

**DETERMINAN DIABETES MELITUS PADA MASYARAKAT DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS PEMBANTU DESA PERDAMAIAN****Virgian Giranza¹, Ar Rum Nur Fachira², Rafiqoh Hasibuan³, Tia Zahra
Khairunnisa⁴, Anasya Prananda⁵, Romiza Atika⁶**¹⁻⁶ Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email Korespondensi: virgiangiranza99@gmail.com

Disubmit: 25 Agustus 2024

Diterima: 08 September 2024

Diterbitkan: 01 November 2024

DOI: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i11.17231>**ABSTRACT**

Diabetes mellitus (DM) increases every year, Indonesia is one of the largest contributors to diabetes patients. Diabetes mellitus (DM) is caused by disruption of metabolism in the pancreas resulting in high blood sugar levels or hyperglycemia. The aim of this research is to analyze Diabetes Mellitus in Perdamin Village with the aim of preventing Diabetes Mellitus. This research uses quantitative methods with a cross sectional design. The population in this study was all residents of Peace Village. The sample in this study was taken using cluster random sampling technique, 379 people were selected as respondents in this study. Univariate data analysis and Chi Square test. The results of the study stated that there was a significant relationship between the habit of eating sweet foods and diabetes mellitus ($p < 0.05$). With a POR value = 1.146 and there is a significant relationship between habitual physical activity every day and Diabetes Mellitus ($p < 0.05$). With a POR value = 1.131. The role of health workers is needed in providing health education through counseling to the Peace Village community on how to reduce the risk of Diabetes Mellitus, especially in the elderly and women.

Keywords: *Diabetes Melitus, Elderly, Risk Factor***ABSTRAK**

Diabetes melitus (DM) meningkat setiap tahunnya, Indonesia salah satu penyumbang terbanyak pasien diabetes. Diabetes melitus (DM) diakibatkan karena terganggunya metabolisme pada pankreas sehingga kadar gula darah menjadi tinggi atau hiperglikemia. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis penyakit Diabetes Melitus di Desa Perdamain yang bertujuan untuk upaya pencegahan penyakit Diabetes Melitus. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh penduduk desa perdamaian. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan Teknik random sampling kluster sebanyak 379 orang dipilih sebagai responden dalam penelitian ini. Analisis data univariat dan uji Chi Square. Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara terbiasa makan makanan manis dengan diabetes melitus ($p < 0.05$). Dengan nilai POR = 1.146 dan terdapat hubungan yang signifikan antara terbiasa beraktivitas fisik setiap hari dengan Diabetes Melitus ($p < 0.05$). Dengan nilai POR = 1.131. Diperlukan peran tenaga kesehatan dalam memberikan pendidikan kesehatan

melalui penyuluhan kepada masyarakat Desa perdamaian tentang cara menurunkan risiko penyakit Diabetes Melitus terutama pada usia lansia dan perempuan.

Kata kunci: Diabetes Melitus, Faktor Risiko, Lansia

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) atau penyakit kencing manis merupakan penyakit menahun yang dapat diderita seumur hidup. Diabetes melitus (DM) terjadi akibat gangguan metabolisme pada pankreas yang menyebabkan tingginya kadar gula darah atau hiperglikemia, yang disebabkan oleh produksi insulin yang menurun (Rahmayunita et al., 2023). DM dapat menyebabkan berbagai komplikasi, baik yang menyerang pembuluh darah besar (makrovaskuler) maupun kecil (mikrovaskuler). Salah satu komplikasi serius yang dapat muncul adalah gangguan kardiovaskular, yang jika tidak segera ditangani, bisa meningkatkan risiko hipertensi dan serangan jantung (Lestari et al., 2021). Dampak dari diabetes mellitus terhadap kualitas sumber daya manusia dan peningkatan biaya kesehatan cukup besar, sehingga sangat diperlukan program pengendalian DM. Dalam penanganan DM, faktor yang mempengaruhi pengendalian kadar gula darah adalah kepatuhan diet, apabila tidak dikendalikan dengan baik maka akan terjadi penurunan dan peningkatan kadar gula darah yang tidak terkendali (Sari, 2023).

