

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN PENYAKIT TIDAK  
MENULAR PADA USIA 19-59 TAHUN DI DESA PURWOMARTANI  
PUSKESMAS KALASAN  
SKRIPSI**

Disusun Sebagai Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S1)



**Disusun Oleh :  
Musalti Muhammad  
KP.20.01.429**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA  
2024  
YOGYAKARTA**



**SKRIPSI**  
**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN PENYAKIT TIDAK**  
**MENULAR PADA USIA 19-59 TAHUN DI DESA PURWOMARTANI**  
**PUSKESMAS KALASAN**

Disusun Oleh :

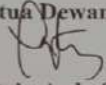
Musalti Muhammad

KP.20.01.429

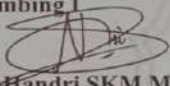
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal .....

**Susunan Dewan Penguji**


**Ketua Dewan Penguji**

  
Patria Asda S.Kep., Ns., MPH

**Pembimbing I**

  
Murgi Handri SKM, M.Kes


**Pembimbing II**

  
Ns. Nur Anisah S.Kep., M.Kes., Sp.KJ

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan

Yogyakarta, .....2024

**Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana**

  
Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep



### **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Musalti Muhammad

Nim : KP2001429

Program Studi : Keperawatan (S1) dan Ners

Judul Skripsi : Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun di Desa Purwomartani

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, .....

Yang membuat pernyataan

,Materai Rp. 10.000

.....  
NIM. KP.20.01.429



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia kepada kita sebagai hambanya, sehingga penulis dapat menyusun Skripsi dengan judul “ Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Penyakit Tidak Menular pada Usia 19-59 tahun di Desa Purwomartani”. Skripsi ini disusun dalam rangka menyelesaikan tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di Program Studi Keperawatan (S1) STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Proses penyelesaian ini banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh sebab itu pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan banyak terima kasih kepada:

1. Kepala Puskesmas Kalasan Desa Purwomartani
2. Dr. Dra Ning Rintiswati, M.Kes. Selaku Ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta.
3. Yuli Ernawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep. Selaku Ketua prodi STIKES Wira Husada Yogyakarta.
4. Murgi Handri, SKM, M.Kes. Selaku Pembimbing pertama yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan serta meluangkan waktu berdiskusi hingga proposal ini dapat terselesaikan.
5. Ns. Nur Anisah, S.Kep., M.Kes., Sp.KJ. Selaku Pembimbing dua yang telah banyak memberikan masukan dan arahan serta bimbingan hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Patria Asda S.Kep.,Ns.,MPH. Selaku Penguji yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, pengarahan, dan saran serta kemudahan yang diberikan kepada peneliti dalam menyusun Skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, mengharapkan kritik dan saran yang bersifat positif dan membangun dalam penyempurnaan Skripsi ini.

Semoga usulan penelitian ini dapat diterima dan memberikan manfaat serta berguna bagi pembaca.

Yogyakarta, .....

Penulis

Alhamdulillahirabbil' alamin, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat Rahmat, karunia, serta hidayahnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada suri tauladan umat manusia yakni baginda nabi Muhammad SAW, dan semoga kelak kita semua mendapatkan syafaatnya di yaumul akhir nantin. Amin Allahumma Amin.

Saya persembahkan skripsi ini dengan penuh rasa bangga dan Bahagia, untuk:

1. Cinta pertama penulis, ayahanda Muhammad Pua Jimma. Terimakasih atas cinta, kasih sayang, serta perjuangan yang diberikan kepada penulis, terimakasih karena telah kebersamai penulis walaupun dari jarak yang jauh, terimakasih telah mendukung, memberi motivasi, serta semangat pada penulis, love you bapak.
2. Pintu surgaku, ibunda tercinta No'o sema masriki. Terimakasih sudah kebersamai penulis, mengingatkan penulis agar tidak pernah lupa untuk menjaga sholat 5 waktu, yang walaupun cuma tamatan SD tapi sudah banyak berjuang untuk anak-anaknya, sudah memberikan semangat, motivasi pada penulis dalam proses penyusunan skripsi ini, love you mama.
3. Kepada kakak-kakak penulis yang sangat penulis sayangi, terima kasih atas segala usaha kalian semua, terutama kepada kaka penulis Farida Muhammad dan Junaidin Muhammad terimakasih dengan tulus penulis ucapkan karena sudah berlembut hati untuk menguliahkan penulis sampai sejauh ini, yang mengesampingkan keinginan sendiri agar penulis bisa kuliah, memberikan semua yg penulis inginkan, memotivasi, memberi semangat, serta mendukung cita-cita penulis. Mungkin kata terimakasih saja tidak cukup, penulis bangga memiliki kakak seperti kalian.
4. Sahabat saya Priya Hirna Pritama dan Misbachul Hayati, yang penulis anggap sudah seperti saudari sendiri, terimakasih telah kebersamai penulis dari sejak SMP sampai pada titik penulis menyusun skripsi ini, terimakasih telah

