

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung
Jurusan Keperawatan Bandung
Program Studi Keperawatan Bandung
Bandung, Mei 2020
Muhammad Rifanda Wiganda, P17320117017

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
TIPE II: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW**

ABSTRAK

XIV, 59 hal., 5 Bab, 1 bagan, 2 tabel, 1 lampiran

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh angka kejadian diabetes mellitus yang meningkat di Indonesia. Pada tahun 2019 penyandang diabetes usia 20-79 tahun mengalami peningkatan menjadi 10,6 juta orang dari 9,1 juta orang pada tahun 2014. Salah satu faktor yang mempengaruhi diabetes mellitus tipe 2 yaitu aktivitas fisik. Pada saat melakukan latihan fisik terjadi peningkatan pemakaian glukosa oleh otot yang aktif lalu diubah menjadi glikogen melalui proses glikogenesis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik pasien penderita diabetes melitus tipe II berdasarkan studi literatur. Metode penelitian ini adalah deskriptif dengan desain penelitian *Systematic Literature Review* (SLR) sehingga data yang diambil merupakan data sekunder yang terdiri dari tiga jurnal dalam negeri dan dua jurnal luar negeri yang diakses dari *Google scholar* dan *PubMed* dengan kata kunci “Aktivitas Fisik” dan “Diabetes Mellitus Tipe 2”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan responden yang beraktivitas tinggi sebesar 8,5 s.d. 16,5%, sedang sebesar 26,7 s.d. 57,5%, rendah sebesar 25,9 s.d. 63,3%. Dengan kesimpulan Aktifitas fisik pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 lebih rendah (32%) pada usia ≥ 57 tahun, berjenis kelamin perempuan (63,3%), berpendidikan Sekolah Dasar/Sederajat (32,7%), dan ibu rumah tangga (48,3%). Diharapkan untuk tenaga kesehatan khususnya perawat agar terus memberikan motivasi dengan melakukan penekankan terkait pentingnya melakukan aktivitas fisik terutama bagi ibu rumah tangga yang mendekati atau telah berusia lanjut dan memiliki riwayat DM Tipe 2.

Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Diabetes Mellitus Tipe 2
Daftar Pustaka: 44 (2009-2019)

Health Ministry Polytechnic of Bandung
Bandung Nursing Department
Nursing Study Program Bandung
Bandung, May 2020
Muhammad Rifanda Wiganda, P17320117017

DESCRIPTION OF PHYSICAL ACTIVITIES IN DIABETES MELLITUS TYPE II PATIENTS: SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

XIV, 59 pages, 5 Chapters, 1 chart, 2 tables, 1 attachment

This research is motivated by the increasing incidence of diabetes mellitus in Indonesia. In 2019, diabetics aged 20-79 years increased to 10.6 million from 9.1 million in 2014. One of the factors affecting type 2 diabetes mellitus is physical activity. During physical exercise an increase in glucose usage by active muscles is then converted to glycogen through the process of glycogenesis. This study aims to describe the physical activity of patients with type II diabetes mellitus based on literature studies. This research method is descriptive with research design Systematic Literature Review (SLR) so that the data taken is secondary data consisting of three domestic journals and two foreign journals accessed from Google Scholar and PubMed with the keywords "Physical Activity" and "Diabetes Mellitus Type 2 ". The results of this study indicate that respondents with a high activity of 8.5 to 16.5%, moderate 26.7 to 57.5%, low of 25.9 to 63.3%. With the conclusion that the physical activity of Type 2 Diabetes Mellitus patients is lower (32%) at the age of ≥ 57 years, female sex (63.3%), elementary school / equivalent (32.7%), and housewives (48.3 %). It is expected that health workers, especially nurses, will continue to provide motivation by conducting health services related to the importance of physical activity, especially for housewives who are approaching or have old age and have a history of Type 2 DM.

Keywords: Physical Activity, Diabetes Mellitus

Bibliography: 44 (2009-2019)