Diabetes melitus terbagi menjadi dua jenis, yaitu tipe 1 dan tipe 2. Diabetes tipe 1 terjadi akibat reaksi autoimun yang menyerang protein pada sel pulau pankreas, sedangkan diabetes tipe 2 disebabkan oleh kombinasi faktor genetik dan lingkungan yang berpengaruh terhadap gangguan produksi insulin, resistensi insulin, serta faktor-faktor seperti obesitas,

pola makan yang berlebihan, kurang aktivitas fisik, stres, dan penuaan. Olahraga atau aktivitas fisik sangat penting untuk membantu mengontrol kadar gula darah dan mengurangi berat badan pada penderita diabetes. Beberapa manfaat utama dari berolahraga bagi penderita diabetes antara lain menurunkan kadar glukosa dalam darah, mencegah obesitas, serta membantu mengurangi risiko komplikasi, gangguan lemak darah, dan tekanan darah tinggi. Data dari International Diabetes Federation (IDF) menunjukkan bahwa 1 dari 12 orang di dunia menderita penyakit DM, dan rata-rata penderita DM tidak mengetahui bahwa dirinya menderita DM, penderita baru mengetahui kondisinya ketika penyakit sudah berjalan lama dengan komplikasi yang sangat jelas terlihat (Lestari et al., 2021).

Menurut Muliani (Lestari et al., 2021), India, Amerika Serikat, China, dan Indonesia adalah negara keempat dengan pasien diabetes terbanyak. Selain itu, berdasarkan data yang diberikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), ada 171 juta orang di seluruh dunia yang menderita diabetes mellitus (DM) saat ini, dan jumlah ini akan meningkat dua kali lipat menjadi 366 juta pada tahun 2030. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, IDF (International Diabetes Federation) memperkirakan bahwa pada tahun 2035 akan ada 592 juta orang di seluruh dunia yang menderita diabetes. Penyakit diabetes melitus terus meningkat dari waktu ke waktu seiring dengan meningkatnya

penambahan umur penduduk. Kebiasaan makan makanan yang mengandung gula merupakan salah satu faktor paling berkontribusi terhadap meningkatnya prevalensi penyakit diabetes melitus. Selain kebiasaan makan, obesitas dan kurangnya aktivitas juga berkontribusi terjadinya peningkatan angka kejadian diabetes melitus (Rochani & Pamboaji, 2022).

Indonesia menduduki peringkat ke-3 di wilayah Asia Tenggara dan ke-7 dari sepuluh besar negara di dunia, prevalensi diabetes melitus yang terdiagnosis pada tahun 2018 adalah 11,3% dengan jumlah penderita terbesar terdapat pada usia 55-64 tahun yaitu 6,3% dan 65-74 tahun yaitu 6,03% (Riskesmas, 2018). Selain itu, jumlah pasien DM di Indonesia diperkirakan akan meningkat hingga 2-3 kali lipat pada tahun 2030 dibandingkan tahun 2000 (Paracima et al., 2023).

Provinsi Sumatera Utara menunjukkan prevalensi diabetes melitus yang menonjol dalam konteks Indonesia, sebagaimana dibuktikan dengan tingkat diagnosis sebesar 2/3% oleh profesional medis berdasarkan penilaian gejala. Alhasil, Provinsi Sumatera Utara

TINJAUAN PUSTAKA

Diabetes Mellitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolic dengan karakteristik gula darah melebihi nilai normal. Diabetes adalah suatu penyakit dimana tubuh penderita tidak bisa secara otomatis mengendalikan tingkat gula dalam darah. Pada tubuh yang sehat pancreas melepas hormone insulin yang bertugas mengangkut gula melalui darah ke otot-otot dan jaringan lain untuk memasok energi. Penderita diabetes tidak bisa memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup atau tubuh tidak mampu

masuk dalam 10 besar daerah di Indonesia dengan angka kejadian diabetes melitus tertinggi (Kemenkes, 2020). Prevalensi Diabetes Melitus di Provinsi Sumatera Utara terus meningkat dari tahun ke tahun. Menurut data yang bersumber dari Dinas Kesehatan Sumut, prevalensi Diabetes Mellitus di Sumut pada tahun 2019 dilaporkan sebanyak 249.519 jiwa. Di antara individu-individu tersebut, 144.521 individu, yang merupakan 57,92% dari total, mencari layanan kesehatan. Sebaliknya, sisanya sebanyak 104.998 orang tidak berobat (Tinah & Triwibowo, 2024).

