

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN
AKTIVITAS FISIK TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA PASIEN PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE II**



SKRIPSI

**Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)**

**Zhafiirah Ananda Iskandar
NIM: 702019048**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DAN
AKTIVITAS FISIK TERHADAP TINGKAT
KECEMASAN PADA PASIEN PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE II**

Dipersiapkan dan disusun oleh:
Zhafiirah Ananda Iskandar
NIM: 702019048

Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)

Pada tanggal 12 Februari 2024

Mengesahkan:



dr. RA. Tanzila, M.Kes
Pembimbing Pertama



dr. Yesi Astri, Sp.N., M.Kes
Pembimbing Kedua

Dekan,
Fakultas Kedokteran



dr. Liza Chairani, Sp.A.M.Kes
NBM/NIDN. 1079954/0204076701

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini Saya menerangkan bahwa :

1. Skripsi saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Muhammadiyah Palembang , maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan banyak pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam Skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan disebutkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, 12 Februari 2024

Yang membuat pernyataan



(Zhafurah Ananda Iskandar)

NIM: 702019048

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA
ILMIAH UNTUN KEPENTINGAN AKADEMIS**

Dengan Penyerahan naskah artikel dan *softcopy* berjudul: Hubungan Dukungan Keluarga dan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe II.

Kepada Program Studi Fakultas Kedokteran Univeritas Muhammadiyah Palembang (FK-UM Palembang), Saya:

Nama : Zhafiirah Ananda Iskandar
NIM : 702019048
Program Studi : Kedokteran
Fakultas : Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, setuju memberikan penngalihan Hak Cipta dan Publikasi Bebas Royalti atas Karya Ilmiah, Naskah, dan *softcopy* di atas kepada FK-UM Palembang. Dengan hak tersebut, FK-UM Palembang berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikan, menampilkan, mempublikasikan di internet atau media lain untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta izin dari Saya, dan Saya memberikan wewenang kepada pihak FK-UM Palembang untuk menentukan salah satu Pembimbing sebagai Penulis Utama dalam Publikasi. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam Karya Ilmiah ini menjadi tanggung jawab saya pribadi.

Demikian pernyataan ini, Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Palembang
Pada tanggal : 12 Februari 2024
Yang Menyetujui,



(Zhafiirah Ananda Iskandar)
NIM: 702019048

ABSTRAK

Nama : Zhafiirah Ananda Iskandar
Program Studi : Kedokteran
Judul : Hubungan Dukungan Keluarga dan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe II.

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Di Indonesia, jumlah penderita DM di Provinsi Sumatera Selatan tahun 2020 adalah sebesar 172.044 jiwa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian dilakukan di Poliklinik Saraf Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan menggunakan metode potong lintang (*cross sectional*) dan menggunakan data primer dengan besar sampel 60 orang diambil dengan cara *consecutive sampling* dan di uji statistik menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk hubungan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan dan uji *Spearman Rank* untuk hubungan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa hubungan dukungan keluarga dan aktivitas fisik dengan tingkat kecemasan memiliki nilai *p-value* <0,5 yang dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada pasien penderita diabetes melitus tipe 2

Kata kunci: Diabetes Melitus, Keluarga, Aktivitas Fisik

ABSTRACT

Name : Zhafiirah Ananda Iskandar

Study Program: Medical

Title : The Relationship Between Family Support and Physical Activity
on Anxiety Levels in Patients with Type II Diabetes Mellitus.

Diabetes mellitus (DM) is a group of metabolic diseases characterized by hyperglycemia that occurs due to abnormalities in insulin secretion, insulin action or both. In Indonesia, the number of DM sufferers in South Sumatra Province in 2020 was 172,044 people. This study aims to determine the relationship between family support and physical activity on anxiety levels in type 2 diabetes mellitus patients. The research was conducted at the Neurology Polyclinic of the Muhammadiyah Hospital, Palembang. This type of research is analytical observational using a cross-sectional method and using primary data with a sample size of 60 people taken by consecutive sampling and statistically tested using the Kolmogorov-Smirnov test for the relationship between family support and anxiety levels and the Spearman Rank test for the relationship between physical activity and anxiety levels. The results of this study showed that the relationship between family support and physical activity and anxiety levels had a p-value <0.5 , which can be concluded that there is a relationship between family support and physical activity on anxiety levels in patients with type 2 diabetes mellitus.

