

GAMBARAN VO2MAX TERHADAP PENDERITA DIABETES DI WILAYAH RT 007 RW 03 KELURAHAN CIGANJUR KECAMATAN JAGAKARSA JAKARTA SELATAN

Nuril Qolbiyah Al-Husna

Abstrak

Latar Belakang : *VO2Max* memberi banyak manfaat kesehatan fisik terhadap penderita Diabetes. *VO2Max* merupakan parameter yang valid untuk mengevaluasi ketahanan kardiorespirasi baik akan menurunkan risiko terjadinya diabetes. **Tujuan:** Riset ini bertujuan guna memahami ilustrasi *VO2Max* terhadap penderita Diabetes di wilayah rt 007 rw 03 kelurahan ciganjur kecamatan jagakarsa jakarta selatan. **Metode:** Riset ini ialah penelitian deskriptif kuantitatif memakai paradigma *cross-sectional*, yaitu jenis riset yang mana data akan dianalisis dengan mendeskripsikan / mengilustrasikan data yang sudah ada. Sebanyak 24 responden berpartisipasi di riset ini. Parameter yang dipakai ialah kuesioner, cek glukometer dan melakukan *Six Minute Walking Test*. Guna untuk mengetahui seberapa *VO2Max* yang didapatkan kepada Penderita Diabetes. **Hasil:** Sesuai hasil penelitian olah data memakai SPSS 25.0 diperoleh Faktor risiko *VO2Max* Laki-laki didapatkan kategori buruk terbanyak dengan presentase 16.7 %, faktor risiko *VO2Max* Perempuan di dapatkan kategori Baik dengan presentase 37.4 %. Laki-laki sebanyak (29.2 %), perempuan sebanyak (70,8 %). Dan responden (100%) mengalami Diabetes. **Kesimpulan:** Kesimpulan di riset ini ialah mayoritas penderita diabetes laki-laki mempunyai keluhan *VO2Max* dengan klasifikasi buruk yang mana *VO2Max* yang terjadi terhadap penderita diabetes mempunyai beragam faktor yang bisa memacukeluhan. Pada Gambaran *VO2Max* terhadap penderita Diabetes dapat disimpulkan dalam kriteria laki-laki buruk dan perempuan baik.

Kata Kunci: *VO2Max*, Diabetes

OVERVIEW OF VO2MAX ON DIABETES IN THE AREA RT 007 RW 03 KELURAHAN CIGANJURJAGAKARSA DISTRICT JAKARTA SELATAN

Nuril Qolbiyah Al-Husna

Abstract

Background : VO2Max provides many physical health benefits for people with diabetes. VO2Max is a valid parameter to evaluate good cardiorespiratory endurance and will reduce the risk of diabetes. **Objective:** This study aims to determine the description of VO2Max for diabetics in the area of rt 007 rw 03, ciganjur sub-district, Jagakarsa district, south jjakarta. **Methods:** This research is a quantitative descriptive study with a cross-sectional approach, which is a type of research in which the data will be analyzed by describing or describing the data that has been collected as it is. A total of 24 respondents participated in this study. The parameters used are a questionnaire, check the glucometer and perform the Six Minute Walking Test. In order to find out how much VO2Max is obtained for Diabetics. **Results:** Based on the results of data processing using SPSS 25.0, it was found that the male VO2Max risk factor obtained the most bad category with a percentage of 16.7%, the female VO2Max risk factor was in the Good category with a percentage of 37.4%. Men (29.2%), women (70.8%). And respondents (100%) had diabetes. **Conclusion:** The conclusion in this study is that most male diabetics have complaints of vo2max with a bad category where vo2max that occurs in diabetics has many factors that can increase complaints. In the description of VO2Max for diabetics, it can be concluded that the criteria are bad for men and good for women.

Keywords: VO2Max, Diabetes