

KARYA TULIS ILMIAH

**PENGARUH PUASA SENIN DAN KAMIS TERHADAP KADAR GULA
DARAH SEWAKTU PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI
DUKUH KASIHAN, BANTUL, YOGYAKARTA**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Ilmu Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh
ANGGA BAGUS WIDYA SAPUTRA
20120320155

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PENGESAHAN KTI

**PENGARUH PUASA SENIN DAN KAMIS TERHADAP KADAR GULA
DARAH SEWAKTU PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI
DUKUH KASIHAN, BANTUL, YOGYAKARTA**

Disusun oleh

ANGGA BAGUS WIDYA SAPUTRA

20120320155

Telah disetujui dan diseminarkan pada 6 Agustus 2016

Dosen pembimbing

Dosen penguji



Yanuar Primanda, S.Kep.,

Erfin Firmawati, S.Kep.,NS.,MNS

NS.,MNS.,HNC

NIK: 191810708200710173080

NIK: 19850103201110173177

Mengetahui,

Ka.Prodi Ilmu Keperawatan FKIK UMY
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Ns. Sri Sumaryani, M. Kep., Sp. Mat., HNC

NIK: 19770313200104173046

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Angga Bagus Widya Saputra

NIM : 20120320155

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UMY

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang penulis tulis ini benar-benar merupakan hasil karya penulis sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks yang dicantumkan dalam Daftar Pustaka dibagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka penulis bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, Juni 2016

Yang membuat pernyataan,

Angga Bagus Widya Saputra

HALAMAN PERSEMBAHAN

Perjalanan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini sangat berkesan bagi saya, sehingga karya tulis ilmiah ini saya persembahkan kepada orang-orang yang saya sayangi dan orang-orang yang bermakna dalam hidup saya. Karya tulis ilmiah ini saya persembahkan kepada:

Allah SWT yang selalu memberikan perlindungan, kesehatan, dan kenikmatan tiada tara kepada kita semua dan junjungan saya Nabi Agung Muhammad SAW

My Hero Papa Bagus yang selalu dukung saya, selalu bekerja keras untuk saya dan adek, semoga papa selalu diberikan kesehatan dan diperlancar rezekinya

My mother Almh mama nanik yang telah merawat, mendidik, dan membesarkan ku hingga sampai saat ini, maaf angga belum bisa membahagiakan mama, semoga amal ibadah dan kebaikan mama diterima di sisi Allah SWT, diampuni segala dosa dan ditempatkan di Surga, I LOVE and MISS YOU MOM

My Sister adek Anggi semoga menjadi anak yang berbakti, menjadi orang sukses, sekolah setinggi-tingginya dan raihlah semua cita-citamu

Mbah Be'e, Pae, Mbah Mur, Mbah Uyut

Bude Sri, Pakde Dahlan, Pakde Bambang, Om Anto, Bulek Siti, Om Ndut, Mbak Wiwit, Om Wiwit, Bulek Endah, Alm Om Adi, Lek Cus, Mbak Ratna, Mbak Dina

Bila, Laila, Sasa, Tata, Kaka, Vava, Vivi, Kayla, Aura, Kiki, Ikhsan, Lala

Sahabat Seperjuangan Gugun, Palupi, Linda, Dian, Koko

Tim Basket FKIK UMY dan PSIK UMY angkatan 2012

Terima Kasih

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji dan syukur penulis penjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan karya tulis ilmiah ini. Sholawat dan salam tak lupa penulis curahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW.

Ucapan terima kasih ingin penulis haturkan kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan karya tulis ini, khususnya kepada:

1. Bapak Bagus Giyanto, Almh. Ibu Nanik Widayanti selaku orang tua yang selalu mendukung dengan sepenuh hati, doa dan usaha.
2. dr. H. Ardi Pramono, Sp.An.,M.Kes selaku dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Sri Sumaryani, S.Kep.,NS.,M.Kep.,Sp.Mat.,HNC., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Yanuar Primanda, S.Kep.,NS.,MNS.,HNC, selaku dosen pembimbing yang telah membimbing kami hingga menyelesaikan penelitian ini.
5. Erfin Firmawati, S.Kep.,NS.,MNS, selaku dosen penguji yang telah menguji dan memberikan saran yang lebih baik untuk penelitian ini.
6. Seluruh Tenaga Pengajar dan Administrasi di Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhaammadiyah Yogyakarta.
7. Kepala Dukuh Kasihan yang telah memberikan izin dan dukungan dalam melakukan penelitian ini.
8. Keluarga besar klub basket FKIK UMY dan PSIK UMY angkatan 2012

yang telah memberikan pengalaman dan kesan yang tak akan terlupakan selama kuliah di FKIK UMY.

