



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

**HUBUNGAN ANTARA PERAN PERAWAT SEBAGAI
EDUKATOR DENGAN KEPATUHAN LATIHAN FISIK PADA
LANSIA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS
GEDONGTENGEN YOGYAKARTA TAHUN 2025**

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana keperawatan**

PETRONELA CHRISTANTI MAYABUBUN

2303014

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA
2025**

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA PERAN PERAWAT SEBAGAI
EDUKATOR DENGAN KEPATUHAN LATIHAN FISIK PADA
LANSIA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS
GEDONGTENGEN YOGYAKARTA TAHUN 2025**

Disusun oleh:

PETRONELA CHRISTANTI MAYARUBUN

2303014

Telah melalui Sidang Skripsi pada: Senin, 19 Mei 2025

Ketua Pengaji

Pengaji I

Pengaji II

(Enik Listyaningsih, SKM,
MPH)

(Indrayanti, S.Kep., Ns.,
M.Kep., Sp.Kep.Kom)

(Daning Widi Istianti,
S.Kep., Ns., MSN)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan

STIKES BETHESDA YAKKUM Yogyakarta



(Rawesti, S.Kep., Ns., M. Kep)

***The Relationship between the Role of Nurses as Educators and Physical Exercise Adherence in the Elderly with Type 2 Diabetes Mellitus
at Puskesmas Gedontengen Yogyakarta in 2025***

Petronela Christianti Mayabubun¹, Daning Widi Istianti²

ABSTRACT

Background: Elderly people with Type 2 DM have a high risk of complications if they do not comply with physical exercise. This compliance is influenced by the health education provided by nurses. The results of the preliminary study show that the number of nurses is not balanced with the number of elderly while nurses need to provide education to all elderly people in the region. This imbalance makes it difficult for health education to be carried out comprehensively and continuously for all elderly at the Gedongtengen Health Center in Yogyakarta.

Objective: To analyze the relationship between the role of nurses as educators and the compliance with physical exercise of the elderly with type 2 diabetes mellitus at the Gedongtengen Health Center in Yogyakarta in 2025.

Methods: The design of this study is correlational with the sampling technique, namely non-probability using purposive sampling. Population of 392 people and a sample of 78 elderly respondents with type 2 diabetes mellitus at the Gedongtengen Health Center in Yogyakarta in 2025. Data analysis was carried out using the rho spearman test.

Results: The majority of the elderly aged 60-74 years, female, junior high school education, work, the role of nurses as educators in the good category was assessed 67.9%, compliance with physical exercise in the compliance category was 82.05%. The p-value = 0.000 ($\alpha < 0.05$) with an affinity level of 0.612.

Conclusion: There is a relationship between the role of nurses as educators and physical exercise adherence in the elderly with type 2 diabetes mellitus at the Gedongtengen Health Center in Yogyakarta in 2025.

Tip: Regular and directed education from nurses is important to encourage the adherence of the elderly to exercise physically.

Keywords: Diabetes mellitus, educators, physical exercise

¹Student of Bachelor of Nursing, Betehesda Institute For Health Sciences

²Lecturer at Nursing Program, Betehesda Institute For Health Sciences

Hubungan Antara Peran Perawat Sebagai Edukator Dengan Kepatuhan Latihan Fisik Lansia Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Gedontengen

Yogyakarta in 2025

Petronela Christianti Mayabubun¹, Daning Widi Istianti²

ABSTRAK

Latar Belakang: Lansia dengan DM Tipe 2 memiliki risiko tinggi komplikasi bila tidak patuh melakukan latihan fisik. Kepatuhan ini di pengaruhi oleh edukasi kesehatan yang diberikan oleh perawat. Hasil studi pendahuluan menunjukan bahwa jumlah perawat tidak seimbang dengan jumlah lansia sedangkan perawat perlu memberikan edukasi kepada seluruh lansia yang ada di wilayah tersebut. Ketidakseimbangan ini membuat edukasi kesehatan sulit dilakukan secara menyeluruh dan berkelanjutkan kepada seluruh lansia di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta.

Tujuan: Menganalisis hubungan antara peran perawat sebagai edukator dengan kepatuhan latihan fisik lansia dengan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta Tahun 2025.

Metode: Desain penelitian ini adalah korelasional dengan teknik pengambilan sampel yaitu *non probability* dengan menggunakan *purposive sampling*. Populasi 392 jiwa dan sampel 78 responden lansia diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta Tahun 2025. Analisis data dilakukan menggunakan uji *spearman rho*.

Hasil: Mayoritas lansia berusia 60-74 tahun, berjenis kelamin perempuan, pendidikan SMP, bekerja, peran perawat sebagai edukator dalam kategori baik dinilai 67,9%, kepatuhan latihan fisik dalam kategori patuh 82,05%. Nilai *p-value* = 0,000 ($\alpha < 0,05$) dengan tingkat keeratan 0,612.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara peran perawat sebagai edukator dengan kepatuhan latihan fisik pada lansia diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedontengen Yogyakarta Tahun 2025.

