

**Universitas Ngudi Waluyo  
Program Studi Keperawatan  
Fakultas Keperawatan  
Skripsi, Januari 2023  
Eka Sofi Diniyanti  
011191039**

**GAMBARAN AKTIVITAS FISIK, POLA MAKAN, PENGOBATAN DAN POLA  
PEMERIKSAAN KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES MELITUS  
TIPE II PADA DEWASA DI DESA LEBAK KECAMATAN BRINGIN**

**ABSTRAK**

Latar belakang : Diabetes melitus (DM) dapat menyerang hampir seluruh sistem tubuh manusia, mulai dari kulit sampai jantung yang menimbulkan berbagai penyakit (komplikasi). Penyakit ini tidak dapat di sembuhkan namun bisa dikontrol dengan memperhatikan aktifitas fisik, pola diet, pengobatan dan memonitor glukosa darah.

Tujuan : untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik, pola diet, pengobatan dan pola pemeriksaan kadar glukosa darah penderita diabetes melitus pada lansia di desa lebak kecamatan bringin.

Metode : metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi yang digunakan berjumlah 105 responden DM tipe 2 di desa lebak kecamatan bringin dengan teknik total sampel. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Analisa data menggunakan analisa sederhana

Hasil : aktivitas fisik penderita DM sebagian besar rendah 64 responden (61%), pola diet DM sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 73 responden (69,5%), pengobatan DM sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 60 responden (57,1%), pemeriksaan kadar glukosa sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 57 responden (54,3%)

Saran : diharapkan agar masyarakat dapat mengubah pola makan, aktivitas fisik, dan mengontrol glukosa darah.

Kata kunci : aktivitas fisik, pola diet, pengobatan, pola pemeriksaan gula darah penderita, diabetes melitus

**Ngudi Waluyo University  
Nursing Study Program  
nursing faculty  
Thesis, January 2023  
Eka Sofi Diniyanti**

011191039

**DESCRIPTION OF PHYSICAL ACTIVITY, DIETARY PATTERN, TREATMENT AND CHECKING PATTERN OF BLOOD GLUCOSE LEVEL IN ADULT TYPE II DIABETES MELLITUS IN ADULTS LEBAK VILLAGE, BRINGIN SUB-DISTRICT**

**ABSTRACT**

**Background :** Diabetes mellitus (DM) can attack almost all systems of the human body, from the skin to the heart which causes various diseases (complications). This disease cannot be cured but can be controlled by paying attention to physical activity, diet, medication and monitoring blood glucose.

**Objective:** to find out the description of physical activity, dietary patterns, treatment and blood sugar checking patterns of diabetes mellitus patients in the elderly in Lebak village, Bringin sub-district

**Method:** quantitative method with a descriptive approach. The population used was 105 DM type 2 respondents in the village of Lebak, Bringin sub-district, using the total sample technique. The instrument used is a questionnaire. Data analysis using simple analysis

**Results:** the physical activity of DM sufferers was mostly low, 64 respondents (61%), DM dietary patterns were mostly in the moderate category, 73 respondents (69.5%), DM treatment was mostly in the moderate category, 60 respondents (57.1%) , examination of glucose levels mostly in the moderate category as many as 57 respondents (54.3%)

**Suggestion:** it is hoped that people can change diet, physical activity, and control blood sugar.

**Keywords:** physical activity, dietary pattern, medication, blood sugar checking pattern, diabetes mellitus