9. Ratri Fahmi, Nurdina, Vitta, Upik Mei, Nur Saadah, Dian Putra, Denda selaku teman satu bimbingan karya tulis ilmiah
10. Deva, Zeze, Aulia Rahma, Fikri Habibah, Nur Saadah, Dyah Amboro, Tiffani, Kiki, Ratri Fahmi, Linda, Palupi, Novia, Defia, Mega, dan Hermansyah selaku teman kelompok Skill Lab
11. Seluruh Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2012.

Penulis sadar masih banyaknya kekurangan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan bimbingan, kritik dan saran demi kemajuan bersama. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih kepada para pembaca, semoga Allah SWT melindungi kita semua.

Wassalammu'alaikum Wr Wb

Penulis

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
INTISARI.....	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	13
A. Landasan Teori.....	13
1. Puasa.....	13
a. Pengertian	13
b. Macam-macam.....	13
c. Puasa Senin Kamis.....	15
d. Dalil Anjuran Puasa Senin Kamis	18
e. Manfaat Puasa Dalam Kesehatan	20
f. Faktor yang Mempengaruhi Pelaksanaan Puasa.....	22
2. Diabetes Melitus	24
a. Pengertian	24
b. Klasifikasi	25
c. Patofisiologi	28
d. Manifestasi Klinis	29
e. Faktor Resiko.....	31

f. Komplikasi.....	34
g. Penatalaksanaan	37
h. Penderita DM yang Aman untuk Berpuasa	41
3. Glukosa Darah	42
a. Pengertian	42
b. Fungsi.....	42
c. Kelainan	43
d. Kadar Gula Darah	44
e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah.....	44
B. Kerangka Konsep	47
C. Hipotesa.....	47
BAB III METODE PENELITIAN.....	48
A. Desain Penelitian.....	48
B. Populasi dan Sampel Penelitian	49
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	50
D. Variabel Penelitian	51
E. Definisi Operasional.....	51
F. Instrumen Penelitian.....	52
G. Cara Pengumpulan Data.....	53
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	56
I. Analisa Data	58
J. Etika Penelitian	59
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A. Hasil Penelitian	61
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	61
2. Karakteristik Demografi Responden	62
3. Analisa Perbedaan Kadar Gula Darah Sewaktu <i>Pre</i> dan <i>Post</i> Pada Masing-masing Kelompok.....	64
4. Analisa Perbedaan Kadar Gula Darah Sewaktu <i>Post-Test</i> Antara Kelompok Eksperimen dan Kontrol	65
B. Pembahasan.....	65
1. Karakteristik Demografi Responden	65
a. Jenis Kelamin.....	65
b. Pendidikan terakhir	66
c. Pekerjaan.....	67

d. Penghasilan	68
e. Konsumsi obat	68
f. Usia	69
g. Lama Menderita DM	70
2. Pengaruh Puasa Senin dan Kamis Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu	70
C. Kekuatan dan Kelemahan Penelitian	78
1. Kekuatan penelitian	78
2. Kelemahan penelitian	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	80
A. Kesimpulan	80
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN.....	88
Lampiran I Lembar Permohonan Menjadi Responden	89
Lampiran II Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	90
Lampiran III Lembar Informasi Penelitian.....	91
Lampiran IV Kuesioner Penelitian.....	94
Lampiran V <i>Booklet</i> Panduan Puasa Senin dan Kamis	96
Lampiran VI Catatan Harian Puasa Senin dan Kamis.....	117
Lampiran VII Hasil Uji <i>content validity</i>	123
Lampiran VIII Hasil Analisa Data Penelitian	127
Lampiran IX Surat Kelayakan Etik Penelitian	137
Lampiran X Surat Izin Penelitian	138

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konsep	47
Gambar 2 Skema Tahap Pelaksanaan Penelitian	56

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kadar Gula Darah	44
Tabel 2 Desain Penelitian.....	48
Tabel 3 Hasil Uji Normalitas Kadar Gula Darah Sewaktu pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol	58
Tabel 4 Uji Hipotesis Pengaruh Puasa Senin dan Kamis Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Dukuh Kasihan, Bantul, Yogyakarta	59
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden DM di Dukuh Kasihan, Bantul, Yogyakarta	62
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Demografi Usia dan Lama Menderita DM di Dukuh Kasihan, Bantul, Yogyakarta.....	63
Tabel 7 Hasil Analisa Perbedaan Gula Darah Sewaktu Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Sebelum dan Setelah Intervensi dengan Uji <i>Wilcoxon</i>	64
Tabel 8 Hasil Analisa Perbedaan Gula Darah Sewaktu Antara Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Setelah Intervensi dengan Uji <i>Independent T-Test</i>	65

DAFTAR SINGKATAN

ADA	: American Diabetes Association
DM	: Diabetes Mellitus
IDF	: Internasional Diabetes Federation
KEMENKES RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
OHO	: Obat Hipoglikemi Oral
PERKENI	: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
WHO	: World Health Organization