

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KADAR GULA DARAH  
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II  
DI RUMAH SAKIT UMUM DIPONEGORO  
DUA SATU KLATEN**

Di Susun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Dalam Program Studi Keperawatan  
Universitas Sahid Surakarta



Di susun oleh :  
**MUFIDAH LAELA SARI**

2023122012

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI, DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA**

2025

**SURAT PERNYATAAN  
ORISINILITAS KARYA ILMIAH**

---

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Mufidah Laela Sari  
NIM : 2023122012  
Program Studi : Keperawatan  
Fakultas : Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi dengan judul “HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DI RUMAH SAKIT UMUM DIPONEGORO DUA SATU KLATEN” adalah benar- benar karya saya yang saya susun sendiri. Apabila saya terbukti melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan karya orang lain, seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang saya peroleh.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan, maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, 11 Februari 2025  
Yang membuat pernyataan,



Mufidah Laela Sari

NIM : 2023122012

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai Civitas Akademik Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mufidah Laela Sari  
NIM : 2023122012  
Progran Studi : Keperawatan  
Fakultas : Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non Eksklusive Royalti Free Right*) atas skripsi saya yang berjudul HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DI RUMAH SAKIT UMUM DIPONEGORO DUA SATU KLATEN".

Beserta desain atau perangkat (jika ada). Berhak menyimpan, mengalihkan bentuk, mengalih mediakan, mengelola dalam bentuk pangakalan data (*database*), merawat serta mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya seagai penulis (*autor*) dan pembimbing sebagai *co autor* atau pencipta dan juga pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan yang saya buat dengan sesungguhnya secara sehat dan sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Surakarta, 11 Februari 2025

Yang membuat pernyataan,

  
Mufidah Laela Sari

NIM : 2023122012

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KADAR GULA DARAH  
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II  
DI RUMAH SAKIT UMUM DIPONEGORO  
DUA SATU KLATEN**

**Diajukan Oleh :**

**Mufidah Laela Sari**

**2023122012**

**Telah Mendapat Persetujuan Untuk Diuji**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., MKM**

**NIDN : 0608088804**

**Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep**

**NIDN : 0602048902**

**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Keperawatan**

**Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep**

**NIDN : 0602048902**



**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KADAR GULA DARAH**  
**PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II**  
**DI RUMAH SAKIT UMUM DIPONEGORO**  
**DUA SATU KLATEN**

**Disusun Oleh :**

**Mufidah Laela Sari**  
**2023122012**

Skripsi ini telah diterima dan disahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Program  
Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta  
Pada tanggal 11 Februari 2025

Dewan Penguji

Penguji I Fajar Alam Putra, S.Kep.,Ns.,MKM  
NIDN : 0608088804

Penguji II Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kes  
NIDN : 0602048902

Penguji III Vitri Dyah Herawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep  
NIDN : 0613118603

Mengetahui,

Ketua

Dekan

Program Studi Keperawatan

Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan

  
Widiyono., S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN : 0602048902

  
Apt. Abwan, S.farm., Msc

NIDN : 0614068201

## MOTTO

“Tidak ada ujian yang tidak bisa diselesaikan. Tidak ada kesulitan yang melebihi batas kesanggupan. Karena Allah tidak akan membebani seorang melainkan sesuai kadar kesanggupannya.”

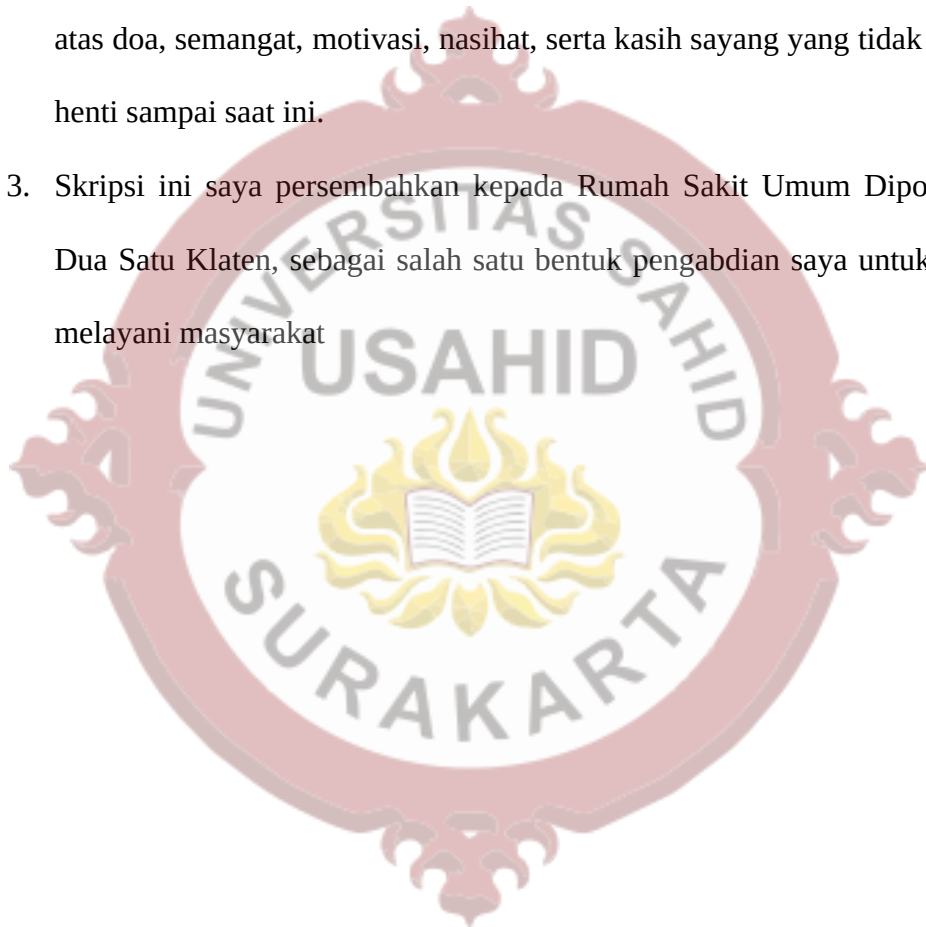
**(Q.S Al-Baqarah: 286)**

“Man Jadda Wajada , Man Shabara Zhafira, Man Saara Ala darbi Washala”  
(Siapa yang bersungguh-sungguh akan berhasil, siapa yang sabar akan beruntung, siapa yang berjalan di jalan-Nya akan sampai di tujuan)

“Berlelah-lelahlah, maka manisnya hidup akan terasa setelah kau berlelah-lelah”-  
Imam Syafi’i

## HALAMAN PERSEMBAHAN

1. Skripsi ini saya persembahkan kepada Ayah dan Ibu yang telah memberikan semangat serta mendukung saya dalam doa.
2. Skripsi ini saya persembahkan kepada teman-teman tercinta, terimakasih atas doa, semangat, motivasi, nasihat, serta kasih sayang yang tidak pernah henti sampai saat ini.
3. Skripsi ini saya persembahkan kepada Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten, sebagai salah satu bentuk pengabdian saya untuk selalu melayani masyarakat



## **PRAKATA**

Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan Rahmat, dan Hidayah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : Hubungan Gaya Hidup dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten. Oleh sebab itu penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya khususnya Kepada :

1. Sri Huning Anwariningsih, ST., M.Kom. Selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penyusunan skripsi ini.
2. Dr. Erwin Kartinawati, S.Sos., M.Ikom. Selaku Wakil Rektor bidang Wakil Rektor bidang Akademik, Kemahasiswaan, Alumni, dan Kerjasama Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penyusunan skripsi ini.
3. Destiana Paningrum, SE., MM. Selaku Wakil Rektor Bidang Sumberdaya, Keuangan, dan Pengembangan Univeritas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penyusunan skripsi ini.
4. Apt. Ahwan, S.Farm., M.Sc. Selaku Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melaksanakan penyusunan skripsi ini.
5. Widiyono, S.Kep.,Ns., M.Kep, Selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta dan pembimbing yang telah banyak membantu memberikan arahan dan bantuan kepada saya untuk menyusun skripsi ini.
6. Fajar Alam Putra, S. Kep., Ns., MKM, selaku pembimbing yang telah memberikan motivasi, memberikan arahan dan bantuan kepada saya untuk menyusun skripsi ini.
7. Vitri Dyah Herawati, S. Kep., Ns., M. Kep, selaku penguji ketiga yang telah banyak membantu memberikan arahan dan bantuan kepada saya untuk menyusun skripsi ini.



8. Seluruh dosen pengajar Program Alih Jalur Keperawatan yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan.
9. dr. Rachmawati Dewi, Sp. OG., MARS, Selaku Direktur Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
10. Ibu Juwariyah, AMK, Selaku Kepala Bidang Keperawatan Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten yang telah memberikan motivasi dan dukungannya.
11. Kepada Orang tua dan rekan yang selalu memberikan doa, masukan dan semangat, dukungan untuk keberhasilan penulisan menyelesaikan skripsi ini.
12. Sahabat dan teman-teman Program Keperawatan Alih Jalur angkatan 2023 yang bersama-sama berjuang dalam suka dan duka, saling memberikan dukungan dan kerjasamanya serta seluruh pegawai Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten.