menemani penulis dalam keadaan sedih maupun senang, memberikan motivasi dan dukungan penuh pada penulis.

5. 7 laki-laki kesayangan penulis BTS, walaupun tidak secara langsung menemani penulis terimakasih sudah dapat menghibur penulis dengan lagu-lagu yang keren, serta motivasi yang secara tidak langsung dapat memotivasi penulis dalam menjalani hidup, terimakasih untuk konten run bts, bon voyage, bts gayo yang dapat menghibur penulis sehari-hari.

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN PENYAKIT TIDAK  
MENULAR PADA USIA 19-59 TAHUN DI DESA PURWOMARTANI  
PUSKESMAS KALASAN**

Musalti Muhammad.<sup>1</sup>, Murgi Handri SKM, M. Kes.<sup>2</sup>, Ns Nur Anisah S.Kep., M. Kes.,  
Sp. KJ<sup>3</sup>.

**INSTISARI**

**Latar belakang :** Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit kronis yang tidak ditularkan dari orang ke orang, Dampak dari penyakit tidak menular(PTM) yang banyak dimasyarakat terutama pada dewasa antara lain kurangnya aktivitas fisik. Pada orang dewasa aktivitas fisik diperlukan untuk mengurangi berbagai penyakit tidak menular dan kematian dini.

**Tujuan penelitian :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun di Desa Purwomartani Puskesmas Kalasan

**Metode :** Penelitian ini menggunakan desain metode *case-control* analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Responden pada penelitian ini adalah 100 responden yang dibagi menjadi 2 kategori yaitu kasus (PTM) dan kontrol (Non PTM). Teknik pengambilan sampel menggunakan *Teknik non-probability sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu kuesioner *global physical activiti* (GPAQ) yang dikembangkan oleh WHO.

**Hasil :** Hasil penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan *Chi-Square* didapatkan nilai P Value  $0.000 < 0.05$ , dan nilai OR sebesar 6.0 (2.05-17.58) dan 8.50 (2.49-29.00) artinya responden dengan aktivitas fisik rendah mempunyai kemungkinan 6.0 sampai 8.50 kali menderita penyakit tidak menular dibandingkan dengan responden yang melakukan aktivitas fisik sedang maupun berat.

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun di Desa Purwomartani.

**Kata kunci :** Aktivitas Fisik, Penyakit Tidak Menular

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Keperawatan (S1) dan Ners STIKES Wira Husada  
Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta



# RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND THE INCIDENCE OF NON-COMMUNICABLE DISEASES AT THE AGE OF 19-59 YEARS IN PURWOMARTANI VILLAGE

Musalti Muhammad.1, Murgi Handri SKM, M. Kes.2, Ns Nur Anisah S.Kep., M. Kes., Sp. KJ3.

## ABSTRACT

**Background:** Non-communicable diseases (NCDs) are chronic diseases that are not transmitted from person to person, Impact for non-communicable diseases (NCDs) that are widely in the community, especially in adults, include lack of physical activity. In adults, physical activity is necessary to reduce various non-communicable diseases and premature death.

**Objective:** This study aims to determine the relationship between physical activity and the incidence of non-communicable diseases at the age of 19-59 years in Purwomartani Village.

**Methods:** This study uses the design of an observational analytical case-control method using a sectional cros approach. The respondents in this study were 100 respondents who were divided into 2 categories, namely cases (PTM) and control (Non-PTM). The sampling technique uses non-probability sampling techniques. The measuring tool used in data collection is the global physical activity questionnaire (GPAQ) developed by WHO.

