

Faktor Determinan Kejadian Diabetes Mellitus di Pos Binaan Terpadu (Posbindu) Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara Tahun 2022

*Determinant Factors of the Incidence of Diabetes Mellitus at Bone Tua Community Health
Center, Luwu Utara District 2022*

Rahma Sri Susanti^{1*}, Rosdiana²

^{1,2}Universitas Indonesia Timur

(*)Email Korespondensi: rahmasrisusanti86@gmail.com

Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik, dengan Karakteristik hiperglikemia yang terjadi akibat sekresi insulin yang abnormal, kerja insulin, atau keduanya. Penyakit ini adalah penyakit yang terjadi selama bertahun-tahun dan sulit untuk disembuhkan. DM mengakibatkan terjadinya beberapa komplikasi yang dapat menyebabkan kematian, diantaranya yaitu Penyakit Jantung Koroner (PJK), ulkus kaki diabetik serta stroke dan gagal ginjal. Desain penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan *cros sectional study*. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 42 yang diambil dengan menggunakan teknik *Accidental sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dokumentasi. Data dianalisis dengan program SPSS dengan uji statistik uji Chi-Square untuk analisis Bivariat serta Penyajian Data disajikan dalam bentuk tabel dan disertai dengan penjelasannya. pada variabel pengetahuan diperoleh nilai $X^2 = 5,839$ dan nilai $p = 0,01$, Riwayat keluarga nilai $X^2 = 9,259$ dan nilai $p = 0,002$, pola makan nilai $X^2 = 7,527$ dan nilai $p = 0,006$, aktivitas Fisik nilai $X^2 = 5,015$ dan nilai $p = 0,02$ ini berarti ada hubungan antara pengetahuan, riwayat keluarga, pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus. Kesimpulan ada hubungan pengetahuan, riwayat keluarga, pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes mellitus. Baiknya masyarakat dapat mengikuti bentuk kegiatan yang telah diterapkan oleh Germas (Gerakan Masyarakat hidup Bersih dan Sehat) dalam melakukan aktivitas fisik, mengonsumsi sayur dan buah, dan memeriksa kesehatan secara rutin.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus; Pengetahuan; Riwayat Keluarga; Pola Makan dan Aktifitas fisik

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is a metabolic disease, characterized by hyperglycemia resulting from abnormal insulin secretion, insulin action, or both. This disease is a disease that occurs for many years and is difficult to cure. DM causes several complications that can cause death, including coronary heart disease (CHD), diabetic foot ulcers and stroke and kidney failure. The design of this research is analytic observational with a cross-sectional study design. There were 42 samples in this study which were taken using the accidental sampling technique. Data collection is done through observation, interviews, documentation. Data were analyzed using the SPSS program with the Chi-Square statistical test for bivariate analysis and data presentation presented in tabular form accompanied by an explanation. on the knowledge variable the value $X^2 = 5.839$ and $p = 0.01$, family history $X^2 = 9.259$ and $p = 0.002$, diet $X^2 = 7.527$ and $p = 0.006$, physical activity $X^2 = 5.015$ and $p = 0.02$ this means there is a relationship between knowledge, family history, diet and physical activity with the incidence of Diabetes Mellitus. In conclusion, there is a relationship between knowledge, family history, diet and physical activity with the incidence of diabetes mellitus. It is good that the community can follow the form of activity that has been implemented by Germas (Clean and Healthy Living Community Movement) in carrying out physical activities, consuming vegetables and fruit, and having regular health checks.

Keywords: Diabetes Mellitus; Knowledge; Family History; Diet and Physical activity

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit yang disebabkan oleh kegagalan pankreas saat memproduksi insulin dan juga disebabkan oleh tubuh yang tidak bisa memakai insulin yang diproduksi oleh pankreas dengan efektif (Prasetyani and Sodikin, 2017 dalam (Vadila et al., 2021)). DM merupakan penyakit metabolik, dengan Karakteristik hiperglikemia yang terjadi akibat sekresi insulin yang abnormal, kerja insulin, atau keduanya. Penyakit ini adalah penyakit yang terjadi selama bertahun-tahun dan sulit untuk disembuhkan (Ramadhan, 2017 dalam (Vadila et al., 2021)). DM mengakibatkan terjadinya beberapa komplikasi yang dapat menyebabkan kematian, diantaranya yaitu Penyakit Jantung Koroner (PJK), ulkus kaki diabetik serta stroke dangagal ginjal (Decroli, 2019 dalam (Vadila et al., 2021)).

American Diabetes Association melaporkan bahwa setiap 21 detik ada 1 juta orang yang terkena Diabetes Melitus. Prediksi sepuluh tahun yang lalu bahwa jumlah Diabetes Melitus akan mencapai 350 juta pada tahun 2025, ternyata sudah jauh terlampaui. Celakanya, lebih dari setengah populasi Diabetes Melitus berada di Asia, terutama di India, China, Pakistan dan Indonesia (Vita Gloria et al., 2019)

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 diperoleh proporsi penyebab kematian akibat DM pada kelompok usia 45- 54 tahun di daerah perkotaan menduduki rangking ke-2 yaitu 14,7% dan untuk di daerah pedesaan menduduki rangking ke-6 yaitu 5,8%. Data Riskesdas terbaru tahun 2013 menunjukkan prevalensi DM sebesar 1,5 juta jiwa untuk total populasi di seluruh Indonesia. Prevalensi penderita DM di Indonesia diperkirakan pada tahun 2030 mencapai 21,3 juta jiwa (Kementerian Kesehatan RI, 2014).

