

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Skripsi, Agustus 2024

Dinda Valentika Yandri
20301043

Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru

xii + 95 Halaman + 6 Tabel + 1 Skema + 15 Lampiran

ABSTRAK

Aktivitas fisik dapat mempengaruhi peningkatan kualitas hidup pasien diabetes melitus pada kesehatan jantung, meningkatkan sirkulasi darah, dan mengurangi risiko komplikasi jangka panjang, dimana saat melakukan latihan fisik terjadi peningkatan pemakaian glukosa oleh otot yang aktif sehingga secara langsung dapat menyebabkan penurunan glukosa darah. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan aktifitas fisik terhadap kualitas hidup pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *desain* penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Sampel yang digunakan pada penelitian ini 86 orang terdiri dari penderita diabetes melitus tipe 2 dan berusia >35 tahun, dengan menggunakan uji statistic chi square. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner aktifitas fisik yaitu kuesioner *Global Physical Activity Quality (GPAQ)* dan kuesioner kualitas hidup yaitu kuesioner *Diabetes Quality Of Life (DQOL)*. Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan aktivitas fisik yang ringan sebanyak 49 orang (57%) dan kualitas hidup yang kurang sebanyak 34 orang (39.5%). Hasil penelitian didapatkan *p value* 0,001 (<0,05) yang artinya H_0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara aktifitas fisik dengan kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru. Rekomendasi penelitian ini diharapkan kepada pasien diabetes melitus untuk meningkatkan aktivitas fisik dan kualitas hidup supaya mempercepat penyembuhannya.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, Aktifitas Fisik, Kualitas Hidup
Daftar Pustaka : 67 (2015-2023)

**NURSING PROGRAM STUDY
FACULTY OF NURSING
INSTITUTE OF HEALTH PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Final Project, August 2024

Dinda Valentika Yandri
20301043

Relationship between Physical Activity and Quality of Life in Type 2 Diabetes Mellitus Patients at Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru

xii + 95 Pages + 6 Tables + 1 Scheme + 15 Appendixes

ABSTRACT

Physical activity can affect the improvement of the quality of life of patients with diabetes mellitus on heart health, improve blood circulation, and reduce the risk of long-term complications, where when doing physical exercise there is an increase in the use of glucose by active muscles so that it can directly cause a decrease in blood glucose. The purpose of the research is to determine the relationship between physical activity and quality of life in patients with type II diabetes mellitus at Puskemas Simpang Tiga Pekanbaru. This research is a quantitative research with the research design used is cross sectional. The sample used in this study was 86 people consisting of people with type 2 diabetes mellitus and aged >35 years, using the chi square statistical test. This research instrument uses a physical activity questionnaire, namely the Global Physical Activity Quality (GPAQ) questionnaire and the quality of life questionnaire, namely the Diabetes Quality Of Life (DQOL) questionnaire. Based on the results of the study, 49 people (57%) received light physical activity and 34 people (39.5%) of poor quality of life. The results of the study were obtained p value 0.001 (<0.05) which means that Ho was rejected, so it can be concluded that there is a significant relationship between physical activity and quality of life in patients with type 2 diabetes mellitus at Simpang Tiga Pekanbaru Health Center. This research recommendation is expected to patients with diabetes mellitus to increase physical activity and quality of life to speed up their healing.

Keyword : Diabetes Mellitus, Physical Activity, Quality of Life

Reference : 67 (2015-2023)