

ABSTRAK



SKRIPSI, Agustus 2015
Maria Tri Anggellina
Program Studi S-1 Fisioterapi,
Universitas Esa Unggul

“PERBEDAAN PEMBERIAN *TREADMILL* DAN SENAM DIABETES TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2”.

Terdiri dari VI BAB, 114 Halaman, 37 Daftar Gambar, 14 Daftar Tabel, 7 Daftar Grafik, 2 Daftar Skema.

Tujuan : Untuk mengetahui penurunan kadar gula darah sewaktu antara program latihan senam diabetes dengan program latihan *treadmill* pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

Metode : Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Bethesda, Serpong, Tangerang pada bulan Februari – Maret 2015 dengan jumlah keseluruhan sampel 28 orang. Penelitian bersifat *quasi eksperimental* dimana penurunan kadar gula darah sewaktu di ukur dan dievaluasi dengan menggunakan alat *glucometer*. Pada penelitian ini sampel dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan I dengan sampel sebanyak 14 orang melakukan latihan jasmani dengan senam diabetes dan kelompok perlakuan II dengan sampel sebanyak 14 orang melakukan latihan jasmani berupa *treadmill*.

Hasil : Hasil yang diperoleh dari program latihan pada dua kelompok adalah penurunan kadar gula darah sewaktu. Pengolahan data dan analisa data menggunakan perangkat lunak komputer. Adapun hasil uji *T-test related* pada kelompok perlakuan I dengan nilai $p = 0,000$ yang berarti nilai $p < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak, sehingga ada penurunan kadar gula darah sewaktu pada setelah diberikan program latihan senam diabetes. Pada uji *T-test related* kelompok perlakuan II dengan nilai $p = 0,000$ yang berarti nilai $p < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak, sehingga ada penurunan kadar gula darah sewaktu pada setelah diberikan program latihan *treadmill*. Sedangkan pada uji *T-test independent* didapatkan nilai $p = 0,000$ yang berarti nilai $p < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa senam diabetes lebih baik dalam menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Kesimpulan : Senam diabetes lebih baik dalam menurunkan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

Kata Kunci : Senam Diabetes, *Treadmill*, Kadar Gula Darah Sewaktu, Diabetes Melitus tipe 2.