

ABSTRAK

Diabetes melitus dapat menyebabkan kegagalan regulasi kadar gula darah dalam tubuh yang memungkinkan untuk terjadinya gangguan sistemik lain bila tidak dikontrol. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Bed Exercise* terhadap kadar gula darah pada diabetesi.

Penelitian ini menggunakan desain *quasy experiment : case control design*. Dengan variabel *bed exercise* dan kadar gula darah. Penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Slempit. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 11-13 Juni 2018 dengan mengukur kadar gula darah responden *pre* dan *post* perlakuan pada kelompok kasus dan tanpa perlakuan pada kelompok kontrol. Jumlah populasi adalah 435 orang dengan jumlah sampel 20 orang dengan metode *sampling quota sampling*. Data diuji menggunakan *independent t test*. Dengan mempertimbangkan aspek etik penelitian.

Seluruh responden (100%) pada kelompok perlakuan mengalami penurunan kadar gula darah setelah dilakukan *Bed Exercise*. *Bed Exercise* terbukti dapat menurunkan kadar gula darah pasien diabetes melitus yang menjadi responden pada penelitian ini dengan nilai maksimal penurunan adalah 55 mg/dL dan paling minimal adalah 11 mg/dL pada kelompok yang diberikan perlakuan dengan nilai signifikansi 0,000.

Didapatkan bahwa *Bed Exercise* dapat menurunkan kadar gula darah pada diabetesi. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut apakah manfaat *Bed Exercise* dapat berlangsung lama atau hanya sesaat.

Kata Kunci : *Bed Exercise*, Diabetes, Gula Darah.

ABSTRACT

Diabetes melitus if not controlled well can cause the failure of blood glucose regulation which can lead to other sistemic disease The purpose of this study is to know if there is a influence of bed exercise in blood glucose in diabetesi.

This study use quasy experiment : case control design. With variabel of bed exercise dan blood glucose. This study held in Puskesmas's Slempit Working territory. The data collectin held on June 11th-13th. 2018 by measuring the blood glucse of the responden pre and post treatment in case group and without treatment ini control group. The population is 435 people and 20 people of sample with sampling method : quota sampling. The collected data is tested using independent t test with consideration of ethical in experiment.

All of the responden (100%) in case group show a decereasing the blood glucse levels after the bed exercise treatment. Bed Exercise proven to be decrease the blood glucose levels ini diabetesi in this study with the maximum point is 55mg/dL and the minimum of 11mg/dL in case group with the significancy of 0.000.

This shown that Bed Exercise can lead to lowering blood glucose level in diabetesi. Its necessary to do other study to prove the effect of Bed Exercise is effective for longterm or just for a shorterterm.

Keyword : Bed Exercise, Diabetes, Blood Glucose.