

**Universitas Ngudi Waluyo
Fakultas Keperawatan
Program Studi S1 Keperawatan
Skripsi, Februari 2021
AHMAD ROZI HAERUL ATTAMIMI
Nim: 010115A007**

“PENGARUH LATIHAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP NILAI ANKLE BRACHIAL INDEX”

xvi+ halaman + tabel + 2 gambar + lampiran

ABSTRAK

Diabetes Mellitus akan menimbulkan faktor penyulit pada pembuluh darah arteri, seperti aterosklerosis dan arteriosklerosis. Aterosklerosis yang terjadi dapat menyebabkan terjadinya penurunan nilai ABI. Salah satu cara untuk mencegah terjadinya penurunan nilai ABI yaitu dengan melakukan aktivitas fisik, dimana saat melakukan aktivitas fisik meningkatkan produksi Nitrit Oxide (NO) plasma sehingga dapat meningkatkan nilai ABI. Tujuan penelitian ini yakni untuk menganalisis Pengaruh latihan aktivitas fisik terhadap nilai ABI pada penderita Diabetes Melitus tipe 2.

Metode penelitian yang digunakan yakni meta-analisis, suatu teknik statistika yang mengabungkan dua atau lebih penelitian sejenis sehingga diperoleh paduan data secara kuantitatif. Dilakukan dengan cara menganalisis data yang bersumber dari studi primer. Hasil analisis studi primer dipakai sebagai dasar untuk menerima/mendukung sebuah hipotesis atau menolak/menggugurkan hipotesis yang diajukan oleh peneliti.

Berdasarkan 5 artikel yang direview, menunjukkan bahwa terdapat pengaruh latihan aktivitas fisik terhadap nilai ABI pada penderita Diabetes Melitus tipe 2. Adapun jenis latihan aktivitas fisik yang dapat meningkatkan ABI yakni aktivitas fisik sedang meliputi senam kaki diabetes, *Therapeutic Exercise Walking*, senam pergerakan sendi ekstremitas bawah, dan senam diabetes.

Berdasarkan penelitian ini, diharapkan aktivitas fisik dapat dijadikan sebagai terapi non farmakologis dan diterapkan dengan benar untuk meningkatkan nilai ABI pada penderita DM tipe 2

Kata Kunci : Diabetes Melitus tipe 2, Aktivitas latihan, *Ankle brachial index*

Ngudi Waluyo University

S1 Nursing Study Program

Final Project, February 2021

Ahmad Rozi Haerul Attamimi

Nim: 010115A007

**STUDY OF LITERATURE: THE EFFECT OF PHYSICAL ACTIVITY
TRAINING ON THE VALUE OF THE ANKLE BRACHILLA INDEX**

ABSTRACT

Diabetes Mellitus can cause complications in arterial blood vessels, such as atherosclerosis and arteriosclerosis. Atherosclerosis that occurs can cause a decrease in the ABI value. One way to prevent a decrease in ABI value is by doing physical activity, where physical activity increases the production of plasma Nitric Oxide (NO) so that it can increase the ABI value. The purpose of this study is to analyze the effect of physical activity training on the ABI value in type 2 diabetes mellitus sufferers. The research method used is meta-analysis, a statistical technique that combines two or more similar studies in order to obtain a quantitative combination of data. Done by analyzing data sourced from primary studies. The results of the primary study analysis are used as the basis for accepting / supporting a hypothesis or rejecting / rejecting the hypothesis proposed by the researcher.

Based on the 5 articles reviewed, it shows that there is an effect of physical activity training on the ABI value in type 2 Diabetes Mellitus sufferers. The types of physical activity exercise that can increase ABI are moderate physical activities including diabetic foot exercises, Therapeutic Exercise Walking, lower limb joint squeezing exercises. , and diabetes gymnastics.

Keywords : Type 2 Diabetes Mellitus, Exercise activity, Ankle brachial index Bibliography : 35 (2010-2020)