PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ESA UNGGUL
Skripsi, Maret 2013

SHINTA ANGGRAINI
2009-33-034

"PENGARUH OLAH RAGA SENAM DIABETES TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS KELURAHAN DURI KEPA KECAMATAN KEBON JERUK JAKARTA BARAT 2013"

xvii+7BAB+83Halaman+2Skema+12Tabel

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes mellitus adalah merupakan penyakit metabolik, jumlah pasien diabetes yang terdaftar diposbindu yaitu 62 orang pasien diabetes yang terdiri dari, 15 orang (30,65 %) yang rutin mengikuti senam dan 47 orang (75,81 %) tidak rutin mengikuti senam diabetes.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh olah raga senam diabetes terhadap perubahan kadar gula darah sesudah senam pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Duri Kepa Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat.

Metode Penelitian : Penelitian Eksperimen Semu (*Quasi Experiment*), dengan *pre and post test without control,* dimana responden dilakukan intervensi pada satu kelompok tanpa kelompok pembanding. Sampel yang diambil adalah pasien diabetes yang mengikuti senam, sebanyak 30 responden dengan teknik *non-probability sampling* (*sampling aksidental*). Analisa data univariat dengan menggunakan distribusi frekuensi dan persentase, bivariat dengan menggunakan uji *Paired T Test Dependent.*

Hasil Penelitian : Sebagian besar responden berjenis kelamin wanita dengan jumlah 23 orang (76,7 %), tidak bekerja dengan jumlah 23 orang (76,7 %), berpendidikan terakhir Perguruan tinggi (D3/S1/S2/S3) dengan jumlah 13 orang (43,3 %), kadar gula darah sebelum senam diabetes dengan nilai rata-rata yaitu 181,47 mg% (± 85,801), deskripsi kadar gula darah sesudah senam diabetes dengan nilai rata-rata yaitu 165,63 mg% (± 95,498). Hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan kadar gula darah sebelum dan sesudah senam Diabetes Mellitus ($p < 0,005$).

Kesimpulan : Upaya menggalakan masyarakat pasien diabetes, untuk mengikuti senam Diabetes Mellitus harus terus dilakukan, agar terwujud pasien diabetes menjadi sehat.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Kadar Gula Darah, Olahraga Senam Diabetes
Daftar Pustaka : 20 (2002-2012)