



KARYA TULIS ILMIAH

**IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
AKTIVITAS FISIK PADA AN. M DAN AN. D
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS
SITOPENG KOTA CIREBON**

DEWI FRIDA FAUZIAH

NIM. P2.06.20.22.2123

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON**

2025

KARYA TULIS ILMIAH

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
AKTIVITAS FISIK PADA AN. M DAN AN. D
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS
SITOPENG KOTA CIREBON

Diajukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan
pada Program Studi Keperawatan
Cirebon

DEWI FRIDA FAUZIAH
NIM. P2.06.20.22.2123

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
JURUSAN KEPERAWATAN TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
CIREBON
2025

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
AKTIVITAS FISIK PADA AN. M DAN AN. D
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS SITOPENG
KOTA CIREBON**

PENYUSUN : DEWI FRIDA FAUZIAH
NIM : P2.06.20.22.2123

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui
Oleh Pembimbing untuk diujikan

Cirebon, 02 Juni 2025

Pembimbing

Pembimbing I

Zaitun, APP., MPH
NIP. 196609261988032001

Pembimbing II

Ayu Yuliani S., M.Kep, Ns. Sp.Kep.An
NIP. 197107251993031001

Mengetahui :

Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon

Eyet Hidayat, Spd, SKp., M.Kep, Ns, Sp.Kep.J
NIP. 196709281991021001

LEMBAR PERSETUJUAN

**JUDUL : IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
AKTIVITAS FISIK PADA AN. M DAN AN. D
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS SITOPENG
KOTA CIREBON**

PENYUSUN : DEWI FRIDA FAUZIAH
NIM : P2.06.20.22.2123

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui
Oleh Pembimbing untuk diujikan

Cirebon, 02 Juni 2025

Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II

Zaitun, APP., MPH
NIP. 196609261988032001

Ayu Yuliani S., S.Kep, M.Kep.,Sp.Kep.An.
NIP. 197107251993031001

Mengetahui :

Ketua Program Studi D III Keperawatan Cirebon

Eyet Hidayat,Spd,SKp., M.Kep.,Sp.Kep.J
NIP. 196709281991021001

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
AKTIVITAS FISIK PADA AN. M DAN AN. D
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS SITOPENG
KOTA CIREBON**

PENYUSUN : DEWI FRIDA FAUZIAH

NIM : P2.06.20.22.2123

Laporan studi kasus ini telah diujikan dan dipertanggungjawabkan

Di hadapan Tim Penguji pada tanggal 03 Juni 2025

Penguji

Ketua

an, APP., MPH
609261988032001

Anggota

Ayu Yuliani S., M.Kep, Ns. Sp.Kep.An
NIP.197107251993031001

Anggota

Santi Wahyuni, S.Kp, M.Kep, Sp.Mat
NIP. 197701052001122005

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan Tasikmalaya



Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ns. M.Kep, Sp. Kep.J
NIP. 197504142006041007

Mengesahkan

Ketua Program Studi D III Keperawatan
Cirebon

Eyet Hidayat, SPd, SKp, Ns. M.Kep, Sp.Kep.J
NIP. 196709281991021001

LEMBAR PENGESAHAN

**JUDUL : IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
AKTIVITAS FISIK PADA AN. M DAN AN. D
DENGAN OBESITAS DI PUSKESMAS SITOPENG
KOTA CIREBON**

PENYUSUN : DEWI FRIDA FAUZIAH

NIM : P2.06.20.22.2123

Laporan studi kasus ini telah diujikan dan dipertanggungjawabkan
Di hadapan Tim Penguji pada tanggal 03 Juni 2025

Penguji

Ketua 1

Anggota

Anggota

Zaitun, APP., MPH
NIP.196609261988032001

Ayu Yuliani S., S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.An
NIP.197107251993031001

