

**ANALISIS FAKTOR RISIKO PALING DOMINAN YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN
DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA MASYARAKAT USIA PRODUKTIF
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KURIPAN, KABUPATEN
LOMBOK BARAT**

Bakir^{1*}, Menap², Khalik³

¹⁻³Qomarul Huda Baddarudin Bagu University

E-Mail Korespondensi: muhamadabibakir@gmail.com

Disubmit: 04 Januari 2025

Diterima: 14 Juli 2025

Diterbitkan: 01 Agustus 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i8.19004>

ABSTRACT

A significant global health challenge today is non-communicable diseases (NCDs), particularly type 2 diabetes mellitus (T2DM), which negatively impacts productivity and quality of life. The incidence of T2DM has dramatically increased, with projections indicating that the number of sufferers could reach 783 million by 2045, reflecting shifts in modern lifestyle patterns. This disease arises from a combination of genetic and lifestyle factors, including obesity, poor diet, and impaired insulin sensitivity. The rising prevalence of T2DM among individuals of productive age (18-65 years) poses a threat to economic well-being. Effective diabetes management requires collaboration among healthcare professionals and the community to enhance prevention efforts. In Indonesia, the 2018 Riskesdas data recorded a T2DM prevalence of 10.9% in the population aged over 15 years, highlighting the need for more effective interventions. This study employed a case-control design with simple random sampling, involving 100 participants. Data were analyzed using the Chi-Square test for bivariate analysis and multivariate logistic regression. Data collection included interviews and laboratory examinations. The analysis revealed significant risk factors for T2DM: family history of the disease (OR 4.056, p-value 0.001; 95% CI 1.673 - 9.832), obesity (OR 2.656, p-value 0.044; 95% CI 1.011 - 6.978), physical inactivity (OR 0.172, p-value 0.001; 95% CI 0.070 - 0.421), and consumption of sweet foods and drinks (OR 3.956, p-value 0.005; 95% CI 1.447 - 10.816). The conclusion is that from the risk factors of having a family history of suffering from DMT2, obesity, physical activity, and consumption of sweet foods and drinks are significant risk factors for the occurrence of type 2 diabetes mellitus and the most influential of the 4 risk factors studied is the habit of consuming sweet foods and drinks in the community in the Kuripan Health Center work area.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Risk Factors, Influence, Productive Age*

ABSTRAK

Tantangan kesehatan global yang signifikan saat ini adalah penyakit tidak menular (PTM), khususnya diabetes mellitus tipe 2 (DMT2), yang berdampak negatif terhadap produktivitas dan kualitas hidup. Kasus DMT2 mengalami peningkatan dramatis, dengan proyeksi jumlah penderita mencapai 783 juta jiwa

pada tahun 2045, mencerminkan pergeseran pola gaya hidup modern. Penyakit ini disebabkan oleh kombinasi faktor genetik dan gaya hidup, termasuk obesitas dan pola makan yang buruk, serta gangguan sensitivitas atau sekresi insulin. Peningkatan prevalensi DMT2 di kalangan individu usia produktif (18-65 tahun) mengancam produktivitas dan kesejahteraan ekonomi. Penanggulangan diabetes memerlukan kolaborasi antara berbagai pihak, termasuk tenaga medis dan masyarakat, untuk meningkatkan upaya pencegahan dan pengelolaan penyakit ini. Di Indonesia, data Riskesdas 2018 mencatat prevalensi DMT2 mencapai 10,9% pada penduduk di atas 15 tahun, menunjukkan perlunya intervensi yang lebih efektif. Design penelitian ini adalah case-control dengan teknik pengambilan sampel secara simple random sampling. Jumlah sampel sebanyak 100 orang dan dianalisis menggunakan uji Chi Square untuk bivariat dan menggunakan uji regresi logistik multivariat. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan pemeriksaan laboratorium. Hasil analisis didapatkan riwayat keluarga DMT2 OR 4,056 (p-value 0,001; 95% CI 1,673 - 9,832), Obesitas OR 2,656 (p-value 0,044; 95% CI 1,011 - 6,978), Aktivitas fisik OR 0.172 (p-value 0,001; 95% CI 0.070 - 0.421), dan konsumsi makan dan minuman manis OR 3.956 (p-value 0,005; 95% CI 1,447 - 10,816). Simpulan, bahwa dari faktor risiko adanya riwayat keluarga menderita DMT2, obesitas, aktivitas fisik, dan konsumsi makan dan minuman manis adalah faktor risiko yang signifikan terhadap kejadian diabetes melitus tipe 2 dan yang paling mempengaruhi dari 4 faktor risiko yang diteliti adalah kebiasaan konsumsi makan dan minuman manis pada masyarakat yang ada di wilayah kerja Puskesmas Kuripan.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Faktor Risiko, Pengaruh, Usia Produktif

