

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Februari 2017**

ABSTRAK

Himmatul Cahyani

HUBUNGAN DIET DAN LATIHAN FISIK TERHADAP KONTROL GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RSI SULTAN AGUNG SEMARANG

49 halaman + 11 tabel + xv

Latar Belakang: Diabetes mellitus tipe 2 adalah suatu penyakit metabolik yang menyebabkan kadar glukosa darah tidak terkontrol. Beberapa faktor yang menyebabkan glukosa darah tidak terkontrol adalah diet dan latihan fisik. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan diet dan latihan fisik terhadap kontrol glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2.

Metode: Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif observasional analitik. Desain yang digunakan adalah *cross-sectional* dengan teknik pengambilan data total sampling. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 50 responden. Analisis data yang digunakan adalah *chi-square*.

Hasil: Hasil penelitian hubungan diet terhadap kontrol glukosa darah didapatkan *p-value* 0,001 ($<0,05$), sedangkan latihan fisik terhadap kontrol glukosa darah didapatkan *p-value* 0,005 ($<0,05$), artinya terdapat hubungan diet dan latihan fisik terhadap kontrol glukosa darah.

Simpulan: Ketidakpatuhan diet dan latihan fisik yang tidak teratur dapat menyebabkan glukosa darah tidak terkontrol, sehingga perawat diharapkan dapat memberikan informasi terkait dengan perubahan pola hidup terutama dalam hal diet dan latihan fisik.

Kata Kunci: Diabetes mellitus tipe 2, Diet, Latihan fisik.

Daftar Pustaka: 49 (2006-2016)

**NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG
Mini Thesis, February 2017**

ABSTRACT

Himmatul Cahyani

**THE CORRELATION OF DIET AND PHYSICAL EXERCISES
TOWARDS BLOOD GLUCOSE CONTROL ON TYPE 2 DIABETES
MELLITUS PATIENTS AT SULTAN AGUNG ISLAMIC HOSPITAL
SEMARANG**

49 pages + 11 tables + xv

Background: Type 2 of diabetes mellitus is a metabolic disease which leads to uncontrolled blood glucose level. Some factors which causes the uncontrolled blood glucose are diet and physical exercises. This study aims to find out the correlation of diet and physical exercises towards blood glucose control on type 2 diabetes mellitus patients.

Method: This is a quantitative study i.e. analytical observation. The design used was cross-sectional involving total sampling as a technique of data collection. There were 50 respondents as sample in this study. The data were analyzed using chi-square.

Result: The finding of this study showed that the correlation of diet toward blood glucose control obtained p-value 0,001 ($<0,05$), while physical exercises toward blood glucose control obtained p-value 0,005 ($<0,05$), which means that there was correlation of diet and physical exercises toward blood glucose control.

Conclusion: Disobedience on diet and irregular physical exercises may cause uncontrolled blood glucose, so that nurses are expected to give information related to change of lifestyle mainly in diet and physical exercises.

Keywords: Type 2 diabetes mellitus, Diet, Physical exercises.

Bibliography: 49 (2006-2016)