Hj. Santi Wahyuni, SKp, MKep, Ns. Sp.Mat
NIP. 197701052001122005

Mengetahui
Ketua Jurusan Keperawatan Tasikmalaya

Mengesahkan
Ketua Program Studi D III Keperawatan
Cirebon

Ridwan Kustiawan, S.Kep, Ns, M.Kep, Sp. Kep.J
NIP. 197508142006041007

Eyet Hidayat, SPd, SKp, Ns, M.Kep, Sp.Kep.J
NIP. 196709281991021001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **DEWI FRIDA FAUZIAH**
NIM. : **P2.06.20.22.0085**
Program Studi : **Prodi Keperawatan Cirebon**
Judul KTI : **IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
PADA AN. M DAN AN. D DENGAN
KETIDAKSTABILAN KADAR GULA DARAH DI
RSUD ARJAWINANGUN KABUPATEN
CIREBON**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis yang saya susun ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Cirebon, 02 Juni 2025
Yang Membuat Pernyataan,

DEWI FRIDA FAUZIAH
NIM. : **P2.06.20.22.2123**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **DEWI FRIDA FAUZIAH**
NIM. : P2.06.20.22.0085
Program Studi : Prodi Keperawatan Cirebon
Judul KTI : **IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
PADA AN. M DAN AN. D DENGAN
KETIDAKSTABILAN KADAR GULA DARAH DI
RSUD ARJAWINANGUN KABUPATEN
CIREBON**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis yang saya susun ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Cirebon, 02 Juni 2025
Yang Membuat Pernyataan,

DEWI FRIDA FAUZIAH
NIM. : P2.06.20.22.2123

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **DEWI FRIDA FAUZIAH**
NIM. : P2.06.20.22.0085
Program Studi : Prodi Keperawatan Cirebon
Judul KTI : **IMPLEMENTASI KEPERAWATAN EDUKASI
PADA AN. M DAN AN. D DENGAN
KETIDAKSTABILAN KADAR GULA DARAH DI
RSUD ARJAWINANGUN KABUPATEN
CIREBON**

Dengan ini memberikan kewenangan kepada Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya mempublikasikan untuk kepentingan akademik tanpa meminta izin dan hak bebas royalti selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Cirebon, 02 Juni 2025
Yang Membuat Pernyataan,



DEWI FRIDA FAUZIAH
NIM. : P2.06.20.22.2123

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TASIKMALAYA
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN CIREBON**
Karya Tulis Ilmiah, Mei 2025

**Implementasi Keperawatan Edukasi Aktivitas Fisik Pada An. M Dan An. D Dengan
Obesitas Di Puskesmas Sitopeng Kota Cirebon**

Dewi Frida Fauziah¹, Zaitun², Ayu Yuliani³

ABSTRAK

Latar Belakang:. Obesitas pada remaja merupakan masalah kesehatan masyarakat yang semakin mengkhawatirkan di Indonesia. Obesitas yang tidak ditangani dapat menyebabkan komplikasi serius. Aktivitas fisik merupakan salah satu upaya non farmakologis yang dapat diterapkan untuk mengendalikan berat badan dan mencegah komplikasi tersebut. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan implementasi keperawatan edukasi aktivitas fisik pada anak remaja dengan obesitas di Puskesmas Sitopeng Kota Cirebon. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik analisis tematik. Sampel terdiri dari dua anak remaja obesitas yang diberikan edukasi aktivitas fisik menggunakan media booklet selama lima hari, dengan metode ceramah, tanya jawab, serta evaluasi pre-test dan post-test. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah edukasi, dengan skor pretest 50 dan 46 meningkat menjadi post-test 92 dan 100. Keduanya juga menunjukkan perubahan perilaku positif, yaitu melakukan aktivitas fisik ringan (jalan kaki) selama 30 menit sebanyak tiga kali seminggu. Respon peserta terhadap edukasi berbeda; satu subjek termotivasi oleh dukungan keluarga, sementara yang lain memiliki kesadaran pribadi untuk hidup sehat. Implementasi keperawatan edukasi aktivitas fisik menggunakan media booklet terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan membentuk perubahan perilaku sehat pada remaja obesitas. Edukasi ini dapat dijadikan strategi intervensi keperawatan dalam upaya promotif dan preventif terhadap obesitas remaja di tingkat pelayanan primer.

