

SKRIPSI

**PENGARUH *AEROBIC EXERCISE* TERHADAP KADAR
GULA DARAH : *LITERATURE REVIEW***

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun Oleh

UMI SALAMAH

20170320124

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2021

PERNYATAN KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Umi Salamah

NIM : 20170320124

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa literature yang saya tulis ini benar dan merupakan hasil karya saya sendiri dan juga belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini terdapat plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 7 Mei 2021

Yang membuat pernyataan,



Umi Salamah

HALAMAN PERSEMBAHAN



Dengan rahmat Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, izinkan penulis mempersembahkan hasil jerih payah karya tulis ini kepada :

1. Allah SWT atas segala limpahan karunia-Nya yang telah menuntun penulis menemukan jalan yang diridhoi-Nya, atas segala anugerah yang telah Allah berikan dan segala nikmat, kemudahan, cobaan yang penulis rasakan tak terhingga sampai saat ini.
2. Bapak Poniman dan Ibu Tentrem, penulis sangat bersyukur memiliki orang tua seperti beliau yang telah mengajarkan kesederhanaan, tanggungjawab, kebaikan dan semangat pantang putus asa. Terimakasih telah sabar mendidik dan membesarkan penulis selama ini.
3. Mas Muklis yang telah memberikan semangat dan bantuan dikala penulis mengalami kesulitan.
4. Teman-teman DPA tersayang (Anjar, Amirah, Agista, Dhea, Dian, Defi, dan Nuha). Terimakasih sudah kebersamai selama 4 tahun dalam memberikan kasih sayang dan dukungan.
5. Sahabat bimbingan penelitian (Anjar, Ofi, Wardah, dan Anggi) yang selalu mengingatkan akan kebaikan dan kerja keras.
6. Teman-teman indekost (Assa, Pita dan Dini) yang selalu mendengarkan keluh kesah penulis saat mengalami kesulitan.
7. Keluarga besar PSIK Angkatan 2017 yang telah kebersamai penulis selama 4 tahun terakhir.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirabbil'alamin, segala bagi Allah SWT, Tuhan Semesta Alam yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan innayah-Nya kepada hamba-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Aerobic Exercise* terhadap Kadar Gula Darah: *Literature review*” dengan sebaik mungkin. Untuk itu penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga pada akhirnya penulis dapat menyelesaikan proposal ini.
2. Bapak Poniman dan Ibu Tentrem selaku orang tua yang tidak pernah berhenti memberikan doa, dukungan dan motivasi.
3. Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Shanti Wardaningsih, Ns., M.Kep., Sp., Kep.J., Ph.D, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
5. Ibu Nurvita Risdiana, S.Kep., Ns., M.Sc, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan ilmu, masukan, nasihat, motivasi serta meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan proposal skripsi ini.
6. Bapak Syahruramdhani, S.Kep., Ns., MSN selaku dosen penguji sidang skripsi dan DPA
7. Mas Muklis yang senantiasa memberikan semangat, doa dan dukungan

8. Teman-teman kelompok bimbingan Anjar, Wardah, Ofi dan Anngi yang telah banyak membantu dan selalu mengingatkan saya dalam proses penyusunan skripsi ini.
9. Sahabat-sahabat saya, Amirah dan Dhea yang selalu memotivasi agar bersemangat mengerjakan skripsi ini.
10. Teman-teman Program Studi Ilmu Keperawatan 2017 yang telah memantu memberikan semangat.
11. Teman-teman satu indekost, Pita, Assa, dan Dini yang telah memberikan banyak dukungan semangat dan mendengarkan keluh kesah saya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kesalahan dan kekurangan, sehingga penulis mengharapkan kritik, saran dan masukan dari pembaca yang bersifat membangun untuk lebih menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah khasanah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang ilmu keperawatan.

Wassalāmu'alaikum Warahmatullāhi Wabarakātuh

Yogyakarta, 7 Mei 2021



Umi Salamah

DAFTAR ISI

JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
Abstrak	vii
<i>Abstract</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Pertanyaan Review.....	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat	4
BAB II.....	6
METODE DAN TEKNIK PENELUSURAN.....	6
A. Teknik Penelusuran.....	6
B. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Artikel	7
C. Metode Penyeleksian Artikel	8
E. Metode Pengkajian Kualitas Artikel	10
F. Rencana/Matrik Pengumpulan Data	10
BAB III	11
HASIL.....	11
A. Skema/diagram pohon (PRISMA)	11
B. Tabel artikel yang direview.....	13
C. Kerangka Berpikir.....	17

D. Hasil Telaah Pustaka	18
BAB IV	22
PEMBAHASAN	22
BAB V.....	25
KESIMPULAN.....	25
DAFTAR PUSTAKA	26

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Daftar kata kunci dan kemungkinan sinonimnya	6
Tabel 2. Pernyataan pencarian masing-masing database.....	7
Tabel 3. Format pengambilan data	10
Tabel 4. Daftar artikel penelitian dalam literature review tentang pengaruh <i>aerobic exercise</i> terhadap kadar gula darah.....	13

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diagram PRISMA.....	12
Gambar 2. Kerangka Berpikir.....	17

DAFTAR SINGKATAN

AEX	: <i>Aerobic Exercise</i>
AdipoRs	: <i>Adiponectin</i>
ApoB48	: <i>Apolipoprotein B-48</i>
BB	: <i>Berat Badan</i>
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
FBG	: <i>Fasting Blood Glucose</i>
HDL	: <i>High-Density Lipoprotein</i>
IANT	: <i>Intensity of Anaerobic Threshold</i>
IAT	: <i>Intensity of Aerobic Threshold</i>
IVGTT	: <i>Intravenous Glucose Tolerance Test</i>
IL-6	: <i>Interleukin-6</i>
LDL	: <i>Low-Density Lipoprotein</i>
OGTT	: <i>Oral Glucose Tolerance Test</i>
PBMC	: <i>Peripheral Blood Monocellular Cell</i>
PTM	: <i>Penyakit Tidak Menular</i>
PWV	: <i>Pulse Wave Velocity</i>
TD	: <i>Tekanan Darah</i>
TNF-α	: <i>Tumor Necrotic Factor</i>
VO₂max	: <i>Volume Oxygen Maximal</i>
WL	: <i>Weight Loss</i>