

## **ABSTRAK**

### **HUBUNGAN ANTARA OLAHRAGA DAN POLA MAKAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN KADAR HbA1c DI RSUD Dr. H. ABDOEL MOELOEK BANDAR LAMPUNG**

**Oleh**

**I WAYAN ARDANA PUTRA**

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia sebagai akibat dari defek sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Lebih dari 371 juta orang di seluruh dunia mengalami DM, 4,8 juta orang meninggal akibat penyakit metabolik ini dan 471 miliar dolar Amerika dikeluarkan untuk pengobatannya. Mengontrol perjalanan penyakit dan komplikasi DM dikenal 4 pilar penting yaitu edukasi, terapi nutrisi, aktifitas fisik dan farmakologi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keteraturan olahraga dan pola makanan dengan kadar HbA1c pada pasien diabetes melitus tipe 2 dengan di RSUD Dr. H. Abdoel Moeloek. Jenis penelitian ini adalah metode analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah Penderita diabetes melitus yang datang ke Poli dan Ruang Rawat Inap bagian Penyakit Dalam. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 48 orang dengan teknik pengambilan sampling dengan metode *consecutive sampling*.

Analisis menggunakan uji Chi-square, didapatkan  $p < 0,05$  untuk semua faktor yang diteliti. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara keteraturan olahraga dan pola makan dengan kadar HbA1c pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dengan di RSUD Dr. H. Abdoel Moeloek.

Kata kunci : Diabetes mellitus, HbA1c, olahraga, pola makan.

## **ABSTRACT**

### **HUBUNGAN ANTARA OLAHRAGA DAN POLA MAKAN PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN KADAR HbA1c DI RSUD Dr. H. ABDOEL MOELOEK BANDAR LAMPUNG**

**Oleh**

**I WAYAN ARDANA PUTRA**

Diabetes mellitus (DM) is a group of metabolic diseases characterized by hyperglycemia resulting from defects in insulin secretion, insulin action or both. More than 371 million people worldwide has diabetes, 4.8 million people die as a result of this metabolic disease and 471 billion dollars was spent on treatment. Controlling the course of the disease and complications of diabetes are known four important pillars namely education, nutrition therapy, physical activity and pharmacology.

This study aims to determine the relationship between the regularity of exercise and diet with HbA1c levels in patients with type 2 diabetes mellitus in Hospital Dr. H. Abdoel Moeloek. Penelitian type is observational analytic method with cross sectional study. The population in this study are patients with diabetes mellitus who came to Poli and Space Medicine Inpatient section. Total sample in this study of 48 people with a sampling technique with consecutive sampling method.

Analysis using Chi-square test, obtained  $p < 0.05$  for all factors studied. The analysis showed that there is a relationship between the regularity of exercise and diet with HbA1c levels in patients with type 2 diabetes mellitus in Hospital Dr. H. Abdoel Moeloek.

Keywords: Diabetes mellitus, diet, exercise, HbA1c.