Kata Kunci : Obesitas, Aktivitas Fisik, Edukasi Keperawatan, Booklet

1Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.
2,3Dosen Program Studi DIII Keperawatan Cirebon Politeknik Kesehatan Tasikmalaya.

MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIK OF INDONESIA
THE MINISTRY OF HEALTH POLYTECHNIC OF TASIKMALAYA
DIPLOMA III NURSING STUDY PROGRAM CIREBON
Scientific Paper, May 2025

**Implementation Of Nursing Education On Physical Activity An. M And An. D Obesity
Adolescents At Sitopeng Public Health Center, Cirebon City**

Dewi Frida Fauziah¹, Zaitun², Ayu Yuliani.³

ABSTRACT

Background: Adolescent obesity has become an increasingly alarming public health issue in Indonesia. If left untreated, adolescent obesity can lead to serious complications. Physical activity is one of the non-pharmacological approaches that can be applied to control body weight and prevent these complications. **Objective:** This study aims to describe the implementation of nursing education on physical activity in obese adolescents at Sitopeng Public Health Center, Cirebon City. **Method :** This study used a descriptive qualitative method with a thematic analysis technique. The sample consisted of two obese adolescents who received physical activity education using booklet media over five days, through lectures, discussions, and evaluation with pre-test and post-test instruments. **Results :** The results showed a significant increase in knowledge after the educational intervention, with pre-test scores of 50 and 46 increasing to post-test scores of 92 and 100, respectively. Both subjects also demonstrated positive behavioral changes by engaging in light physical activity (walking) for 30 minutes, three times per week. The subjects responded differently to the education: one was motivated by family support, while the other showed personal awareness to adopt a healthier lifestyle. The implementation of nursing education on physical activity using booklet media proved effective in improving knowledge and encouraging healthy behavioral changes in obese adolescents. This form of education can serve as a nursing intervention strategy in promotive and preventive efforts against adolescent obesity at the primary health care level.

Keywords: Obesity, Physical Activity, Nursing Education, Booklet

¹Students of the DIII Nursing Study Program in Cirebon

^{2,3}Lecturer of DIII Nursing Study Program Cirebon

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkah dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Implementasi Keperawatan Edukasi Aktivitas Fisik Pada An. M dan An. D Dengan Obesitas Di Puskesmas Sitopeng Kota Cirebon” ini tepat pada waktunya. Karya Tulis Ilmiah ini disusun dalam rangka untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis mendapatkan banyak bantuan dan bimbingan baik berupa informasi dan bimbingan moril. Untuk itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Bapak Ridwan Kustiawan, SKep, Ns, M.Kep. Sp.Kep.J, selaku Ketua Jurusan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
3. Bapak Eyet Hidayat, SPd, SKp, MKep, Ns, Sp.Kep.J., selaku Kaprodi DIII Keperawatan Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
4. Ibu Zaitun, APP.,MPH., selaku Dosen pembimbing utama, atas segala bimbingan, nasihat, saran-saran, dan motivasi bagi penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Ns. Ayu Yuliani Sekriptini, M.Kep., Sp.Kep.An, selaku Dosen pembimbing pendamping, atas segala bantuan, arahan teknis, dan motivasi dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Tifanny Gita Sesaria, S.Kep. Ns. M.Kep Selaku Pembimbing Akademik, atas segala bimbingan, nasehat, dan motivasi bagi penulis selama penulis menempuh pendidikan di perkuliahan.
7. Seluruh *Clinical Instructure*, Kepala Ruangan, dan Staf RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon yang telah membantu dan memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis selama penulis melaksanakan studi kasus dan menempuh program *Internship Nursing* di rumah sakit.

