

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA
DARAH (KGD) DAN RESIKO LUKA KAKI
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
TIPE II DI RSUD ACEH BESAR**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan

Oleh

**KHISNATI
23212274**



UBBG

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN FAKULTAS SAINS,
TEKNOLOGI, DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA
GETSEMPENA
2025**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA
DARAH (KGD) DAN RESIKO LUKA KAKI
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
TIPE II DI RSUD ACEH BESAR**

SKRIPSI

Oleh

**KHISNATI
23212274**



UBBG

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN FAKULTAS SAINS,
TEKNOLOGI, DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA
GETSEMPENA
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA DARAH
(KGD) DAN RESIKO LUKA KAKI PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS TIPE II DI RSUD ACEH BESAR**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 04 Juli 2025

Pembimbing I



Dr. Rita Novita, M. Pd
NIND. 0101118701

Pembimbing II



Mahruri Saputra, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIND. 1309028903

Mengetahui

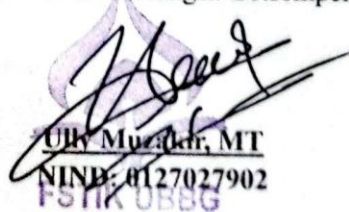
Ketua Prodi Sarjana Keperawatan,



Ns. Gadis Halizasia, S.Kep., M.kep
NIND: 137099501

Mengetahui

Dekan Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Uly Muzdar, MT
NIND: 0127027902
PSIK UBBG

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA DARAH
(KGD) DAN RESIKO LUKA KAKI PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS TIPE II DI RSUD ACEH BESAR**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan
Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 29 Agustus 2025

Pembimbing I : Dr. Rita Novita, M. Pd
NIND. 0101118701

Pembimbing II : Mahruri Saputra, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIND. 1309028903

Penguji I : Ns. Maulida., M.Kep
NIDN. 1308018102

Penguji II : Ns. Gadis Halizasia, S.Kep., M.Kep
NIDN.137099501

(.....)

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui
Ketua Prodi Sarjana Keperawatan,

Ns. Gadis Halizasia, S.Kep., M.kep
NIND: 137099501

Mengetahui
Dekan Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Universitas Bina Bangsa Getsempena

Lily Muzakir, MT
NIND: 0121627902

ESTIK/BBG

PERNYATAAN ORSINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Khisnati

Nim : 23212274

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Menyatakan bahwa hasil penelitian atau skripsi ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya tulis orang lain, baik sebagian maupun seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Apabila skripsi ini terbukti plagiasi atau jiplakan, saya siap menerima sanksi akademi dri Prodi Sarjana Keperawatan.

Banda Aceh, 04 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,

Khisnati
Nim. 23212274

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur Peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga Peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ **HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA DARAH (KGD) DAN RESIKO LUKA KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DI RSUD ACEH BESAR**”.

Shalawat dan salam peneliti hantarkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya yang telah menuntun kita dari zaman yang tidak mengenal ilmu pengetahuan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Dalam pembuatan skripsi ini Peneliti banyak mendapatkan masukan, arahan dan bimbingan dari dosen pembimbing Ibu Dr. Rita Novita, M.Pd mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu :

1. Prof. Dr. Lili Kasmini, S.Si., M.Si selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena.
2. Uly Muzakir, MT selaku Dekan Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa Getsempena.
3. Mahruri Saputra, S.Kep., Ns., M.Kep wakil Dekan Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa Getsempena sekaligus pembimbing II yang telah memberikan saran dan masukan demi sempurnanya penulisan skripsi ini.
4. Ns. Gadis Halizasia, S.Kep., Ns. M.Kep selaku Ketua program studi Ilmu Kesehatan dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dan juga sekalian

penguji II saya yang telah memberikan saran dan masukan dalam Penelitian skripsi ini.

5. Dr. Rita, M. Pd selaku pembimbing yang telah memberikan saran dan arahan dalam Penelitian skripsi ini.
6. Ns. Maulida., Mkep sebagai penguji I yang telah memberikan saran dan masukan demi penyempurnaan skripsi ini.
7. Kepada keluarga tercinta Ayahanda, Ibunda dan suami tercinta yang telah memberikan semangat dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Direktur RSUD Aceh Besar atas izin untuk pengambilan data awal dan lokasi penelitian.
9. Responden yang telah berpartisipasi dan bersedia memberika pendapat tentang permasalahan yang sesuai dengan tema skripsi peneliti.
10. Dosen dan staff pengajar Prodi Sarjana Keperawatan Fakultas Sains Teknologi dan Ilmu Kesehatan Universitas Bina Bangsa Getsempena yang telah banyak memberikan bimbingan kepada peneliti selama menempuh pendidikan
11. Teman sejawat, yang telah berbagi rasa dalam suka, duka, dan segala bantuan sejak mengikuti studi sampai penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, maka dari itu peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam penyempurnaan skripsi ini.

