

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH PUASA PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE-2

**Studi Pada Masyarakat Kampung KB Mandiri Masyarakat Gotong Royong
Dusun Pasirpeuteuy, Desa Pawindan, Kecamatan Ciamis, Kabupaten Ciamis**

Asep Toto Tarjo
NIM : P17334119491

Diabetes melitus (DM) tipe-2, merupakan penyakit gangguan metabolik yang disebabkan karena sensitivitas insulin yang berkurang, mengakibatkan peningkatan konsentrasi glukosa di dalam darah. Melakukan aktivitas fisik dapat meningkatkan sensitivitas insulin dan merupakan satu dari empat pilar program penatalaksanaan diabetes mellitus.

Tujuan penelitian ini adalah menentukan hubungan aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah puasa pada pasien diabetes melitus. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode observasional analitik terhadap 24 responden di Kp. KB. Mandiri Masyarakat Gotong Royong, Dusun Pasirpeuteuy, Desa Pawindan, Kecamatan Ciamis, Kabupaten Ciamis yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Pada penelitian ini didapatkan 4 (16%) responden dengan kadar glukosa darah puasa normal dan 20 (84%) responden dengan kadar glukosa darah puasa meningkat, dengan kriteria aktivitas fisik sedang mencapai 16 (67%) responden dan aktivitas fisik berat terdapat 8 (33%) responden. Hasil penelitian diolah dengan uji *pearson* didapatkan nilai $p=0.759$ ($p>0.05$). Simpulan studi ini ialah tidak ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe-2 di Kp. KB. Mandiri Masyarakat Gotong Royong, Dusun Pasirpeuteuy, Desa Pawindan, Kecamatan Ciamis, Kabupaten Ciamis.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Diabetes Melitus Tipe-2. Masyarakat Kp. KB. Mandiri Magot Ciamis.

**THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY WITH FASTING-
GLUCOSE LEVEL IN TYPE 2 OF DIABETES MELLITUS PATIENT**
Study on Kp. KB. Mandiri Gotong Royong Community, Pasirpeuteuy Hamlet,
Pawindan Village, Ciamis District, Ciamis Regency

Asep Toto Tarjo
NIM : P17334119491

Diabetes mellitus (DM) type-2, is a metabolic disorder caused by reduced insulin sensitivity, resulting in an increase in glucose concentration in the blood. Doing physical activity can increase insulin sensitivity and is one of the four pillars of the diabetes mellitus management program.

The purpose of this study was to determine the relationship of physical activity with fasting blood glucose levels in patients with diabetes mellitus. This type of research used in this study uses analytic observational methods of 24 respondents in Kp. KB. Mandiri Gotong Royong Community, Pasirpeuteuy Hamlet, Pawindan Village, Ciamis District, Ciamis Regency that meet the criteria of inclusion and exclusion.

In this study found 4 (16%) respondents with normal fasting blood glucose levels and 20 (84%) respondents with fasting blood glucose levels increased, with moderate physical activity criteria reaching 16 (67%) respondents and heavy physical activity there were 8 (33 %) respondents. The results of the study were processed with the Pearson test obtained p value = 0.759 ($p > 0.05$). The conclusion of this study is that there is no significant relationship between physical activity and fasting blood glucose levels in patients with type 2 diabetes mellitus in Kp. KB. Mandiri Gotong Royong Community, Pasirpeuteuy Hamlet, Pawindan Village, Ciamis District, Ciamis Regency.

Keywords: Physical Activity, Diabetes Mellitus Type-2. Community of Kp. KB. Mandiri Magot Ciamis.