

ABSTRAK

Nadya Amallia

KESTABILAN GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS
DITINJAU DARI AKTIVITAS PRIMER, KEPATUHAN MINUM OBAT DAN
KETERATURAN MAKAN DI PUSKESMAS SUKODONO

xvi + 67 Halaman + 9 Tabel + 14 Lampiran

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat gangguan produksi atau fungsi insulin. Stabilitas gula darah merupakan indikator penting dalam penatalaksanaan DM untuk mencegah komplikasi jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk menentukan stabilitas gula darah pada pasien diabetes melitus berdasarkan aktivitas utama, kepatuhan pengobatan, dan keteraturan makan di Puskesmas Sukodono.

Desain penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif dan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 44 responden diabetes yang dipilih secara berurutan menjadi sampel. Kuesioner dan data observasi dari rekam medis hasil tes gula darah digunakan untuk mengumpulkan data.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa 33 orang (67%) yang rutin melakukan aktivitas primer cenderung memiliki gula darah stabil, sedangkan 11 orang (33%) yang tidak pernah melakukan aktivitas primer cenderung mengalami ketidakstabilan gula darah. Sebanyak 35 orang (62%) yang rutin minum obat cenderung memiliki kadar gula darah stabil, sedangkan 9 orang (38%) yang tidak rutin minum obat cenderung memiliki ketidakstabilan gula darah. Sebanyak 37 orang (60%) dengan pola makan teratur juga menunjukkan kecenderungan stabil gula darahnya sebaliknya, 7 orang (40%) yang tidak makan secara teratur cenderung mengalami kadar gula darah yang tidak stabil. 21 orang (48%) dari 44 responden memiliki gula darah tidak stabil, dan 23 (52%) memiliki gula darah stabil. Dari hasil penelitian ini diketahui bahwa aktivitas primer, kepatuhan minum obat, dan keteraturan makan turut andil dalam menjaga kestabilan kadar gula darah pada penderita DM. Edukasi mengenai pentingnya aktivitas primer, kepatuhan terhadap pengobatan, dan keteraturan makan perlu ditingkatkan untuk mengoptimalkan pengelolaan diabetes di tingkat pelayanan primer.

Kata kunci: Diabetes melitus, kestabilan gula darah, aktivitas primer.

Daftar bacaan: 33 sumber (2018-2025)

ABSTRACT

Nadya Amallia

*BLOOD GLUCOSE STABILITY IN DIABETES MELITUS PATIENTS BASED ON
PRIMARY ACTIVITY, MEDICATION ADHERENCE AND MEAL REGULARITY
AT SUKODONO HEALTH CENTER*

xvi + 67 Pages + 9 Tables + 14 Appendices

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disease characterized by elevated blood glucose levels due to impaired insulin production or function. Blood glucose stability is an important indicator in the management of DM to prevent long-term complications. This study aims to determine blood glucose stability in patients with diabetes mellitus based on primary activities, medication adherence, and dietary regularity at Sukodono Health Center.

A descriptive quantitative research design with a cross-sectional approach was employed. The study involved 44 DM patients selected through consecutive sampling. Data were collected using questionnaires and observational data from medical records of blood glucose examinations.

The findings revealed that 33 participants (67%) who regularly engaged in primary physical activities tended to have stable blood glucose levels, whereas 11 participants (33%) who did not engage in such activities tended to experience blood glucose instability. Additionally, 35 participants (62%) who consistently took their medications demonstrated stable blood glucose levels, while 9 participants (38%) who were non-adherent exhibited instability. Furthermore, 37 participants (60%) with regular eating patterns showed a tendency toward stable blood glucose levels, in contrast to 7 participants (40%) with irregular eating habits who tended to have unstable levels. Overall, out of 44 respondents, 23 (52%) had stable blood glucose levels, while 21 (48%) did not. The study concludes that primary physical activity, medication adherence, and meal regularity play significant roles in maintaining blood glucose stability among DM patients. Therefore, it is essential to enhance education on the importance of these factors to optimize diabetes management at the primary healthcare level.

Keywords: Diabetes mellitus, blood glucose stability, primary activity.

References: 33 source (2018-2025)