

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF PHYSICAL ACTIVITY WITH STRESS LEVEL IN DIABETES MELLITUS PATIENTS IN INTERNAL DISEASE POLY ROOM PROF.DR.SOEKANDAR MOJOSARI

By :

Dewi Arifah

Stress is one of the conditions that every Diabetes Mellitus (DM) patient is susceptible to. Efforts to deal with stress in DM patients are still low, especially through physical activity. Management of daily physical activity is very important in DM patients, through physical activity it can release energy from skeletal muscles so that it can control high blood sugar which can trigger stress in DM patients. This study aims to determine the relationship between physical activity and stress levels in DM patients. This research method uses a research design that is correlation analytic. The population in this study were all patients with diabetes mellitus in the internal medicine polyclinic of RSUD Prof.Dr. Soekandar Mojosari, totaling 108 people. The research sampling technique used consecutive sampling. The sample in this study was part of the population of diabetes mellitus patients in the internal medicine polyclinic of Prof.Dr. Soekandar Mojosari, totaling 50 people. Data analysis is presented in the form of percentages and tables. The results of this study indicate that almost all respondents in the category of light physical activity as many as 38 people, and most of them in the category of moderate stress as many as 32 people. In the results of the analysis of the description of physical activity and stress levels in DM patients at the internal medicine polyclinic Prof.Dr.Soekandar Mojosari with the results of statistical tests using Spearman Rho with p value 0.000 (<0.05), so the conclusion of this study is that there is a relationship between physical activity with stress levels in DM patients who are respondents at the Internal Medicine Poly Prof.Dr.Soekandar.

Keywords: Physical activity, Stress, Diabetes Mellitus

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIFITAS FISIK DENGAN TINGKAT STRESS PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI RUANG POLI PENYAKIT DALAM RSUD PROF.DR.SOEKANDAR MOJOSARI

Oleh :

Dewi Arifah

Stress merupakan salah satu kondisi yang rentan dirasakan oleh setiap pasien Diabetes Mellitus (DM). Upaya penanganan stress pada pasien DM masih rendah, khususnya melalui aktifitas fisik. Pengelolaan aktifitas fisik harian sangat penting pada pasien DM, melalui aktifitas fisik dapat melepaskan energi dari otot skeletal sehingga bisa mengontrol gula darah tinggi yang dapat memicu stress pada pasien DM. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktifitas fisik dengan tingkat stress pada pasien DM. Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian yakni analitik korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes militus di poli penyakit dalam RSUD Prof.Dr. Soekandar Mojosari yang berjumlah 108 orang. Teknik sampling penelitian menggunakan *consecutive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian populasi pasien diabetes militus di poli penyakit dalam RSUD Prof.Dr. Soekandar Mojosari yang berjumlah 50 orang. Data analisis disajikan dalam bentuk presentase dan tabel. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir seluruh responden dalam kategori aktifitas fisik ringan sebanyak 38 orang, dan sebagian besar dalam kategori stress sedang sebanyak 32 orang. Dalam hasil analisis gambaran aktifitas fisik dan tingkat stress pada pasien DM di poli penyakit dalam Prof.Dr.Soekandar Mojosari dengan hasil uji statistik menggunakan *Spearman Rho* dengan p value 0,000 ($<0,05$), sehingga kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara aktifitas fisik dengan tingkat stress pada pasien DM yang menjadi responden di Poli Penyakit Dalam Prof.Dr.Soekandar.

Kata Kunci : Aktifitas fisik, Stress, Diabetes Mellitus