Akhir kata, penulis berharap kepada Allah SWT. Berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya proposal ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan. Aamiin

Klaten, Desember 2024

Mufidah Laela

## DAFTAR ISI

|                                                 |             |
|-------------------------------------------------|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL.....</b>                       | <b>i</b>    |
| <b>MOTTO.....</b>                               | <b>vi</b>   |
| <b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>                | <b>vii</b>  |
| <b>PRAKATA .....</b>                            | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                         | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR SINGKATAN .....</b>                   | <b>xii</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                       | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                      | <b>xiv</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>                     | <b>xv</b>   |
| <b>INTISARI.....</b>                            | <b>xvi</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                  | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang .....                         | 1           |
| B. Rumusan Masalah .....                        | 5           |
| C. Tujuan Penelitian.....                       | 5           |
| D. Manfaat Penelitian.....                      | 6           |
| E. Keaslian Penelitian.....                     | 8           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>            | <b>10</b>   |
| A. Konsep Diabetes Mellitus .....               | 10          |
| B. Gaya Hidup Penderita Diabetes Mellitus ..... | 22          |
| C. Tinjauan Umum Tentang Glukosa Darah .....    | 36          |
| D. Kerangka Teori.....                          | 41          |
| E. Kerangka Konsep .....                        | 42          |

|                                            |           |
|--------------------------------------------|-----------|
| F. Hipotesis.....                          | 42        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>      | <b>43</b> |
| A. Rancangan Penelitian .....              | 43        |
| B. Waktu Penelitian.....                   | 44        |
| C. Populasi dan Sampel .....               | 44        |
| D. Variabel Penelitian.....                | 46        |
| E. Definisi Operasional.....               | 47        |
| F. Instrument Penelitian.....              | 47        |
| G. Uji Validitas dan Reliabilitas .....    | 48        |
| H. Jalannya Penelitian.....                | 50        |
| I. Metode Pengolahan dan Analisa Data..... | 53        |
| J. Etika Penelitian .....                  | 55        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>       | <b>58</b> |
| A. Gambaran Lokasi Penelitian .....        | 58        |
| B. Hasil Penelitian .....                  | 59        |
| C. Pembahasan.....                         | 62        |
| D. Keterbatasan Penelitian .....           | 69        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>     | <b>70</b> |
| A. Kesimpulan.....                         | 70        |
| B. Saran.....                              | 71        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                | <b>72</b> |
| <b>LAMPIRAN</b>                            |           |

## DAFTAR SINGKATAN

DM : Diabetes Mellitus

EKG : Elektrokardiografi

BMI : *Body Massa Index*

FITT : *Frequency, Intensity, Time, dan Type*



## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                         |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian .....                                                                                                                    | 8  |
| Tabel 2. 1 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT).....                                                                                                    | 33 |
| Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....                                                                                                                   | 47 |
| Tabel 3. 2 Kisi – Kisi Kuesioner Gaya Hidup .....                                                                                                       | 48 |
| Tabel 4. 1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia,<br>pekerjaan, pendidikan, pola makan, aktivitas fisik, stress,<br>dan merokok ..... | 59 |
| Tabel 4. 2 Gaya Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe II .....                                                                                         | 60 |
| Tabel 4. 3 Uji <i>Kendall's Tau</i> .....                                                                                                               | 61 |





## DAFTAR GAMBAR

|                                              |    |
|----------------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....              | 41 |
| Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Penelitian ..... | 42 |
| Gambar 3. 1 Alat Glukometer .....            | 50 |



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. *Informed Consent*
- Lampiran 2. Persetujuan menjadi responden
- Lampiran 3. Kuesioner
- Lampiran 4. Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 6. Surat EC (*Ethical Clearance*)
- Lampiran 7. Jawaban Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 8. Surat Pengantar Penelitian Data Penelitian
- Lampiran 9. Data Penelitian
- Lampiran 10. Data SPSS
- Lampiran 11. Bukti Bimbingan Skripsi Jawaban Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 12. Jadwal pelaksanaan penelitian
- Lampiran 13. Dokumentasi penelitian