8. Seluruh Dosen dan Staf Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon yang telah memberikan ilmu dan bimbingan kepada penulis selama penulis menempuh pendidikan di perkuliahan.
9. Teristimewa kedua orang tua Ayah Masduki, Mamah Retnowati yang penulis cinta, Ibu Peni Cahyati yang sudah menjadi orang tua pendamping saat di kota Tasikmalaya, Dwi Putri Jasmine, Muhammad Al Fitrh, dan keluarga besar. Penulis mengucapkan terima kasih atas dukungan, cinta kasih, semangat yang selalu mengiringi setiap langkah kecil ini, segala doa yang dipanjatkan tidak pernah putus, dan pendampingan yang berikan sampai saat ini. Usaha dan kerja keras ini akan menjadi kebanggaan serta bentuk berbaktinya penulis kepada Ayah, Mamah, dan Ibu.
10. Kepada Anifa Ferhika Cahya, Fittalia Khaerunisa, Dwi Putra Pratama, Fikri Ahmad Hakim, Jamal Abdul Ghofar, dan Lulu Rizki Salsabila. Penulis mengucapkan terimakasih karena sudah menjadi teman baik, yang selalu mendukung, dan meluangkan waktu menemani proses kuliah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis tetap berusaha dan berharap atas saran serta masukan membangun untuk dapat memperbaiki segala kekurangan agar semakin baik di masa yang akan datang.

Cirebon, 02 Juni 2025

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	17
1.1 Latar Belakang.....	17
1.2 Rumusan Masalah.....	20
1.3 Tujuan Penelitian	20
1.3.1 Tujuan Umum	20
1.3.2 Tujuan khusus	21
1.4 Manfaat Penelitian	21
1.4.1 Manfaat Teoritis	21
1.4.2 Manfaat Praktis:	21
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	23
2.1Konsep Dasar Obesitas	23
2.1.1 Definisi Obesitas	23
2.1.2 Etiologi Obesitas	23
2.1.3 Patofisiologi Obesitas	26
2.1.4 Penentuan Obesitas	27
2.1.5 Manifestasi Klinis	28
2.1.6 Pemeriksaan Penunjang	28
2.1.7 Penatalaksanaan Obesitas.....	29
2.1.8 Komplikasi Obesitas	31
2.1.9 Hubungan Obesitas dengan Diabetes Melitus Tipe 2	31
2.2 Konsep Dasar Diabetes Melitus	32
2.2.1 Definisi Diabetes Melitus.....	32
2.2.2 Etiologi Diabetes Melitus.....	33
2.2.3 Patofisiologi Diabetes Melitus	34
2.2.3 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus	35
2.2.4 Pemeriksaan Penunjang Diabetes Melitus	37
2.2.5 Penatalaksanaan Diabetes Melitus	38

2.2.6 Komplikasi Diabetes Melitus	42
2.2.7 Pencegahan Diabetes Melitus	44
2.3 Konsep Anak Remaja.....	46
2.2.1 Definisi Anak Remaja	46
2.2.2 Pertumbuhan Anak Remaja	47
2.2.3 Perkembangan Anak Pra Sekolah	48
2.4 Konsep Dasar Edukasi.....	48
2.4.1 Definisi Edukasi	48
2.4.2 Tujuan Edukasi.....	50
2.4.3 Indikator Parameter Keberhasilan Edukasi	50
2.4.5 Faktor Pengaruh Edukasi	53
2.5.1 Identitas	54
2.5.2 Keluhan utama	54
2.5.3 Riwayat kesehatan.....	55
2.5.4 Data Biologis.....	55
2.5.5 Pemeriksaan Fisik	57
2.5.6 Data Penunjang	58
2.6 Diagnosa Obesitas	58
2.7 Intervensi Obesitas.....	59
2.8 Implementasi Obesitas.....	60
2.9 Evaluasi Obesitas	60
BAB III METODE KARYA TULIS ILMIAH.....	63
3.1 Desain Karya Tulis Ilmiah	63
3.2 Subyek Karya Tulis Ilmiah	64
3.2.1 Kriteria inklusi	64
3.2.2 Kriteria eksklusi	64
3.3 Definisi Operasional/Batasan Ilmiah	65
3.4 Lokasi dan Waktu	65
3.4.1 Lokasi	65
3.4.2 Waktu	66
3.5 Prosedur Penyusunan Karya Tulis Ilmiah	67
3.6 Teknik Pengumpulan Data	67
3.6.1 Wawancara.....	67
3.6.2 Observasi dan Pemeriksaan Fisik	68