Keywords: Diabetes Mellitus, Family, Physical Activity

KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kita ucapkan atas kehadiran Allah Subhanahu wa Ta'ala karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Dukungan Keluarga dan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe II”.

Penulis menyadari bahwa hasil kegiatan ini dapat terselesaikan berkat pengarahan, bantuan, dan bimbingan yang telah diberikan oleh berbagai pihak. Penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Allah Subhanahu wa Ta'ala yang tidak henti-hentinya memberikan ridha-Nya untuk menyelesaikan kegiatan ini dengan baik dan lancar;
2. dr. RA. Tanzila, M.Kes, selaku dosen pembimbing I dan dr. Yesi Astri, Sp.N., M.Kes, selaku dosen pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran dalam membimbing dan mengarahkan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini;
3. Orang tua dan teman sejawat yang telah memberikan bantuan baik secara material, maupun moral sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik dan benar;
4. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu yang telah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini.

Dalam pembuatan skripsi ini, peneliti menyadari sepenuhnya bahwa masih banyak kekurangan dan kesalahan baik dalam segi materi maupun dalam penyusunan kata-kata karena terbatasnya pengetahuan dan kemampuan yang peneliti miliki. Maka dari itu peneliti memohon maaf, saran dan kritik bagi seluruh pembaca dalam upaya perbaikan skripsi ini. Akhir kata, diharapkan skripsi yang telah peneliti buat ini dapat bermanfaat bagi pembaca dalam mengembangkan ilmu pengetahuan kesehatan.

Palembang, Januari 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUN KEPENTINGAN AKADEMIS	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR DAN UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat	3
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	3
1.4.2 Manfaat Praktisi	3
1.5 Keaslian Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Diabetes Melitus Tipe II	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Klasifikasi Diabetes Melitus.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Patofisiologi.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.4 Komplikasi	Error! Bookmark not defined.
2.2 Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Derajat Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Patofisiologi Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.2.4 Tingkat Kecemasan pada Penderita Diabetes Melitus	Error! Bookmark
not defined.	
2.2.1 Alat Ukur Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.3 Dukungan Keluarga	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Definisi Dukungan Keluarga	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Faktor-Faktor Dukungan Keluarga	Error! Bookmark not defined.
2.2.4 Dimensi Dukungan Keluarga	Error! Bookmark not defined.
2.2.5 Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan	Error!
Bookmark not defined.	
2.2.6 Peran Keluarga dalam Perawatan Penderita Diabetes Melitus.....	Error!
Bookmark not defined.	
2.2.7 Alat Ukur Dukungan Keluarga.....	Error! Bookmark not defined.
2.4 Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.4.1 Definisi Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.4.2 Klasifikasi Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.

2.4.3 Faktor-Faktor Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.4.4 Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Kecemasan	Error! Bookmark not defined.
2.4.5 Alat Ukur Aktivitas Fisik	Error! Bookmark not defined.
2.5 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
2.6 Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Jenis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2.1 Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2 Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.1 Populasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.2 Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.3.3 Cara Pengambilan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.
3.3.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	Error! Bookmark not defined.
3.4 Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.4.1 Variabel Terikat	Error! Bookmark not defined.
3.4.2 Variabel Bebas.....	Error! Bookmark not defined.
3.5 Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
3.6 Cara Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.7 Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.7.1 Cara Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
3.7.2 Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.7.2.1 Analisis Univariat	Error! Bookmark not defined.
3.7.2.2 Analisis Bivariat	Error! Bookmark not defined.
3.8 Alur Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
4.1 Hasil	Error! Bookmark not defined.
4.1.1 Analisis Univariat	Error! Bookmark not defined.
4.1.2 Analisis Bivariat	Error! Bookmark not defined.
4.2 Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
4.2.1 Analisis Univariat	Error! Bookmark not defined.
4.2.2 Analisis Bivariat	Error! Bookmark not defined.
4.3 Pandangan Islam Terhadap Kecemasan dan Diabetes Melitus	Error! Bookmark not defined.
4.4 Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
5.1 Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
5.2 Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	Error! Bookmark not defined.
BIODATA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2.5.1 Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 3.5.1 Definisi Operasional.....	30
Tabel 4.1.1.1 Distribusi Frekuensi Dukungan Keluarga.....	34
Tabel 4.1.1.2 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik.....	35
Tabel 4.1.1.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan.....	35
Tabel 4.1.2.1 Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe II.....	36
Tabel 4.1.2.2 Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe II.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.5.1 Kerangka Teori Penelitian.....	25
Gambar 3.8.1 Alur Peneltian.....	33

