

PENGARUH AKTIFITAS FISIK TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN RAWAT JALAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RUMAH SAKIT “X” KABUPATEN GRESIK

Rio Ramadhani, 2010

Pembimbing : (1) Adji Prayitno, (2) Lisa Aditama.

ABSTRAK

Indonesia saat ini menempati peringkat empat dengan jumlah penderita Diabetes Mellitus terbesar di dunia. Diabetes mellitus merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengobatan secara berkelanjutan. Aspek farmakologi dan non-farmakologi harus berjalan bersama-sama untuk menghindari komplikasi dan kematian. Salah satunya adalah dengan melakukan aktifitas fisik. Oleh karenanya peneliti melakukan penelitian tentang pengaruh aktifitas fisik terhadap glukosa darah pada pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 di Rumah Sakit “X” Kabupaten Gresik. Penelitian ini merupakan penelitian prospektif. Dari penelitian ini diperoleh tiga puluh pasien. Seluruh pasien dibagi menjadi dua kelompok yaitu uji dan kontrol secara *simple random sampling*. Kemudian pasien diintervensi dengan melakukan aktifitas fisik dan didapatkan hasil pasien uji dapat menurunkan glukosa darah acak rata-rata 21,8 mg/dl dibandingkan kontrol yang hanya 2,667 mg/dl. Dari hasil statistik *pooled t-test* diperoleh kesimpulan perbedaan glukosa darah acak sebelum dan sesudah intervensi antara kelompok uji dengan kontrol signifikan ($\alpha=0,05$).

Kata kunci : diabetes mellitus tipe 2, glukosa darah, aktifitas fisik