

ABSTRAK

Diabetes melitus (DM) yang sering disebut *silent killer* adalah salah satu penyakit kronis yang paling banyak diderita. Diabetes melitus tipe 2 ditandai dengan adanya resistensi insulin. Aktivitas fisik dapat mengurangi risiko komplikasi bagi pasien diabetes melitus tipe 2. Dukungan keluarga merupakan hal terpenting untuk meningkatkan pelaksanaan aktivitas fisik pada pasien diabetes melitus tipe 2. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan pelaksanaan aktivitas fisik pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Deket Kabupaten Lamongan. Penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional dengan pendekatan metode *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan maret 2023. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 59 pasien diabetes melitus tipe 2. Sampel penelitian sebesar 51 responden dengan teknik *consecutive sampling*. Variabel independen dan dependen dalam penelitian ini adalah dukungan keluarga dan pelaksanaan aktivitas fisik. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan kuesioner pelaksanaan aktivitas fisik (GPAQ) serta dianalisis menggunakan uji *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai dukungan keluarga yang baik, melaksanakan aktivitas fisik tinggi, dan uji *Spearman* diperoleh nilai ($r=0,574$; $p=0,000$) ($p \leq 0,05$). Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan dukungan keluarga dengan pelaksanaan aktivitas fisik pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Deket Kabupaten Lamongan. Disarankan kepada pasien diabetes melitus tipe 2 untuk meningkatkan pelaksanaan aktivitas fisik.

Kata kunci: *dukungan keluarga, pelaksanaan aktivitas fisik, diabetes melitus tipe 2*

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM), which is often called the silent killer, is one of the most common chronic diseases. Type 2 diabetes mellitus is characterized by insulin resistance. Physical activity can reduce the risk of complications for patients with type 2 diabetes mellitus. Family support is the most important thing to increase the implementation of physical activity in patients with type 2 diabetes mellitus. The purpose of this study was to analyze the relationship between family support and the implementation of physical activity in patients with type 2 diabetes mellitus at the Deket health center Lamongan Regency. This research uses correlational quantitative with cross sectional method approach. The research was conducted in March 2023. The population in this study were 59 type 2 diabetes mellitus patients. The study sample was 51 respondents using the consecutive sampling technique. The independent and dependent variables in this study are family support and physical activity. Data collection used a family support questionnaire and a physical activity implementation questionnaire (GPAQ) and was analyzed using the spearman test. The results showed that most of the respondents had good family support, carried out high physical activity, and the Spearman test obtained a value of ($r=0,574$; $p=0,000$) ($p\leq 0,05$). The conclusion of this study is that there is a relationship between family support and the implementation of physical activity in patients with type 2 diabetes mellitus at the Deket Health Center Lamongan Regency. It is recommended for type 2 diabetes mellitus patients to increase the implementation of physical activity.

Keywords: family support, implementation of physical activity, diabetes mellitus type 2