Saran: Edukasi rutin dan terarah dari perawat penting untuk dorong kepatuhan lansia berlatih fisik.

Kata Kunci: Diabetes melitus, edukator, latihan fisik

¹Mahasiswa Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

²Dosen Prodi Sarjana Keperawatan, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

PENDAHULUAN

Diabetes melitus disebabkan karena gangguan pada metabolisme tubuh yang terjadi pada organ pankreas ditandai dengan gejala peningkatan gula dalam darah atau dalam bahasa medis disebut hiperglikemia dimana kondisi jumlah insulin menurun di pankreas¹. Gejala khas yang terasa pada pasien diabetes melitus seperti polidipsi, polifagia dan poliuria serta peningkatan glukosa darah (hiperglikemia)². Hasil pravelensi menurut World Health Organization (WHO) dalam tiga dekade terakhir pravelensi Diabetes Melitus tipe 2 didapatkan hasil 1,5 juta kematian dan 48% dari seluruh kematian akibat diabetes terjadi sebelum usia 70 tahun. Jumlah penderita diabetes melitus adalah 422 juta jiwa³. Pentingnya peran perawat sebagai edukator dalam memberikan implementasi pada pasien DM dapat membantu memperbaiki ketidakpahaman terkait dengan penyakit yang dialami. Edukasi yang didapatkan oleh pasien dapat meningkatkan pengetahuan dalam memperbaiki kondisi dan keadaan pasien⁴.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas Gedongtengen berdasarkan data yang didapatkan dari penanggungjawab poli lansia diperoleh hasil bahwa jumlah pravelensi penyakit diabetes melitus satu tahun terakhir berjumlah 1976 jiwa. Maka dapat diperkirakan bahwa diabetes melitus bisa meningkat karena pola hidup, pola makan, aktivitas fisik serta latihan fisik yang tidak terkontrol dengan baik. Manfaat latihan fisik pada pasien diabetes melitus dapat membantu mencegah dan mengontrol kadar gula darah dalam tubuh. Latihan fisik pada pasien diabetes melitus disarankan minimal 30-60 menit, frekuensi 3-5 kali dalam seminggu⁵.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Peneliti ini dilakukan di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta tahun 2025. Populasi pada penelitian ini berjumlah 392 jiwa lansia dengan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas

Gedongtengen Yogyakarta dengan menggunakan non probability dengan menggunakan purposive sampling sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 78 responden. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner peran perawat sebagai edukator dan kepatuhan latihan fisik, serta teknik analisis data menggunakan uji *Spearman's Rho*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Lansia Diabetes Melitus Tipe di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta Tahun 2025

No.	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Usia			
1	60-74 tahun	53	67,9
2	75-90 tahun	54	30,8
3	>90 tahun	1	1,3
Total		78	100
Perempuan			
1	Perempuan	31	39,7
2	Laki-laki	47	60,3
Total		78	100
Pendidikan			
1	Tidak bersekolah	10	12,8
2	SD	22	28,2
3	SMP	25	32,1
4	SMA	15	19,2
5	Perguruan tinggi	6	7,7
Total			
Pekerjaan			
1	Bekerja	52	66,7
2	Tidak bekerja	26	33,3
Total		78	100

Sumber : (Primer terolah, 2025)

Analisis : berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa sebagian besar lansia berada pada rentang usia 60-74 tahun yaitu 53 responden (67,9%), sementara untuk rentang usia paling sedikit adalah rentang usia >90 tahun yaitu 1 responden (1,3%). Kategori jenis kelamin sebagian besar jenis kelamin lansia adalah perempuan yaitu sebanyak

47 responden (60,3%), sementara laki-laki sebanyak 31 responden (39,7%). Kategori pendidikan yang dimiliki lansia adalah SMP yaitu 25 responden (32,1%), sementara paling sedikit adalah perguruan tinggi yaitu 6 responden (7,7%). Kategori pekerjaan sebagian besar lansia bekerja sebanyak 52 responden (66,7%) dan sebagian kecil lansai tidak bekerja sebanyak 26 responden (33,3%).

b. Peran Perawat Sebagai Edukator

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Peran Perawat Sebagai Edukator Pada Lansia Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta Tahun 2025

No.	Peran Perawat Sebagai Edukator	Frekuensi	%
1	Kurang Baik	8	10,26
2	Baik	70	89,74
Total		78	100

Sumber : (Primer terolah, 2025)

Analisis : Tabel 2 menunjukkan menunjukkan bahwa sebagian besar peran perawat sebagai edukator memiliki kategori baik sebanyak 70 responden (89,74%) dan memiliki kategori kurang baik sebanyak 8 responden (10,26%).

c. Kepatuhan Latihan Fisik

Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Kepatuhan Latihan Fisik Pada Lansia Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta Tahun 2025

No.	Kepatuhan Latihan Fisik	Frekuensi	%
1	Patuh	64	82,05
2	Tidak Patuh	14	17,95
Jumlah		78	100

Sumber : (Primer terolah, 2025)

Analisis : Table 3 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar lansia patuh melakukan latihan fisik sebanyak 64 responden (82,05%) dan sebanyak 14 responden (17,95%) tidak patuh melakukan latihan fisik.