Desa Perdamaian merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Binjai Kabupaten Langkat. Terdapat jumlah kasus masalah kesehatan pada penyakit Diabetes Melitus (DM) sebanyak 34 kasus pada bulan Januari hingga Agustus tahun 2024. Data tersebut diperoleh dari hasil survei yang telah dilakukan pada bulan Agustus Tahun 2024. Berdasarkan hal inilah peneliti tertarik untuk menganalisis penyakit Diabetes Melitus di Desa Perdamaian yang bertujuan untuk upaya pencegahan penyakit Diabetes Melitus.

menggunakan insulin secara efektif, sehingga terjadilah kelebihan gula didalam darah. Kelebihan gula yang kronis di dalam darah ini menjadi racun bagi tubuh (Nurhidayah, 2020).

Terdapat klasifikasi diabetes mellitus menurut American Diabetes Association (ADA) tahun 2010, meliputi diabetes mellitus tipe 1, diabetes mellitus II, diabetes mellitus tipe lain dan Diabetes Mellitus gestasional (Putra, 2015).

1. Diabetes Mellitus tipe 1 Diabetes mellitus tipe 1 yang disebut diabetes tergantung insulin IDDM merupakan gangguan katabolic dimana tidak terdapat

insulin dalam sirkulasi, glucagon plasma meningkat dan sel-sel beta pankreas gagal merespon terhadap semua rangsangan insulinogenic.

2. Diabetes mellitus tipe II
Diabetes mellitus tipe II merupakan bentuk diabetes nonketoic yang tidak terkait dengan marker HLA kromosom ke 6 dan tidak berkaitan dengan autoantibody sel. Dimulai dengan adanya resistensi insulin yang belum menyebabkan diabetes mellitus secara klinis. Menurut Perkeni (2011) untuk kadar gula darah puasa normal adalah ≤ 126 mg/dl, sedangkan untuk kadar gula darah 2 jam setelah makan yang normal ≤ 200 mg/dl.
3. Diabetes mellitus tipe lain
Biasanya disebabkan karena adanya malnutrisi disertai kekurangan protein, gangguan genetic pada fungsi sel β dan kerja insulin, namun dapat pula terjadi karena penyakit eksorin pancreas (seperti cystic fibrosis), endokrinopati, akibat obat-obatan tertentu atau induksi kimia (Wirnasari, 2019).
4. Diabetes mellitus gestasional
Diabetes mellitus gestasional yaitu diabetes mellitus yang timbul selama kehamilan. Pada masa kehamilan terjadi perubahan yang mengakibatkan melambatnya reabsorpsi makanan, sehingga menimbulkan keadaan hiperglikemik yang cukup lama.

Kegiatan jasmani sehari-hari dan latihan jasmani secara teratur (3-4 kali seminggu selama kurang lebih 30 menit), merupakan salah satu pilar dalam pengelolaan Diabetes Mellitus tipe II. Kegiatan sehari-hari seperti berjalan kaki ke pasar, menggunakan tangga, berkebun harus tetap dilakukan latihan jasmani selain untuk

menjaga kebugaran juga dapat menurunkan berat badan dan memperbaiki sensitivitas insulin, sehingga akan memperbaiki kendali glukosa darah. Latihan jasmani yang dianjurkan berupa latihan jasmani yang bersifat aerobik seperti jalan kaki, bersepeda santai, jogging, dan berenang. Latihan jasmani sebaiknya disesuaikan dengan umur dan status kesegaran jasmani. Untuk mereka yang relative sehat, intensitas latihan jasmani bisa ditingkatkan, sementara yang sudah mendapat komplikasi diabetes mellitus dapat dikurangi.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Analisis dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Lokasi penelitian dilakukan di Desa Perdamaian, Kecamatan Binjai, Kabupaten Langkat, Provinsi Sumatera Utara. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2024. Sampel dalam penelitian ini diambil menggunakan Teknik random sampling kluster sebanyak 379 orang dipilih sebagai responden dalam penelitian ini.

Penelitian ini menggunakan sumber data primer yang diperoleh langsung dari kuisioner survey mawas diri. Metode pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner melalui wawancara untuk pengisiannya.

