

GAMBARAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS DEPOK III KABUPATEN SLEMAN

Arini Restini Putri¹, Melyza Perdana², Totok Harjanto²

INTISARI

Latar Belakang: Penyakit diabetes mellitus merupakan penyakit metabolik yang prevalensi penderita dan jumlah kematiannya semakin meningkat dari tahun ke tahun. Pengelolaan penyakit DM sebagai upaya untuk mencegah komplikasi dari penyakit dikenal dengan 4 pilar utama yaitu, aktivitas fisik, diet, terapi farmakologi dan edukasi. Aktivitas fisik merupakan bagian penting dalam pengelolaan DM, dengan mengetahui tingkat aktivitas pasien DM dapat membantu meningkatkan kualitas hidup penderita DM.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat aktivitas fisik pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 28 Mei – 10 Juni 2015 dengan subyek penelitian pasien diabetes mellitus tipe 2 di Poli Umum Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman. Jumlah responden yang diteliti berjumlah 52 orang. Proses pengambilan data menggunakan skrining Indeks Barthel dan kuesioner IPAQ. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat.

Hasil: Setengah dari jumlah pasien DMT2 yang berkunjung di Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman berada pada tingkat kategori sedang (n=26, 50,0%), kemudian diikuti dengan jumlah 19 orang (36,5%) pada kategori tingkat aktivitas tinggi, dan sebanyak 7 orang (13,5%) pada kategori tingkat aktivitas ringan. Berdasarkan karakteristik responden yaitu sebanyak 24 responden (46,2%) wanita berada pada tingkat aktivitas sedang. Pada tingkat pendidikan SD sebanyak 12 orang (23,1%) juga pada tingkat aktivitas sedang. Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar yang merupakan ibu rumah tangga (n=18, 34,6%) berada pada tingkat aktivitas sedang. Berdasarkan kategori lama terdiagnosis, kelompok dengan lama terdiagnosis ≤ 5 tahun (n=11, 21,1%) memiliki tingkat aktivitas pada kategori tinggi disbanding kelompok ≥ 5 tahun (n=16,30,8%).

Kesimpulan: Tingkat aktivitas fisik pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman termasuk dalam kategori sedang.

Kata kunci: aktivitas fisik, penyakit diabetes mellitus tipe 2, puskesmas

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FK UGM

²Staf Pengajar Program Studi Ilmu Keperawatan FK UGM

PHYSICAL ACTIVITIES LEVEL OF DIABETES MELITUS TYPE 2 PATIENTS AT PUSKESMAS DEPOK III KABUPATEN SLEMAN

Arini Restini Putri¹, Melyza Perdana², Totok Harjanto²

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus is one of metabolic syndrome that have a higher prevalence and mortality rate every year. The four main pillars to prevent complication of this condition consist of: physical activities, diet, pharmacological therapy and education. Physical activities are one of the important part of DM management, by knowing the physical activities level can help improving the quality of life of the patient.

Aim: The research objectives are to knowing Diabetes Mellitus type II patient's physical activity level at Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman

Method: This research classified as descriptive research with qualitative and cross sectional method. Data collection performed in 28th May – 10th June 2015 at Poli umum Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman. The amount of respondent that join this research are 52 people using Barthel Index and IPAQ Questionnaire. Data analysis performed as Univariat Analysis

Result: Half of Diabetes mellitus type II patient that visit Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman categorized as moderate activity Level (n=26, 50%), Then followed by 19 people (36,5%) categorized as High level activity, and 7 people (13,5%) categorized as low level activity. Based on 24 respondent characteristic (46,2%), the female group characterized as moderate level activity. Based on the occupancy, most of all which are the housewives (N=18, 34,6%) are on moderate level activity. Based on how long it have been diagnosed, the group whom diagnosed less than 5 years (N=11, 21,1%) are on high level activity compared to group whom diagnosed more than 5 years.

Conclusion: Physical activity level of Diabetes Mellitus Type II patient at Puskesmas Depok III Kabupaten Sleman are categorized as moderate level activity.

Key words: physical activities, type 2 diabetes mellitus, puskesmas

¹Student of Nursing Science, Faculty of Medicine, Gadjah Mada University

²Lecturer of Nursing Science, Faculty of Medicine, Gadjah Mada University