



**UNIVERSITAS ANDALAS**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GLUKOSA  
DARAH PADA PASIEN LANSIA RAWAT JALAN DIABETES MELITUS TIPE 2  
(STUDI *SYSTEMATIC REVIEW*)**

**Oleh :**

**NATASYA ARDINA PRATIWI**

**No. BP . 1711222019**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Melaksanakan  
Penelitian Skripsi Sarjana Ilmu Gizi**

**PRODI GIZI**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG, 2024**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**Skripsi, Agustus 2024**

**NATASYA ARDINA PRATIWI**

**No. BP:1711222019**

**HUBUNGAN POLA MAKAN DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN LANSIA RAWAT JALAN DIABETES MELITUS TIPE 2 (STUDI *SYSTEMATIC REVIEW*)**

**Tujuan Penelitian**

Kelompok umur lansia adalah kelompok umur paling banyak yang menderita penyakit Diabetes Melitus Tipe 2. Faktor resiko Diabetes Melitus Tipe 2 dibagi menjadi dua yaitu faktor yang dapat dikontrol dan tidak dapat dikontrol. Mengatur pola makan dan aktivitas fisik adalah salah satu cara agar kadar glukosa darah pada lansia tetap stabil.

**Metode**

Penelitian ini merupakan penelitian systematic review dengan melakukan penelusuran literatur di internet melalui database Google Scholar. Tahapan penelitian dimulai dengan identifikasi studi, seleksi studi, ekstraksi data dan sintesa data.

**Hasil**

Sebanyak 3.869 artikel teridentifikasi, 3 artikel dimasukkan ke dalam telaah sistematis. Terdapat 1 artikel yang membahas tentang hubungan pola makan dan kadar glukosa darah dan 2 artikel yang membahas tentang hubungan aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah.

**Kesimpulan**

Terdapat hubungan antara pola makan dan aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah pada lansia.

Daftar Pustaka: 21 (2010-2021)

Kata Kunci: Pola makan, aktivitas fisik, kadar glukosa darah, lansia, Diabetes Melitus Tipe 2