

RINGKASAN

EFEK KERJA SENAM DIABETES MELITUS TERHADAP PENURUNAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA KOMUNITAS IBU-IBU PKK KOMPLEK HANKAM CIBUBUR.

ABSTRAK

Penelitian skripsi ini bertujuan untuk. Mengetahui seberapa besar penurunan kadar glukosa darah pada komunitas Ibu-Ibu PKK kompleks hankam cibubur

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2017 di kompleks Hankam Cibubur. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain “*One Group Pre Test dan Post Test Design*”, dengan tehnik pengambilan sampel *Purposive Sampling*”. Sampel berjumlah 20, dari 20 peserta terdapat 8 peserta yang tidak layak mengikuti penelitian dikarenakan peserta tidak sesuai dengan criteria yang dicantumkan, jadi total sampel yang layak dalam penelitian ini berjumlah 12 peserta. Penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji-t independent dengan taraf signifikansi (α)= 0,05 (5%).

Data tes akhir efek kerja Senam Diabetes Melitus di peroleh rentangan nilai tertinggi 133 mg/dl dan nilai terendah 98 mg/dl, rata-rata 120,25 mg/dl, standar deviasi (SD) sebesar 9,46 mg/dl, standar eror mean (SE_m) sebesar 2,85.

Kesimpulan yang didapat dari efek kerja Senam Diabetes Melitus terdapat penurunan sebesar 8,32% kadar glukosa darah terhadap komunitas Ibu-Ibu PKK Komplek Hankam Cibubur.

Kata Kunci : Senam Diabetes Melitus dan Glukosa Darah

SUMMARY

EFFECT OF GYMNASTIC DIABETIC MELLITUS TO DECREASING BLOOD GLUCOSE TO PKK'S MOTHERS COMMUNITY, ON HANKAM CIBUBUR'S RESIDENCE

ABSTRACT

This research was aimed to know how much decreased of blood glucose to PKK's mothers community on Hankam Cibubur's Residence

This research held at 22 January in 2017 on Hankam Cibubur's Residence. The research method that used is experiment with "one group pre test and post test design", the sampling method is purposive sampling". Total sample are 20 persons, however, there are 8 persons who doesn't have criteria to participating in this research. So that the sample that used in this research only 12 persons. This research was analytic using T-test independent with significant level (α)= 0,05 (5%).

The effect of final test data of gymnastic diabetic mellitus has got the highest range is 133 mg/dl and the lowest is (98) mg/dl, mean 120,25 mg/dl, deviate standard (9,46). Standard error mean is (2,85).

The conclusions of effect gymnastic diabetic mellitus to decreasing blood glucose, there is decreased 8,32% of the blood glucose level to PKK's Mothers on Hankam cibubur's Residence.

Key Words : *Gymnastic Diabetics mellitus and Blood Glucose*