PENDAHULUAN

Perkembangan penyakit tidak menular (PTM), khususnya diabetes mellitus tipe 2 (DMT2), menjadi tantangan serius bagi kesehatan masyarakat global. DMT2, yang sering disebut sebagai "silent killer," menunjukkan peningkatan signifikan dalam angka kejadian, dengan faktor penyebab utama seperti gaya hidup tidak sehat seperti kurangnya aktivitas fisik dan sering mengonsumsi makan dan minuman manis, obesitas, dan predisposisi genetik (Nasution, 2021); (WHO, 2023). Penyakit ini dapat menimbulkan berbagai komplikasi yang berbahaya tanpa gejala yang jelas pada tahap awal, menjadikannya sulit untuk dideteksi. Gejala umum seperti poliuria, polidipsi, dan polifagia sering kali baru muncul setelah kondisi

memburuk (Sari, 2020); (Jati et al., 2023).

Data dari *International Diabetes Federation* (IDF) menunjukkan bahwa pada tahun 2021, sekitar 537 juta orang dewasa di seluruh dunia mengalami diabetes, dan angka ini diproyeksikan akan meningkat menjadi 783 juta pada tahun 2045 (IDF, 2021). Di Indonesia, prevalensi DMT2 pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 10,9% pada tahun 2018, meningkat signifikan dari 6,9% pada tahun 2013. Kenaikan ini sangat mempengaruhi kelompok usia produktif, yang dapat mengganggu produktivitas kerja dan kualitas hidup individu (Riskesdas, 2018).

Dampak dari DMT2 tidak hanya dirasakan oleh individu, tetapi juga oleh sistem kesehatan secara keseluruhan, yang menghadapi

peningkatan biaya perawatan. Oleh karena itu, kolaborasi antara masyarakat dan pemerintah sangat penting dalam upaya pencegahan dan pengelolaan diabetes. Melibatkan tenaga kesehatan, seperti dokter, perawat, dan ahli gizi, dalam program edukasi dan intervensi kesehatan dapat membantu mengurangi prevalensi penyakit ini dan meningkatkan kualitas sumber daya manusia (Soelistijo, 2021).

Secara regional di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) prevalensi DM berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan gejala pada penduduk umur ≥ 15 tahun adalah 8,3% berdasarkan Riskesdas NTB 2018, meningkat dibandingkan tahun 2013 yang sebesar 5,1% (Riskesdas, 2018). Data terbaru untuk prevalensi DM di Kabupaten Lombok Barat berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Lombok barat menunjukan peningkatan yang signifikan. Data yang didapatkan dari Puskesmas Kuripan data kasunya pada tahun 2019 sebanyak 405, pada 2020 sebanyak 504 kasus, 2021 sebanyak 583, 2022 sebanyak 592, dan pada tahun 2023 sebanyak 553 (Laporan Puskesmas Kuripan 2023).

Dari jumlah kasus diabetes melitus yang ada di wilayah kerja Puskesmas Kuripan yang jumlahnya pada tahun 2023 sebanyak 553 dan pada bulan Mei 2024 tercatat oleh progremmer DM jumlah kasus Kuripan sebanyak 448 dan bisa saja di akhir 2024 jumlahnya akan melebihi angka 533, dan angka kejadian DM pada usia 18-45 sebanyak 64 penderita dari 533, berarti jika di persenkan jumlahnya melebihi 10%. Penyakit diabetes mellitus (DM) berdampak negatif pada kualitas sumber daya manusia dan menyebabkan peningkatan biaya kesehatan yang signifikan. Oleh karena itu, semua pihak, baik masyarakat maupun pemerintah, perlu berperan aktif dalam upaya

penanggulangan DM, terutama dalam pencegahan. Pengelolaan penyakit ini memerlukan kolaborasi antara dokter, perawat, ahli gizi, dan tenaga kesehatan lainnya (Soelistijo, 2021).