## INTISARI

### HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DI RUMAH SAKIT UMUM DIPONEGORO DUA SATU KLATEN

Mufidah Laela<sup>1</sup>, Fajar Alam Putra<sup>2</sup>, Widiyono<sup>3</sup>

Email : [mufidahlaela123@gmail.com](mailto:mufidahlaela123@gmail.com)

**Latar Belakang :** Pasien penderita Diabetes Mellitus di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten didapatkan data 10 dari 20 pasien penderita Diabetes Mellitus mengalami gaya hidup yang kurang baik, yaitu tidak menjaga pola makan, tidak teratur dalam memberikan terapi baik oral maupun injeksi, kurang dalam melakukan aktivitas fisik, banyak pasien yang masih merokok dan beberapa pasien mengalami stress yang membuat gula darah tidak terkontrol. Data rekam medis pasien ditemukan bahwa rata-rata gula darah pasien yang menderita Diabetes Mellitus di Poliklinik Penyakit Dalam yaitu >250mg/dL.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan gaya hidup dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten

**Metode :** Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian deskriptif korelasi. Pendekatan kuantitatif berpendapat bahwa tingkah laku manusia dapat diprediksi dan realitas sosial dapat diukur dan objektif (Yusuf, 2017). Dengan skala data ordinal by nominal, maka uji yang digunakan adalah uji non parametrik *Kendall's Tau*.

**Hasil :** Gaya hidup kurang baik dengan jumlah lebih banyak yaitu 44 responden (75,9%) dibanding gaya hidup yang baik, dengan jumlah 14 responden (24,1%). Kadar gula dengan kriteria buruk mempunyai jumlah paling banyak yaitu 40 responden (69%). Hasil uji Kendal's Tau adalah -0,848 dari 58 responden dan hasil asimp-sig (P) sebesar 0,001 dengan nilai alfa ( $\alpha$ ) sebesar 0,05. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa nilai P lebih kecil dari nilai alfa ( $P < \alpha$ ).

**Kesimpulan :** ada hubungan gaya hidup dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten.

**Kata kunci :** Gaya Hidup, Gula Darah, Diabetes Mellitus tipe II

- 
1. Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta
  2. Dosen Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

## ABSTRACT

### **THE CORRELATION BETWEEN LIFESTYLE AND BLOOD SUGAR LEVELS IN PATIENTS WITH TYPE II DIABETES MELLITUS IN DIPONEGORO DUA SATU KLATEN HOSPITAL**

Mufidah Laela<sup>1</sup>, Fajar Alam Putra<sup>2</sup>, Widiyono<sup>3</sup>

Email : [mufidahlaela123@gmail.com](mailto:mufidahlaela123@gmail.com)

**Background:** Patients with Diabetes Mellitus at Diponegoro Dua Satu Klaten Hospital showed that 10 out of 20 patients with Diabetes Mellitus experienced an unhealthy lifestyle, namely not maintaining a diet, irregular in providing therapy, both oral and injections, lack of physical activity, many patients still smoke and some patients experience stress that makes blood sugar uncontrolled. Patient medical record data shows that the average blood sugar of patients with Diabetes Mellitus in the Internal Medicine Polyclinic is  $>250\text{mg/dL}$ . **Objective:** To determine the correlation between lifestyle and blood sugar levels in patients with Type II Diabetes Mellitus at Diponegoro Dua Satu Klaten Hospital.

**Method:** This study used a quantitative research method with a descriptive correlation research method. The quantitative approach argues that human behavior can be predicted and social reality can be measured and objective (Yusuf, 2017). With an ordinal by nominal data scale, Kendall's Tau non-parametric test is used.

**Results:** A poor lifestyle with a larger number, namely 44 respondents (75.9%), while a good lifestyle numbered 14 respondents (24.1%). Blood sugar levels with bad criteria have the largest number, namely 40 respondents (69%). The results of Kendal's Tau test were  $-0.848$  from 58 respondents, and the asimp-sig (P) result was  $0.001$  with an alpha value ( $\alpha$ ) of  $0.05$ . This study obtained a P value smaller than the alpha value ( $P < \alpha$ ).

**Conclusion:** There is a correlation between lifestyle and blood sugar levels in patients with Type II Diabetes Mellitus at Diponegoro Dua Satu Klaten Hospital.

**Keywords:** Lifestyle, Blood Sugar, Type II Diabetes Mellitus

- 
1. Students of the Nursing Department of Sahid Surakarta University
  2. Lecturer of Nursing Department of Sahid Surakarta University
  3. Lecturer of Nursing Department of Sahid Surakarta University