**Results:** The results of the research that has been carried out using Chi-Square obtained P Value of  $0.000 < 0.05$ , and OR values of 6.0 (2.05-17.58) and 8.50 (2.49-29.00) meaning that respondents with low physical activity are 6.0 to 8.50 times more likely to suffer from non-communicable diseases compared to respondents who do moderate or severe physical activity.

**Conclusion:** There is a significant relationship between physical activity and the incidence of non-communicable.

**Keywords :** Physical Activity, Non-Communicable Disease

---

<sup>1</sup> Student of Nursing Study Program (S1) and Nurse of STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturers of STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup> Lecturers of STIKES Wira Husada Yogyakarta

## DAFTAR ISI

JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
PERSEMBAHAN.....	vi
INTISARI.....	viii
ABSTRAK.....	ix
Daftar isi.....	x
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Lampiran.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Ruang Lingkup.....	6
F. Keaslian Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Landasan Teori.....	9
B. Kerangka Teori.....	22
C. Kerangka Konsep.....	23
D. Hipotesis.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Jenis Penelitian .....	24
B. Waktu dan tempat penelitian.....	24
C. Populasi dan Sampel penelitian .....	24
D. Variabel Penelitian .....	26
E. Definisi Operasional .....	27
F. Alat Penelitian .....	28
G. Uji kesahihan dan keandalan .....	28
H. Teknik Pengambilan Data.....	29
I. Pengolahan dan Analisa Data.....	31

J. Etika penelitian .....	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
A. Hasil.....	35
B. Pembahasan.....	40
C. Hambatan Penelitian.....	47
D. Keterbatasan Penelitian.....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	49
DAFTARPUSTAKA.....	50
LAMPIRAN.....	53

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Definisi Operasional.....	27
Tabel 2 Klasifikasi Hasil Penilaian GPAQ.....	28
Tabel 3 Distribusi karakteristik responden usia 19-59 tahun di desa Purwomartani Puskesmas Kalasan.....	36
Tabel 4 Analisis univariat aktivitas fisik dan PTM.....	37
Tabel 5 Distribusi frekuensi jenis PTM pada responden.....	37
Tabel 6 Analisis bivariat tabulasi silang antara aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular.....	38

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	23

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Izin Studi Penelitian.....	54
Lampiran 2 Surat Keterangan Izin Penelitian.....	55
Lampiran 3 Persetujuan Permohonan Untuk Menjadi responden.....	56
Lampiran 4 Persetujuan Menjadi Responden.....	57
Lampiran 5 Persetujuan Keikutsertaan Dalam Penelitian.....	59
Lampiran 6 Persetujuan Menjadi Asisten.....	60
Lampiran 7 Kuesioner Penelitian.....	61
Lampiran 8 Komisi Etik.....	63
Lampiran 9 Data Statistik.....	64
Lampiran 10 Jadwal Penelitian.....	68
Lampiran Gambar Penelitian.....	69

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Fase dewasa adalah fase terlama pada tingkatan berkembangnya manusia. Fase dewasa yang dimana seseorang telah melewati masa kanak-kanak dan masa remaja, dimana perubahan fisik dan psikologis mencapai kematangan. Pada saat berada di masa dewasa mereka diharuskan untuk bisa menghandel, melawan, serta bersiteguh saat melawan kasus yang terjadi dalam hidupnya. Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2019) memasuki umur dewasa adalah saat kemampuan fisik memenuhi tingkat kemajuan sebaliknya tahap penguatan fisik bakal berlanjut hingga mencapai proses dewasa berlalu. Pola hidup pada orang dewasa dapat membentuk kelakuan dan tindakan setiap orang, baik itu asupan makanan, merokok, kurangnya aktivitas fisik dan mengkonsumsi alkohol serta obat-obatan terlarang yang akan menimbulkan penyakit tidak menular (Habibie *et all*, 2019).

Penyakit tidak menular (PTM) ialah komplikasi kronis yang bukan tertular oleh individu ke individu lainnya, eksistensi penyebab resiko kepada orang-orang tidak menularkan penyakit oleh karena itu orang tanpa harus mengatasi penyebab resiko dan mengganti pola hidupnya. Penyebab resiko penyakit tidak menular terbanyak pada orang terutama pada dewasa seperti, kurangnya melakukan aktivitas fisik, diet kurang efektif, serta kurang sepadan, konsumsi alkohol merokok, dan obesitas (Cahyono, 2015) . Pada tiap-tiap orang dewasa aktivitas fisik perlu dilakukan agar berkurangnya resiko kejadian bermacam-macam komplikasi serta kematian dini, ketidak efektifitan fisik dievaluasi berdampak 6% sampai 10% kejadian penyakit tidak menular (PTM), yaitu kanker (payudara dan kolon), jantung koroner, dan diabetes. Aktivitas fisik hanya berguna bagi kesehatan fisik saja, melakukan aktivitas fisik pula diukur baik agar dapat melindungi orang dewasa dari kesehatan mental (Bauman *et all*, 2017).

