



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN KADAR GULA DARAH PUASA ANGGOTA KLUB
PROLANIS PUSKESMAS LUBUK BUAYA DAN
PUSKESMAS AMBACANG TAHUN 2018**

Oleh :

REFNI SARITA

No. BP. 1411222027



Pembimbing I : Dr. Azrimaidaliza, SKM, MKM

Pembimbing II : dr. Rauza Sukma Rita, Ph. D

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2018

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Juli 2018

Refni Sarita, No.BP. 1411222027

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
KADAR GULA DARAH PUASA ANGGOTA KLUB PROLANIS DI PUSKESMAS
LUBUK BUAYA DAN PUSKESMAS AMBACANG TAHUN 2018**

xiii + 82 halaman, 40 tabel, 5 gambar, 10 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Diabetes Mellitus (DM) tipe 2 merupakan gangguan metabolisme glukosa akibat resistensi insulin yang dapat dipengaruhi oleh kelebihan berat badan dan kurangnya aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan aktivitas fisik dengan kadar gula darah puasa anggota klub prolanis di Puskesmas Lubuk Buaya dan Puskesmas Ambacang tahun 2018.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan populasi seluruh anggota klub prolanis di Puskesmas Lubuk Buaya dan Puskesmas Ambacang yang berjumlah 92 orang. Sampel diambil secara *simple random sampling* dengan jumlah sampel 83 orang. Data primer yang diperoleh yaitu tinggi badan, berat badan, kebiasaan makan dan aktivitas responden, sedangkan data sekunder penelitian ini berupa identitas dan kadar gula darah puasa responden. Analisis data menggunakan uji korelasi *Pearson* untuk melihat hubungan variabel independen dengan variabel dependen. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan uji regresi linear berganda dengan metode *Enter*.

Hasil

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata kadar gula darah puasa anggota klub prolanis adalah 182,37 mg/dl dengan kategori tinggi, rata-rata IMT sebesar 24,93 kg/m² dengan kategori normal, serta rata-rata nilai aktivitas fisik yang diperoleh adalah 6,85 yang berarti aktivitas fisik ringan. Ada hubungan bermakna antara IMT (*p-value*<0,0001), aktivitas fisik (*p-value*<0,0001) dengan kadar gula darah puasa, serta tidak terdapat hubungan antara IMT dan aktivitas fisik dengan kadar gula darah puasa setelah dikontrol dengan asupan lemak, asupan karbohidrat, asupan serat dengan *p-value* 0,371 (*p*>0,05) dan 0,132 (*p*>0,05)

Kesimpulan.

Rata-rata kadar gula darah puasa responden dengan kategori tinggi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh aktivitas fisik yang kurang, IMT lebih, serta asupan yang tidak sesuai dengan kebutuhan penderita DM tipe 2.

Daftar Pustaka : 90 (1982-2017)

Kata Kunci : DM, IMT, aktivitas fisik.

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, July 2018

Refni Sarita, No. BP. 1411222027

THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX (BMI) AND PHYSICAL ACTIVITY WITH FASTING BLOOD SUGAR LEVELS OF PROLANIS CLUB MEMBERS IN LUBUK BUAYA HEALTH CENTER AND AMBACANG HEALTH CENTER 2018.

xiii + 82 pages, 40 tables, 5 pictures, 10 attachments

ABSTRACT

Objective

Diabetes Mellitus (DM) type 2 is a disorder of glucose metabolism due to insulin resistance which can be affected by overweight and lack of physical activity. This study aims to determine the relationship of Body Mass Index (BMI) and physical activity with fasting blood sugar level of prolanis club members at Lubuk Buaya Health Center and Ambacang Health Center in 2018.

Methods

This research used *cross sectional* design with population of all prolanis club members at Lubuk Buaya Health Center and Ambacang Health Center which is 92 people. The sample was taken by *simple random sampling* with 83 samples. Primary data obtained are height, weight, eating habits and activities of respondents, while the secondary data of this study in the form of identity and fasting blood sugar levels of respondents. Data analysis using *Pearson* correlation test to see the relation of independent variable with dependent variable. Furthermore, the data were analyzed using multiple linear regression test with *Enter* method.

Results

The results showed that the average fasting blood sugar level of prolanis club members is 182.37 mg/dl (high level category), the average of BMI is 24.93 kg/m² (normal category), and the average value of physical activity is 6.85 (mild physical activity). There was a significant relation between BMI (*p-value* <0.0001), physical activity (*p-value* <0.0001) with fasting blood glucose level, and there was no relationship between BMI and physical activity with fasting blood sugar after controlled with intake fat, carbohydrate intake, fiber intake with *p-value* 0,371 (*p* > 0,05) and 0,132 (*p* > 0,05).

Conclusion

Average fasting blood sugar levels of respondents are high level category. This can be influenced by less physical activity, higher BMI, and intake that is not appropriate to the needs of patients with type 2 diabetes mellitus.

References : 90 (1982-2017)

Keywords : Diabetes, IMT, Physical Activity