Apa faktor risiko yang paling dominan mempengaruhi kejadian diabetes mellitus tipe 2 pada masyarakat usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Kuripan, Kabupaten Lombok Barat tahun 2024 ?

KAJIAN PUSTAKA

Riwayat keluarga diabetes mellitus tipe 2 (DMT2) memainkan peran penting dalam peningkatan risiko seseorang mengembangkan penyakit ini, baik melalui faktor genetik maupun lingkungan. Memiliki anggota keluarga yang menderita DMT2 menunjukkan adanya predisposisi genetik, di mana gen tertentu dapat mempengaruhi metabolisme glukosa dan sensitivitas insulin. Selain itu, pola makan dan gaya hidup yang diadopsi dalam lingkungan keluarga juga berkontribusi terhadap risiko DMT2, karena lingkungan sering kali menentukan kebiasaan makan dan tingkat aktivitas fisik anggota keluarga. Oleh karena itu, individu dengan riwayat keluarga yang kuat dalam DMT2 perlu menjalani skrining yang lebih awal dan lebih sering untuk mendeteksi penyakit ini secara dini, sehingga intervensi yang tepat dapat dilakukan untuk mengurangi risiko dan meningkatkan kesehatan.

Kegemukan, yang diindikasikan dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) ≥ 23 kg/m² dan lingkar perut ≥ 90 cm untuk laki-laki atau ≥ 80 cm untuk perempuan, merupakan faktor risiko signifikan dalam pengembangan diabetes mellitus tipe 2 (DMT2). IMT adalah ukuran yang digunakan untuk menilai berat badan relatif terhadap tinggi badan, dan nilai ≥ 23 kg/m²

menunjukkan adanya risiko kegemukan yang berkaitan dengan peningkatan resistensi insulin. Selain itu, lingkaran perut yang melebihi ambang batas tersebut menandakan akumulasi lemak visceral, yang memiliki kaitan erat dengan risiko lebih tinggi terhadap diabetes serta berbagai masalah kesehatan lainnya. Lemak visceral ini berkontribusi pada peradangan dan resistensi insulin, sehingga dapat memperburuk kontrol gula darah dan mempercepat perkembangan DMT2. Dengan demikian, pemahaman tentang hubungan antara kegemukan, lemak visceral, dan risiko diabetes sangat penting dalam mengembangkan intervensi pencegahan yang efektif dalam konteks penelitian ini (Veridiana, 2019).

Kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor risiko yang signifikan dalam pengembangan diabetes mellitus tipe 2 (DMT2), dengan gaya hidup sedentari berkontribusi pada penambahan berat badan dan resistensi insulin. Aktivitas fisik secara aktif meningkatkan sensitivitas insulin dan membantu mengontrol kadar glukosa darah, sehingga penting untuk dilakukan. Direkomendasikan agar individu melakukan setidaknya 150 menit aktivitas fisik sedang setiap minggu, seperti berjalan cepat atau bersepeda, untuk mengurangi risiko DMT2. Selain manfaatnya dalam menurunkan risiko diabetes, aktivitas fisik juga memberikan efek positif bagi kesehatan jantung, meningkatkan suasana hati, dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan. Dengan demikian, promosi aktivitas fisik yang teratur harus menjadi bagian integral dalam strategi pencegahan diabetes dan intervensi kesehatan masyarakat (Imelda, 2019).

Diet yang tidak sehat, terutama yang tinggi gula dan rendah serat, memiliki dampak signifikan terhadap risiko pengembangan diabetes mellitus tipe 2 (DMT2). Konsumsi tinggi gula dan karbohidrat olahan dapat menyebabkan lonjakan kadar glukosa darah, yang selanjutnya meningkatkan risiko resistensi insulin dan DMT2. Di sisi lain, kurangnya serat dalam diet juga berkontribusi pada masalah ini, karena serat berperan penting dalam mengatur kadar gula darah dan meningkatkan rasa kenyang (Fatimah, 2015). Diet rendah serat dapat menyebabkan penambahan berat badan dan masalah metabolik yang lebih lanjut. Oleh karena itu, mengadopsi pola makan yang sehat dan seimbang, yang kaya akan buah, sayuran, biji-bijian, dan protein sehat, sangat penting dalam upaya mengurangi risiko diabetes (Nuraisyah, 2017).

