

ABSTRAK

Grace Septiani Gulo (01501180241)
Graceni Rolanda Telaumbanua (01501180242)
Tania Peristanti Putri Ziliwu (01501180252)

GAMBARAN MANAJEMEN DIET DAN POLA AKTIVITAS PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI NIAS

Latar Belakang: Diabetes Melitus Tipe 2 (DM Tipe 2) termasuk dalam 10 besar penyakit penyebab kematian utama. Saat ini Indonesia menduduki peringkat ke enam dunia dengan jumlah penderita Diabetes Melitus Tipe 2 terbesar yaitu sebanyak 90% dari seluruh kasus Diabetes Melitus di dunia. Di Indonesia, prevalensi penderita diabetes melitus pada tahun 2013 (2,1%) mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2007 (1,1%), salah satu faktor resiko penyebab diabetes melitus karena gaya hidup sehari-hari yang kurang sehat dan kurang gerak serta konsumsi makanan yang tidak seimbang secara terus menerus, sehingga akibatnya gula darah selalu tinggi dan mempercepat timbulnya komplikasi. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengidentifikasi gambaran manajemen diet dan pola aktivitas pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di komunitas. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pemilihan sampel dengan cara purposive sampling. Uji statistik menggunakan analisis univariate. **Instrumen Penelitian:** Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian kuesioner. **Hasil :** penderita DM Tipe 2 di komunitas Nias rata – rata memiliki manajemen pola diet yang kurang 83 responden (96.5%). 80.2% (69 responden) memiliki manajemen pola aktivitas yang kurang. **Kata kunci :** Diabetes Melitus Tipe 2, Manajemen diet, manajemen pola aktivitas

ABSTRACT

Grace Septiani Gulo (01501180241)
Graceni Rolanda Telaumbanua (01501180242)
Tania Peristanti Putri Ziliwu (01501180252)

DESCRIPTION OF MANAGEMENT ABOUT DIET MANAGEMENT AND ACTIVITY MANGEMENT IN PATIENTS WITH DIABETES MELLITUS TYPE 2 IN NIAS

Background: *Diabetes Mellitus Type 2 (Type 2 diabetes mellitus) is one of the top 10 causes of death in Indonesia and currently Indonesia is ranked sixth in the world with the largest number of Type 2 Diabetes Mellitus sufferers, which is 90% of all diabetes mellitus cases in the world. . In Indonesia, the prevalence of diabetes mellitus sufferers in 2013 (2.1%) has increased compared to 2007 (1.1%), one of the risk factors for diabetes mellitus is due to an unhealthy daily lifestyle and lack of movement and consumption. food that is not balanced continuously, so as a result blood sugar is always high and accelerates the onset of complications. **Research Objectives:** To identify an overview of diet management and activity patterns in people with Type 2 Diabetes Mellitus in the community. **Methods:** This study used a quantitative descriptive method with a cross sectional approach. The sample was selected by purposive sampling. Statistical test using univariate analysis. **Research Instruments:** This study used a questionnaire research instrument. **Results:** 83 respondents (96.5%) had less dietary management in Nias community on average. 80.2% (69 respondents) have less activity management.*

Key words : *Diabetes Mellitus Type 2, Diet Management, Activity Management*