

## GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PENYANDANG DIABETES MELITUS TIPE II DI PUSKESMAS GAMPING II SLEMAN

Richo Borneo Simanjuntak<sup>1</sup>, Tetra Saktika Adinugraha<sup>2</sup>

### INTISARI

**Latar Belakang:** Aktivitas fisik merupakan faktor keberhasilan dalam manajemen pengelolaan Diabetes Melitus. Salah satu faktor yang berperan dalam keberhasilan DM adalah kepatuhan terhadap pengelolaan DM. Salah satu ketidakpatuhan penyandang diabetes terhadap manajemen pengelolaan DM yaitu mayoritas pada pilar aktivitas fisik.

**Tujuan Penelitian:** Diketahui gambaran aktivitas fisik penyandang Diabetes Melitus di Puskesmas Gamping II Sleman.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif non eksperimental dengan menggunakan studi deskriptif. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah penyandang diabetes mellitus yang berada puskesmas gamping II Sleman yang mengikuti kegiatan PROLANIS. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* didapatkan 43 orang. Alat ukur menggunakan kuesioner aktivitas fisik *Beacke*. Pengambilan data dilakukan pada bulan Agustus 2019. Analisa data menggunakan analisa deskriptif.

**Hasil:** Penyandang DM dipuskesmas mayoritas berjenis kelamin perempuan (84%), tidak berkerja (70%), berumur 53,56, lama menderita DM 7,16, Aktivitas fisik mayoritas berat (81,40%) dengan indeks kerja aktif (100%), indeks olahraga aktif (81%), dan indeks senggang aktif (86%).

**Kesimpulan:** Aktivitas fisik kategori berat. Bagi penyandang diabetes melitus diharapkan untuk mempertahankan aktivitas fisik dan pengobatan.

**Kata Kunci:** *Aktivitas fisik, Diabetes Melitus tipe II,*

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**THE DESCRIPTION OF PHYSICAL ACTIVITIES OF PATIENTS WITH  
DIABETES MELLITUS TYPE II IN GAMPING II COMMUNITY HEALTH  
CENTER OF SLEMAN**

Richo Borneo Simanjuntak<sup>1</sup>, Tetra Saktika Adinugraha<sup>2</sup>

**ABSTRACT**

**Background:** Physical activity is a success factor in Diabetes Mellitus management. One of determining factors in successful DM management is obedience to DM management. The majority of DM patients' disobedience is related to physical activities foundation.

**Objective:** To identify the description of physical activities of patients with Diabetes Mellitus type II in Gamping II community health center of Sleman.

**Method:** This is a quantitative and non experimental research by applying descriptive study. Population in this research is patients with Diabetes Mellitus in Gamping II community health center of Sleman who participate in Prolanis program. Sampling technique applied purposive sampling method toward 43 respondents. Assessment media is Baecke questionnaire of habitual physical activities. Data was collected in August 2019. Data analysis applied descriptive analysis.

**Result:** The majority of patients with Diabetes Mellitus type II in community health center is female (84%), jobless (70%), aged 53-56, suffer from DM for 7-16 years. The majority of physical activities is in heavy category (81,40%) heavy work index (100%), active workout index (81%), and active leisure index (86%).

**Conclusion:** Physical activity is in heavy category. Patients with Diabetes Mellitus are suggested to maintain physical activities and treatment.

**Kata Kunci:** *Physical activity, Diabetes Mellitus Type II*

---

<sup>1</sup>A Student of Nursing Faculty of Jenderal Achmad Yani University of Yogyakarta

<sup>2</sup>A Counseling Lecturer of Nursing Faculty of Jenderal Achmad Yani University of Yogyakarta