Pendekatan ini tidak hanya mendukung pengendalian glukosa darah tetapi juga berkontribusi pada kesehatan secara keseluruhan. Peningkatan kadar gula darah, atau hiperglikemia, merupakan masalah kesehatan global yang semakin mendesak, dengan diabetes mellitus tipe 2 (DMT2) menjadi fokus utama karena prevalensinya yang terus meningkat. DMT2, yang menyumbang sekitar 90% dari semua kasus diabetes, ditandai oleh gangguan sensitivitas dan sekresi insulin. Secara klinis, kondisi ini terjadi ketika tubuh tidak mampu memproduksi cukup insulin untuk mengatasi resistensi insulin yang meningkat. Studi epidemiologi menunjukkan tren penambahan kasus baru DMT2 dan proyeksi pertumbuhan pasien yang signifikan di masa depan (WHO, 2023; IDF, 2021).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memahami faktor-

faktor yang berkontribusi terhadap hiperglikemia dan DMT2, serta mengembangkan strategi pencegahan yang efektif dalam konteks kesehatan masyarakat.

Peningkatan kasus Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) menunjukkan betapa krusialnya langkah-langkah preventif. Penyakit ini dapat disebabkan oleh faktor genetik dan gaya hidup. Meskipun perubahan genetik terjadi secara perlahan, lonjakan kasus diabetes yang kita saksikan saat ini lebih mencerminkan pergeseran pola gaya hidup masyarakat modern (Sanjaya & Setiawan, 2024).

Apa faktor risiko yang paling dominan mempengaruhi kejadian diabetes mellitus tipe 2 pada masyarakat usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Kuripan, Kabupaten Lombok Barat tahun 2024 ?

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional study. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Kuripan, Kecamatan Kuripan,

Kabupaten Lombok Barat. waktu penelitian dilaksanakan selama 3 bulan, yaitu pada Juli - bulan September tahun 2024.

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari populasi seluruh masyarakat yang berusia produktif dari 18-65 tahun dengan jumlah 25.862 orang. Sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin dengan hasil sampel sebanyak 100 responden. Teknik pengambilan sampel merupakan metode *simple random sampling* yang digunakan dalam penelitian ini..

Data diperoleh dari responden diambil secara langsung dengan cara wawancara menggunakan kuesioner dan menggunakan alat ukur seperti antropometri untuk mengetahui massa indeks tubuh.

Analisis data menggunakan uji statistik chi square dengan tingkat signifikansi $\alpha < 0.05$ dan analisis uji regresi berganda untuk menilai faktor risiko apa yang paling mempengaruhi kejadian diabetes mellitus tipe 2.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Riwayat Keluarga, Obeistas, Aktivitas Fisik, Dan Makan Dan Minum Manis

Distribusi responden	N	%
Usia		
18 - 45 tahun	63	63
46 - 65 tahun	37	37
Jenis kelamin		
Laki-laki	35	35
Perempuan	65	65
Riwayat keluarga menderit DMT2		
Memiliki keluarga menderit DMT2	41	41
Tidak memiliki keluarga menderit DMT2	59	59
Berat badan berlebih/ Obesita (IMT ≥ 29.9)		
Memiliki Berat badan berlebih/ Obesita (IMT ≥ 29.9)	32	32
Tidak memiliki Berat badan berlebih/ Obesita (IMT ≥ 29.9)	68	68
Aktivitas fisik		

Rutin beraktivitas fisik	43	43
Tidak Rutin beraktivitas fisik	57	57
Konsumsi makanan dan minuman manis		
Sering mengonsumsi makanan dan minuman manis	79	79
Jarang mengonsumsi makanan dan minuman manis	21	21

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia sangat produktif yakni 18-45 tahun dengan jumlah responden 63%, dan lebih banyak perempuan dibandingkan laki-laki. Responden dengan riwayat

keluarga menderita DM lebih sedikit dengan 41% responden. Mayoritas responden rutin mengonsumsi makan dan minuman manis sebanyak dengan jumlah 79% dari seluruh total responden.

