

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU
Penelitian, Februari 2025**

Prabowo

Analisis Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Garuda Pekanbaru

xii + 37 Halaman + 1 Skema + 4 Tabel + 10 Lampiran

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis yang dapat menurunkan kualitas hidup penderitanya. Aktivitas fisik memiliki peran penting dalam pengelolaan DM, namun masih banyak pasien yang kurang melakukan aktivitas fisik secara teratur. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara aktivitas fisik terhadap kualitas hidup pasien DM di Puskesmas Garuda Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 85 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) untuk mengukur aktivitas fisik dan *Diabetes Quality of Life* (DQOL) untuk menilai kualitas hidup. berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan, dan lama menderita DM. untuk usia 49, 52, dan 60 tahun memiliki masing-masing sebagian kecil responden 6 (7,1%). Sebagian besar responden 57 (67,1%) berjenis kelamin perempuan, dan sebagian kecil responden 36 (42,4%) berkerja sebagai ibu rumah tangga (IRT). Sedangkan untuk lama menderita DM sebagian kecil responden 5 (5,9%) menderita selama 6,17 tahun. Sedangkan untuk aktivitas fisik responden sebagian besar 43 (50,6%) memiliki aktivitas fisik rendah, adapun untuk kualitas hidup sebagian kecil 37 (43,5%) responden memiliki kualitas hidup yang kurang. Hasil analisis bivariat dengan uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup pasien DM ($p\text{-value} = 0,000$). Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi untuk meningkatkan aktivitas fisik pasien DM guna meningkatkan kualitas hidup mereka.

Data Kunci : *Diabetes Mellitus, Aktivitas Fisik, Kualitas Hidup*
Daftar Bacaan : 22 (2019-2024)

**BACHELOR OF NURSING PROGRAM, FACULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE
Research, February 2025**

Prabowo

***Analysis of the Relationship Between Physical Activity and Quality of Life in
Diabetes Mellitus Patients at Puskesmas Garuda Pekanbaru***

xii + 37 Pages + 1 Scheme + 4 Tables + 10 Appendixes

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a chronic metabolic disease that can reduce the quality of life of sufferers. Physical activity has an important role in the management of DM. However, many patients do not engage in regular physical activity. This study aims to analyze the relationship between physical activity and the quality of life of DM patients at Garuda Health Center Pekanbaru. This study used a quantitative method with a cross-sectional correlational design. The sample in this study amounted to 85 respondents who were selected using purposive sampling technique. Data were collected through the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) to measure physical activity and Diabetes Quality of Life (DQOL) to assess quality of life. based on age, gender, occupation, and duration of DM. for ages 49, 52, and 60 years had a small proportion of 6 (7.1%) respondents each. Most respondents 57 (67.1%) were female, and a small proportion of respondents 36 (42.4%) worked as housewives. As for the length of time suffering from DM, a small proportion of respondents 5 (5.9%) suffered for 6.17 years. As for physical activity, most of the respondents 43 (50.6%) had low physical activity, as for quality of life, a small proportion of 37 (43.5%) respondents had a poor quality of life. The results of bivariate analysis with the chi-square test showed a significant relationship between physical activity and the quality of life of DM patients ($p\text{-value} = 0.000$). Therefore, educational efforts are needed to increase the physical activity of DM patients to improve their quality of life.

Keywords: Diabetes Mellitus, Physical Activity, Quality of Life
References: 22 (2019-2024)