

KARYA TULIS ILMIAH
HUBUNGAN PHBS, AKTIVITAS FISIK, DAN POLA MAKAN
DENGAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS
DI PUSKESMAS KASIHAN 1

Disusun untuk Memenuhi Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh:

FARIQ IZZULHAQQI

20180310130

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2021

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Fariq Izzulhaqqi
Tempat, Tanggal Lahir : Klaten, 10 Juni 2000
NIM : 20180310130
Program Studi : Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan bahwa karya tulis ilmiah saya yang berjudul “Hubungan PHBS, Aktivitas Fisik, dan Pola Makan dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Kasihan 1” merupakan hasil tulis saya sendiri dan mengikuti kaidah penulisan yang berlaku. Karya tulis ini belum pernah diterbitkan dalam bentuk apapun dan dimanapun sebelumnya. Berbagai informasi yang diambil dari sumber luar telah dicantumkan dalam sitasi atau kutipan sebagai penghormatan kepada pemilik asli informasi tersebut. Apabila di kemudian hari ditemukan dan dibuktikan adanya indikasi kecurangan saya bersedia atas sanksi yang harus saya terima.

Yogyakarta, 06 September 2021

Yang membuat pernyataan.


Fariq Izzulhaqqi

20180310130



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warohmatullahi wabarakatuh.

Alhamdulillah *rabbil'alamin*, dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas karunia dan rahmat-Nya, kami dapat menyusun karya tulis ilmiah yang berjudul **“Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Aktivitas Fisik dan Pola Makan dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Kasihan 1”**.

Penyusunan karya tulis ini tentunya didorong oleh banyak bantuan pihak-pihak terkait. Kami mengucapkan terima kasih yang tiada tara kepada:

1. Dr. dr. Sri Sundari, M.Kes selaku dekan dan seluruh dosen serta staff Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Dr. dr. Titik Hidayati, M.Kes yang selaku dosen payungan yang selalu memberikan semangat dan arahan sehingga kami dapat menyelesaikan karya tulis ini.
3. Dr. Tri Pitara Mahanggoro, S. Si., M. Kes selaku dosen pembimbing yang memberikan masukan dan saran yang sangat berarti bagi kami.
4. Kedua orang tua yaitu Bapak Munawar Gani dan Ibu Tri Nyantosani serta kedua adik tercinta Nizam Nabilmakarim dan Khumaira Luthfia Qonita yang selalu memberikan dukungan dan doa terbaiknya.
5. Teman seperjuangan penelitian payungan, Adhimas Ragil Pambudi, Aneira Mazaya, Hafid Fahriza, Maurenda Kwadarel, dan Muhammad Haidar yang telah mencurahkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk terus maju bersama.

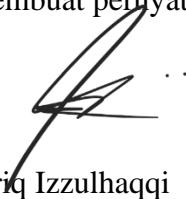
6. dr. Ratna Ikawati, dr. Duhita Pramesthi, dan seluruh jajaran Puskesmas Kasihan 1 yang telah mengizinkan dan membantu banyak hal selama jalannya penelitian,
7. Kerabat terdekat kami dalam perkuliahan Akmal Nur Setyawan, Alwan Al Khairy, Fadhil Aulia Widiyanto, Fatta Ahmadan Nuril Amru, Ilham Tazaka Hakam Wiroso, dan Muhammad Afif Nadirrafi yang selalu ada dalam suka maupun duka
8. dan seluruh pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu

Harapan kami bahwa karya tulis ini dapat bermanfaat bagi para pembaca untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kesehatan dari berbagai penyakit terutama diabetes melitus. Kami menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari kata sempurna dengan keterbatasan yang kami miliki. Tegur sapa dari pembaca akan kami terima dengan tangan terbuka demi perbaikan dan penyempurnaan karya tulis ini.

