

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN POLA HIDUP SEHAT PADA LANSIA
PENDERITA DIABETES MELITUS DI DESA JARIT KECAMATAN
CANDIPURO KABUPATEN LUMAJANG**



**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS DAN KESEHATAN
RS dr. SOEPRAOEN MALANGTAHUN AKADEMIK 2021/2022**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN POLA HIDUP SEHAT PADA LANSIA
PENDERITA DIABETES MELITUS DI DESA JARIT KECAMATAN
CANDIPURO KABUPATEN LUMAJANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli
Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan Institut Teknologi Sains
dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Kota Malang



OLEH :

SHERIN ANGGUN NOVBRIANI

191111

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN
RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2021/2022**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sherin Anggun Novbriani

Tempat/tanggal lahir : Lumajang, 27 november 2000

Nim : 19.1.111

Alamat : Desa Jarit Kec.Candipuro Kab.Lumajang
RT:10 RW:02 kota Lumajang

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, Juli 2022

Yang menyatakan



Sherin Anggun Novbriani
NIM. 191111

CURICULUM VITAE



Nama : Sherin Anggun Novbriani
Tempat Tgl Lahir : Lumajang, 27 November 2000
Alamat Rumah : Desa Jarit Kec. Candipuro Kab. Lumajang Rt:10
Rw:02 Kota Lumajang
Nama Orang Tua :
Ayah : Yuyud Adi Prayitno
Ibu : Yuliani
Riwayat Pendidikan:
SD : SDN Pasirian 05 2007-2013
SMP : SMP Al-Munawwariyah Malang 2013-2016
SMK : SMK Muhammadiyah Lumajang 2016-2019

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui untuk diujikan
di Depan Tim Penguji

Tanggal: Juli2022

Pembimbing I



Heny Nurmayunita, S. Kep. Ns., MMRS

Oleh :

Pembimbing II



Tien Aminah, M.kep

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diujikan dan Disetujui oleh Tim Penguji Pada Ujian Proposal
di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan
Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal, Juli 2022

TIM PENGUJI

Nama	Tanda Tangan
Ketua : Ns. Riki Ristanto, S. Kep., M. Kep	
Anggota: 1. Mustika Wida, S. Kep., Ners M. Biomed	
2. Tien Aminah, M. Kep	

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan


Ns. Riki Ristanto, M. Kep

Ns. Riki Ristanto, M. Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan Kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Pola Hidup Sehat Pada Lansia Penderita Diabes Melitus Di Desa Jarit Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang” sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini di susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan ini penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Letnan Kolonen (Ckm) Arief Effendi, SMPH., SH (Adv), S.Kep., Ners, M.M, M.Kes selaku Rektor Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang
2. Bapak Riki Ristanto, M. Kepselaku Ketua Program Studi Keperawatan
3. Ibu Heny Nurmayunita, S. Kep. Ns., MMR Sselaku pembimbing I yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada panulis
4. Ibu Tien Aminah, M.kepselaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis
5. Ibu Novita Supristiwati selaku kepala desa yang telah memberikan ijin kepada saya untuk melakukan penelitian

6. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung, membantu dan mendoakan saya.

7. Lasia di Desa Jarit yang telah bersedia menjadi responden.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Namun, demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak untuk menyempurnakannya.

Malang, Juli 2022

Penulis



ABSTRAK

Novbriani, SherinAnggun. 2022 Gambaran Pengetahuan Pola Hidup Sehat Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Di Desa Jarit Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang. Karya Tulis Ilmiah. Pembimbing I Ns. Heny Nurmayunita, S. Kep. Ns., MMRS. Pembimbing II Ns. TienAminah, M,.Kep

Lansia penderita diabetes tidak melakukan pola hidup sehat karena kurangnya pengetahuan tentang pola hidup sehat, latar belakang pendidikan dan pengalaman di masa lalu dapat mempengaruhi pola pikir seseorang, kemampuan kognitif akan membentuk cara berfikir seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan pola hidup sehat pada lansia penderita diabetes melitus di Desa Jarit Kecamatan Candipuro Kabupaten Lumajang.

Desain penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah Semualansia yang menderita diabetes mellitus tipe 1 dan 2 di Desa Jarit Kabupaten Lumajang. Teknik sampling yang digunakan adalah *Snowball sampling* dengan besar sampel 32 responden. Variabel yang diteliti adalah pengetahuan polahidupsehatpadalansiapenderita diabetes melitus. Hasil penelitian dianalisis menggunakan presentase. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioneryang disebarakan menggunakan lembar kuesioner. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 23 Juli 2022.

Data hasil penelitian menunjukkan bahwasebagianbesarsebanyak 17 respondenmemilikipengetahuankurang (53%), dansebagiankecilsebanyak 3 respondenmemilikipengetahuanbaik (9%).Hal ini dipengaruhi oleh faktor usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan.

Berdasarkan penelitian ini, diharapkanlansiadengan DM mampu meningkatkan pola hidup sehat, menghindari stress berlebihan, dan mengevaluasidiritentangpolahidupsehatsehinggamendoronglansiauntuk mencarimekanisme coping yang positif.

