

**PENGARUH GERAKAN YOGA TERHADAP KONTROL
KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DI RUMAH SAKIT UMUM
IMELDA PEKERJA INDONESIA MEDAN
PADA TAHUN 2019**

SKRIPSI

*Untuk Menyelesaikan Program Pendidikan Sarjana
Keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Imelda Medan*

Oleh :

AGUS SUTIONO
NIM : 1514201002



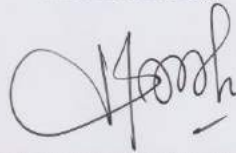
**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN IMELDA MEDAN
TAHUN 2019**

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH GERAKAN YOGA TERHADAP KONTROL
KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PASIEN
DIABETES MELITUS DI RUMAH SAKIT UMUM
IMELDA PEKERJA INDONESIA MEDAN
PADA TAHUN 2019**

Skripsi ini telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing sebagai
Persyaratan Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Keperawatan
di Prodi S-1 Keperawatan STIKes Imelda Medan

Disetujui :
Dosen Pembimbing



(Rostinah Manurung, S.Kep., Ns., M.Kes)

Diketahui :
Ka. Prodi S-1 Keperawatan Imelda Medan



(Rostinah Manurung, S.Kep., Ns., M.Kes)

LEMBAR PENGESAHAN

Penelitian dengan judul :

**PENGARUH GERAKAN YOGA TERHADAP KONTROL KADAR
GULA DARAH SEWAKTU PADA PASIEN DIABETES MELITUS
DI RUMAH SAKIT UMUM IMELDA PEKERJA INDONESIA
MEDAN TAHUN 2019**

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji
Pada Tanggal 19 Bulan Mei Tahun 2019

Penguji I : Sarida Surya Manurung, S.Kep, Ns, Ni.Kes (



Penguji II : Rostinah Manurung, S.Kep., Ns., M.Kes



Penguji III : Noradina, S.Kep., Ns., M.Biomed



Diketahui :

Ka. Prodi S-1 Keperawatan Imelda Medan



(Rostinah Manurung, S.Kep., Ns., M.Kes)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

I. Identitas Diri

Nam : Agus Sutiono
Tempat/Tanggal Lahir : Blok IX, 17 Agustus 1996
Agama : Islam
Jumlah Saudara : Anak ke empat (4) dari empat (4) bersaudara
Status : Belum Menikah
Alamat : Desa Pangkalan Lunang, Kec. Kualuh Leidong

II. Identitas Orang Tua

Ayah : Sarjo
Ibu : Supiyem
Pekerjaan : Petani

III. Riwayat Pendidikan

1. Tahun 2003 – 2009 : SD Negeri no 116907
2. Tahun 2009 – 2012 : SMP Negeri 2 Kualuh Leidong
3. Tahun 2012 – 2015 : SMA Negeri 1 Kualuh Leidong
4. Tahun 2015 – 2019 : S-1 Keperawatan STIKes Imelda Medan

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Gerakan Yoga Terhadap Kontrol Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Tahun 2019” untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan di STIKes Imelda Medan.

Terwujudnya skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, arahan serta bimbingan dari berbagai pihak baik secara moral maupun material. Maka dalam kesempatan ini peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu :

1. dr. H.Raja Imran Ritonga, MSc, selaku Ketua Yayasan Imelda Medan.
2. Dr. dr. Imelda Liana Ritonga SKp, MPd, MN, selaku Ketua STIKes Imelda Medan.
3. dr. Hedy Tan, MARS, MOG, Sp.OG selaku Direktur Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia Medan.
4. Rostinah Manurung, S.Kep, Ns, M.Kes, selaku Ketua Prodi Program Studi S1 Keperawatan STIKes Imelda Medan.
5. Rostinah Manurung, S.Kep, Ns, M.Kes, selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberikan arahan dan motivasi kepada penulis mulai dari awal sampai terselesainya proposal penelitian ini.
6. Seluruh staf Dosen dan jajaran S-I Keperawatan STIKes Imelda Medan yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan.

7. Teristimewa penulis sampaikan rasa hormat dan cinta yang sebesar-besarnya dengan tulus hati kepada kedua orang tua saya (Sarjo/Supiyem) yang telah banyak memberi dukungan baik berupa motivasi maupun materi serta curahan kasih sayang yang diberikan kepada penulis serta doa yang tulus dan ikhlas sampai terselesainya penelitian ini.
8. Abang dan kakak Tersayang Tukimin, Sujiarni, Suriyanto, Suprapti, Surilah, Heru Tiko Wardanu dan Nur Asiah Hasibuan yang telah memberi semangat.
9. Teman-teman tersayang Iqbal Aulia Tama, Fanahatodo, Suwandi, Wulan Sari Ramadhani, Reska Ramadhani, Juliyana Sari, Bela Sapita, dan Maimuna Harahap yang banyak membantu dan memberi dukungan dalam menyelesaikan skripsi.
10. Semua pihak yang telah membantu penulis dan memberikan dukungan serta masukan yang namanya tidak mungkin teruraikan satu persatu.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pembaca dan dapat meningkatkan mutu profesi keperawatan.