Data Organisasi Kesehatan Dunia(WHO) *Global Report on Noncommunicable Disease*, pada tahun 2014 dijelaskan nilai kematian efek penyakit tidak menular(PTM) sebanyak 68% dari keseluruhan yang mati didunia. WHO perkirakan meninggal sebab penyakit tidak menular semakin bertambah. Tahun 2030 di prediksi terdapat 52 juta nyawa yang meninggal pertahun dikarenakan penyakit tidak menular yaitu , jantung, kanker, stroke, dan DM (Remais,2015).

BPS menggabungkan jumlah kematian berdasarkan penyebabnya. Data ini dikumpulkan selama periode Panjang sensus penduduk (dari 1 Januari 2017 hingga 15 Juli 2017). Pada periode tersebut, total kasus kematian mencapai 8,07 juta kasus, dan dari jumlah kasus tersebut, penyebab terbanyak adalah penyakit tidak menular yaitu 7,03 juta kasus, sedangkan 231 juta kasus lainnya adalah penyakit menular (BPS, 2023). Berdasarkan data dari penelitian dasar kesehatan (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan bahwa jumlah penderita penyakit tidak menular(PTM) Yogyakarta merupakan kota dengan nilai lebih tinggi dari kebanyakan regional, baik itu hipertensi, kanker, dan diabetes melitus. Penyakit tidak menular lebih tinggi di DIY yaitu hipertensi 10,7 presentase dan nilai regional 8,4 presentase, di DIY diabetes militus 4,5 presentase sedangkan nilai regional 2,4 presentase. Prevalensi pada tahun 2018 asma sebesar 6,9% , pada tahun yang sama di DIY kasus kanker sebesar 10,7 per mil dan regional 8,4 per mil pada semua usia (Profil Kesehatan Kab/Kota Tahun 2022).

Berdasarkan kabupaten DIY penyakit tidak menular terbanyak menurut data yang didapat dari Dinas Kesehat DIY, Kabupaten Sleman berada di urutan pertama dengan jumlah penyakit tidak menular(PTM) sebanyak 116.249 juta, di urutan kedua ada Kabupaten Gunung Kidul dengan jumlah sebanyak 89.813 juta, yang ketiga Di Kota Yogyakarta sebanyak 55.623 juta, urutan ke empat berada di Kabupaten Bantul sebanyak 49.126 juta, yang terakhir berada di Kabupaten Kulon Progo dengan jumlah 49.126 juta. Kabupaten Sleman jumlah



penyakit tidak menular terbanyak berada di Puskesmas Kalasan dengan jumlah 1.477 jiwa, disusul Puskesmas Prambanan dengan jumlah 952 jiwa, urutan ketiga yaitu Puskesmas Mlati 1 dengan jumlah 933 jiwa, yang terakhir berada di Puskesmas Gamping 1 dengan jumlah 927 jiwa (data lengkap terlampir).

Berdasarkan data hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis pada hari Kamis 30 Desember 2023, data didapatkan dari Puskesmas Kalasan. Kecamatan Kalasan terdapat 4 Desa yang memiliki penyakit tidak menular, yang pertama terdapat Desa Purwomartani dengan jumlah penyakit tidak menular sebanyak 186 jiwa, diposisi kedua ada Desa Selo Martani sebanyak 87 jiwa penyakit tidak menular, urutan ketiga yaitu Desa Taman Martani dengan jumlah 85 jiwa penyakit tidak menular, yang terakhir ada Desa Tirta Martani dengan jumlah sebanyak 103 jiwa penyakit tidak menular. Jumlah penyakit tidak menular terbanyak diantara setiap Desa di atas, Purwomartani yang berada di urutan pertama dengan jumlah 186 jiwa penyakit tidak menular. Maka dari itu peneliti melaksanakan penelitian di desa Purwomartani.

