

Nama : Fransiska Sintia Dewi
NIM : 1033241032
Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Hasil Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Tk II Moh Ridwan Meuraksa

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes melitus merupakan penyakit yang terjadi karena gangguan pada sekresi insulin, kerja insulin maupun keduanya. Faktor resiko utamanya yaitu keturunan, gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat.

Tujuan Penelitian: Mengetahui apakah adanya hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan hasil glukosa darah pada penderita Diabetes Melitus tipe 2

Metode: Penelitian ini menggunakan desain *Cross Sectional*, teknik pengambilan sampel menggunakan Total Sampling sebanyak 75 responden. Data dikumpulkan dengan cara penyebaran kuesioner yang terdiri dari kuesioner *Food Frequency Questioner* (FFQ) dan *Global Physical Activity Quesonaire* (GPAQ). Analisis univariat dilakukan secara deskriptif dan analisis bivariat menggunakan uji *chi square*.

Hasil: Dari 75 responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 45 responden (60%), dengan usia yang mendominasi 21-35 tahun sebesar 37 responden (49,3%), responden yang berpendidikan tinggi dengan kategori perguruan tinggi sebesar 37 responden (49,3%), dan responden yang bekerja lainnya lebih dominan sebesar 28 responden (37,3%). Responden memiliki pola makan yang tidak baik sebesar 56 responden (74,7%), pola aktivitas fisik yang ringan sebesar 42 responden (56,0%) dan hasil glukosa darah tidak terkontrol 58 responden (77,3%). Hasil Bivariat menunjukkan ada hubungan antara pola makan (p -value 0,001), pola aktivitas fisik (p -value 0,002) dengan hasil glukosa darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2.

Kesimpulan: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pola makan dan pola aktivitas fisik dengan hasil glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. Sehingga jika ingin mencapai pola hidup yang sehat harus dilakukannya menjaga pola makan yang baik dan rutin melakukan aktivitas fisik.

Kata Kunci: Diabetes Melitus Tipe 2, pola makan, pola aktivitas fisik, hasil glukosa darah

Daftar Pustaka: 52 buah (2015-2025)

Name : Fransiska Sintia Dewi
NIM : 1033241032
Thesis title : The Relationship Between Diet and Physical Activity with Blood Glucose Results in Type 2 Diabetes Mellitus Patients at Moh Ridwan Meuraksa Level II Hospital

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is a disease that occurs due to disturbances in insulin secretion, insulin function, or both. The main risk factors are heredity, lifestyle, and unhealthy eating habits.

Research Objective: To determine whether there is a relationship between diet and physical activity and blood glucose levels in patients with type 2 diabetes mellitus

Methods: This study employed a cross-sectional design with a total sampling technique involving 75 respondents. Data were collected through the distribution of questionnaires consisting of the Food Frequency Questionnaire (FFQ) and the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ). Univariate analysis was performed using descriptive methods, while bivariate analysis was conducted using the chi-square test.

Results: Of the 75 respondents, the majority were female, totaling 45 respondents (60%), with the dominant age group being 21-35 years old, totaling 37 respondents (49.3%). Respondents with higher education, categorized as college graduates, totaled 37 respondents (49.3%), and other working respondents were more dominant at 28 respondents (37.3%). Respondents had poor eating patterns at 56 respondents (74.7%), light physical activity patterns at 42 respondents (56.0%), and uncontrolled blood glucose results at 58 respondents (77.3%). Bivariate results showed a relationship between dietary patterns (p-value 0.001), physical activity patterns (p-value 0.002), and blood glucose results in patients with type 2 diabetes mellitus.

Conclusion: The results of this study indicate that there is a significant relationship between dietary patterns and physical activity patterns with blood glucose results in patients with type 2 diabetes mellitus. Therefore, to achieve a healthy lifestyle, it is necessary to maintain a good dietary pattern and engage in regular physical activity.

Keywords: Type 2 Diabetes Mellitus, dietary patterns, physical activity patterns, blood glucose levels

References: 52 (2015-2025)