

ABSTRAK

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FALKUTAS ILMU – ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, AGUSTUS 2017**

KEVIN TJIAYADI

HUBUNGAN ASUPAN KARBOHIDRAT, AKTIVITAS FISIK DAN KADAR GLUKOSA DARAH PUASA LANSIA DI ASOSIASI DONG YUE TAIJI INDONESIA KOSAMBI BARU JAKARTA BARAT

VI bab, 67 Halaman, 14 Tabel, 2 Gambar

Latar belakang : Peningkatan prevalensi lansia setiap tahunnya merupakan tantangan suatu negara untuk meningkatkan kualitas hidup warga negaranya. Menurut hasil sensus badan pusat statistik jumlah lansia di Indonesia tahun 2014 pada tahun 2000 mencapai 14.4 juta jiwa dan pada tahun 2014 mencapai 18.5 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2020 penduduk lansia di Indonesia mencapai 28.28 juta jiwa dan di DKI Jakarta tahun 2014 mencapai 179 ribu jiwa. Seiring peningkatan jumlah lansia maka masalah gangguan juga meningkat. Masalah gangguan gula darah merupakan masalah utama yang sering terjadi pada lansia yang berkaitan dengan penurunan fungsional tubuh lansia. Prevalensi hiperglikemia meningkat dengan bertambahnya umur, kelompok usia 50 – 59 tahun sebesar 19.6% menderita hiperglikemia dan kelompok usia 60 – 64 tahun sebesar 24.6%. Faktor pencetus terjadinya gangguan gula darah lansia yang paling dominan adalah kelebihan asupan karbohidrat dan kurangnya aktivitas fisik.

Tujuan : Menganalisis hubungan asupan karbohidrat dan aktivitas fisik terhadap kadar gula darah puasa lansia di Asosiasi Dong Yue Taiji Indonesia Kosambi Baru Jakarta Barat.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan pengambilan sampel menggunakan total sampling didapatkan 45 orang lansia yang kemudian dianalisis menggunakan uji rank spearman.

Hasil : Responden didominasi oleh perempuan (86.7%) dengan nilai tengah kadar glukosa darah puasa responden 94 mg/dl. Variabel yang memiliki hubungan dengan GDP adalah asupan karbohidrat ($p < 0.05$) dan variabel yang tidak memiliki hubungan dengan GDP adalah aktivitas fisik ($p > 0.05$).

Kesimpulan : Asupan karbohidrat memiliki hubungan signifikan dengan kadar GDP lansia, dan aktivitas fisik tidak memiliki hubungan signifikan dengan kadar GDP lansia.

Kata Kunci : asupan karbohidrat, aktivitas fisik dan kadar glukosa darah puasa.