Tabel 2. Analisis Pengaruh Riwayat Keluarga Menderita DMT2, Obeistas, Aktivitas Fisik, Dan Makan Dan Minum Manis Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuripan

	Kejadian diabetes melitus				Total		P	OR 95%CI
	Diabetes		Normal		n	%		
Riwayat keluarga	n	%	n	%	n	%		
Menderita DMT2	39	39%	10	10%	49	49%	.001	4.056
Tidak menderita DMT2	25	25%	26	26%	51	51%		1.673 - 9.832
	64	64%	36	36%	100	100%		
Obesitas								
Tidak obesitas	39	39%	29	29%	68	68%	.044	2.656
Obesitas	25	25%	7	7%	32	32%		1.011 - 6.978
Total	64	64%	36	36%	100	100%		
Aktivitas fisik								
Rutin	18	18%	25	25%	43	43%	< .001	0.172
Tidak rutin	46	46%	11	11%	57	57%		.070 - 0.421
Total	64	64%	36	36%	100	100%		
Konsumsi manis								
Rutin	56	56%	23	23%	79	79%	.005	3.956
Tidak rutin	8	8%	13	13%	21	21%		1.447 - 10.816
Total	64	64%	36	36%	100	100%		

Tabel 2 menjelaskan pada penelitian ini semua faktor risiko yang diteliti menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dalam

menyebabkan terjadinya peningkatan kasus diabetes mellitus tipe 2 (DMT2). Pada risiko riwayat keluarga dan kejadian (DMT2),

menandakan pengaruh yang sangat signifikan, bahwa individu dengan riwayat keluarga diabetes memiliki risiko lebih dari empat kali lipat untuk terdiagnosis DMT2. Temuan ini menekankan pentingnya mempertimbangkan riwayat keluarga sebagai faktor risiko dalam pencegahan dan pengelolaan DMT2. Variabel obesitas dan kejadian diabetes mellitus tipe 2 (DMT2), Uji statistik menunjukkan nilai $p < 0.05$ menandakan adanya pengaruh yang signifikan, dengan odds ratio (OR) sebesar 2.656, yang berarti responden yang mengalami obesitas memiliki risiko hampir 2.7 kali lebih

besar untuk terdiagnosis DMT2 dibandingkan yang tidak obesitas. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara aktivitas fisik dan kejadian diabetes mellitus tipe 2 (DMT2). Uji statistik menghasilkan nilai $p < 0.001$, menunjukkan pengaruh yang sangat signifikan, dan odds ratio (OR) sebesar 0.172, yang mengindikasikan bahwa individu yang melakukan aktivitas fisik rutin memiliki risiko lebih rendah untuk terdiagnosis DMT2. Temuan ini menekankan pentingnya aktivitas fisik rutin sebagai faktor pencegahan dalam pengelolaan DMT2.

Tabel 3. Analisis Faktor Risiko Paling Mempengaruhi Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Masyarakat Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Kuripan

Riwayat Keluarga Menderita Dmt2	B	S.E.	Sig.	Exp(B)	95% C.I. for EXP(B)	
					Lower	Upper
	1.443	.543	.008	4.232	1.459	12.277
	.814	.551	.139	2.258	.767	6.643
Step 1 ^a	1.244	.503	.013	.288	.108	.773
Konsumsi Makan Dan Minum Manis	1.529	.652	.019	4.615	1.286	16.562
	1.480	.537	.006	4.394	1.535	12.576
	1.326	.492	.007	.266	.101	.696
Step 2 ^a	1.513	.639	.018	4.541	1.298	15.894
Konsumsi Makan Dan Minum Manis						

Berdasarkan tabel 3 pada hasil uji analisis multivariat, terdapat tiga faktor risiko yang paling signifikan dalam mempengaruhi kejadian diabetes mellitus tipe 2 (DMT2) pada usia produktif masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kuripan Lombok Barat, yaitu pertama ada konsumsi

makan dan minuman manis yang sebagai faktor risiko paling mempengaruhi terjadinya diabetes mellitus tipe 2 pada usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Kuripan, kemudian yang kedua adalah riwayat keluarga penderita diabetes.

