

ABSTRAK

Universitas Indonusa Esa Unggul
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Fisioterapi
Program Studi Ilmu Gizi
Skripsi, 27 Juli 2005

YULIDAR ZAKARIA

Perbandingan Perubahan Kadar Glukosa Darah Dan Berat Badan Pada Pasien Diabetes Mellitus Type II Yang Melakukan Diit Dan Yang Melakukan Diit Plus Senam Diabetes.

VI Bab, xi , 129 Halaman, 18 Tabel, 13 Gambar, 8 Lampiran

Dalam mengelola diabetes mellitus langkah pertama yang harus dilakukan adalah pengelolaan non farmakologis, berupa perencanaan makan dan kegiatan jasmani, apabila dengan langkah-langkah tersebut sasaran pengendalian DM belum tercapai dilanjutkan dengan penggunaan obat. Badan kesehatan dunia (WHO,1985) menyatakan bahwa aktifitas fisik yang dirancang menurut usia dan status fisik merupakan bagian dari pengobatan DM. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan kadar glukosa darah dan berat badan pasien DM yang melakukan diit dan diit plus senam diabetes. Penelitian dilaksanakan dipoli diabetes dan klub senam diabetes RS. Peln Petamburan selama 2 bulan dengan menggunakan daftar pertanyaan untuk data gambaran umum sampel, anamnesis diit, serta data pengukuran berat badan dan kadar glukosa darah. Hasil pengumpulan data menunjukkan pasien DM type II yang memenuhi kriteria sampel untuk masing-masing kelompok sebanyak 38 orang, sehingga jumlah keseluruhan sampel sebanyak 76 orang. Pengujian statistik untuk perubahan kadar glukosa darah dan berat badan untuk masing-masing kelompok dengan uji t test dependen dua sampel, sedangkan untuk data asupan zat gizi dan membandingkan selisih antara 2 kelompok diuji dengan t test independen dua sampel. Tidak ada perbedaan asupan zat gizi (energi,protein,lemak dan karbohidrat) pada kedua kelompok dan sebagian sudah cukup baik. Perubahan kadar glukosa darah dan berat badan untuk kelompok diit plus senam diabetes awal-bulan1, bulan1-bulan2, semuanya bermakna ($p < 0,05$) sedangkan untuk kelompok diit ada yang tidak bermakna. Selisih perubahan kadar glukosa darah dan berat badan untuk kelompok diit plus senam diabetes lebih besar jika dibandingkan dengan kelompok diit. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa asupan zat gizi, frekuensi olahraga dan lama olahraga berpengaruh terhadap penurunan kadar glukosa darah dan berat badan. Sehingga dalam mengelola DM disarankan untuk melakukan diit dan latihan fisik yang teratur.

Daftar Pustaka : 35 (1990 – 2004)