Penulis melakukan wawancara pada hari selasa tanggal 16 Januari 2024 Pada responden yang mengalami penyakit tidak menular usia 19-59 tahun sebanyak 10 orang di Desa Purwomartani, kepada Ny.S, Ny.A, Ny.Y, Ny.A, Ny.R, Tn.R, Ny.U, Ny.T Tn.T, Ny.M. Wawancara yang telah dilakukan oleh penulis pada dua orang yang memiliki penyakit jantung, satu orang responden sebelum di diagnosa penyakit jantung, aktivitas yang dilakukan responden ialah menjadi irt(ibu rumah tangga) serta melaksanakan pekerjaan rumah yang tidak terlalu berat karena memiliki pembantu yang lebih banyak mengurus pekerjaan rumah dan responden banyak menghabiskan waktu dengan tidur dan menonton televisi, sedangkan satu responden lagi sering melakukan aktivitas fisik dengan mengurus pekerjaan rumah dan anak saja, kedua responden ini juga jarang melakukan aktivitas fisik lainnya seperti, berlari, bersepeda dan olahraga. Satu orang dengan penyakit stroke sebelum sakit responden melakukan aktivitas pekerjaan rumah, jarang melakukan aktivitas diluar rumah, lebih banyak berbaring dan duduk. Satu responden yang mengalami penyakit kanker

payudara sebelum sakit responden sering melakukan aktivitas fisik, seperti bekerja, berjalan, dan melakukan pekerjaan rumah. Dua responden hipertensi sebelum sakit mengatakan sering melakukan senam yang dilakukan oleh ibu-ibu komplek, melakukan pekerjaan rumah, mengikuti acara perkumpulan ibu-ibu komplek dalam seminggu sekali, setelah itu lebih sering menghabiskan waktu dirumah karena tidak memiliki pekerjaan diluar rumah, jarang melakukan olahraga seperti berjalan kaki dan lari, sedangkan satu responden dengan penyakit hipertensi mengatakan melakukan aktivitas sebagai ibu rumah tangga mengurus anak, dan bekerja, jarang melakukan olahraga seperti lari, bersepeda, senam, dan lain sebagainya, pada saat libur kerja hanya berdiam diri dirumah bersama anak. Tiga responden DM tipe 2, satu responden mengatakan melakukan aktivitas pekerjaan rumah sebagai ibu rumah tangga dan sesekali membantu tetangga apabila membutuhkan bantuan pekerjaan, satu responden lainnya mengatakan melakukan aktivitas sebagai petani dan bekerja sampingan sebagai ojek online, selain itu responden tidak melakukan aktivitas fisik lain seperti lari, bersepeda dan olahraga lainnya, satu responden terakhir mengatakan beraktivitas sebagai petani, dan sering memotong kayu untuk dijadikan tungku untuk memasak, tak jarang melakukan pekerjaan gotong royong, lebih sering berjalan kaki dan tidak melakukan olahraga lainnya.

Dampak dari kurangnya melakukan aktivitas fisik yaitu terkena paparan penyakit tidak menular, karena penyebab lain dari penyakit tidak menular ialah kurangnya aktivitas fisik responden. Penanganan responden setelah melakukan aktivitas fisik ringan, sedang, maupun berat yaitu beristirahat, dipijat, atau menggunakan salap penghilang pegal. Penanganan yang telah dilakukan kurang efektif karena masih muncul lagi rasa ketidak nyamanan setelah efek diatas hilang, sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun di desa Purwomartani.

## **B. Rumusan Masalah**

Berlandaskan latar belakang diatas, penulis merumuskan kasus terhadap penelitian ini yaitu “Apakah aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun Di Desa Purwomartani Puskesmas Kalasan?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun

### 2. Tujuan khusus

a. Mengetahui tingkat aktivitas fisik pada usia 19-59 tahun di desa Purwomartani Puskesmas Kalasan

b. Mengetahui kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun di desa Purwomrtani Puskesmas Kalasan

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi dan menjadi referensi dalam pengembangan ilmu keperawatan terkait aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi peneliti

Manfaat bagi peneliti yaitu dapat menerapkan kemampuan dan menambah ilmu pengetahuan serta memperoleh pengalaman melakukan penelitian tentang aktivitas fisik dengan penyakit tidak menular pada dewasa, dengan menerapkan ilmu keperawatan komunitas dan riset-riset keperawatan yang telah dipelajari oleh peneliti.

