

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH TASIKMALAYA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

Skripsi, Agustus 2017
Nisrina Zakiaty Nur

**Pengaruh Senam Diabetes Mellitus terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien
Diabetes Mellitus Tipe II di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya**

ABSTRAK

xvii+ 77 halaman+ 7 tabel+ 17 lampiran

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara efektif. DM Tipe II terjadi ketika tubuh mengalami resistensi insulin dan sekresi insulin sehingga metabolisme tubuh juga terganggu. Pada DM Tipe II, latihan fisik salah satunya senam DM yang berperan sebagai *glycemic control* yaitu mengatur dan mengendalikan kadar gula darah. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh senam DM terhadap kadar gula darah pada pasien DM Tipe II di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya.

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan *quasi experiment* / eksperimen semu dengan rancangan *one group pre and post test design*. Populasinya adalah seluruh pasien DM Tipe II di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya sebanyak 50 pasien, diambil sampel 35 responden dengan tehnik *purposive sampling*. Analisa data dengan uji *Paired sample t-test*.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar gula darah sebelum diberikan senam DM sebesar 204,8 mg/dl; rata-rata kadar gula darah setelah diberikan senam DM sebesar 167,1 mg/dl; sehingga rata-rata kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan senam DM sebesar 37,7 mg/dl dengan nilai signifikan 0,000, maka H_0 ditolak artinya bahwa senam DM efektif dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien DM Tipe II di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh yang signifikan senam DM terhadap kadar gula darah pada pasien DM Tipe II di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya. Diharapkan bagi pelayanan kesehatan agar dapat menjadi motivator bagi penderita DM untuk melakukan senam DM untuk mengontrol kadar gula darah dan mencegah komplikasi

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Senam Diabetes Mellitus
Kepustakaan : 2007-2016

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY TASIKMALAYA
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
NURSING BACHELOR STUDY PROGRAM

Essay, August 2017
Nisrina Zakiaty Nur

**The Influence of Diabetes Mellitus Gymnastic on Blood Sugar Levels In
Diabetes Mellitus Patients type 2 At Mangkubumi Public Health Center
Tasikmalaya City**

ABSTRACT

xvii+ 77 page + 7 table + 17 attachments

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disease disorder caused by the pancreas does not produce enough insulin or the body can not use effectively produced insulin. Type II DM occurs when the body experiences insulin resistance and insulin secretion so that the metabolism of the body is also disrupted. In Type II DM, physical exercise is one of the DM gymnastic which act as a glycemic control that regulates and controls blood sugar levels. The purpose of the research to determine the effect of DM gymnastics on blood sugar levels in patients with Type II DM in Mangkubumi Public Health Center Tasikmalaya City.

This research is a quasi experiment / quasi experiment with one group pre and post test design. The population is all patients of Type II DM in in Mangkubumi Public Health Center Tasikmalaya City. as many as 50 patients, taken sample 35 respondents with purposive sampling technique. Data analysis with Paired sample t-test. Result of average blood sugar level researched before exercised DM gymnastic was 204,8 mg/dl; average blood sugar level after DM gymnastic 167,1 mg/dl; so that the average blood sugar level before and after exercised was 37,7 mg/dl with 0,000 significant value. So H_0 was rejected, means that DM Gymnastics effective to reduce blood sugar level in in patients with Type II DM in Mangkubumi Public Health Center Tasikmalaya City.

The conclusion of the research was there is the significant influence of DM Gymnastics on blood sugar level in in patients with Type II DM in Mangkubumi Public Health Center Tasikmalaya City. Health services hoped being the motivator for DM patients to exercise DM Gymnastic which control blood levels and prevent complication

Keywords: Diabetes Mellitus, Diabetes Mellitus Gymnastics
Literature: 2007-2016