

## SUMMARY

# PENGARUH LATIHAN FISIK SENAM DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS KEBON JERUK, JAKARTA BARAT TAHUN 2016

Created by VALENTINA DWI GITA

**Subject** : LATIHAN, SENAM, DIABETES  
**Subject Alt** : EXERCISE, GYMNASTICS, DIABETES  
**Keyword** : senam diabetes;kadar gula darah;diabetes mellitus

### Description :

Diabetes mellitus tipe 2 adaag keadaan yang disebabkan gangguan pada resistensi insulin dan sekresi insulin sehingga metabolisme tubuh juga terganggu. Pada DM tipe 2, latihan fisik berperan untuk mengatur dan mengendalikan kadar gula darah. Senam diabetes yang merupakan latihan fisik bertujuan untuk meningkatkan dan mempertahankan kesegaran tubuh yang dilaksanakan sesuai prinsip F.I.D.J (Frekuensi, Intensitas, Durasi, dan Jenis). Penelitian yang di lakukan di Puskesmas Kebon Jeuk pada bulan Agustus 2016 ini, bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah senam diabetes pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Desain penelitian ini adalah pra eksperimen dengan rancangan one grup pre- post test design. Sampel sebanyak 35 orang yang terdiagnosa diabetes mellitus tipe 2. Intervensi diberikan senam diabetes seminggu sekali selama 2 minggu. Alat pengumpulan data berupa lembar obeservasi tentang karakteristik pasien dan lembar observasi untuk mengetahui kadar gula darah sebelum dan sesudah senam diabetes. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah senam diabetes pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kebon Jerukminggu pertamasebelumsenamkadar guladarahdengan rata-rata 1.97 dansesudahsenamdengan rata-rata 1.34(p &#8804; 0,000) sedangkan minggu keduakadar guladarahsebelumsenamdengan rata-rata 1.94 dansesudahsenamdengan rata-rata 1.51 (p &#8804; 0,005)kurang dari &#945; = 0,05, artinya hipotesis penelitian menyatakan adanya pengaruh latihan fisik senam diabetes terhadap penurunan kadar gula darah. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan promosi kesehatan dan edukasi yang lebih baik tentang manfaat senam diabetes sebagai pencegahan terhadap terjadinya komplikasi pada pasien diabetes mellitus.

**Contributor** : Dr. Widaningsih S.Kp.,M. Kep.  
**Date Create** : 25/10/2016  
**Type** : Text  
**Format** : PDF  
**Language** : Indonesian  
**Identifier** : UEU-Undergraduate-201233051  
**Collection** : 201233051  
**Call Number** : 33-2016-S018  
**Source** : Undergraduate Theses of Nursing  
**Relation Collection** Fakultas Ilmu Kesehatan

**COverage** : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul

**Right** : @Perpustakaan Universitas Esa Unggul

**Full file - Member Only**

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

**Contact Person :**

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid ( astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id )

Supervisor