2. Analisis Bivariat

Penelitian ini menggunakan uji *Spearman's Rho* untuk mengetahui hubungan antara peran perawat sebagai edukator dengan kepatuhan latihan fisik lansia diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta Tahun 2025.

Tabel 4 : Hubungan Peran Perawat Sebagai Edukator Dengan Kepatuhan Latihan Fisik Pada Lansia Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta Tahun 2025

Peran perawat sebagai edukator	Kepatuhan latihan fisik		Total	P - value	α	Corellation Coeficient
	Patuh	Tidak patuh				
Baik	64	6	78	0,000	<0,005	0.612
Kurang baik	0	8	8			
Total	64	14	78			

Sumber (Primer terolah, 2025)

Analisis : Setelah dilakukan uji statistik *Spearman Rho* dengan α : 0,005 diperoleh hasil *P value* : 0,000. Nilai *P value* $< \alpha$: 0,000 , maka H_α diterima dan H_0 ditolak, yang artinya ada hubungan antara peran perawat sebagai edukator dengan kepatuhan latihan fisik pada lansia diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta tahun 2025 (hasil perhitungan terlampir).

B. PEMBAHASAN

Pada usia >60 tahun terjadi penurunan fisiologi tubuh yang mengakibatkan lansia rentang untuk mengalami diabetes melitus⁶. Diabetes melitus lebih sering dialami oleh perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini adanya perbedaan hormonal, perilaku sosial dan budaya, perubahan lingkungan seperti pola makan, gaya hidup dan stres. Perubahan hormonal yang terjadi pada perempuan terjadi saat memasuki masa menopause yang mengakibatkan penurunan produksi estrogen sehingga menyebabkan perubahan seperti peningkatan jaringan lemak di sekitar perut yang bersifat proinflamasi⁷. Responden yang berpendidikan menengah lebih memiliki banyak pengetahuan dan informasi mengenai pendidikan kesehatan⁸. Seseorang yang bekerja

memiliki manfaat yang besar karena kadar gula darah dapat terkontrol melalui aktivitas fisik serta mencegah terjadinya komplikasi. Sedangkan, pekerja dengan aktivitas fisik yang ringan atau bahkan tidak bekerja akan menyebabkan kurangnya pembakaran energi dalam tubuh akan disimpan dalam bentuk lemak sehingga menyebabkan obesitas yang menjadi salah satu faktor resiko diabetes melitus⁹.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara peran perawat sebagai edukator dengan kepatuhan latihan fisik, dengan *Spearman rho* α 0,05 menunjukkan hasil *P value* sebesar 0,000, nilai *P value* $< \alpha$: 0,05. Hal ini sejalan dengan penelitian¹⁰ menunjukkan hasil Semakin baik peran perawat sebagai edukator, semakin positif persepsi lansia tentang penyakit yang berarti semakin sedikit ancaman penyakit diabetes melitus tipe 2 yang dirasakan oleh lansia. Pentingnya peran perawat sebagai edukator dalam memberikan pendidikan diabetes melitus kepada pasien dapat memperbaiki kesalahanpahaman terkait dengan penyakit yang sedang mereka alami. Edukasi yang diberikan dapat membantu memonitor kadar gula darah secara mandiri. Selain itu, edukasi latihan fisik yang diberikan perawat juga memberikan edukasi terkait penurunan berat badan, olahraga dan gaya hidup¹¹. Peran perawat sebagai edukator sangat penting untuk dijalankan dengan sebaik-baiknya demi peningkatan derajat kesehatan¹².