PEMBAHASAN

Pengaruh Faktor Risiko Riwayat Keluarga Menderita DMT2.

Riwayat keluarga berhubungan erat dengan faktor genetik serta adanya penyakit dalam keluarga, yang dapat meningkatkan risiko seseorang untuk mengidap suatu penyakit. Individu yang memiliki lebih dari satu anggota keluarga yang menderita diabetes memiliki kemungkinan dua hingga enam kali lebih besar untuk terkena diabetes melitus tipe 2 dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki riwayat keluarga penderita diabetes (Rahmawati, 2022).

Hasil penelitian ini berdasarkan uji statistik dengan chi-square menunjukkan hasil signifikan antara riwayat keluarga penderita diabetes dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 (DMT2) di masyarakat wilayah kerja Puskesmas Kuripan. Dari data yang diperoleh, tercatat bahwa 39% responden yang terdiagnosis DMT2 memiliki riwayat keluarga yang juga DMT2, sementara hanya 25% responden yang tidak memiliki riwayat keluarga namun menderita DMT2. Dengan nilai p sebesar 0.001, jelas terlihat bahwa riwayat keluarga memiliki pengaruh yang kuat terhadap risiko pengembangan DMT2.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Yuliana Febriani Parera (2023) menyatakan bahwa Hasil uji statistik diperoleh p -value = 0,002 (p -value < 0,05), OR=4,462 dengan nilai 95% CI=1,785-11,154. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara riwayat keluarga menderita DMT2 dengan kejadian DMT2, yang artinya responden yang memiliki riwayat keluarga dengan DMT2 berisiko 4,462 kali untuk terkena DMT2. Riwayat keluarga adalah salah satu faktor risiko utama yang dapat meningkatkan kemungkinan seseorang mengalami DMT2. Dengan

demikian, edukasi dan skrining bagi individu dengan riwayat keluarga diabetes sangat penting dalam upaya pencegahan dan pengendalian penyakit ini (Patriyani, 2016).

Pengaruh Faktor Risiko Obesitas.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya pengaruh signifikan antara obesitas dan kejadian diabetes melitus tipe 2 (DMT2) pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Kuripan. Dari data yang diperoleh, terdapat 32% responden yang mengalami obesitas dan menderita DMT2, sementara 39% responden yang tidak mengalami obesitas dan juga terdiagnosis menderita diabetes. Ini menunjukkan bahwa meskipun proporsi individu dengan DMT2 lebih tinggi di kelompok tanpa obesitas, penting untuk dicatat bahwa obesitas tetap merupakan faktor risiko yang signifikan.

Nilai p yang diperoleh sebesar 0.044 menunjukkan bahwa hubungan antara obesitas dan DMT2 adalah signifikan. Odds ratio (OR) yang dihitung adalah 2.656, yang menjelaskan bahwa individu yang mengalami obesitas memiliki kemungkinan hampir tiga kali lipat untuk mengembangkan DMT2 dibandingkan dengan mereka yang tidak obesitas. Interval kepercayaan (95% CI) yang berkisar antara 1.011 hingga 6.978 menunjukkan bahwa hasil ini memiliki ketepatan yang cukup baik. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rama Dwi Suputra (2023) menunjukkan bahwa obesitas meningkatkan risiko terjadinya diabetes melitus tipe 2 hingga 2,278 kali dibandingkan dengan individu yang memiliki berat badan normal. Temuan yang dilakukan juga sejalan dengan penelitian oleh Aravinda (2021) yang menemukan bahwa 88,3% penderita diabetes melitus

tipe 2 adalah orang dengan obesitas (p -value= 0,0001).

Hasil serupa juga dilaporkan dalam penelitian oleh Aynalem et al., (2023) yang menunjukkan bahwa obesitas memiliki hubungan statistik yang signifikan dengan diabetes melitus tipe 2, dengan risiko 8,068 kali lebih tinggi untuk mengembangkan kondisi tersebut. menunjukkan bahwa kelebihan berat badan berkontribusi terhadap resistensi insulin, yang merupakan salah satu faktor utama dalam perkembangan DMT2. Oleh karena itu, pengelolaan berat badan melalui diet seimbang dan peningkatan aktivitas fisik sangat penting dalam upaya pencegahan diabetes di masyarakat (Isnaini, 2018).