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (Perkeni., 2021). DM terbagi menjadi beberapa tipe, yaitu diabetes melitus tipe 1 (DMT1), diabetes melitus tipe 2 (DMT2) dan DM tipe gestasional (WHO., 2016). DMT2 diakui sebagai masalah kesehatan masyarakat yang serius karena mempengaruhi kapasitas fungsional dan kualitas hidup individu dengan dampak yang cukup besar pada kehidupan manusia yang menyebabkan morbiditas dan mortalitas dini yang signifikan (Kemenkes., 2020).

Secara global, diperkirakan 462 juta orang terkena DMT2, setara dengan 6,28% populasi dunia. Dalam *Disability Adjusted Life Years* (DALYs), DMT2 menduduki peringkat ketujuh sebagai penyakit utama (Khan dkk., 2020). Di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas tahun 2013 dan tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit DM di Indonesia meningkat dari 6,9% menjadi 8,5%, dan prevalensi penyakit DM menurut diagnosa dokter meningkat dari 1,2% menjadi 2% (Kemenkes., 2020). Adapun jumlah penderita DM Provinsi Sumatera Selatan tahun 2020 adalah sebesar 172.044 jiwa. Kasus ini meningkat bila dibandingkan dengan tahun 2019 yang menyerang 117.733 jiwa (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan., 2020).

Penderita DM mengalami banyak perubahan dalam hidupnya, perubahan dalam hidup yang mendadak membuat penderita DM menunjukkan beberapa reaksi psikologis yang negatif diantaranya adalah kekhawatiran komplikasi yang akan dialami, lamanya proses pengobatan, merasa tidak berdaya, dan putus asa terhadap penyakit yang dideritanya, marah, dan depresi. Jika penderita DM telah mengalami komplikasi maka akan menambah kecemasan pada penderita karena membuat penderita mengeluarkan lebih banyak biaya, pandangan negatif tentang masa depan dan lain-lain. Seseorang yang menderita DM lebih 10 tahun berisiko 2,74 kali lebih besar untuk mengalami kecemasan

(Khan dkk., 2019). Badan Kesehatan Dunia mencatat bahwa 27% pasien DM mengalami kecemasan, prevalensi meningkatnya gangguan kecemasan pada penderita diabetes adalah 20% dibandingkan dengan non-penderita diabetes (Mahmuda dkk., 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Maulasari (2020) di kabupaten Demak menemukan bahwa adanya hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada penderita DMT2. Penelitian ini juga menjelaskan bahwa dengan adanya dukungan keluarga berupa motivasi dari keluarga untuk selalu melakukan kontrol gula darah rutin sehingga membuat penderita merasa tenang dan memiliki semangat yang besar untuk melakukan kontrol gula darah secara rutin serta perasaan khawatir dan cemas akibat penyakit DM tidak dirasakan oleh penderita.

Faktor lain yang berhubungan dengan timbulnya kecemasan pada penderita DM adalah kurangnya aktivitas fisik. Penelitian menunjukkan bahwa aktivitas fisik berkaitan dengan psikologis penderita DM, aktivitas fisik akan mengurangi risiko kejadian kardiovaskuler dan meningkatkan harapan hidup. Aktivita fisik akan meningkatkan rasa nyaman, baik secara fisik maupun psikis (Permata., 2021). Dari penelitian yang dilakukan Maulasari (2020) melaporkan bahwa penelitian yang dilakukan menunjukkan terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan tingkat kecemasan pada penderita DMT2 serta pada penelitian yang dilakukan Mahmuda (2016) juga menunjukkan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang searah dengan tingkat kecemasan pasien DMT2.

