

ABSTRAK

Diabetes Mellitus merupakan golongan penyakit kronis yang salah satunya di sebabkan karena kurangnya aktifitas fisik yang akan meningkatkan kadar gula darah. Latihan fisik adalah salah satu penatalaksanaan diabetes mellitus karena dapat menurunkan kadar gula dalam darah. Tujuan Penelitian adalah menganalisis pengaruh antara terapi jalan kaki dengan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe2.

Desain penelitian ini adalah *Quasy Experiment* dengan rancangan *pre-post control group design* dengan populasi sebagian penderita diabetes mellitus tipe2 di Desa Banjarbillah diambil dengan teknik simple random sampling. Variabel independen jalan kaki, sedangkan variable dependen kadar gula darah. Instrumen pengambilan data adalah checklist, alat cek gula darah, selanjutnya data dianalisis menggunakan uji *Mann-Whitney*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata rata gula darah kelompok perlakuan pre 205.1 mg/dl dan post 173.8 mg/dl. Pada kelompok kontrol nilai gula darah pre 193.2 mg/dl dan post 195 mg/dl. Terdapat penurunan nilai gula darah pada kelompok perlakuan dan tidaka ada penurunan pada kelompok kontrol. Artinya ada pengaruh jalan terhadap penurunan gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe2.

Simpulan dari penelitian ini yaitu ada pengaruh antara terapi jalan kaki terhadap penurunan kadar gula darah. bagi pasien diabetes mellitus tipe2 perlu perlu di lakukan secara menerus dan teratur.

Kata kunci: Terapi Jalan Kaki, Glukosa, Diabetes Mellitus.