Pengaruh Faktor Risiko Aktivitas Fisik.

Analisis data yang dilakukan pada penelitian ini dengan uji chi-square menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 (DMT2) pada masyarakat usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Kuripan. Dari hasil penelitian, terlihat bahwa di antara 43% individu yang rutin melakukan aktivitas fisik rutin, hanya 18% orang yang didiagnosis dengan DMT2. Sebaliknya, di antara 57% individu yang tidak rutin melakukan aktivitas fisik rutin, terdapat 46% orang yang mengalami DMT2.

Nilai p yang diperoleh adalah < 0.001 , yang menunjukkan bahwa perbedaan ini sangat signifikan secara statistik. Odds ratio (OR) yang diperoleh adalah 0.172, yang menunjukkan bahwa individu yang melakukan aktivitas fisik rutin memiliki kemungkinan yang lebih rendah untuk terjadinya penyakit DMT2 dibandingkan dengan mereka yang tidak rutin beraktivitas fisik. Interval kepercayaan (95% CI)

berkisar antara 0.070 hingga 0.421, yang menegaskan keandalan hasil ini.

Pengaruh Faktor Risiko Konsumsi Makan Dan Minuman Manis .

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap masyarakat usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Kuripan menggunakan uji analisis chi-square didapatkan nilai p yang adalah 0.05, artinya $p < 0,05$ menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan secara statistik antara konsumsi makan dan minuman manis dengan kejadian diabetes mellitus tipe 2. Odds ratio (OR) yang didapatkan juga 3.956, yang menunjukkan bahwa individu yang rutin mengonsumsi makanan manis memiliki risiko sebesar empat kali lebih besar untuk mengalami DMT2 dibandingkan dengan mereka yang tidak rutin mengonsumsi makanan manis. Interval kepercayaan (95% CI) berkisar antara 1.447 hingga 10.816, mengindikasikan bahwa hasil ini cukup solid dan dapat dipercaya.

Temuan ini sejalan dengan banyak penelitian yang salah satunya dilakukan oleh Harjatmo (2023) analisis statistik menggunakan metode Mantel-Haenszel, pe mendapatkan nilai Odds Ratio (OR) sebesar 0,606 dengan batas bawah (LL) dan batas atas (UL) berkisar antara 1,749 hingga 9,711, serta nilai $p= 0,001 (< 0,05)$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah konsumsi gula harian adalah faktor risiko untuk diabetes melitus. Orang yang mengonsumsi gula lebih dari 4 sendok makan (lebih dari 50 gram) per hari memiliki risiko 4,1 kali lebih tinggi untuk mengembangkan diabetes melitus dibandingkan orang yang mengonsumsi gula 3 sendok makan atau kurang. Selain itu, penelitian yang dilakukannya itu mengungkapkan bahwa 66,7% individu yang menderita diabetes melitus belum

mampu membatasi konsumsi gula. Kebiasaan untuk tidak membatasi konsumsi gula sesuai anjuran dapat menyebabkan ketidak stabilan kadar gula darah pada penderita. Menunjukkan bahwa konsumsi gula berlebih dapat meningkatkan risiko berkembangnya resistensi insulin dan gangguan metabolisme glukosa, yang merupakan faktor utama dalam patogenesis DMT2 (Harjatmo et al., 2023).

Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang risiko kesehatan yang terkait dengan konsumsi gula berlebihan, serta mempromosikan pola makan yang lebih sehat dan seimbang sebagai langkah pencegahan diabetes. Dengan demikian, memahami dampak konsumsi makanan dan minuman manis terhadap kesehatan metabolik sangat penting untuk mencegah dan mengelola diabetes melitus tipe 2. Upaya untuk mengurangi asupan gula tambahan dan meningkatkan pola makan yang sehat dapat berkontribusi secara signifikan dalam menurunkan risiko penyakit ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini semua faktor risiko yang di uji memiliki hasil yang signifikan dalam mempengaruhi terjadinya peningkatan kejadian DMT2 pada masyarakat usia produktif di wilayah kerja Puskesmas Kuripan dan yang paling mempengaruhi dari ke empat faktor risiko yang diteliti adalah faktor konsumsi makan dan minuman manis yang rutin atau sering