#### b. Bagi responden

Manfaat bagi responden yaitu untuk mengetahui fungsi aktivitas fisik yang dapat mencegah penyakit-penyakit berbahaya terutama pada penyakit tidak menular.

c. Bagi institusi Stikes Wira Husada Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur ilmu keperawatan dan dijadikan sebagai referensi penelitian selanjutnya tentang aktivitas fisik dengan penyakit tidak menular.

**E. Ruang Lingkup**

1. Materi Penelitian

Ruang lingkup yang penulis bahas berhubungan dengan mata kuliah Keperawatan medikal bedah(KMB)

2. Responden

Responden dalam penelitian ini adalah usia 19-59 tahun di desa Purwomartani

3. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di desa Purwomartani Puskesmas Kalasan

4. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2023-Agustus 2024.

**F. Keaslian Penelitian**

Berdasarkan hasil pencarian jurnal yang sudah dilakukan,peneliti menemukan ada beberapa penelitian yang hampir sama yaitu:

1. Patria Asda dan Anida, (2019) meneliti tentang aktivitas fisik dan kejadian penyakit tidak menular di Sinduharjo Ngaglik Sleman Yogyakarta. Responden dalam penelitian ini sebanyak 40 responden dari seluruh warga masyarakat Sinduharjo Ngaglik berusia 40 tahun diambil dengan memakai teknik *purposive sampling*. Metode penelitian memakai jenis observasional analitik, rancangan penelitian yang pakai adalah *cross sectional*, instrument penelitian menggunakan kuesioner baku dari Baecke (1982). Menggunakan uji statistik deskriptif, dengan 40 responden, Analisa data menggunakan analisa univariate dan bivariate yaitu chi-square. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular, variabel bebas adalah aktivitas fisik dan variabel terikat adalah kejadian penyakit tidak menular, menggunakan metode penelitian,

rancangan penelitian *cross sectional*, teknik sampling yang sama yaitu *purposive sampling*, Perbedaan pada penelitian ini ialah instrument dalam penelitian ini memakai kuesioner baku dari Baecke (1982), Sedangkan penulis menggunakan kuesioner yang diadopsi dari *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) dikembangkan oleh World Health Organisation, (2012), Penelitian Patria Asda dan Anida meneliti 1 kelompok kasus, sedangkan penulis 2 kelompok yaitu kasus dan kontrol.

2. Resti Arania, *et all.*, (2020) meneliti tentang hubungan antar pekerjaan dan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus (PTM) di klinik Mardi Waluyo Kabupaten Lampung Tengah. Responden dalam penelitian ini sebanyak 126 usia produktif, menggunakan metode penelitian bersifat observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*, data yang diperoleh berupa data sekunder dari rekam medis pasien DM dan data primer menggunakan kuesioner aktivitas fisik. Analisis yang digunakan ialah analisis bivariat dengan uji korelasi spearman. Persamaan penelitian ini yaitu sama-sama memakai usia produktif, variabel bebas dalam penelitian ini yaitu aktivitas fisik yang sama dengan variabel bebas penulis, dengan menggunakan pendekatan yang sama yaitu *cross sectional*. Perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan penulis yaitu, yang pertama penelitian ini hanya berfokus pada 1 penyakit tidak menular, sedangkan penulis meneliti semua penyakit tidak menular, yang kedua responden dalam penelitian ini berjumlah 126 dan hanya menggunakan 1 kelompok saja, sedangkan responden yang akan digunakan oleh penulis berjumlah 100 responden dengan membagi menjadi 2 kelompok yaitu kasus dan kontrol, yang ketiga dipenelitian ini menggunakan metode penelitian observasional analitik sedangkan penulis menggunakan metode penelitian *case-control*, keempat dalam penelitian ini menggunakan Analisa bivariat dengan uji korelasi spearman sedangkan menulis menggunakan uji *chi-square*, dan yang terakhir tempat dan waktu penelitian.