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Hasil penelitian hubungan antara peran perawat sebagai edukator dengan kepatuhan latihan fisik lansia diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta Tahun 2025 didapatkan hasil karakteristik responden paling banyak berdasarkan usia adalah 60-74 tahun yaitu 53 responden, berdasarkan jenis kelamin yaitu perempuan sebanyak 47 responden, berdasarkan pendidikan yaitu SMP sebanyak 25 responden,

berdasarkan pekerjaan yaitu bekerja sebanyak 52 responden. Peran perawat sebagai edukator pada lansia diabetes melitus tipe 2 paling banyak yaitu baik sebanyak 70 responden dan kepatuhan latihan fisik lansia diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen tahun 2025 paling banyak yaitu patuh sebanyak 64 responden. Uji statistik *Spearman Rho* dengan $\alpha : 0,005$ diperoleh hasil *P value* : 0,000. Nilai *P value* $< \alpha : 0,000$, maka H_0 diterima dan H_0 ditolak, yang artinya ada hubungan antara peran perawat sebagai edukator dengan kepatuhan latihan fisik pada lansia diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta tahun 2025

B. Saran

1. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta disarankan untuk memberikan praktik klini terkait peran perawat sebagai edukator, khususnya dalam pemberian edukasi yang efektif dan berkelanjutan kepada lansia dengan penyakit kronis seperti (diabetes melitus tipe 2, hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke, asma, PPOK, dan gagal ginjal kronis)

2. Bagi Perawat Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta

Perawat di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta melakukan edukasi latihan fisik secara terjadwal dan berkelanjutan dengan metode yang disesuaikan dengan karakteristik lansia, seperti penggunaan bahasa sederhana, visualisasi gerakan, serta melibatkan keluarga dan kader.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan mengembangkan media edukasi inovatif seperti video Paduan atau modul interaktif yang disesuaikan dengan karakteristik lansia, serta meneliti efektivitas metode edukasi tertentu (misalnya edukasi kelompok atau home visit) dalam meningkatkan kepatuhan latihan fisik pada lansia diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D., NS selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
2. Ibu Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Koordinator Penelitian Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Ibu Enik Listyaningsih, SKM, MPH selaku Ketua Penguji.
5. Ibu Indrayanti, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku Penguji I.
6. Ibu Daning Widi Istianti, S.Kep., Ns., MSN selaku Penguji II dan Pembimbing.
7. Ibu Milda Widiati, selaku Penanggungjawab Poli Lansia Di Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta.
8. Puskesmas Gedongtengen Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Lestari, Zulkarnain, & Sijid, S. A. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *UIN Alauddin Makassar*, November, 237–241. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
2. Frisca, S., Rejeki, G. S., & Supardi, S. (2020). Efektivitas Edukasi Terhadap Perilaku Perawatan Kaki Pasien Diabetes Mellitus. *Carolus Journal of Nursing*, 1(2), 125–137. <https://doi.org/10.37480/cjon.v1i2.19>
3. WHO.(2023).Diabetes. https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1
4. Mutiara, Hutapea, Chalid, R. M., Harefa, L., & Tiarnida Nababan. (2023). Hubungan Peran Perawat Sebagai Edukator dengan Perawatan Diri pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RS Vita Insani Pematang Siantar Tahun 2022. *Abdi Cendekia : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 101–107. <https://doi.org/10.61253/abdicendekia.v2i1.92>

5. Kemenkes RI. (2024b). Rajin Aktivitas Fisik: Cara Efektif Cegah Penyakit Tidak Menular. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/rajin-aktivitas-fisik-cara-efektif-cegah-penyakit-tidak-menular#:~:text=RekomendasiLatihanFisik,%2C%20aerobik%2C%20atau%20angkat%20beban>.
6. Umar, H., et all. (2024). Gambar Derajat Luka Diabetikum Kronis Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 6.
7. Rohmatulloh, V. R., Riskiyah, ., Pardjianto, B., & Kinashih, L. S. (2024). Hubungan Usia dan Jenis Kelamin Terhadap Angka Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Berdasarkan 4 Kriteria Diagnosis Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Karsa Husada Kota Batu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 2528–2543.
8. Rosdina, S., Saputra, B., & Roslita, R. (2024). *Hubungan Self Efficacy Terhadap Kepatuhan Latihan Fisik Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2*. 13(1), 47–58.
9. Arania, R., Triwahyuni, T., Prasetya, T., & Cahyani, S. D. (2021). Hubungan Antara Pekerjaan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Di Klinik Mardi Waluyo Kabupaten Lampung Tengah. *Jurnal Medika Malahayati*, 5(3), 163–169. <https://doi.org/10.33024/jmm.v5i3.4110>
10. Anggraeni, N. C., Widayati N., & Sutawardana, J. H. (2020). Peran Perawat sebagai Edukator terhadap Persepsi Sakit pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Kabupaten Jember. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 6(1). <https://doi.org/10.17509/jpki.v6i1.24364>
11. Lestari, D. T., & Mundriyastutik, Y. (2023). Motivasi Latihan Fisik Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 269–280. <https://doi.org/10.26751/jikk.v14i1.1703>
12. Caron, J., & Markusen, J. R. (2016). *Pengaruh Peran Perawat Sebagai Edukator Dalam Melakukan Perawatan Luka Di Rumah Sakit Royal Prima Medan*. 4(September), 1–23.