Medan, 13 Mei 2019
Peneliti

(Agus Sutiono)
1514201002

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	
LEMBAR PENGESAHAN	
KATA PENGANTAR.....	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
BAB I : PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Pembatasan Masalah.....	4
1.4 Perumusan Masalah	4
1.5 Tujuan Pnelitian	4
1.5.1 Tujuan Umum	4
1.5.2 Tujuan Khusus.....	5
1.6 Manfaat Penelitian	5
1.6.1 Bagi Responden.....	5
1.6.2 Bagi Masyarakat.....	5
1.6.3 Bagi Rumah Sakit Imelda Pekerja Indonesia Medan.	5
1.6.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	6
1.6.5 Bagi Institusi	6
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Latihan Fisik	7
2.1.1 Pengertian Latihan Fisik	7
2.1.2 Tujuan Latihan Fisik	7
2.1.3 Prinsip Latihan	8
2.1.4 Energi LATihan	8
2.2 Yoga.....	9
2.2.1 Definisi Yoga	9
2.2.2 Tingkatan dalam yoga	10
2.2.3 Gerakan Yoga.....	11
2.3 Kadar Glukosa darah (KGD).....	15
2.3.1 Pengertian Kadar Glukosa darah (KGD)	15
2.3.2 Jenis Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah (KGD)	15
2.3.3 Nilai Normal Kadar Gula Darah	16
2.4 Diabetes Melitus	17
2.4.1 Definisi Diabetes Melitus.....	17
2.4.2 Patogenesis	17
2.4.3 klasifikasi	18
2.4.4 Diagnosis	19
2.4.5 Faktor Resiko	20

2.5	Kerangka Konsep.....	23
2.6	Hipotesis Penelitian	23
BAB III :	METODE PENELITIAN	24
3.1	Jenis dan rancangan penelitian	24
3.2	Lokasi dan waktu Penelitian.....	25
	3.2.1 Lokasi Penelitian	25
	3.2.2 Waktu Penelitian	25
3.3	Populasi dan Sampel.....	25
	3.3.1 Populasi Penelitian	25
	3.3.2 Sampel Penelitian	25
3.4	Metode Pengumpulan Data.....	26
	3.4.1 Data Primer	27
	3.4.2 Data Sekunder	27
	3.4.3 Data Tersier	27
3.5	Variabel Penelitian Defenisi operasional.....	27
	3.5.1 variabel penelitian	27
	3.5.2 Defenisi Operasional	27
3.6	Instrumen Penelitian	28
3.7	Pengolahan Data	29
3.8	Tehnik Analisa Data	30
	3.8.1 Analisa Univariat.....	30
	3.8.2 Analisa Brivariat	30
BAB IV :	HASIL PENELITIAN	31
4.1	Hasil Penetian	31
	4.1.1 Karakteristik Responden	32
	4.1.2 Kadar Gula Darah	34
4.2.	Pembahasan	36
4.3.	Hambatan Penelitian.....	38
BAB V :	KESIMPULAN DAN SARAN	38
5.1	Kesimpulan	38
5.2	Saran	39

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Kadar Glukosa Darah Sewaktu dan Puasa	16
Tabel 2.2	Kadar Tes Laboratorium Darah Untuk Diagnosis Diabetes Melitus ...	20
Tabel 3.1	Defenisi Operasional	28
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	31
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Rasponden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	31
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan	31
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Menderita Diabetes Melitus.	32
Tabel 4.5	Distribusi Sebelum Melakukan Aktivitas Yoga.....	32
Table 4.6	Distribusi Setelah Melakukan Aktivitas Yoga.....	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 : Kerangka Konsep.....	23
--	-----------

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran I : Izin Melakukan Survey Awal
- Lampiran II : Surat balasan survey awal
- Lampiran III : Izin melakukan penelitian
- Lampiran IV : Surat balasan penelitian
- Lampiran V : Surat Selesai Penelitian
- Lampiran VI : Kuesioner
- Lampiran VII : Master tabel
- Lampiran VII : Hasil Pengolahan data SPSS
- Lampiran IX : Lembar konsul
- Lampiran X : Bukti Revisi