Berdasarkan masih tingginya angka kecemasan pada pasien DMT2 dan pengaruh penerimaan diri terhadap kualitas hidup pada pasien DM dari beberapa studi yang telah di lakukan sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan antara faktor dukungan keluarga dan aktivitas fisik dengan tingkat kecemasan pada pasien DMT2.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2
2. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada pasien diabetes melitus tipe 2
3. Mengidentifikasi aktivitas fisik pada pasien diabetes melitus tipe 2
4. Menganalisis hubungan antara dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi yang dapat dipertimbangkan untuk menambah wawasan dan mengembangkan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2.

1.4.2 Manfaat Praktisi

1. Bagi mahasiswa dan peneliti lain, diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan dapat menjadi referensi serta acuan untuk melakukan analisis lebih lanjut mengenai hubungan dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2.
2. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan kepada masyarakat mengenai hubungan dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada pasien diabetes melitus tipe 2
3. Bagi instansi, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dan dapat bermanfaat bagi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.5.1 Keaslian penelitian

Nama	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil
Zovancha, Octariviani, Reliza, Wijayanti, Catur, dan Anisa., (2021).	Hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di Surakarta	Penelitian <i>observasional</i> metode kuantitatif analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> .	Uji statistik <i>Fisher Exact</i> $p = 0,041 (<0,05)$. Terdapat hubungan positif kuat antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup penderita DM tipe 2.
Maulasari, Yulia., (2020).	Tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus tipe 2	Penelitian analitik <i>observasional</i> dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Hasil analisis bivariat dukungan keluarga $p\ value = 0,000 < 0,05$, aktivitas fisik $p\ value = < 0,05$. Terdapat hubungan antara dukungan keluarga dan aktivitas fisik terhadap tingkat kecemasan pada penderita DM tipe 2.
Mahmuda, Laily, Nur, Thohirun, Prasetyowati, dan Irma., (2016).	Faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan penderita diabete melitus tipe 2 di rumah sakit nusantara medika utama	Penelitian analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> .	Uji Regresi Ordinal menunjukkan aktivitas fisik dan dukungan keluarga memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kecemasan ($p\ value = < 0,05$) yang bermakna memiliki hubungan positif kuat.
<u>Tugba</u> , <u>Gonul</u> , <u>Elcin</u> , <u>Bahar</u> , <u>İlksan</u> ., dan <u>Gülden</u> (2016)	Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2	Penelitian analitik <i>observasional</i>	Uji korelasi <i>Spearman</i> $p\ value = < 0.05$. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara tingkat aktivitas fisik dan kualitas hidup terkait kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association (ADA). 2017. *Standards of Medical Care in Diabetes. The Journal of Clinical and Applied Research and Education.*
- American Psychiatric Association (APA). 2020. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition. Washington: American Psychiatric Publishing.*
- Decroli, E., 2019. *Diabetes Melitus Tipe 2.* Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas: Padang.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan Tahun 2020.*
- Direja, A., 2011. *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Jiwa.* Yogyakarta: Nuha Medika.
- Donzuso, G., Cerasa, A., Gioia, C, M., Caracciolo, M., Quattrone, A., 2014. *The Neuroanatomical Correlates of Anxiety in A Healthy Population: Differences Between the State-Trait Anxiety and The Hamilton Anxiety Rating Scale. J Brain Behav. 4(4): 504-514.*
- Friedman, Bowden, & Jones. 2018. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori, dan Praktik, Edisi 5.* EGC: Jakarta.
- Ganasegeran, K., Renganathan, P., Manaf, R., & Al-Dubai, S., 2014. *Factors Associated with Anxiety and Depression among Type 2 Diabetes Outpatients in Malaysia: a Descriptive Cross-Sectional Single-Centre Study. Journal of BMJ Open, 1-7.*
- Gordon JA, Hen R., Sistem Serotonergik dan Kecemasan. *Kedokteran Neuromolekuler. 2004; 5 ;27-40.*
- Hawari, D. 2001. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi.* Jakarta: BP FKUI.
- International Diabetic Federation (IDF). 2017. *International Diabetic Federation (IDF) Diabetes Atlas Eighth edition: International Diabetic Federation.*
- Inonu, V., 2019. *Hubungan Penerimaan Diri dengan Self-Management Diabetes Mellitus pada Peserta Prolanis di Puskesmas Kedaton Bandarlampung.*
- Isworo A, Saryono. 2010. Hubungan Depresi dan Dukungan Keluarga terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Sragen. *Jurnal Keperawatan Soedirman 5(1):37-46.*
- Kementerian Kesehatan. 2020. *Diabetes Melitus di Indonesia.* Jakarta.

