

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA
DARAH SEWAKTU PADA PASIEN DIABETES MELITUS
TIPE 2 DI RUMAH SAKIT BKM PAINAN**

SKRIPSI



Diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran
Universitas Baiturrahmah

DITA MUSTIKA PUTRA

2110070100125

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH**

PADANG

2024

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu pada
Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit BKM Painan

Disusun Oleh:

DITA MUSTIKA PUTRA

2110070100125

Telah disetujui

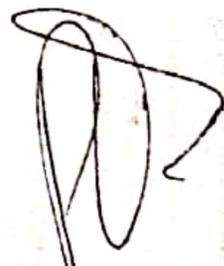
Padang, 24 November 2024

Pembimbing 1



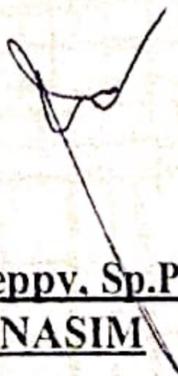
dr. Rifkind Malik, M.Biomed

Pembimbing 2



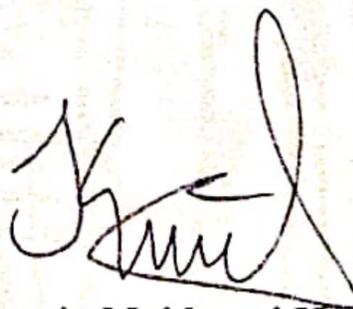
dr. Prima Adelin, Sp.PK

Penguji 1



dr. Fredia Heppv, Sp.PD-KGer,
FINASIM

Penguji 2



dr. Kurnia Maidarmi Handayani,
M.Biomed

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Dita Mustika Putra

NIM : 2110070100125

Mahasiswa : Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas
Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya ini berupa skripsi dengan judul **“Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien DM Tipe 2 di Rumah Sakit BKM Painan”** adalah asli dan belum pernah dipublikasi atau diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Baiturrahmah maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan orang lain. Kecuali pembimbing dan pihak lain sepengetahuan pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis, serta sanksi lain sesuai norma dan hukum yang berlaku.

Padang, 24 November 2024

abuat pernyataan,



Dita Mustika Putra

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI POLI KLINIK RUMAH SAKIT BKM PAINAN

DITA MUSTIKA PUTRA

Latar Belakang: Diabetes Melitus Tipe 2 merupakan salah satu penyakit metabolik yang prevalensinya terus meningkat. Pengendalian gula darah sewaktu menjadi penting untuk mencegah komplikasi. Aktivitas fisik berperan signifikan dalam meningkatkan kontrol metabolik pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit BKM Painan. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan desain *cross-sectional*. Jumlah sampel sebanyak 70 pasien Diabetes Melitus Tipe 2 yang dipilih dengan metode *consecutive sampling*. Data aktivitas fisik diperoleh melalui pengisian kuisioner *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ), sedangkan data kadar gula darah sewaktu diambil dari nilai gula darah sewaktu 3 bulan terakhir pada rekam medis pasien. Analisis data dilakukan menggunakan uji chi-square dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. **Hasil:** Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kadar gula darah sewaktu pasien Diabetes Melitus tipe 2 ($p = 0,000$). Pasien dengan tingkat aktivitas fisik tinggi memiliki kadar gula darah sewaktu yang lebih terkontrol dibandingkan dengan pasien dengan aktivitas fisik rendah. **Kesimpulan:** Aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan rerata gula darah sewaktu pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2. Meningkatkan aktivitas fisik dapat menjadi salah satu strategi penting dalam pengelolaan gula darah pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

Kata Kunci: Aktivitas fisik, Diabetes Melitus Tipe 2, Gula darah sewaktu, *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ).