

ABSTRAK

Latar Belakang: Penyakit tidak menular (PTM) merupakan kelompok penyakit yang memberi dampak kesehatan pada masyarakat. Penyakit yang termasuk kedalam PTM adalah Diabetes Mellitus. Diabetes melitus di Indonesia naik 6,9% menjadi 8,5%. Upaya penatalaksanaan Diabetes Melitus (DM) memiliki 5 pilar, yaitu Edukasi, Terapi Nutrisi Medis, Aktivitas Fisik, Terapi farmakologi dan Monitoring Kadar Gula. **Tujuan Penelitian** ini bertujuan untuk mengetahui Pengetahuan penderita Diabetes Melitus Tentang Pentingnya Aktivitas Fisik Di Wilayah Upt Cilengkrang. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah metode *Deskriptif*. Populasi sebanyak 61 Orang. *Sample* dalam penelitian ini sebanyak 51 Orang Responden Dengan Teknik Pengambilan *Total Sampling*. Instrumen menggunakan Kuisioner. Analisis dalam penelitian ini yaitu *Unvariat*. **Hasil dalam penelitian** Pengetahuan Penderita diabetes Melitus tentang pentingnya Aktivitas fisik di Wilayah Puskesmas Cilengkrang Menunjukkan Kategori yaitu: Baik dengan presentasi 5,88% Sebagian Kecil Responden, Cukup dengan presentasi 43,16% Hampir Setengahnya Responden dan Kurang dengan presentasi 50,98% Setengahnya Responden. Pengetahuan Penderita Diabetes Kurang dikarenakan hasil wawancara dengan pihak puskesmas dan kader setempat saat ini belum berjalan kegiatan prolanis pada pasien Diabetes Melitus sehingga **Saran** kepada petugas puskesmas harus menekankan kegiatan edukasi dan wawasan mengenai pentingnya aktivitas fisik.

Kata Kunci : Aktivitas fisik; Pengetahuan; diabetes

melitus Daftar Pustaka : 17 (2012-2021)

Buku : 3 Buku

Web : 9 Situs Web

Jurnal : 8 Jurnal

ABSTRACT

Background: Non-communicable diseases (NCDs) are a group of diseases that have a health impact on society. The disease included in NCDs is Diabetes Mellitus. Diabetes mellitus in Indonesia rose 6.9% to 8.5%. Diabetes Mellitus (DM) management efforts have 5 pillars, namely Education, Medical Nutrition Therapy, Physical Activity, Pharmacological Therapy and Monitoring Sugar Levels. **The purpose of this study** aims to find out the knowledge of people with Diabetes Mellitus about the importance of physical activity in the Upt Cilengkrang Area. **Method:** The type of research used is the Descriptive method. Population of 61 People. The sample in this study was 51 Respondents with a Total Sampling Technique. Instrument using Questionnaire. The analyst in this study is Unvariat. **The results in the study** of Knowledge of People with Diabetes Mellitus about the importance of physical activity in the Cilengkrang Puskesmas Region Showed Categories, namely: Good with a present of 5.88% a Small Percentage of Respondents, Enough with the presentation of 43.16% Almost Half of respondents and Less with a presentation of 50.98% Seteghnyan Respondents. Knowledge of Diabetes Sufferers Lack of information from interviews with puskesmas and local cadres, currently there are no prolanis activities in Diabetes Mellitus patients so **that advice** to puskesmas officers must emphasize educational activities and insights about the importance of physical activity.

Keywords : Physical activity; Knowledge; diabetes mellitus
Bibliography : 17 (2012-2021)

Book : 3 books

Web : 9 Websites

Journals : 8 Journal