UCAPAN TERIMAKASIH

Selama menyelesaikan penelitian, penulis memperoleh dukungan dan kontribusi diantaranya dari Dosen Penulisan Ilmiah Universitas Qamarul Huda

Badaruddin (UNIQHBA) Bapak Dr. H. Menap., S.Kp., M.Kes dan Dr. Lalu Abdul Khalik., M.Hum Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya untuk pihak yang sudah berperan dalam proses penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Delfina, S., Carolita, I., & Habsah, S. (2021). Analisis Determinan Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Usia Produktif. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 2(4), 141-151.
- Fatimah, R. N. (2015). Diabetes melitus tipe 2. *Jurnal majority*, 4(5), 93-101.
- Harjatmo, T. P., Astuti, T., & Nugroho, A. (2023). Faktor Risiko Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Faktor Risiko Lain terhadap Kejadian Diabetes Melitus pada Lansia. *Jurnal Riset Gizi*, 11(2), 93-98.
<https://doi.org/10.31983/jrg.v11i2.9739>
- IDF. (2021). International Diabetes Federation. In *Diabetes Research and Clinical Practice* (Vol. 102, Issue 2). <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2013.10.013>
- Jati, R. A., Muchtar, F., Salsabila, S., Studi, P., Masyarakat, K., & Oleo, H. (2023). Faktor Risiko Aktivitas Fisik Pada Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Kemaraya Kota Kendari Tahun 2023. *Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 2(2), 2828-6863.
- Kundarwi, N. V., Purnanto, N. T., & Asih, W. R. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Diabetes Melitus Tipe II: A Literatur Review. *The Shine Cahaya Dunia S-1 Keperawatan*, 7(2).

- Manao, W. (2021). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Usia Produktif Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Deli Tahun 2020*.
<https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/31675>
- Martiningsih, D. (2019). Analisis faktor yang mempengaruhi kejadian neuropati diabetik pada pasien diabetes melitus tipe 2. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*, 13(01), 40-49.
- Nasution, F., Andilala, A., & Siregar, A. A. (2021). Faktor risiko kejadian diabetes mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 9(2), 94-102.
- Nuraisyah, F. (2017). Faktor risiko diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(2), 120-127.
- Rahmawati, I. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya ulkus kaki diabetik pada pasien diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 11(2), 117-125.
- Rama Dwi Suputra, I. G. L., & Budiya, D. G. A. (2023). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pasien Rawat Jalan Di RSUD Sanjiwani Gianyar. *Herb-Medicine Journal: Terbitan Berkala Ilmiah Herbal, Kedokteran Dan Kesehatan*, 5(4), 23.
<https://doi.org/10.30595/hmj.v5i4.17061>
- Riskesdas. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan RI*, 53(9), 1689-1699.
- Sari, S. W., & Adelina, R. (2020). Apakah Pola Makan Menjadi Faktor Dominan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia?(Studi Literatur). *Jurnal Pangan Kesehatan dan Gizi Universitas Binawan*, 1(1), 54-63.
- Soelistijo, S. A. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. In <https://pbperkeni.or.id/>. PB. PERKENI.
<https://pbperkeni.or.id/>
- Trisnawati, S. K., & Setyorogo, S. (2013). Faktor risiko Kejadian diabetes melitus tipe II di puskesmas kecamatan cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. *Jurnal ilmiah kesehatan*, 5(1), 6-11.
- Utama, Y. A., & Nainggolan, S. S. (2022). Faktor resiko yang mempengaruhi kejadian stroke: sebuah tinjauan sistematis. *Jurnal Ilm*
- Veridiana, N. N., & Nurjana, M. A. (2019). Hubungan perilaku konsumsi dan aktivitas fisik dengan diabetes mellitus di Indonesia. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 47(2), 97-106.
- WHO. (2023). *Diabetes*.
https://www-who-int.translate.google.com/newsroom/factsheets/detail/diabetes?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc
- Yuliana Febriani Parera, Indriati A. Tedju Hinga, & Yuliana Radja Riwu. (2023). Analisis Faktor Risiko Yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang Tahun 2023. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(4), 991-1000.
<https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i4.2516>