3. Rapina Suci Sagalulu, (2023) meneliti tentang hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi pada wanita menopause di wilayah kerja puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo. Responden dalam penelitian ini sebanyak 45 metode penelitian menggunakan observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* dan menggunakan *purposive sampling*, analisa bivariat menggunakan uji *chi-square*. Persamaan pada penelitian ini yaitu pertama sama-sama menggunakan pendekatan *cross sectional* dan analisa bivariat menggunakan uji *chi-square*. Perbedaan dalam penelitian ini yaitu dalam penelitian ini syarat respondennya harus wanita menopause sedangkan penulis akan meneliti dengan responden yang berusia 19-59 tahun baik itu Perempuan maupun laki-laki, penelitian ini menggunakan metode penelitian observasional analitik sedangkan penulis menggunakan *case-control*, penelitian ini juga hanya fokus pada satu penyakit tidak menular yaitu hipertensi sedangkan peneliti meneliti tentang semua penyakit tidak menular, perbedaan yang terakhir yaitu jumlah responden, waktu dan tempat penelitian.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian hubungan aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun di Desa Purwomartani Yogyakarta, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden di Desa Purwomartani Puskesmas Kalasan mempunyai aktivitas fisik sedang.
2. Responden penderita penyakit tidak menular terbanyak adalah hipertensi.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian penyakit tidak menular pada usia 19-59 tahun di Desa Purwomartani Puskesmas Kalasan.

#### **B. Saran**

1. Stikes Wira Husada  
Hasil penelitian ini dapat digunakan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan sebagai bahan pembelajaran dalam bidang kesehatan, khususnya di jurusan keperawatan, tentang aktivitas fisik dan kejadian penyakit tidak menular
2. Bagi Masyarakat desa Purwomartani  
Bagi responden yang tidak sakit diharapkan dapat melakukan olahraga agar mencegah kejadian penyakit tidak menular, dan untuk responden yang sakit agar melakukan aktivitas fisik agar tidak terjadi komplikasi.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang memengaruhi kejadian penyakit tidak menular dan juga dapat melakukan penelitian dengan metode kohord

## DAFTAR PUSTAKA

- Anugrah, A., Hasbullah, S., & Suarnianti, S. (2013). Hubungan Obesitas, Aktivitas Fisik, Dan Kebiasaan Merokok Dengan Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pasien Rawat Jalan Rumah Sakit Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 1(6), 36-43.
- 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), 163-69.9.
- Asda, P., & Anida, A. (2021). aktivitas fisik dan kejadian penyakit tidak menular di sinduharjo ngaglik sleman yogyakarta. *jurnal kesehatan masyarakat*, 14(1).
- Badan Pusat Statistik (BPS), [https:// www.bps. go.id/publication/2023/07/18/4a49f846d0708c1fe1117b5f/penduduk-indonesia-hasil-long-form-sensus-penduduk-20290.html](https://www.bps.go.id/publication/2023/07/18/4a49f846d0708c1fe1117b5f/penduduk-indonesia-hasil-long-form-sensus-penduduk-20290.html) .
- Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J., & Martin, B. W. (2012). Correlates of physical activity: why are some people physically active and others not?. *The lancet*, 380(9838), 258-271.
- Bull, F. C., Maslin, T. S., & Armstrong, T. (2009). Global physical activity questionnaire (GPAQ): nine country reliability and validity study. *Journal of Physical Activity and health*, 6(6), 790-804.
- Bustan, M. N. (2015). Manajemen pengendalian penyakit tidak menular. *Jakarta: Rineka Cipta*.
- CDC, 2021. *Global Noncommunicable Diseases Fact Sheet*. (Online) Available <http://www.cdc.gov/globalhealth/healthprotection/resources/factsheets/global-ncd-fact-sheet.html> {Accessed 03 Februari 2022}.
- DiPietro, L., Al-Ansari, S. S., Biddle, S. J., Borodulin, K., Bull, F. C., Buman, M. P., & Willumsen, J. F. (2020). Advancing the global physical activity agenda: recommendations for future research by the 2020 WHO physical activity and sedentary behavior guidelines development group. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(1), 1-11.
- Ezzati, M., & Riboli, E. (2013). Behavioral and dietary risk factors for noncommunicable diseases. *New England Journal of Medicine*, 369(10), 954-964.