3.6.3 Studi Dokumentasi	68
3.7 Instrumen Pengumpulan Data.....	68
3.8 Keabsahan Data	69
3.9 Analisis data.....	69
3.9.1 Transkripsi data wawancara.....	70
3.9.2 Interpretasi temuan dengan teori yang relevan	70
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	72
4.1 Hasil Studi Kasus	72
4.1.1 Gambaran Karakteristik Subjek	72
4.1.2 Gambaran Pelaksanaan Implementasi Edukasi Aktivitas Fisik	73
5.1.1 Gambaran Hasil Edukasi Aktivitas Fisik terhadap Kedua Subjek.....	75
5.1.2 Gambaran Respon antara Dua Subjek setelah dilakukan Edukasi Aktivitas Fisik	76
5.1.3 Gambaran Analisis Kesenjangan antara Kedua Subjek	78
4.2 Pembahasan Implementasi Edukasi Aktivitas Fisik.....	78
4.2.1 Gambaran Pelaksanaan Implementasi Edukasi Aktivitas Fisik	78
4.2.2 Gambaran Respon antara Dua Subjek dilakukan Edukasi Aktivitas Fisik ..	82
4.2.3 Gambaran Analisis Kesenjangan antara Kedua Subjek	83
4.3 Keterbatasan Karya Tulis Ilmiah.....	84
4.4 Implikasi Keperawatan	84
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	85
5.1 Kesimpulan	85
5.2 Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	91

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penilaian IMT.....	16
Tabel 2. 2 Kadar glukosa darah.....	27
Tabel 2. 3 <i>Diabetes Knowledge Questionnaire 24 (DKQ24)</i>	40
Tabel 2. 5 Intervensi keperawatan.....	58
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	66
Tabel 3. 2 Waktu Studi Kasus.....	67

DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Penjelasan sebelum pelaksanaan KTI/TA Pasien 1.....</i>	<i>92</i>
<i>Lampiran 2 Penjelasan sebelum pelaksanaan KTI/TA Pasien 2.....</i>	<i>93</i>
<i>Lampiran 3 Informed Consent Pasien 1</i>	<i>94</i>
<i>Lampiran 4 Informed Consent Pasien 2</i>	<i>95</i>
<i>Lampiran 5 Satuan acara penyuluhan</i>	<i>96</i>
<i>Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur</i>	<i>99</i>
<i>Lampiran 7 Diabetes Knowledge Questionnaire</i>	<i>100</i>
<i>Lampiran 8 Lembar Observasi</i>	<i>102</i>
<i>Lampiran 9 Format Asuhan Keperawatan</i>	<i>103</i>
<i>Lampiran 10 Lembar konsultasi.....</i>	<i>131</i>
<i>Lampiran 11 Lembar Konsultasi.....</i>	<i>135</i>
<i>Lampiran 12 Rekomendasi Perbaikan Ujian Hasil Karya Tulis Ilmiah</i>	<i>137</i>
<i>Lampiran 13 Rekomendasi Perbaikan Ujian Hasil Karya Tulis Ilmiah</i>	<i>138</i>
<i>Lampiran 14 Dokumentasi</i>	<i>139</i>
<i>Lampiran 15 Daftar Riwayat Hidup.....</i>	<i>140</i>

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Bagan Kerangka Teori.....	62
Bagan 2. 2 Bagan Kerangka Konsep.....	62