Pengolahan dan analisis data menggunakan aplikasi SPSS versi 26. Analisis data menggunakan 2 jenis uji statistic berupa uji univariat untuk menunjukkan distribusi frekuensi variabel dan uji bivariat untuk menunjukkan keterkaitan hubungan 2 variabel dengan uji statistic dengan kekuatan hubungan melalui angka OR (Odd Ratio) pada tingkat kepercayaan (CI) 95%.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Kasus Diabetes Melitus Berdasarkan Karakteristik Demografi

Variabel	n	%	Diabetes Melitus			
			Tidak		Ya	
			n	%	n	%
Jenis Kelamin						
Laki-laki	178	47%	168	94.4%	10	5.6%
Perempuan	201	53%	188	93.5%	13	6.5%
Umur Responden						
Remaja	28	7,4%	28	100%	0	0%
Dewasa	292	77%	281	96.2%	11	3.8%
Lansia	58	15.3%	46	79.3%	12	20.7%
Pendidikan Terakhir Responden						
Kuliah	22	5.8%	22	100%	0	0%
SMA/SMK	158	41.7%	151	96.2%	6	3.8%
SMP	101	26.6%	95	93.1%	7	6.9%
SD	91	24%	82	90.1%	9	9.9%
Tidak Sekolah	7	1.8%	6	85.7%	1	14.3%
Pekerjaan Responden						
Tidak bekerja	9	2.4%	7	77.8%	2	22.2%
Nelayan	1	0.3%	1	100%	0	0%
Petani	21	5.5%	20	95.2%	1	4.8%
Peternak	1	0.3%	1	100%	0	0%
Mahasiswa	5	1.3%	5	100%	0	0%
Belum bekerja	9	2.4%	8	88.9%	1	11.1%
Masih sekolah	29	7.7%	29	100%	0	0%
IRT	135	35.6%	126	93.3%	9	6.7%
Buruh	59	15.6%	53	89.8%	6	10.2%
Pegawai pemerintah	23	6.1%	23	100%	0	0%
Wiraswasta	71	18.7%	68	95.8%	3	4.2%
Wirausaha	13	3.4%	12	92.3%	1	7.7%
Berkebun	3	0.8%	3	100%	0	0%

Dari tabel diatas menunjukkan dari 379 responden lebih banyak responden Perempuan sebanyak 201 responden (53%), dengan rentan umur responden paling banyak di kategori dewasa sebanyak 292

Berdasarkan analisis univariat, distribusi responden yang memiliki kasus Diabetes Melitus berdasarkan jenis kelamin sebanyak 13 responden (6.5%) merupakan perempuan dan sebanyak 10 responden (5.6%) laki laki. Artinya Diabetes Melitus banyak dialami oleh perempuan. Pada kategori pendidikan terakhir

responden (77%) responden paling banyak Pendidikan terakhir SMA/SMK sebanyak 158 responden (41.7%) dan responden paling banyak bekerja sebagai IRT sebanyak 135 responden (35.6%).

responden yang memiliki diabetes melitus paling banyak ada pada pendidikan terakhir tingkat SD sebanyak 9 responden (9.9%).

Selanjutnya berdasarkan kategori pekerjaan, yang paling banyak terdapat pada IRT yang memiliki diabetes melitus sebanyak 9 responden (6.7%). Sejalan dengan

(Wulandari et al., 2023) penderita diabetes melitus tipe 2 sebagian besar adalah ibu rumah tangga dan

pensiunan. Dari 80 responden, 56 orang (70,0%) adalah ibu rumah tangga dan pensiunan.

Tabel 2. Determinan Diabetes Melitus Pada Masyarakat Desa Perdamaian

Variabel	N	%	Diabetes Melitus				Sig	POR	CI (95%)	
			Tidak		Ya				Lower	Upper
			n	%	n	%				
Merokok										
Tidak	16	43.5	15	93.3	1	6.7%	0.88	0.83	0.357	1.935
	5	%	4	%	1					
Ya	21	56.6	20	94.4	1	5.6%				
	4	%	2	%	2					
Makan Makanan Manis										
Tidak	19	52%	19	100%	0	0%	0.00	1.14	1.084	1.211
	7		7		0					
Ya	18	47.8	15	87,3	2	12.7				
	1	%	8	%	3	%				
Aktivitas Fisik										
Ya	18	47.8	18	100%	0	0%	0.00	1.13	1.076	1.190
	1	%	1		0					
Tidak	19	52.2	17	88.4	2	11.6				
	8	%	5	%	3	%				

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara merokok dengan diabetes melitus tetapi data menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara terbiasa makan makanan manis dengan diabetes melitus ($p < 0.05$). Dengan nilai POR = 1.146 artinya orang yang terbiasa makan makanan manis 1.146 kali lebih untuk terkena Diabetes Melitus daripada orang

yang tidak terbiasa makan makanan manis.

