

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RS SWASTA X KOTA BEKASI 2022

Sriani

202007014

ABSTRAK

Latar belakang : Diabetes melitus adalah suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Aktivitas fisik sangat berperan pada pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus type II, dimana pada saat melakukan latihan fisik terjadi peningkatan pemakaian glukosa oleh otot yang aktif sehingga secara langsung dapat menyebabkan penurunan gula darah itu sendiri, dengan syarat jika aktivitas fisik tersebut dilakukan secara teratur dan benar **Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan penurunan kadar gula darah pada pasien Diabetes melitus type 2 di RS Swasta X kota Bekasi 2022. **Metode :** Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan korelasional dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* yaitu suatu penelitian yang mengamati korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien Diabetes Melitus type 2 yang berobat di Rumah Sakit S X di Bekasi 2022 sample: Semua penderita Diabetes Melitus tipe 2 yang melakukan aktivitas fisik dan telah melakukan pengecekan gula darah sewaktu. **Pengukuran Aktivitas Fisik :** Pengukuran aktivitas fisik menggunakan alat ukur *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) merupakan instrument dalam bentuk kuesioner yang diadopsi dari *World Health Organization* (WHO) yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas fisik pada masyarakat diseluruh dunia **Hasil :** hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan penurunan kadar gula darah pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di RS Swasta x kota Bekasi diperoleh *p-value* 0.253 (>0.05) yang berarti tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan penurunan kadar gula darah pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di RS Swasta x kota Bekasi 2022. **Kesimpulan:** Tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan penurunan kadar gula darah pada pasien Diabetes melitus tipe 2 di RS Swasta x Kota Bekasi 2022.

kata kunci: aktivitas fisik, diabetes melitus tipe 2, kadar gula darah sewaktu

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RS SWASTA X KOTA BEKASI 2022

Sriani

202007014

ABSTRAC

Background: Diabetes mellitus is a group of metabolic diseases characterized by hyperglycemia that occurs due to abnormalities in insulin secretion, insulin action or both. Physical activity plays a very important role in controlling blood sugar levels in people with type II diabetes mellitus, where when doing physical exercise there is an increase in the use of glucose by active muscles so that it can directly cause a decrease in blood sugar itself, provided that physical activity is carried out regularly. and true

Objective: To determine the relationship between physical activity and decrease in blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus at Private Hospital X Bekasi city 2022. **Methods:** The research method used in this study was analytical descriptive with a cross-sectional approach using *Chi-Square* Test statistical test, namely: a study that uses correlation. The population in this study is type 2 diabetes mellitus patients who are taking medication at the S X Hospital in Bekasi 2022 sample: All patients with type 2 diabetes mellitus who do physical activity and have checked their sugar temporary blood test. Physical Activity **Measurement:** Physical activity measurement using global physical activity measurement Global Physical Activity Questionnaire (GPAIQ) is an instrument in the form of a questionnaire that is dialed in from the World Health Organization (WHO) which is used to measure the physical environmental damage. *Chi-Square* statistics show that there is no relationship between physical activity and decreased blood sugar levels in patients with type 2 Diabetes mellitus at the Private Hospital x Bekasi City. *The p-value is 0.253 (> 0.05)*, which means that there is no relationship between physical activity and decreased blood sugar levels in Diabetes patients. mellitus type 2 in private hospital x Bekasi city 2022.

Conclusion: There is no relationship between physical activity and decreased blood sugar levels in patients with type 2 diabetes mellitus at Private Hospital x Bekasi City

keywords: physical activity, type 2 diabetes mellitus, blood sugar levels

