

## Gambaran Kepatuhan Diet dan Aktifitas Fisik Pasien DM di Klinik Pratama Rawat Inap PKU Muhammadiyah Kroya Tahun 2024

### *Description of Diet Compliance and Physical Activity of DM Patients at the PKU Muhammadiyah Kroya Primary Inpatient Clinic in 2024*

Subechi<sup>1</sup>, Engkartini<sup>2</sup>, Sutarno<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Health Science Al-Irsyad University Cilacap

Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

#### ABSTRAK

Penyakit DM pada era globalisasi sebagian besar dipengaruhi oleh pola hidup masyarakat yang tidak sehat mulai dari pola konsumsi yang serba instan dan semakin canggihnya teknologi yang menyebabkan seseorang kurang bergerak atau melakukan aktivitas fisik. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet dan aktifitas fisik pasien DM. Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel adalah pasien DM tipe 2 yang berkunjung di Klinik Pratama Rawat Inap PKU Muhammadiyah Kroya tahun 2024 sebanyak 30 orang yang diambil dengan teknik *accidental sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 sebagian besar patuh sebanyak 27 orang (90%) dan aktivitas fisik pasien DM tipe 2 sebagian besar ringan sebanyak 27 orang (90%). Kesimpulan: Kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 sebagian besar patuh dan aktivitas fisik pasien sebagian besar ringan (90%).

Kata Kunci : Kepatuhan, Diet, Aktivitas, Fisik, DM.

#### ABSTRACT

*Diabetes Mellitus disease in the era of globalization is largely influenced by people's unhealthy lifestyles, starting from instant consumption patterns and increasingly sophisticated technology which causes people to move less or do less physical activity. The aim of the research is to determine the description of diet compliance and physical activity of DM patients. This research is a type of analytical observational research with a cross sectional approach. The sample was 30 type 2 DM patients who visited the PKU Muhammadiyah Kroya Primary Inpatient Clinic in 2024. Data analysis uses univariate analysis. The results showed that diet compliance in type 2 DM patients was mostly compliant, 27 people (90%) and physical activity in type 2 DM patients was mostly light, 27 people (90%). Conclusion: Dietary compliance in type 2 DM patients is mostly compliant and the patient's physical activity is mostly light (90%).*

Keyword Compliance, Diet, Activity, Physical, DM