Berdasarkan tabel diatas juga terdapat hubungan yang signifikan antara terbiasa beraktivitas fisik setiap hari dengan Diabetes Melitus ($p < 0.05$). Dengan nilai POR = 1.131 artinya orang yang tidak terbiasa beraktivitas fisik 1.131 kali lebih untuk terkena Diabetes Melitus daripada orang yang terbiasa melakukan aktivitas fisik setiap hari.

PEMBAHASAN

Hubungan Kejadian Diabetes Melitus Berdasarkan konsumsi Rokok

Berdasarkan temuan peneliti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara merokok dengan kejadian diabetes melitus. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Suryanti et al., 2021), Hasil uji chi-square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,042, yang lebih kecil dari 0,05. Hal

ini menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian diabetes melitus. Penelitian lain yang sejalan yang dilakukan (Muna Lubis et al., 2023), Hasil uji chi-square menunjukkan p-value sebesar 0,039, yang menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian diabetes melitus. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kebiasaan merokok berkaitan

dengan risiko terkena diabetes melitus.

Perokok cenderung memiliki risiko lebih tinggi terkena diabetes melitus dibandingkan dengan orang yang tidak merokok. Hasil berbeda juga didapatkan dari penelitian yang dilakukan (Qomariyah et al., 2021), hasil uji Chi Square menunjukkan nilai signifikan p-value sebesar 0,007, yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Ini menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan merokok dan kejadian diabetes melitus tipe 2.

Terpapar asap rokok adalah merokok atau sering berada di dekat perokok. Merokok adalah salah satu faktor risiko terjadinya penyakit DM Tipe 2. Asap rokok dapat meningkatkan kadar gula darah. Pengaruh rokok (nikotin) merangsang kelenjar adrenal dan dapat meningkatkan kadar glukosa

Hubungan Kejadian Diabetes Melitus Berdasarkan Kebiasaan Makan Makanan Manis

Peneliti menemukan terdapat hubungan yang signifikan antara terbiasa makan makanan manis dengan kejadian diabetes melitus. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Fitriyah & Herdiani, 2022), hasil uji chi-square menunjukkan p-value sebesar 0,020, yang lebih kecil dari 0,05, sehingga menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi gula dengan kejadian diabetes melitus.

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan kadar kolesterol tinggi lebih berisiko dari pada responden yang kadar gula darah normal. Berdasarkan analisis hubungan antara kadar gula darah dengan kejadian DM Tipe 2, didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kadar gula darah dengan kejadian DM Tipe 2. Hal ini sejalan dengan penelitian di Rumah Sakit Umum Dr. Wahidin

Sudirohusodo, Makasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kolesterol tinggi memiliki hubungan dengan kejadian DM Tipe 2. Orang dengan kolesterol tinggi memiliki risiko 13,45 kali untuk menderita DM Tipe 2 dibandingkan yang kadar gula darahnya normal.

Konsumsi gula dalam jumlah normal dapat memberikan manfaat bagi tubuh karena membantu menjaga keseimbangan energi. Namun, konsumsi gula yang berlebihan dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah, yang merupakan salah satu tanda diabetes melitus. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konsumsi gula yang tinggi berkaitan dengan risiko terjadinya diabetes melitus. Kadar kolesterol yang tinggi berisiko terhadap penyakit DM Tipe 2. Kadar kolesterol tinggi menyebabkan meningkatnya asam lemak bebas sehingga terjadi lipotoksitas. Hal ini akan menyebabkan terjadinya kerusakan sel beta pankreas yang akhirnya mengakibatkan DM Tipe 2.

