

SKRIPSI

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN DUKUNGAN
KELUARGA DENGAN PENGENDALIAN KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS
ANDALAS TAHUN 2026**

*Diajukan sebagai salah satu untuk menyelesaikan
pendidikan Strata S-1 Keperawatan*



Oleh:

Lahailal Fani
2214201088

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN AJARAN 2026**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG**

Skripsi, Agustus 2026

Lahailal Fani

Hubungan Aktivitas Fisik dan Dukungan Keluarga dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas Tahun 2026

Xiv + 82 halaman, 8 tabel, 2 gambar, 14 lampiran

ABSTRAK

Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi insulin maupun kerja insulin. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2025), sekitar 830 juta orang hidup dengan diabetes di dunia. Keberhasilan pengelolaan Diabetes Melitus Tipe 2 sangat dipengaruhi oleh kemampuan pasien dalam mengendalikan kadar glukosa darah. Pengendalian kadar glukosa darah yang tidak optimal dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi akut maupun kronis. Oleh karena itu, aktivitas fisik yang teratur dan dukungan keluarga yang baik diperlukan untuk membantu pasien mencapai pengendalian kadar glukosa darah yang optimal. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dan dukungan keluarga dengan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2026

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 741 pasien Diabetes Melitus Tipe 2, dengan sampel sebanyak 88 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner IPAQ, HDFSS, dan hasil pemeriksaan kadar glukosa darah. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 48,9% responden memiliki aktivitas fisik rendah, 56,8% memiliki dukungan keluarga kurang baik, dan 77,3% memiliki kadar glukosa darah tidak terkontrol. Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik ($p = 0,007$) dan dukungan keluarga ($p = 0,000$) dengan pengendalian kadar glukosa darah.

Disimpulkan bahwa aktivitas fisik dan dukungan keluarga berhubungan dengan pengendalian kadar glukosa darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Andalas Kota Padang Tahun 2026. Tenaga kesehatan diharapkan dapat meningkatkan edukasi mengenai aktivitas fisik serta melibatkan keluarga dalam pengelolaan Diabetes Melitus guna mencapai pengendalian kadar glukosa darah yang optimal.

Daftar Bacaan : 74 (2021-2025)

Kata Kunci : Aktivitas fisik, Dukungan Keluarga, Glukosa Darah, Diabetes Melitus.

BACHELOR OF NURSING
ALIFAH UNIVERSITY PADANG
Thesis, August 2026

Lahailal Fani

The Relationship between Physical Activity and Family Support with Blood Glucose Control among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus at the Andalas Public Health Center in 2026

Xiv + 82 pages, 8 tables, 2 figures, 14 appendices

ABSTRACT

Type 2 Diabetes Mellitus is a chronic disease characterized by elevated blood glucose levels due to impaired insulin secretion and/or insulin action. According to the World Health Organization (WHO, 2025), approximately 830 million people worldwide are living with diabetes. The successful management of Type 2 Diabetes Mellitus largely depends on patients' ability to control their blood glucose levels. Poor blood glucose control may increase the risk of both acute and chronic complications. Therefore, regular physical activity and adequate family support are essential to help patients achieve optimal blood glucose control. Based on this, the purpose of this study was to determine the relationship between physical activity and family support with blood glucose control among patients with Type 2 Diabetes Mellitus at Andalas Public Health Center, Padang City, in 2026.

This study employed a quantitative method with a cross-sectional design. The study population consisted of 741 patients with Type 2 Diabetes Mellitus, and 88 respondents were selected using an accidental sampling technique. Data were collected using the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), the Hensarling Diabetes Family Support Scale (HDFSS), and blood glucose examination results. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test.

The results showed that 48.9% of respondents had low physical activity, 56.8% had poor family support, and 77.3% had uncontrolled blood glucose levels. Bivariate analysis revealed significant relationships between physical activity ($p = 0.007$) and family support ($p = 0.000$) with blood glucose control.

In conclusion, physical activity and family support were significantly associated with blood glucose control among patients with Type 2 Diabetes Mellitus at Andalas Public Health Center, Padang City, in 2026. Healthcare professionals are expected to enhance education on physical activity and involve family members in diabetes management to achieve optimal blood glucose control.

References: 74 (2021-2025)

Keywords: *Physical Activity, Family Support, Blood Glucose, Diabetes Mellitus.*

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Lahailal Fani
NIM : 2214201088
Program Studi : S_1 Keperawatan
Judul : Hubungan Aktifitas Fisik dan Dukungan Keluarga dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe di Puskesmas Andalas Tahun 2026

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, Agustus 2026

Pembimbing I



Ns.Febby Irianti Deski, S.Kep.,M.Kep

Pembimbing II



Ns. Vania Aresti Yendrial, S.Kep.,M.Kep

Disahkan oleh
Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang.



Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Lahailal Fani
NIM : 2214201088
Program Studi : S_1 Keperawatan
Judul : Hubungan Aktifitas Fisik dan Dukungan Keluarga dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe di Puskesmas Andalas Tahun 2026

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Keperawatan Universitas Alifah Padang.

Padang, Agustus 2026

DEWAN PENGUJI

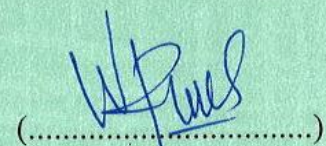
Pembimbing I
(Ns.Febby Irianti Deski, S.Kep.,M.Kep)

()

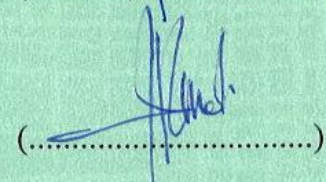
Pembimbing II
(Ns. Vania Aresti Yendrial,S.Kep.,M.Kep)

()

Penguji I
(Ns. Willady Rasyid, M.Kep, Sp.Kep.M.B)

()

Penguji II
(Ns. Reni Trevia, M.Kep)

()

Disahkan oleh
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang.

Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D