

ABTRAK

Diabetes mellitus sering mengalami peningkatan kadar gula darah yang tidak terkontrol disebabkan adanya perubahan gaya hidup, terutama kurangnya melakukan aktifitas fisik pada penderita Diabetes mellitus yang memiliki nilai *Ankle Brachial Index* yang cukup rendah, khususnya penderita Diabetes mellitus yang jarang melakukan aktivitas fisik atau *exercise*, jarang mengontrol kadar gula darahnya, tidak minum obat sesuai anjuran dokter, dan tidak memperhatikan perawatan kakinya. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan tingkat aktifitas fisik dengan *Ankle Brachial Index* (ABI) pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Taman Sidoarjo.

Desain penelitian ini menggunakan jenis analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian yaitu seluruh penderita diabetes mellitus tipe 2 di wilayah Puskesmas Taman Sidoarjo sebanyak 200 responden. Besar sampel sebesar 133 responden diambil secara *simple random sampling*. Instrumen menggunakan kuisioner PASE (*Physical Scale for Elderly*) dan observasional pengukuran ABI. Variabel independen (tingkat aktivitas fisik) sedangkan variabel dependen (ABI). Data dianalisis menggunakan uji *Rank-Spearman* dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0,05$.

Hasil penelitian sebagian besar (66,2%) aktifitas fisik dalam kategori aktifitas kurang dan hampir setengahnya (42,9%) *ankle brachial index* (ABI) dalam batas normal. Hasil uji *Rank-Spearman* menunjukkan ada hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan ABI pada penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Taman Sidoarjo dengan nilai $p = 0,042$.

Aktivitas fisik berhubungan dengan nilai ABI dalam tubuh saat melakukan aktivitas fisik yang baik dan teratur dapat menurunkan nilai *ankle brachial index* (ABI). Perawat hendaknya membantu meningkatkan kualitas hidup penderita dengan edukasi pentingnya aktifitas fisik untuk kesehatan.

Kata Kunci : Aktifitas Fisik, Nilai Ankle Brachial Index (ABI), Diabetes Mellitus Tipe 2