Banda Aceh, 04 Juli 2025

Peneliti

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA DARAH (KGD) DAN RESIKO LUKA KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DI RSUD ACEH BESAR

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) Tipe II merupakan masalah kesehatan global yang prevalensinya terus meningkat setiap tahun. Era globalisasi memberikan dampak disegala bidang terutama pada transisi epidemiologi penyakit menular berangsur menurun diikuti dengan meningkatnya penyakit tidak menular (PTM). Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah (KGD) dan Resiko Luka Kaki pada pasien Diabetes Mellitus. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 26 Mei s/d 19 Juni 2025. Desain penelitian ini merupakan penelitian *analitik* dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien Diabetes Mellitus sebanyak 100 orang. Dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purpose sampling* dengan jumlah 80 pasien berobat jalan di poli penyakit dalam yang ditetapkan menggunakan *Purposive Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisa data terdiri dari analisa univariat dan bivariat. Hasil penelitian univariat menunjukkan bahwa variabel aktivitas fisik mayoritas responden dengan katagori berat (41,2%), variabel kadar gula darah mayoritas responden berada pada katagori tidak terkontrol (57,5%), dan variabel risiko luka kaki mayoritas berada pada katagori tidak normal (62,5%). Hasi analisa bivariat menunjukkan ada hubungan variabel kadar gula darah dengan aktivitas fisik pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II dengan nilai p value =0,001 dan ada hubungan variabel risiko luka kaki dengan aktivitas isik pada pasien Diabetes Mellitus tipe II dengan nilai p value = 0,000. Saran kepada responden diharapkan agar penderita Diabetes Mellitus Tipe II dapat menjalani gaya hidup yang sehat dan mengontrol kadar gula darah agar dapat menghindari risiko terjadinya luka kaki.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Kadar Gula Darah dan Resiko Luka Kaki

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND BLOOD
GLUCOSE LEVELS (BGL) AND THE RISK OF FOOT ULCERS IN
PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS AT
RSUD ACEH BESAR**

ABSTRACT

Type II Diabetes Mellitus (DM) is a global health problem whose prevalence continues to increase every year. The era of globalization has impacted all sectors, especially in the transition of epidemiology, where communicable diseases are gradually decreasing, followed by an increase in non-communicable diseases (NCDs). The purpose of this study is to determine the relationship between physical activity and blood glucose levels (BGL) as well as the risk of foot ulcers in patients with Diabetes Mellitus. This research was conducted from May 26 to June 19, 2025. This study design is an analytical study with a cross-sectional approach. The population in this study consisted of 100 patients with Diabetes Mellitus. The sampling technique used is purposive sampling with a total of 80 outpatients at the internal medicine clinic, selected using Purposive Sampling. The research instrument used was a questionnaire. Data analysis consisted of univariate and bivariate analysis. The results of the univariate analysis showed that the majority of respondents had physical activity in the heavy category (41.2%), the majority of respondents' blood glucose levels were in the uncontrolled category (57.5%), and the majority had a risk of foot ulcers in the abnormal category (62.5%). The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between blood glucose levels and physical activity in Type II Diabetes Mellitus patients with a p-value of 0.001, and there was a relationship between the risk of foot ulcers and physical activity in Type II Diabetes Mellitus patients with a p-value of 0.000. The recommendation for respondents is that Type II Diabetes Mellitus sufferers are expected to adopt a healthy lifestyle and control their blood glucose levels to avoid the risk of developing foot ulcers.

Keywords: Physical Activity, Blood Glucose Levels, and Risk of Foot Ulcers

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER	i
LEMBAR JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
PERNYATAAN ORSINALITAS	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.4 Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Pola Aktivitas fisik	9
2.2 Kadar Gula Darah	11
2.3 Konsep Diabetes Mellitus	13
2.4 Ulkus Diabetikum.....	25
2.5 Kerangka Teoritis.....	34
2.6 Kerangka Konsep.....	35
2.7 Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Rancangan Penelitian.....	36
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	36
3.3 Populasi dan Sampel	36
3.4 Definisi Operasional	39
3.5 Instrumen Penelitian	40
3.6 Uji Validitas dan Reliabilitas	41
3.7 Prosedur penelitian	42
3.8 Pengolahan Data	43

	3.9 Analisa Data	44
BAB IV	HASIL PENELITIAN	
	4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	46
	4.2 Hasil Penelitian.....	46
	4.3 Pembahasan	50
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
	5.1 Kesimpulan.....	58
	5.2 Saran.....	59

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Patofisiologi Diabetes Melitus Tipe 2.....	15
Gambar 2.2 Kerangka Teori	34
Gambar 2.3 Kerangka Konseptual.....	35

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
Tabel 3.1	Definisi Operasional	39
Tabel 4.1	Karakteristik Responden	47
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Fisik Responden di RSUD Aceh Besar	47
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kadar Gula Darah Responden di RSUD Aceh Besar	48
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Resiko Luka Kaki Responden di RSUD Aceh Besar	48
Table 4.5	Distribusi Hubungan Kadar Gula Darah dengan Aktivitas Fisik di RSUD Aceh Besar	49
Table 4.6	Distribusi Hubungan Resiko Luka Kaki dengan Aktivitas Fisik di RSUD Aceh Besar	50

DAFTAR SKEMA

Skema	Halaman
Skema 2.2. Kerangka Teoritis	34
Skema 2.3. Kerangka Konsep Penelitian	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembaran Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 2	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 3	Surat Izin Melaksanakan Pengambilan Data Awal dari Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Lampiran 4	Surat Izin Survey Pengambilan Data Awal dari RSUD Aceh Besar
Lampiran 5	Surat Izin Melaksanakan Pengambilan Data Awal dari Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Lampiran 6	Surat Izin Melaksanakan Survey Awal Dari Dinas Kesehatan Aceh Besar
Lampiran 7	Surat Izin Melaksanakan Penelitian Dari Fakultas Sains, Teknologi dan Ilmu Kesehatan
Lampiran 8	Surat Izin Penelitian Dari RSUD Aceh Besar
Lampiran 9	Surat Keterangan Selesai Penelitian
Lampiran 10	Instrumen Penelitian
Lampiran 11	Table Master
Lampiran 12	Table hasil Output Analisa Data SPSS
Lampiran 13	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 14	Lembar Konsultasi
Lampiran 15	Biodata Penulis