

**Nama : Agus Sutiono**  
**NIM : 1514201002**  
**Judul : Pengaruh Gerakan Yoga Terhadap Kontrol Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2019**

### **Abstrak**

Diabetes Mellitus merupakan suatu penyakit metabolik dengan karakteristik kenaikan kadar gula dalam darah atau *hiperglikemia* dan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang disebabkan karena kelainan sekresi insulin, gangguan kerja insulin atau keduanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh gerakan yoga terhadap kontrol kadar gula darah sewaktu pada pasien pada pasien diabetes melitus di rumah sakit umum Imelda pekerja Indonesia tahun 2019. Penelitian dilakukan pada april tahun 2019 dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien penderita diabetes melitus yang berobat di rumah sakit umum Imelda pekerja Indonesia medan selama bulan april 2019. Populasi pada penelitian ini adalah 218 orang. Sampel. Tehnik sampling pada penelitian ini adalah *accidental sampling* dengan demikian jumlah sampel adalah 41 orang. Analisis statistik yang digunakan uji wilcoxon test. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa rata rata kadar gula darah sebelum melakukan gerakan yoga adalah sebesar 270,57 mg/dl dengan standar deviasi sebesar 41,426. Kadar gula darah setelah melakukan yoga rata-rata sebesar 265,52 mg/dl dengan standar deviasi sebesar 40,805. Berdasarkan hasil wilcoxon test diperoleh nilai p value sebesar  $0,000 \leq \alpha$  (0.05) yang berarti ada pengaruh terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus di rumah sakit umum Imelda pekerja Indonesia Medan. Disarankan bagi responden agar tetap menjaga kadar gula darah dengan melakukan latihan jasmani seperti latihan fisik yoga.

**Kata kunci: Diabetes Mellitus, Gerakan Yoga, Kadar Gula Darah**