- Kementerian Kesehatan. 2022. *Diabetes Melitus Tipe 2*. Jakarta.
- Khan, B, A, M., Hashim, J, M., King, K, J., Govender, D, R., Mustafa, H., Kaabi, A, J., 2020. *Epidemiology of Type 2 Diabetes – Global Burden of Disease and Forecasted Trends. Journal of Epidemiology and Global Health 10(1) 107–111.*
- Khan, P., Qayyum, N., Malik, F., Khan, T., Khan, M., & Tahir, A. 2019. *Incidence of Anxiety and Depression among Patients with Type 2 Diabetes and the Predicting Factors. Journal of Cureus, 1-8.*
- Kodakandla, K., Maddela, G., Pasha, M., & Vallepalli, R. 2016. *A cross sectional study on prevalence and factors influencing anxiety and depression among patients with type II diabetes mellitus. International Journal of Research in Medical Sciences, 4(7): 2542–2547.*
- Kronish IM, Ye S. Kepatuhan Terhadap Pengobatan Kardiovaskular. *Prog Cardiovasc Disc. 2013; 55 (6):590–600.*
- Lewin, AB., Geffken, GR., Heidgerken, AD., Duke, DC., Novoa, W., Williams, LB., dkk., 2005. *The Diabetes Family Behavior Checklist: A Psychometric Evaluation. J Clin Psychol Med Settings 12(4):315–22.*
- Mahmuda, L, N., Thohirun & Prasetyowati, I., 2016. Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Nusantara Medika Utama. *Jurnal Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa 2016.*
- Maulasari, Y., 2020. Tingkat kecemasan pada penderita diabetes melitus tipe 2. *Higeia journal of public health research and development.*
- Muyasaroh, H., Hanifah H., Baharudin, H, Y., Fadjrin, N, N., Pradana, A, T., Ridwan, M., 2020. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19. *Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Nahdatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap.*
- Mochcovitch, M. D., Deslandes, A. C., Freire, R. C., Garcia, R. F., & Nardi, A. E., 2016. *The effects of regular physical activity on anxiety symptoms in healthy older adults: A systematic review. Revista Brasileira de Psiquiatria*
- Nalendra, A, R., A., Rosalinah, Y., Priadi, A., Subroto, I., Rahayuningsih, R., Lestari, R., Kusamandari, S., Yuliasari, R., Astuti, D., Latumahina, J., Purnomo, W, M., Zede, A, V., 2021. *Statistika Seri Dasar Dengan SPSS*. Jawa Barat: Media Sains Indonesia.
- Nurmaguphita, D., & Sugiyanto., 2018. Gambaran Distress pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Keperawatan, 76-82.*

- Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI)., 2021. *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. PB PERKENI.
- Permata, P, T., 2021. Faktor Yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Puskesmas Tamalanrea Jaya Kota Makassar. *Jurnal Universitas Hasanuddin*.
- Stubbs, B., Vancampfort, D., Rosenbaum, S., Firth, J., Cosco, T., Veronese, N., Schuch, F. B., 2017. *An examination of the anxiolytic effects of exercise for people with anxiety and stress-related disorders: A meta-analysis. Psychiatry Research*.
- Sugiyono., 2019. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Widiasari, R, K., Wijaya, K, M, I., Suputra, A, P., 2021. Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diganosis, dan Tatalaksana. *Ganesha Medicina Journal, Vol 1 No 2 September 2021*.
- World Health Organization (WHO)*. 2016. *Global Report on Diabetes*.
- Zovancha, O, R., Wijayanti,C, A., 2021. Hubungan antara dukungan keluarga dengan kualitas hidup penderita diabetes melitus tipe 2 di Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*.
- Tuğba, K, C., Gonul, A., Elçin, D., Bahar, O., İlkşan, D., Çiğdem, A., dan Gülden, P., 2016. *Association between the physical activity level and the quality of life of patients with type 2 diabetes mellitus. J Phys Ther Sci. 28(1): 142–147*.