

## ABSTRAK

### **Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Medan Johor**

Skripsi Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sumatera Utara

**Latar Belakang:** Penyakit tidak menular menjadi segmentasi masalah tersendiri bagi tiap negara di dunia. Menurut International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2045, prediksi oleh IDF menunjukkan bahwa 1 dari 8 orang dewasa terkena DM Tipe 2. Secara mendasar, kurangnya aktivitas ataupun olahraga menjadi pengaruh yang ikut ambil dalam memicu kemunculan DM Tipe 2.

**Tujuan:** Untuk mengetahui apakah ada hubungan aktifitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di puskesmas medan johor.

**Metode:** Penelitian ini dilakukan menggunakan rancangan *cross sectional* yaitu hanya bersifat sesaat atau melihat hubungan aktifitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Medan Johor. Teknik pengambilan *purposive sampling* cara pengambilan sampel yang ditentukan berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditentukan untuk mendapatkan sampel yang representative. Jumlah sampel penelitian 80 orang.

**Hasil:** Dari hasil penelitian ini, ada hubungan aktifitas fisik dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Medan Johor ( $p=0,00$ ).

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara aktivitas fisik dengan DM Tipe 2 di Puskesmas Medan Johor.

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Diabetes Melitus, Kadar Gula darah.

## ***ABSTRACT***

Relationship between physical activity and blood sugar levels in diabetes mellitus patients at the Medan Johor Health Center

**Thesis Faculty of Medicine**, Islamic University of North Sumatra

**Background:** Non-communicable diseases are a separate problem segment for each country in the world. According to the International Diabetes Federation (IDF), in 2045, predictions by the IDF show that 1 in 8 adults will be affected by DM Type 2. Basically, lack of activity or exercise is a contributing influence in triggering the emergence of DM Type 2.

**Objective:** To find out whether there is a relationship between physical activity and blood sugar levels in diabetes mellitus patients at the Medan Johor Community Health Center.

**Method:** This research was conducted using a cross sectional design, namely only for a moment or looking at the relationship between physical activity and blood sugar levels in diabetes mellitus patients at the Medan Johor Community Health Center. The purposive sampling technique is a method of sampling determined based on certain criteria that have been determined to obtain a representative sample. The total research sample was 80 people.

**Results:** From the results of this study, there is a relationship between physical activity and blood sugar levels in diabetes mellitus patients at the Medan Johor Community Health Center ( $p=0.00$ ).

**Conclusion:** There is a very strong and significant relationship between physical activity and Type 2 DM at the Medan Johor Community Health Center.

Keywords: Blood sugar levels, Diabetes Mellitus, Physical Activity.