Hubungan Kejadian Diabetes Melitus Berdasarkan Aktivitas Fisik

Peneliti juga menemukan terdapat hubungan yang signifikan antara terbiasa beraktivitas fisik setiap hari dengan Diabetes Melitus. Hasil dari temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Muna Lubis et al., 2023), bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian diabetes mellitus. Aktivitas fisik seperti olahraga memiliki dampak langsung terhadap percepatan pemulihan glukosa di otot. Selama beraktivitas, otot menggunakan glukosa yang disimpan di dalamnya, dan ketika cadangan glukosa berkurang, otot mengambil glukosa dari darah. Meskipun kebiasaan berolahraga tidak secara signifikan menurunkan kadar gula darah, aktivitas ini dapat meningkatkan

oksidasi glukosa, yang pada akhirnya bisa mengurangi kebutuhan insulin pada penderita diabetes melitus. Olahraga yang dilakukan dengan baik dapat membantu dalam pengaturan kadar glukosa darah, sehingga berperan penting dalam pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus (Muna Lubis et al., 2023).

berdasarkan penelitian yang dilakukan (Suryanti et al., 2021), Hasil uji chi-square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,035, yang lebih kecil dari 0,05. Ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik responden dengan kejadian diabetes melitus (DM). hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Qomariyah et al., 2021), Sebagian besar responden yang memiliki aktivitas fisik dalam kategori tinggi tidak mengalami diabetes melitus tipe 2, dengan jumlah 44 responden (68,8%). Hasil uji Chi Square menunjukkan p-value sebesar 0,001, yang lebih kecil dari 0,05, menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe 2.

Aktivitas fisik dapat mengontrol gula darah. Glukosa akan diubah menjadi energi pada saat beraktivitas fisik. Aktivitas fisik mengakibatkan insulin semakin meningkat sehingga kadar gula dalam darah akan berkurang. Pada orang yang jarang berolahraga, zat makanan yang masuk ke dalam tubuh tidak dibakar tetapi ditimbun dalam tubuh sebagai lemak dan gula. Jika insulin tidak mencukupi untuk mengubah glukosa menjadi energi maka akan timbul DM

KESIMPULAN

Hasil penelitian menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara terbiasa makan makanan manis dengan diabetes melitus ($p <$

0.05). Dengan nilai POR = 1.146 dan terdapat hubungan yang signifikan antara terbiasa beraktivitas fisik setiap hari dengan Diabetes Melitus ($p <$ 0.05). Dengan nilai POR = 1.131.

Faktor risiko determinan kejadian Diabetes melitus dalam penelitian ini meliputi merokok, terbiasa makan makanan manis, terbiasa melakukan aktivitas fisik setiap hari pada responden. Oleh sebab itu, diperlukan peran tenaga kesehatan setempat dalam memberikan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan kepada masyarakat, khususnya masyarakat Desa Perdamaian tentang bagaimana cara menurunkan risiko penyakit Diabetes Melitus terutama pada usia lansia dan perempuan. Selain itu, masyarakat diharapkan dapat menerapkan Hidup sehat dan serta memperhatikan pengolahan asupan makanan terutama dalam mengkonsumsi makan makanan manis, terbiasa dalam beraktivitas setiap hari minimal 30 menit.

DAFTAR PUSTAKA

- Arania, R., Triwahyuni, T., Esfandiari, F., & Nugraha, F. R. (2021). Hubungan Antara Usia, Jenis Kelamin, Dan Tingkat Pendidikan Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Di Klinik Mardi Waluyo Lampung Tengah. *Jurnal Medika Malahayati*, 5(3), 146-153.
<https://doi.org/10.1007/s00712-023-00827-w>
- Fitriyah, C. N., & Herdiani, N. (2022). Konsumsi Gula dan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Diabetes Melitus di Puskesmas Gading Surabaya. *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(2), 467-471.
<https://doi.org/10.33757/jik.v6i2.567>
- Hardiyanti, T. O., Wurjanto, A.,

