

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
PRAKATA.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
INTISARI.....	xiii
BAB I   PENDAHLUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1. Tujuan Umum .....	3
1.3.2. Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
BAB II   TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1. Diabetes Melitus.....	5
2.1.1. Definsi.....	5
2.1.2. Faktor Penyebab.....	5
2.1.3. Klasifikasi Diabetes Melitus .....	7

2.1.4. Patogenesis.....	9
2.1.5. Patofisiologi .....	10
2.1.6. Gambaran Klinik.....	11
2.1.7. Diagnosis.....	12
2.1.8. Penatalaksanaan .....	14
2.1.9. Komplikasi. ....	17
2.2. Glukosa Darah .....	18
2.2.1. Definisi Glukosa .....	18
2.2.2. Kadar glukosa darah.....	19
2.2.3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kadar Glukosa dalam Darah.....	19
2.2.4. Regulasi glukosa darah .....	21
2.2.5. Macam pemeriksaan Glukosa Darah .....	22
2.3. Senam Diabetes .....	23
2.3.1. Definisi.....	23
2.3.2. Tujuan Senam Diabetes .....	23
2.3.3. Pedoman program latihan bagi penderita Diabetes Melitus	25
2.3.4. Indikasi dan kontraindikasi .....	27
2.4. Pengaruh Senam Diabetes terhadap Kadar Glukosa Darah .....	28
2.5. Kerangka Teori.....	30
2.6. Kerangka Konsep .....	30
2.7. Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
3.1. Jenis Penelitian .....	31
3.2. Variabel dan Definisi Operasional .....	31

3.2.1. Variabel.....	31
3.2.2. Definisi Operasional .....	31
3.3. Populasi dan Sampel.....	33
3.3.1. Populasi.....	33
3.4. Instrumen dan bahan penelitian.....	34
3.5. Cara Penelitian.....	35
3.5.1. Senam.....	35
3.5.2. Tidak mengikuti senam.....	35
3.6. Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
3.7. Alur Penelitian.....	37
3.8. Analisa Hasil .....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>39</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	39
4.2 Pembahasan .....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>49</b>
5.1. Kesimpulan.....	49
5.2. Saran .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>55</b>

## DAFTAR SINGKATAN

DM	: Diabetes Melitus
IDDM	: Insulin Dependent Diabetes Mellitus
NIDDM	: Non Insulin Dependent Diabetes Mellitus
GDM	: Gestational Diabetes Mellitus
MODY	: Maturity Onset of Diabetes in the Young
GLUT	: Glukosa Transporter
ATP	: Adenosin Trifosfat
ICA	: Islet Cell Antibodies
TTGO	: Tes Toleransi Glukosa Oral
GDPT	: Glukosa Darah Puasa Terganggu
HbA1C	: Hemoglobin A1c
TNM	: Terapi Nutrisi Medis
GDS	: Glukosa Darah Sewaktu
GDP	: Glukosa Darah Puasa
LDL	: Low Desity Lipoprotein
HDL	: High Desity Lipoprotein

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1. Grafik kadar glukosa darah sebelum dan sesudah senam diabetes serta penurunannya .....	40
--	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1.	Rerata kadar glukosa darah sebelum dan sesudah pelaksanaan aktivitas senam diabetes serta penurunannya .....	39
Tabel 4. 2.	Hasil analisis statistik kadar glukosa darah sebelum dan sesudah aktivitas senam diabetes pada ketiga kelompok .....	41
Tabel 4. 3.	Hasil analisis penurunan kadar glukosa darah sebelum dan sesudah aktivitas senam diabetes .....	43
Tabel 4. 4.	Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Penurunan Kadar Glukosa Darah .....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Data Penelitian.....	55
Lampiran 2.	Hasil Uji Statistik Deskriptif .....	58
Lampiran 3.	Hasil Uji Normalitas Data dan Homogenitas Varian Kadar Glukosa Darah Sebelum dan Sesudah Senam Diabetes .....	59
Lampiran 4.	Hasil Uji Wilcoxon Kadar Glukosa Darah Sebelum dan Sesudah Senam Diabetes .....	61
Lampiran 5.	Hasil Uji Normalitas Data dan Homogenitas Varian Penurunan Kadar Glukosa Darah Sebelum dan Sesudah Senam Diabetes .....	63
Lampiran 6.	Hasil Uji Kruskal Wallis Penurunan Kadar Glukosa Darah .....	64
Lampiran 7.	Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Penurunan Data Kadar Glukosa Darah...	65
Lampiran 8.	<i>Ethical Clearance</i> .....	66
Lampiran 9.	Surat Keterangan Penelitian .....	67
Lampiran 10.	Dokumentasi Penelitian.....	68