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yogyakarta, 06 September 2021

Yang membuat pernyataan,



Fariq Izzulhaqqi

20180310130

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL KTI	ii
HALAMAN PENGESAHAN KTI	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Landasan Teori	9
2.1. Diabetes Melitus	9
2.1.1. Pengertian Diabetes Melitus	9
2.1.2. Kriteria Diagnosis Diabetes Melitus	9
2.1.3. Tanda Gejala Diabetes Melitus	11
2.1.4. Klasifikasi dan Patofisiologi Diabetes Melitus	11
2.1.5. Tatalaksana Diabetes Melitus	13
2.1.6. Komplikasi Diabetes Melitus	16
2.2. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)	19
2.2.1. Pengertian PHBS	19
2.2.2. PHBS dalam Berbagai Tatanan	20
2.2.3. Tujuan PHBS	21
2.2.4. Indikator PHBS	21
2.2.5. Manfaat PHBS	29
2.3. Aktivitas Fisik	30
2.3.1. Pengertian Aktivitas Fisik	30
2.3.2. Klasifikasi Aktivitas Fisik	30

2.3.3.	Aktifitas Fisik pada Diabetes.....	32
2.4.	Pola Makan	33
2.4.1.	Pengertian Pola Makan.....	33
2.4.2.	Pola Makan pada Diabetes	34
2.5.	Kualitas Hidup	37
2.5.1.	Pengertian kualitas hidup	37
2.5.2.	Faktor yang Memengaruhi Kualitas Hidup pada DM	39
2.5.3.	Penilaian Kualitas Hidup pada Diabetes	40
B.	Kerangka Teori.....	42
C.	Kerangka Konsep.....	43
D.	Hipotesis.....	43
BAB III	METODE PENELITIAN.....	44
A.	Desain Penelitian.....	44
B.	Populasi dan Sampel	44
C.	Lokasi dan Waktu Penelitian	46
D.	Variabel Penelitian.....	46
E.	Definisi Operasional.....	47
F.	Alat dan Bahan Penelitian.....	49
G.	Jalannya Penelitian.....	51
H.	Uji validitas dan Reliabilitas	52
I.	Analisis Data	54
J.	Etik Penelitian	55
BAB IV	57
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	57
A.	Hasil Penelitian	57
B.	Pembahasan.....	68
C.	Keterbatasan Penelitian	74
BAB V.....	75
KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A.	Kesimpulan	75
B.	Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA	77

LAMPIRAN 1: Kuesioner Penelitian	84
LAMPIRAN 2: <i>Ethical Approval</i>	98
LAMPIRAN 3: Surat Izin Penelitian	99
LAMPIRAN 4: Data Mentah Penelitian	101
LAMPIRAN 5: Analisis Data SPSS	126

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2.1 Kriteria Diagnostik Diabetes Melitus	10
Tabel 2.2 Keluhan dan Tanda pada Diabetes Melitus.....	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional	47
Tabel 4.1 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Jenis Kelamin	57
Tabel 4.2 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Usia.....	58
Tabel 4.3 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Tingkat Pendidikan.....	58
Tabel 4.4 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Pekerjaan	59
Tabel 4.5 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Penghasilan.....	60
Tabel 4.6 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Kualitas Hidup <i>EQ5D5L</i> Deskriptif	60
Tabel 4.7 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Kualitas Hidup <i>EQ5D VAS</i>	61
Tabel 4.8 Distribusi Kemampuan Responden Pada Tiap Dimensi Penilaian <i>EQ5D5L</i> Deskriptif	61
Tabel 4.9 Distribusi Kemunculan Masalah Responden pada Tiap Dimensi Penilaian <i>EQ5D5L</i> Deskriptif	62
Tabel 4.10 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Tingkat Penerapan PHBS	62
Tabel 4.11 Distribusi Responden pada Indikator PHBS	63
Tabel 4.12 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Aktivitas Fisik	64
Tabel 4.13 Frekuensi Responden berdasarkan Distribusi Pola Makan.....	64
Tabel 4.14 Perbedaan nilai p (CI 95%) dan nilai <i>odds ratio</i> kelompok <i>EQ5D5L</i> Deskriptif Kurang baik dan Baik dengan Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Penghasilan, PHBS, Aktivitas Fisik, dan Pola makan	65
Tabel 4.15 Perbedaan nilai p (CI 95%) dan nilai <i>odds ratio</i> kelompok <i>EQ5D5L</i> <i>VAS</i> Kurang baik dan Baik dengan Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Penghasilan, PHBS, Aktivitas Fisik, dan Pola makan	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	42
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	43