

ABSTRAK

Angka kejadian diabetes melitus tipe 2 semakin meningkat setiap tahun seperti yang terjadi di Jawa Barat tahun 2019 sebanyak 848.455 kasus dan meningkat pada tahun 2020 menjadi 1.012.622 kasus. Penyakit Diabetes Melitus tipe 2 yang bisa mengakibatkan dampak berbahaya bagi kesehatan dan meningkatkan risiko kematian. Oleh karena itu diperlukan pengendalian faktor risiko sebagai upaya pencegahan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Melitus tipe 2 pada usia dewasa. Metode penelitian yang digunakan berupa metode *literature review* yaitu mencari sumber-sumber hasil penelitian dari artikel terkait judul penelitian. Sumber artikel didapatkan dari *Google Scholar* dan *Portal Garuda*. Diperoleh 10 artikel yang membahas hubungan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2. Hasil penelitian didapatkan aktivitas fisik yang berisiko terjadinya diabetes melitus tipe 2 adalah aktivitas fisik ringan, orang dewasa berisiko mengalami diabetes melitus tipe 2, Ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2. Simpulan didapatkan bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2. Saran bagi Universitas Bhakti Kencana supaya terus mengembangkan kemampuan mahasiswanya dalam upaya memberikan edukasi kepada masyarakat dalam membiasakan beraktivitas fisik yang bisa mencegah terjadinya diabetes melitus tipe 2.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Diabetes Melitus Tipe 2, Pencegahan
Sumber : 26 Buku (tahun 2016-2021)
15 Jurnal (tahun 2013-2020)

ABSTRACT

The incidence of type 2 diabetes mellitus is increasing every year as happened in West Java in 2019 as many as 848,455 cases and increased in 2020 to 1,012,622 cases. Type 2 Diabetes Mellitus which can have a dangerous impact on health and increase the risk of death. Therefore, it is necessary to control risk factors as a prevention effort. The purpose of this study was to determine the relationship between physical activity and the incidence of type 2 diabetes mellitus in adulthood. The research method used is a literature review method, which is looking for sources of research results from articles related to the research title. The source of the article is obtained from Google Scholar and Garuda Portal. Obtained 10 articles discussing the relationship between physical activity and the incidence of Type 2 Diabetes Mellitus. 2. The conclusion is that there is a relationship between physical activity and the incidence of type 2 diabetes mellitus. Suggestions for Bhakti Kencana University to continue to develop the ability of its students in an effort to provide education to the public in getting used to physical activity that can prevent type 2 diabetes mellitus.

Keywords : Diabetes Mellitus Type 2, Physical Activity, Prevention
Source : 26 Books (2016-2021)
15 Journals (2013-2020)