- Kusariana, N., & Hestningsih, R. (2021). Hubungan Jenis Kelamin Dan Bidang Studi Dengan Praktik Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(2), 175-179.
<https://doi.org/10.14710/jkm.v9i2.28662>
- Kemendes. (2020). Profil Kesehatan Indonesia. In *Science as Culture* (Vol. 1, Issue 4).
<https://doi.org/10.1080/09505438809526230>
- Laksono, H., Heriyanto, H., & Apriani, R. (2022). Determinan Faktor Kejadian Komplikasi Pada Penderita Diabetes Melitus Di Kota Bengkulu Tahun 2021. *Journal of Nursing and Public Health*, 10(1), 68-78.
<https://doi.org/10.37676/jnph.v10i1.2368>
- Lestari, Zulkarnain, Sijid, & Aisyah, S. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *Jurnal UIN Alauddin Makassar*, 1(2), 237-241. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Muna Lubis, S. A., Aminah, T. N. F., Pangesty, S., Atika, R., Sembiring, S. P., & Aidha, Z. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diabetes Melitus (DM) di Desa Kubah Sentang Kecamatan Pantai Labu. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 2061.
<https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i2.2968>
- Nurhidayah, A. (2020). *Efektivitas Pemberian Konseling Gizi Dengan Media Lembar Balik "Padam" Terhadap Pengetahuan Dan Perubahan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Dengan Hiperglikemia Di Puskesmas Sleman* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Pahlawati, A., & Nugroho, P. S. (2020). Hubungan Tingkat Pendidikan dan Usia dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Palaran Tahun 2019. *Jurnal Dunia Kesmas*, 8(4), 1-5.
<https://doi.org/10.33024/jdk.v8i4.2261>
- Paracima, H. H., Safitri, W., & Mardiyah, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Pola Makanan Pada Penderita Diabetes. *Universitas Kusuma Husada Surakarta*.
- Putra, I. W. A., & Berawi, K. N. (2015). Empat pilar penatalaksanaan pasien diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Majority*, 4(9), 8-12.
- Qomariyah, F., DM, P. O., & Prabandari, R. (2021). Faktor Resiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Purwokerto Selatan Kabupaten Banyumas. *Jurnal Farmasi & Sains Indonesia*, 4(2), 79-84.
<https://doi.org/10.52216/jfsi.vol4no2p79-84>
- Rahmayunita, N. A., Kadriyan, H., & Yuliyani, E. A. (2023). A healthy lifestyle of the diabetic sufferer to avoid the risk of complications: Literature Review. *Jurnal Biologi Tropis*, 23(2), 406-413.
<https://doi.org/10.29303/jbt.v23i2.4923>
- Ramadhani, A. A., & Khotami, R. (2023). Hubungan Tingkat Pendidikan, Pengetahuan, Usia dan Riwayat Keluarga DM dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Usia Dewasa Muda. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 137-147.
<https://doi.org/10.55123/sehatmas.v2i1.1271>
- Resti, H. Y., & Cahyati, W. H. (2022). Kejadian Diabetes Melitus Pada Usia Produktif Di Puskesmas Kecamatan Pasar Rebo. *Higeia*

- Journal Of Public Health Research And Development*, 6(3), 350-361.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- Rochani, S., & Pamboaji, G. (2022). Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan Flipchart Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Pasien Dalam Melaksanakan Program Diet pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 89.
<https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.411>
- Rosita, R., Kusumaningtiar, D. A., Irfandi, A., & Ayu, I. M. (2022). Aktivitas Fisik Lansia Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Balaraja Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(3), 364-371.
<https://doi.org/10.14710/jkm.v10i3.33186>
- Sari, V. Y. (2023). Pengaruh Kepatuhan Diet Dalam Mempertahankan Kadar Gula Dara Pada Penderita Diabetes Mellitus: Literature Review. *Skripsi*.
- Suryanti, S., Sudarman, S., & Aswadi. (2021). Hubungan Gaya Hidup dan Pola Makan Dengan Kejadian Diabetes Mellitus di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Makassar. *Jurnal Promotif Preventif*, 4(1), 1-9.
<https://doi.org/10.47650/jpp.v4i1.246>
- T. Eltrikanawati, Nurlaila, & Tampubolon, M. (2020). Hubungan Pola Makan Dan Pola Aktifitas Fisik Terhadap Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 6(2), 171-177.
<https://doi.org/10.52943/jikeperawatan.v6i2.411>
- Tinah, & Triwibowo, C. (2024). Relationship between Knowledge Level and Compliance with Dietary in Elderly Patients with Diabetes Mellitus in Karang Rejo Village, Langkat Regency. *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health*, 6(1), 421.
<https://doi.org/10.30829/contagion.v6i1.19220>
- Wulandari, S., Haskas, Y., & Arna Abrar, E. (2023). Gambaran Disparitas Diabetes Melitus Tipe 2 Ditinjau Dari Faktor Sosiodemografi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(6), 2023.
<http://dx.doi.org/10.20956/ija> s.....