



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, KEPATUHAN DIET DAN
AKTIVITAS FISIK TERHADAP PENGENDALIAN KADAR GLUKOSA
DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI RSUD KOTA DEPOK
TAHUN 2016**

SKRIPSI

HENESSA RATUTHIRDY

1110714011

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**



**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, KEPATUHAN DIET DAN
AKTIVITAS FISIK TERHADAP PENGENDALIAN KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI
RSUD KOTA DEPOK TAHUN 2016**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

HENESSA RATUTHIRDY

1110714011

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
2016**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Henessa Ratuthirdy
NRP : 1110714011
Tanggal : 26 Agustus 2016

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidak sesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan di proses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Depok, 26 Agustus 2016

Yang Menyatakan



(Henessa Ratuthirdy)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Henessa Ratuthirdy
NIM : 1110714011
Fakultas : Ilmu-Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui uji untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Hubungan Pengetahuan Gizi, Kepatuhan Diet dan Aktivitas Fisik Terhadap Pengendalian Kadar Glukosa Pada Pasien Diabetes Melitus di RSUD Kota Depok Tahun 2016.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Depok

Pada Tanggal : 26 Agustus 2016

Yang Menyatakan,



(Henessa Ratuthirdy)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Henessa Ratuthirdy

NRP : 1110714011

Program Studi : S-1 IlmuGizi

Judul : Hubungan Pengetahuan Gizi, Kepatuhan Diet dan Aktivitas Fisik Terhadap Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus di RSUD Kota Depok Tahun 2016.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi S-1 IlmuGizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Nur Intania Sofianita, Si.Kom, MKM

Penguji I



Ikha Deviyanti P, S.Gz, RD, MKM

Penguji II (Pembimbing)



Desak Nyoman Sthi, SKp, MARS

Dekan



Ikha Deviyanti P, S.Gz, RD, MKM

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Depok

Tanggal Ujian : 19 Juli 2016

HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI, KEPATUHAN DIET DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP PENGENDALIAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI RSUD KOTA DEPOK TAHUN 2016

Henessa Ratuthirdy

Abstrak

Diabetes melitus (DM) adalah suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau kedua-duanya. Indonesia mengalami peningkatan dari tahun ke tahun, pada tahun 2011 jumlahnya sebanyak 7,3 juta jiwa dan meningkat menjadi 7,6 juta jiwa pada tahun 2012. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pengetahuan gizi, kepatuhan diet dan aktivitas fisik terhadap pengendalian kadar glukosa darah di RSUD Kota Depok tahun 2016. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan 31 responden di wilayah RSUD Kota Depok. Hasil uji menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kepatuhan diet dan aktivitas fisik terhadap pengendalian kadar glukosa darah ($P < 0,05$) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan pengendalian kadar glukosa darah.

Kata kunci: diabetes, pengetahuan, kepatuhan, aktivitas fisik

**CORRELATION KNOWLEDGE, ATTITUDES OF DIETARY
COMPLIANCE DIABETES MELLITUS AND PHYSICAL ACTIVITY
WITH BLOOD GLUCOSE LEVELS IN DIABETES MELLITUS PATIENTS
AT RSUD KOTA DEPOK 2016**

Henessa Ratuthirdy

Abstract

Diabetes mellitus is a metabolic disorder with hyperglycemia characteristic caused by insulin secretion disturbance, insulin activity disorder or both of them. The purpose of this research to analyze the correlation of knowledge, attitudes of dietary compliance diabetes mellitus and physical activity with blood glucose levels in diabetes mellitus patients at RSUD Kota Depok. This research used cross-sectional method with 31 respondents in RSUD Kota Depok, Depok. The test result showed there were significant correlation between attitudes of dietary compliance diabetes mellitus and physical activity with blood glucose levels ($P < 0,05$) and there were no significant correlation between knowledge with blood glucose levels ($P > 0,05$).

Keywords : *diabetes, knowledge, dietary, physical activity*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala karuniaNya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak bulan Februari tahun 2016 adalah Hubungan Pengetahuan Gizi, Kepatuhan Diet dan Aktivitas Fisik Terhadap Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus di RSUD Kota Depok tahun 2016.

Di samping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Mama dan Papa serta seluruh keluarga tercinta yang memberikan penulis dukungan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada:

1. Prof. Ir. Eddy Sumarno Siradj, M. Sc., Ph. D selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
2. Desak Nyoman Sithi, S. Kp., MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
3. Ikha Deviyanti Puspita, S.Gz, RD, MKM selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Gizi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta dan dosen pembimbing atas bantuan dan motivasi dalam proses penyelesaian skripsi
4. Pengurus Diklat RSUD Kota Depok.
5. Teman-teman seperjuangan Nita, Irin, Tyo, Sherlly, Weny, Ka Cici, Berlin, Ajeng, Astri, Riyadlah atas segala bantuan dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.

Besar harapan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri dan pihak-pihak yang memerlukannya. Amin.

Jakarta , 26 Agustus 2016

Penulis

Henessa Ratuthirdy

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	2
I.3 Tujuan Penelitian	3
I.4 Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
II.1 Gula Darah	4
II.2 Diabetes Melitus	4
II.3 Pengetahuan Gizi	7
II.4 Perilaku Kepatuhan	8
II.5 Aktivitas Fisik Penderita Diabetes Melitus	9
BAB III KERANGKA KONSEP	
III.1 Kerangka Konsep	13
III.2 Hipotesis	14
III.3 Definisi Operasional	15
BAB IV METODE PENELITIAN	
IV.1 Desain Penelitian	17
IV.2 Waktu dan Tempat	17
IV.3 Populasi dan Sampel	17
IV.4 Teknik Pengumpulan Data	19
IV.5 Uji Validitas dan Realibilitas	20
IV.6 Cara Pengolahan Data	20
IV.7 Pengolahan Data	24
IV.8 Analisis Data	24
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
V.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	26
V.2 Hasil Univariat.....	27
V.3 Hasil Bivariat	34

V.4 Keterbatasan Penelitian	40
BAB VI PENUTUP	
VI.1 Kesimpulan	41
VI.2 Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional	15
Tabel 2	Skor Berdasarkan Jenis Pekerjaan	21
Tabel 3	Skor Berdasarkan Intensitas Olahraga	22
Tabel 4	Skor Berdasarkan Lamanya Berolahraga Dalam Satu Minggu	22
Tabel 5	Skor Berdasarkan Proporsi Berolahraga Dalam Satu Tahun	22
Tabel 6	Skor Berdasarkan Waktu Berjalan/Bersepeda Saat Berpergian	23
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan umur	27
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	28
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kadar Glukosa Darah	29
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan	30
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kepatuhan Diet	31
Tabel 12	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik.....	33
Tabel 13	Hubungan Pengetahuan dengan Kadar Glukosa Darah	34
Tabel 14	Hubungan Kepatuhan Diet dengan Kadar Glukosa Darah	37
Tabel 15	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Glukosa Darah	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori	12
Gambar 2	Kerangka Konsep	13

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Penelitian
Lampiran 2	Surat Izin Penelitian dari RSUD Kota Depok
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian dari Kesbangpol
Lampiran 4	Surat Persetujuan Etik
Lampiran 5	Informed Consent
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	Kartu Bimbingan