- Fauzi A. (2019). Hubungan Status Pekerjaan dengan Aktivitas Fisik Pada Keluarga Binaan Di Desa Pangkalan RT 09/03 Kecamatan Teluk Naga dan Desa Kemuning RT 11/03 Kecamatan Kresek, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten.
- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran religiusitas terhadap quarter-life crisis (QLC) pada mahasiswa. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 129-138.
- Hunter, D. J., & Reddy, K. S. (2013). Noncommunicable diseases. *New England Journal of Medicine*, 369(14), 1336-1343.
- Irwan, (2016). Epidemiologi penyakit tidak menular ed 1. Yogyakarta.
- Jaim, (2011). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi Pada Lansia di Atas Umur 65 Tahun. *Factors Related with hypertension on The Elderly over 65 Years*. Bandung. 2(01).
- Jeremy N Mrorris (2015). Riwayat aktivitas fisik, kesehatan kardiovaskuler, dan umur panjang: DSc, DPH, FRCP. *Int J Epidemiol*; 30 (5): 1184-1192. Doi: 10.1093/ije/30.5.1184.
- Khandelwal, V. (2013). Global intervention for prevention and control of non-communicable diseases. *International Journal of Medical Science and Public Health*, 2(4), 780-784.
- Kristina, P. L., Dina, B., & Oster, S. (2015). Gambaran Penyebab Kematian di Kabupaten Gowa Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2011. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 18(1), 57-64.
- Kuswardani, T. (n.d.). Penatalaksanaan Hipertensi pada lanjut Usia. *Jnc Vi*, 135-140.
- Maulidha Tegar, R. N. (2017). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa9 UKM Tapak Suci*. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah. Diakses pada tanggal 29 Agustus 2018. (<http://repository.umy.ac.id/handle/123456789/15562>).
- Nursalam, (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis Edisi 5*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pranandari, L. L., Arso, S. P., & Fatmasari, E. Y. (2017). Analisis Implementasi Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (posbindu PTM) di Kecamatan Banguntapan Kabupaten Bantul. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 5(4), 76-84.

- RI, K. (2012). Penyakit tidak menular. *Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan*, 2(2), 1-48.
- Rita N. (2018). Hubungan Jenis Kelamin, Olahraga Dan Obesitas Di DKI Jakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2 (1), 93-100.
- Sagalulu, R. S., Febriyona, R., & Sudirman, A. N. A. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hipertensi Pada Wanita Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo. *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 1(2), 126-143.
- Setiadi, N. (2013). Konsep Dan Praktek Penulisan Riset Keperawatan. *Yogyakarta Graha Ilmu*.
- Sitti Uswatun Chasannah. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Hipertensi pada Pra-Lansia di wilayah kerja Puskesmas Berbah Sleman Yogyakarta. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Sudibjo, P., Arovah, N. I., & Ambardini, R. L. (2013). Tingkat Pemahaman Dan Survei Level Aktivitas Fisik, Status Kecukupan Energi Dan Status Antropometrik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fisik Uny. *Medikora*, 11(2).
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R & D*. Bandung: Alfabet.
- Sugiyono, D. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Procrastination And Task Avoidance: Theory, Research and Treatment.
- Suharjo, J. B., & Cahyono, B. (2015). *Gaya hidup dan penyakit modern*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sujarweni V. W. (2014). *Metodologi penelitian* Yogyakarta Pustaka Baru Perss US, F (2018). Departemen of health and human services *Physical Activity Guidelinesfor Americans*.
- Susanti, L., Murtaqib, M., & Kushariyadi, K. (2020). Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kualitas hidup Pasien Hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Silo Jember Puskesmas Kesehatan, 8(1), 17. <https://doi.org/10.19184/pk.v8i1.10891>.
- Warganegara, E., & Nur, N. N. (2016). Faktor risiko perilaku penyakit tidak menular. *Jurnal Majority*, 5(2), 88-94.

- Welis, W., & Sazeli, R. M. (2013). Gizi untuk aktifitas fisik dan kebugaran.
- World Health Organization. Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) Analysis Guide. Geneva: World Health Organization; 2012. *Back to cited text*, (22).
- Yessi Alza. (2020). Aktivitas fisik, Durasi Penyakit dan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus (DM) Tipe 2. Vol 12, No 1.
- Yulia, P. (2019). *Analisis Pelaksanaan Program Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular di Kota Solok* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Zulkaif Ahmad Saqib, Jianhui Dai, Rashid Menhas, Shahid Mahmood, Maria Karim. (2020). Aktivitas fisik adalah obat untuk penyakit tidak menular; Sebuah studi survei mengenai persepsi dampak aktivitas fisik terhadap kesehatan dan kesejahteraan. 13: 2949-2962. 11 Des. doi:10.2147/RMHP.S280339.