

**HUBUNGAN ANTARA KADAR GULA DARAH DENGAN
AKTIVITAS FISIK PADA PEKERJA
(STUDI LITERATUR)**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Disusun Oleh:

Komang Widiana

NPM : 20700013

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**SKRIPSI
HUBUNGAN KADAR GULA DARAH PADA PEKERJA
DENGAN AKTIVITAS FISIK**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

Komang Widiana

NPM : 20700013

Menyetujui Untuk Diuji

Pada Tanggal: 26 Juni 2023

Pembimbing Utama



dr. Ayly Soekanto, M.Kes

NIDN. 02370-ET

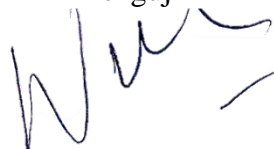
Pembimbing Pendamping



dr. Maria Widijanti Sugeng, M.Kes

NIDN. 01313-ET

Penguji



Dr Retno Dwi Wulandari, drg., M.Kes

NIDN. 05408-ET

HALAMAN PENGESAHAN

**PROPOSAL SKRIPSI
HUBUNGAN KADAR GULA DARAH PADA PEKERJA
DENGAN AKTIVITAS FISIK**

Oleh:

Komang Widiana

NPM : 20700013

Telah Diuji Pada

Hari : Senin

Tanggal : 26 Juni 2023

Dan dinyatakan lulus oleh:

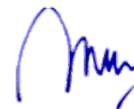
Pembimbing Utama



dr. Ayly Soekanto, M.Kes

NIDN.02370-ET

Pembimbing Pendamping



dr. Maria Widijanti Sugeng, M.Kes

NIDN. 01313-ET

Penguji



Dr Retno Dwi Wulandari, drg., M.Kes

NIDN. 05408-ET

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, yang telah memberikan berbagai kemudahan kepada penulis untuk menyelesaikan Proposal Skripsi dengan judul “Hubungan Antara Kadar Gula Darah dengan Aktifitas fisik Pada Pekerja ”

Proposal skripsi ini merupakan salah satu syarat yang wajib dipenuhi mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Wijaya Kusuma Surabaya untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran.

Penulis menyadari Proposal Skripsi ini tidak bisa selesai tanpa dorongan dari berbagai pihak. Sebab itu peneliti sampaikan terima kasih yang tidak terhingga kepada:

1. Prof.Dr. Kuntaman, dr.,MS.,Sp.MK(K) sebagai Dekan, dr. Anna Lewi Santoso, MSi sebagai Ketua Program Studi S-1 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. dr. Ayly Soekanto, M.Kes selaku pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi ini dengan baik.
3. dr. Maria Widijanti Sugeng, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Skripsi ini dengan baik.
4. Dr Retno Dwi Wulandari, drg., M.Kes selaku dosen penguji yang sudah meluangkan waktunya untuk menguji penulis demi perkembangan penulis dan perbaikan Proposal Skripsi ini.
5. Serta seluruh keluarga yang telah mempercayai, mendoakan serta memotivasi penulis untuk senantiasa semangat dalam menghadapi apapun rintangan yang datang, terima kasih karena telah memberikan

dukungan penuh, baik secara materiil maupun spiritual sampai terselesaikannya proposal skripsi ini.

6. Sahabat-sahabat, terutama Edward, Lailatul, dan Alfia terima kasih atas seluruh kebaikan, tawa, kebersamaan, dan doa serta dukungan moril hingga terselesaikannya proposal skripsi ini
7. Seluruh pihak yang sudah membantu dalam penyelesaian Proposal Skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu

Penulis menyadari dalam penyusunan Skripsi ini sangat jauh dari kata sempurna oleh sebab itu penulis mengharapkan komentar serta masukan agar sempurnanya Skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap semoga Tugas Akhir Ini bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Surabaya, 26 Juni 2023

Penulis

ABSTRAK

Widiana, Komang. 2023. *Hubungan Antara Kadar Gula Darah Dengan Aktivitas Fisik Pada Pekerja (Studi Literatur)*. Skripsi, Program Studi Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, Pembimbing : dr. Ayly Soekanto, M.Kes dan dr. Maria Widijanti Sugeng, M.Kes

Kadar gula darah merupakan suatu gula darah dalam tubuh yang memiliki konsentrasi gula darah atau tingkat glukosa serum yang diatur dengan baik didalam tubuh. Aktvitas fisik merupakan sesuatu pengelolaan kadar gula darah yang memiliki sensitivitas dan melindungi kebugaran jasmani badan. Selain itu aktivitas fisik dapat membantu dalam menurunkan berat badan yang obesitas dan dapat terhindar dari laju progresivitas kendala toleransi gula darah menjadi penyakit yang lebih berat.

