variabel**

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. Surat ijin Penelitian
- Lampiran 2. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 3. Surat Permohonan Bersedia Menjadi Responden
- Lampiran 4. Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Responden
- Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6. Data Hasil Penelitian
- Lampiran 7. Hasil Pengujian Hipotesis Dengan Aplikasi Komputer *SPSS for Windows Versi 10.0.*