Kata kunci : Pengetahuan, PolaHidupSehat, Diabetes Melitus, Lansia

ABSTRACT

Novbriani, Sherin Anggun. 2022 Overview of Knowledge of Healthy Lifestyles in Elderly People with Diabetes Mellitus in Jarit Village, Candipuro District, Lumajang Regency. Scientific papers. Advisor I Ns. Heny Nurmayunita, S. Kep. Ns., MMRS. Advisor II Ns. Tien Aminah, M,. Kep

Elderly people with diabetes who do not practice a healthy lifestyle are lack of knowledge about healthy lifestyles, educational background and past experiences can affect a person's mindset, cognitive abilities will shape a person's way of thinking. This study aims to describe the knowledge of healthy lifestyles in the elderly with diabetes mellitus in Jarit Village, Candipuro District, Lumajang Regency.

The design of this research is descriptive. The population of this study were all the elderly who suffered from diabetes mellitus type 1 and 2 in Jarit Village, Lumajang Regency as many as 32 people. The sampling technique used is Snowball sampling with a sample size of 32 respondents. The variables studied were knowledge of healthy lifestyles in the elderly with diabetes mellitus. The results of the study were analyzed using univariate analysis. The research instrument used a questionnaire which was distributed using a questionnaire sheet. This research was conducted on July 23, 2022.

The research data shows that most of the 17 respondents have less knowledge (53%), and a small portion of 3 respondents have good knowledge (9%). This is influenced by factors of age, gender, education, occupation.

Based on this research, it is expected to be able to improve a healthy lifestyle, avoid excessive stress, and evaluate themselves about a healthy lifestyle so as to encourage the elderly to seek positive coping mechanisms.

Keywords: Knowledge, Healthy Lifestyle, Diabetes Mellitus, Elderly

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Judul	i
Cover Dalam	ii
Lembar Pernyataan	iii
Curriculum Vitae	iv
Lembar Persetujuan	v
Lembar Pengesahan	vi
Kata Pengantar	vii
Abstrak	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Tabel	xiii
Daftar Lampiran	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Konsep Pengetahuan	7
2.1.1 Pengertian Pengetahuan	7
2.1.2 Tingkat Pengetahuan	7
2.1.3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan	9
2.1.4 Cara Memperoleh Pengetahuan	10
2.1.5 Cara Pengukuran Pengetahuan	14
2.2 Konsep Lansia	14
2.2.1 Definisi Lansia	14
2.2.2 Teori Proses Menua	15
2.2.3 Batas Usia Lansia	15
2.2.4 Karakteristik Lansia	15
2.2.5 Perubahan Pada Lansia	17
2.3 Konsep Diabetes Melitus	18
2.3.1 Definisi Diabetes Melitus	18
2.3.2 Faktor Penyebab Diabetes Melitus	19
2.3.3 Tanda Dan Gejala Diabetes Melitus	21
2.3.4 Cara Mengatasi Diabetes Melitus	22
2.4 Pola Hidup Sehat Pada Diabetes Melitus	24
2.4.1 Definisi Pola Hidup sehat	24
2.4.2 Bentuk-bentuk Pola Hidup Sehat	25
2.4.3 Pola Hidup Sehat Pada Diabetes Melitus	25
2.4.4 Pengukuran Pola Hidup Sehat	27
2.5 Kerangka Konsep	29
2.5.1 Deskripsi Kerangka Konsep	30
BAB 3 METODE PENELITIAN	31
3.1 Desain Penelitian	31
3.1.1 Pengertian Desain Penelitian	31
3.2 Kerangka Kerja	31

3.3	Populasi, Sampel Dan Sampling	33
3.3.1	Populasi	33
3.3.2	Sampel	33
3.3.3	Sampling	33
3.4	Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	33
3.4.1	Identifikasi Variabel	33
3.4.2	Definsi Operasional	34
3.5	Proses Pengumpulan Data	35
3.6	Instrumen Pengumpulan Data	35
3.7	Pengelolaan Data Dan Analisa Data	36
3.7.1	Pengelolaan Data	36
3.7.2	Analisa Data	38
3.8	Waktu Dan Tempat Penelitian	38
3.9	Etika Penelitian	39
BAB 4	PEMBAHASAN	40
4.1	Hasil penelitian	40
4.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian	40
4.1.2	Data Umum	41
4.1.3	Data Khusus	42
4.1.4	Tabulasi Silang	43
4.2	Pembahasan	44
BAB 5	KESIMPULAN DAN SARAN	49
5.1	Kesimpulan	49
5.2	Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian.....	29
Gambar 3.1 Kerangka Kerja Penelitian.....	32



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penelitian.....34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Jadwal Penelitian	54
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian	55
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	56
Lampiran 4 Kisi-Kisi Kuesioner	57
Lampiran 5 Kuesioner Penelitian	58
Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian	63
Lampiran 7 Surat Balasan Ijin Penelitian	64
Lampiran 8 Surat Keterangan Penelitian	65
Lampiran 9 Bukti Revisi Proposal	66
Lampiran 10 Bukti Revisi Semhas	67
Lampiran 11 Kartu Bimbingan Pembimbing 1	68
Lampiran 12 Kartu Bimbingan Pembimbing 2	69
Lampiran 13 dokumentasi Penelitian	70
Lampiran 14 Rekapitulasi Data Umum Responden	72
Lampiran 15 Rekapitulasi Data Khusus Responden	76
Lampiran 16 Dokumentasi hasil Cek Gula Darah Responden	77

