

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN POLA MAKAN DENGAN ANKLE BRACHIAL INDEX PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS GAMBIRSARI

Diaz Yudhita Mayasari¹, Mulyaningsih²
diazyudhita12@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Jumlah penderita diabetes di dunia mencapai 536,6 juta jiwa. Indonesia berada di peringkat ke-5 dengan penderita diabetes terbanyak di kawasan ASEAN dengan total 19,5 juta orang dan diperkirakan akan meningkat menjadi 28,6 juta tahun 2045. Peningkatan kadar glukosa menyebabkan risiko ulkus diabetikum. Oleh karena itu, penderita diabetes mellitus harus rutin menjalankan aktivitas fisik dan menjaga pola makannya dengan baik. **Tujuan :** Mengetahui hubungan aktivitas fisik dan pola makan dengan *Ankle Brachial Index* pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Gambirsari. **Metode :** Metode penelitian korelasional menggunakan rancangan *Cross Sectional*. Sampel sebanyak 67 responden di analisa dengan uji bivariat *Kolmogorov-Smirnov*. **Hasil :** Mayoritas responden di Puskesmas Gambirasari memiliki aktivitas fisik ringan sebanyak 45 orang (67,2%), pola makan tidak sehat sebanyak 43 orang (64,2%), dan nilai ABI rendah sebanyak 40 orang (59,7%) yang berisiko terjadinya ulkus diabetikum pada penderita diabetes mellitus. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value } 0,000 < 0,05$. **Kesimpulan :** Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan *Ankle Brachial Index* pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Gambirsari dan Ada hubungan antara pola makan dengan *Ankle Brachial Index* pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Gambirsari.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, *Ankle Brachial Index*, Diabetes Mellitus, Pola Makan, Ulkus Diabetikum