

**PENGARUH LATIHAN FISIK SENAM TERHADAP PENURUNAN
KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DM TIPE 2
DI RSJ Prof. dr. SOEROJO MAGELANG**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
STIKES A. Yani Yogyakarta



Disusun Oleh:

JATIEKAWATI
NPM: 3208039

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDRAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2012

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH LATIHAN FISIK SENAM TERHADAP PENURUNAN
KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DM TIPE 2
DI RSJ Prof. Dr. SOEROJO MAGELANG**

SKRIPSI

Diajukan Oleh :

JATI EKAWATI
NPM: 3208039

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai Salah
Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu
Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

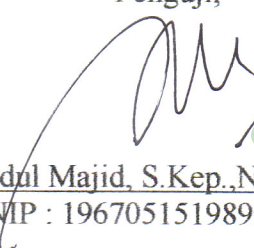
Tanggal: 15 Agustus 2012


Menyetujui :

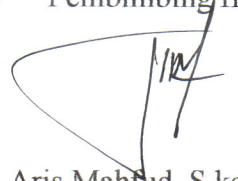
Penguji,

Pembimbing I,

Pembimbing II,

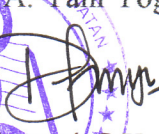

Abdul Majid, S.Kep.,Ns.,M.Kes
NIP : 196705151989031005

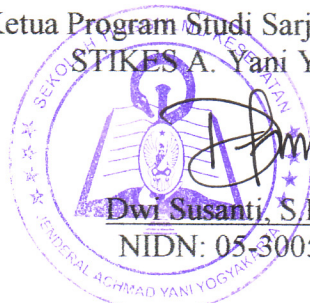

Wenny Savitri, S.Kep.,Ns.,MNS
NIDN : 07-2507-8201


M. Aris Mahfud, S.kep., NS
NIP : 196610121988031004

Mengesahkan,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan
STIKES A. Yani Yogyakarta


Dwi Susanti, S.Kep.,Ns
NIDN: 05-3005-8401



PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat penelitian yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, Agustus 2012

Jati Ekawati

STIKES PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmad dan hidayahNya sehingga penulis diberi kemudahan dalam menyelesaikan penulisan skripsi penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Fisik Senam Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe 2 Di RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang”.

Penyelesaian skripsi penelitian ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. I. Edy Purwoko, Sp.B, selaku Ketua STIKES A. Yani Yogyakarta.
2. Ibu Dwi Susanti, S.Kep.,Ns, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES A. Yani Yogyakarta, yang telah memberikan petunjuk, ijin dan kemudahan selama penyelesaian penulisan skripsi penelitian ini.
3. Ibu Wenny Savitri, S.Kep.,Ns.,MNS, selaku pembimbing I yang dengan sabar selalu memberikan arahan, petunjuk dan bimbingan selama proses penulisan skripsi penelitian ini.
4. Bapak M. Aris Mahfud, S.Kep.,Ns, selaku pembimbing II yang dengan sabar selalu memberikan arahan, petunjuk dan bimbingan selama proses penulisan skripsi penelitian ini.
5. Bapak Abdul Majid, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku penguji yang telah memberikan saran, nasihat dan koreksinya dalam penelitian ini.
6. Direktur RSJ Prof. Dr. Soeroyo Magelang, yang telah memberikan ijin dalam pelaksanaan studi pendahuluan dan sekaligus sebagai tempat penelitian ini.
7. Bapak Bambang Pratikno, S.Kep.,M.Kes, Ibu Sri Handayani, S.Kep.,Ns dan Ibu Sumariyah,S.Kep, yang telah membantu dan mengarahkan penulis dalam penelitian ini.
8. Bapak, ibu beserta keluarga besar yang telah memberikan doa, semangat dan dukungan serta kasih sayangnya selama proses penulisan penelitian ini.
9. Teman-teman seperjuangan dan semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan dan semangat dalam penulisan usulan proposal penelitian ini.

Dengan segala kerendahan hati, penulis menyadari bahwa penulisan penelitian ini masih banyak kekurangannya sehingga jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan koreksi, saran dan kritik yang bersifat membangun demi perbaikan penelitian ini.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, Agustus 2012

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
INTISARI	x
ABSTRACT	xi
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Diabetes Mellitus	7
1. Definisi Diabetes Mellitus	7
2. Jenis-jenis Diabetes Mellitus	7
B. Diabetes Mellitus Tipe 2	8
1. Penyebab DM tipe 2	8
2. Faktor Resiko DM Tipe 2	8
3. Penatalaksanaan DM Tipe 2	9
C. Senam Diabetes	11
1. Pengertian Senam DM	11
2. Prinsip Senam DM	11
3. Syarat Peserta Senam DM.....	12
4. Manfaat Senam DM	13
5. Tahapan Senam DM	13
6. Gerakan Senam DM	14
7. Evaluasi Keefektifan Senam DM	17
D. Senam Lansia	17
1. Pengertian Senam Lansia	17
2. Tujuan Senam Lansia	18
3. Manfaat Senam Lansia.....	18
4. Prinsip Senam Lansia.....	19
5. Gerakan Senam Lansia.....	19
E. Kerangka Teori	23
F. Kerangka Konsep	24
G. Hipotesis Penelitian	24

BAB III. METODE PENELITIAN	25
A. Rancangan Penelitian.....	25
B. Lokasi dan Waktu	25
C. Populasi dan Sampel	26
D. Variabel Penelitian	27
E. Defenisi Operasional	28
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	28
G. Analisis dan Model Statistik	29
H. Etika Penelitian	29
I. Pelaksanaan Penelitian	30
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 32
A. Hasil Penelitian	32
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
2. Analisis Hasil Penelitian	32
B. Pembahasan	35
C. Keterbatasan Penelitian	38
1. Kesulitan Penelitian	38
2. Kelemahan Penelitian	38
D. Kekuatan Peneliti	39
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	 40
A. Simpulan	40
B. Saran	40
 DAFTAR PUSTAKA	 42
 LAMPIRAN	 44

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rancangan Penelitian	25
Tabel 3.2 Definisi Operasional	28
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	33
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	33
Tabel 4.3 Statistik deskriptif kadar gula darah sebelum dan setelah senam	34
Tabel 4.4 Hasil Uji <i>Paired Sampel T Test</i>	35

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	23
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	24

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden	45
Lampiran 2. Persetujuan Menjadi Responden	46
Lampiran 3. Jadwal Penelitian	47
Lampiran 4. Ijin Studi Pendahuluan SEKDA DIY	48
Lampiran 5. Ijin Studi Pendahuluan BAKESBANGPOLINMAS Jawa Tengah	49
Lampiran 6. Ijin Studi Pendahuluan BAKESBANGPOLINMAS Kota Magelang	50
Lampiran 7. Ijin Studi Pendahuluan RSJ Prof. dr. SOEROJO Magelang	51
Lampiran 8. Ijin Penelitian SEKDA DIY	52
Lampiran 9. Ijin Penelitian BAKESBANGPOLINMAS Jawa Tengah	53
Lampiran 10. Ijin Penelitian BAKESBANGPOLINMAS Kota Magelang	54
Lampiran 11. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	55
Lampiran 12. Hasil Pengecekan Kadar Gula Darah Responden	56
Lampiran 13. Hasil Statistik karakteristik Responden	57
Lampiran 14. Hasil Statistik Hasil Pretes dan Posttes Kadar Gula Darah	58
Lampiran 15. Hasil Statistik Uji <i>Paired Sampel T Test</i>	59
Lampiran 16. Lembar Konsultasi	60