

**PENGARUH EDUKASI DAN AKTIVITAS KELOMPOK (SENAM)  
IMPLEMENTASI PROLANIS TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH  
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI UNIT  
PELAYANAN TEKNIS PUSKESMAS IMOIRI II**

Atika Sulistyawati<sup>1</sup>, Sri Werdati<sup>2</sup>, Darsih<sup>3</sup>

**INTISARI**

**Latar belakang** : DM Tipe II banyak terjadi pada wanita terutama kelompok ibu rumah tangga karena sedikit memerlukan tenaga dan sedikit melakukan aktivitas fisik sehingga dapat menimbulkan penimbunan lemak dalam tubuh yang dapat mengakibatkan resistensi insulin dan terjadi peningkatan kadar gula darah pasien DM Tipe II

**Tujuan Penelitian** : Untuk mengetahui Pengaruh Edukasi dan Aktivitas Kelompok (senam) Implementasi Prolanis Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Unit Pelayanan Teknis Puskesmas Imogiri II

**Metode Penelitian** : Jenis penelitian yang dipakai adalah pre eksperimen dengan menggunakan rancangan *one group pre test post test*, Sampel penelitian 45 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *sampling jenuh*. Analisa data dengan menggunakan uji *wilcoxon test*

**Hasil Penelitian** : Kadar glukosa darah sebelum diberikan edukasi dan aktivitas kelompok (senam) implementasi program pengelolaan penyakit kronis pada pasien diabetes mellitus tipe 2 mayoritas dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 42 responden (93%), Kadar glukosa darah setelah diberikan edukasi dan aktivitas kelompok (senam) implementasi prolanis pada pasien diabetes mellitus tipe 2 mayoritas dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 28 responden (62%). Berdasarkan uji *wilcoxon* didapatkan pengaruh edukasi dan aktivitas kelompok (senam) implementasi prolanis terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Unit Pelayanan Teknis Puskesmas Imogiri II ditandai dengan nilai nilai signifikan  $<0,05$

**Kesimpulan** : Terdapat pengaruh edukasi dan aktivitas kelompok (senam) implementasi prolanis terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Unit Pelayanan Teknis Puskesmas Imogiri II

**Kata kunci** : edukasi, kadar gula, senam

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Universitas Alma Ata Yogyakarta

<sup>2,3</sup> Dosen Universitas Alma Ata Yogyakarta