

ABSTRAK

Saat ini, Indonesia berada di urutan ke-4 terbanyak kasus diabetes di dunia. Penelitian ini untuk menganalisis karakteristik lansia, faktor predisposisi, keteraturan senam, hubungan antara karakteristik dengan keteraturan senam dan hubungan antara faktor predisposisi dengan keteraturan di kelompok senam lansia Bagas Kasarasan.

Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan rancang bangun *cross sectional*. Data diperoleh dengan cara wawancara dengan kuesioner kepada lansia yang menderita DM dan mengikuti senam di wilayah RT 5 RW 3 Kelurahan Sonokwijen Surabaya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan, pada usia 51-55 tahun, berpendidikan rendah, bekerja, jarak rumah dengan tempat latihan senam dekat ($< 1,5$ km), dan cara transportasi yang digunakan untuk menuju tempat latihan senam yaitu dengan jalan kaki. Sebagian besar lansia yang menjadi responden mempunyai faktor predisposisi cukup baik terhadap diabetes mellitus. Mayoritas responden tidak teratur mendatangi senam lansia.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu seluruh karakteristik lansia (jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, status pekerjaan, jarak rumah, dan transportasi) tidak berhubungan dengan keteraturan senam lansia di kelompok Bagas Kasarasan. Faktor predisposisi (persepsi kerentanan DM, persepsi kegawatan DM, dan persepsi terancam komplikasi DM) berhubungan dengan keteraturan melakukan senam lansia. Hal ini perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan kunjungan lansia pada kelompok senam di RT 5 RW 3 Kelurahan Sonokwijen Surabaya.

Kata kunci : Diabetes Mellitus, Faktor Predisposisi, Keteraturan Senam