

**HUBUNGAN TINGKAT AKTIVITAS FISIK
DENGAN KONTROL GLIKEMIK
PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2
PESERTA JAMINAN KESEHATAN NASIONAL
PROGRAM PENGELOLAAN PENYAKIT KRONIS
DI KABUPATEN BANYUMAS**

Aisyah Apsarini Kusuma Pertiwi, Joko Mulyanto, Pugud Samodro
Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto

ABSTRAK

Latar belakang: Angka kejadian Diabetes Melitus (DM) di Kabupaten Banyumas merupakan salah satu yang tertinggi di Jawa Tengah. Salah satu pengendalian DM dapat dilakukan dengan meningkatkan aktivitas fisik dan mengatur pola makan. Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kontrol glikemik di Kabupaten Banyumas belum diketahui.

Tujuan: Menganalisis hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kontrol glikemik pada pasien Prolanis DM di Kabupaten Banyumas.

Metode: Penelitian ini merupakan *Secondary Analysis* dari penelitian survei *cross-sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 318 orang. Variabel terikat pada penelitian ini adalah kontrol glikemik yang didasarkan pada HbA1c dan variabel bebas berupa tingkat aktivitas fisik yang didasarkan pada kuisioner GPAQ. Teknik pengambilan sampel dengan metode *total sampling* sejumlah 318 orang. Hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan kontrol glikemik dianalisis menggunakan uji *Chi-square*.

Hasil: Responden dengan tingkat aktivitas fisik tinggi memiliki kontrol glikemik yang baik sebanyak 5% sedangkan 17,3% lainnya memiliki kontrol glikemik kurang baik. Responden dengan tingkat aktivitas fisik rendah hingga sedang memiliki kontrol glikemik yang baik sebanyak 22,6% sedangkan 55,1% lainnya memiliki kontrol glikemik kurang baik. Hasil uji *Chi-square* antara tingkat aktivitas fisik dengan kontrol glikemik didapatkan nilai $p=0,529$.

Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan kontrol glikemik pada pasien DM peserta Prolanis di Kabupaten Banyumas. Penelitian lebih lanjut perlu melakukan analisis multivariabel dengan mengikuti variabel lain yang mungkin memengaruhi kontrol glikemik.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Tingkat Aktivitas Fisik, Kontrol Glikemik HbA1c



**THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY
AND GLYCEMIC CONTROL
IN PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS
PARTICIPANTS IN THE NATIONAL HEALTH INSURANCE
CHRONIC DISEASE MANAGEMENT PROGRAM
IN BANYUMAS REGENCY**

Aisyah Apsarini Kusuma Pertiwi, Joko Mulyanto, Pugud Samodro
Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman, Purwokerto

ABSTRACT

Background: *The incidence of Diabetes Mellitus (DM) in Banyumas Regency is one of the highest in Central Java. One way to control DM can be done by increasing physical activity and adjusting diet. The relationship between physical activity levels and glycemic control in Banyumas Regency is not yet known.*

Objective: *Analyzing the relationship between physical activity levels and glycemic control in Prolanis DM patients in Banyumas Regency.*

Methods: *This research is a Secondary Analysis of cross-sectional survey research with a sample size of 318 people. The dependent variable in this study is glycemic control which is based on HbA1c and the independent variable is physical activity level which is based on the GPAQ questionnaire. The sampling technique used a total sampling method of 318 people. The relationship between physical activity level and glycemic control was analyzed using the Chi-square test.*

Results: *5% of respondents with high levels of physical activity had good glycemic control, while the other 17.3% had poor glycemic control. Respondents with low to moderate levels of physical activity had good glycemic control as much as 22.6%, while the other 55.1% had poor glycemic control. The results of the Chi-square test between physical activity level and glycemic control showed a value of $p=0.529$.*

Conclusion: *There was no significant relationship between physical activity level and glycemic control in DM patients participating in Prolanis in Banyumas Regency. Further research needs to carry out multivariable analysis by including other variables that may influence glycemic control.*

Keywords: *Diabetes Mellitus, Physical Activity Level, Glycemic Control HbA1c*