Penelitian ini bersifat deskriptif dengan pengumpulan data, analisis, dan pemecahan masalah menggunakan metode Studi Pustaka (Kajian Pustaka). Literatur Review ini menggunakan jurnal penelitian (research article) dengan rentang tahun penerbitan 2012-2022 yang dapat diakses fulltext dalam format pdf.

Bedasarkan hasil literatur review dihasilkan adanya hubungan Kadar gula darah yang dapat mengalami perubahan dari normalnya atau non-normalnya yang disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya faktor baik yaitu melakukan aktivitas fisik. Karena saat seseorang kurang dalam melakukan aktivitas fisik sangat berpengaruh terhadap kadar gula darah yang dimiliki. Sederhana saja gerakan yang merupakan aktivitas fisik merupakan upaya dalam menjaga nilai normal kadar gula darah dalam tubuh, contohnya seseorang yang memiliki pekerjaan sudah dapat diketahui bahwa seseorang itu sudah melakukan gerakan sehingga saat dia melakukan gerakan maka secara otomatis sudah membantu tubuh dalam menjaga kadar gula darah dalam tubuh tetap terjaga atau normal.

Kata Kunci: Kadar gula darah, aktivitas fisik, pekerja

ABSTRACT

High Blood sugar is blood sugar in the body that has a well-regulated blood sugar concentration or serum glucose level in the body. Physical activity is the management of blood sugar levels that have sensitivity and maintain physical fitness. In addition, physical activity can help reduce the weight of obese people and can prevent the rate of progression of blood sugar tolerance into a more severe disease.

This research is descriptive in nature with data collection, analysis, and problem solving using the Literary Study method. This literature review uses research journals (research articles) with the year of publication 2012-2022 which can be accessed in full text in pdf format.

Based on the results of a literature review, it was found that there is a relationship between blood sugar levels which can change from normal or abnormal caused by several factors, one of which is a good factor, namely physical activity. Because when a person lacks physical activity it greatly affects their blood sugar levels. Simply put, movement which is physical activity is an effort to maintain normal blood sugar levels in the body, for example someone who has a job can already know that someone has made a move so that when he makes a move, sugar automatically helps the body in maintaining it. blood levels in the body are maintained or normal.

Keywords: high blood sugar, physical activity, work

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR SINGKATAN	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusal Masalah	3
C. Tujuan.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUN PUSTAKA	
A. Kadar Gula Darah.....	4
1. Definisi.....	4
2. Jenis-Jenis Pemeriksa.....	4
3. Faktor Resiko	6
B. Aktivitas Fisik.....	7
1, Definisi.....	7
C. Pekerjaan	8
1. Definisi.....	8
2. Karakteristik	8
3. Macam-Macam Pekerjaan.....	9
D. Hubungan Kadar Gula Darah Pada Pekerja Dengan Aktivitas Fisik.....	9
BAB III METODE PENELITIAN	
1. Desain Penelitian.....	11
2. Penjelasan Bagan.....	13
BAB IV PEMBAHASAN	15

1. Hasil	15
2. Pembahasan	18
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	24
1. KESIMPULAN.....	24
2. SARAN.....	24
DAFTAR PUSTAKA	25

DAFTAR SINGKATAN

DM	<i>Diabetes Melitus</i>
SSBs	<i>Sugar-Sweetened Beverages</i>
PTM	<i>Penyakit Tidak Menular</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- 1. Lampiran 1 Pernyataan Persetujuan Unggah E repository**
- 2. Lampiran 2 Pernyataan Keaslian Tulisan**
- 3. Lampiran 3 Pernyataan Persetujuan Unggah Majalah/Jurnal**
- 4. Lampiran 4 Lembar Konsultasi**
- 5. Lampiran 5 Jurnal**
- 6. Lampiran 6 Bukti Submid/Publikasi Jurnal**
- 7. Lampiran 7 Pernyataan Publikasi**