DM di Indonesia berada pada urutan keempat penyakit kronis (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Berdasarkan data Riskesdas 2018 prevalensi DM secara nasional dengan diagnosis dokter pada penduduk semua umur yaitu 1,5% dan pada penduduk berusia ≥ 15 tahun sebesar 2,0%. Prevalensi DM berdasarkan diagnosis dokter di Provinsi Jambi pada tahun 2013 sebesar 1,1% dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 1,5%. Peningkatan juga terjadi pada prevalensi DM dengan diagnosis dokter pada penderita DM semua umur tahun 2013 sebesar 0,9% menjadi 1,0% pada tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

DM mengakibatkan terjadinya beberapa komplikasi yang dapat menyebabkan kematian, diantaranya yaitu Penyakit Jantung Koroner (PJK), ulkus kaki diabetik serta stroke dan gagal ginjal (Decroli, 2019). *International Diabetes Federation (IDF)* menyatakan bahwa penderita DM yang berusia 20-79 tahun di dunia pada tahun 2019 mencapai angka 463 juta penderita dan di perkirakan dapat meningkat menjadi 578 juta penderita pada tahun 2030 dan terus melonjak menjadi 700 penderita pada tahun 2045. IDF juga menyatakan bahwa DM adalah penyebab kematian urutan ketujuh di dunia (Anderson, Norman and Wittwer, 2019 dalam (Vadila et al., 2021)).

Berdasarkan Laporan Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2016 untuk distribusi kunjungan kasus Diabetes Melitus di puskesmas se-Kota Pekanbaru tahun 2016 berdasarkan tempatnya, dari 20 puskesmas, Puskesmas Payung Sekaki termasuk ke dalam peringkat 3 besar dalam jumlah kunjungan kasus Diabetes Melitus yaitu sebanyak 2.033 (13,1%) penderita. Selanjutnya dari tahun 2015-2016, jumlah distribusi kunjungan kasus Diabetes Melitus di puskesmas Payung Sekaki mengalami peningkatan, yaitu pada tahun 2015 dengan jumlah 1.360 (11,1%) penderita, dan pada tahun 2016 menjadi 2.033 (13,1%) penderita. Hasil survei pendahuluan dari Laporan Bulanan Sistem Pencatatan dan Pelaporan Terpadu Puskesmas (SP2TP-LB1) didapat bahwa jumlah kasus Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru Tahun 2017 adalah sebanyak 1.798 (2,3%). Pada saat survei didapat bahwa jumlah penduduk tertinggi menurut kelompok umur di Kecamatan Payung Sekaki ialah kelompok umur 35-39 tahun sebanyak 11.891 (15,3%) jiwa, tertinggi kedua ialah kelompok umur 40-44 tahun sebanyak 7.126 (9,1%) jiwa, dan tertinggi ketiga ialah kelompok umur 30-34 tahun sebanyak 6.708 (8,6%) jiwa. Jika faktor risiko untuk terjadinya Diabetes Melitus ialah pada umur ≥ 40 tahun, kelompok umur 40-44 tahun hingga >70 tahun memiliki risiko terjadinya Diabetes Melitus dengan jumlah 28.403 (36,5%) jiwa. (Vita Gloria et al., 2019).

Secara umum kelompok masyarakat yang mempunyai risiko tinggi (high risk) diabetes melitus antara lain usia lebih dari 45 tahun, berat badan lebih atau IMT >23 kg/m, hipertensi, ibu dengan riwayat melahirkan bayi >4000 gram, pernah diabetes sewaktu hamil, riwayat keturunan diabetes melitus, kolesterol HDL <35 mg/dl atau trigliserida >250 mg/dl, kurang aktivitas fisik, autoimunitas, virus atau zat kimia, pola makan yang tidak seimbang, gangguan toleransi glukosa, lemak dalam darah, riwayat abortus berulang, eklamsi, dan bayi lahir mati 10,2,11. Dari beberapa banyak faktor penyebab diabetes melitus, faktor usia, jenis kelamin, riwayat keluarga, aktivitas fisik, dan kebiasaan makan adalah faktor risiko yang paling besar hubungannya dengan kejadian diabetes melitus tipe 2. (et al., 2018).

Hasil penelitian bahwa dari 30 responden yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 14 responden, dan responden yang tidak mengalami kejadian diabetes melitus sebanyak 4 (28,6%) responden, dan responden yang mengalami kejadian diabetes melitus sebanyak 10 (71,4%) responden. Sedangkan responden yang mempunyai pengetahuan kurang baik sebanyak 16 responden, dan responden yang tidak mengalami diabetes melitus sebanyak 13 (81,2%) responden, dan responden yang mengalami kejadian diabetes melitus sebanyak 3 (18,8%) responden (Rosita, 2019).

Penelitian ini menunjukkan responden yang memiliki riwayat keluarga menderita DM berjumlah 101 responden, dimana 30% diantaranya memiliki lebih dari satu anggota keluarga yang menderita DM. Orang yang memiliki salah satu atau lebih anggota keluarga baik orang tua, saudara, atau anak yang menderita diabetes, memiliki kemungkinan 2 sampai 6 kali lebih besar untuk menderita diabetes dibandingkan dengan orang-orang yang tidak memiliki anggota keluarga yang menderita diabetes (CDC, 2011 dalam (Kekenusa et al., 2018).

Hasil penelitian bahwa Pola Makan dengan status DM diketahui bahwa dari 76 responden ada 49 responden (64,5%) yang memiliki pola makan tidak baik, yaitu 16 responden (21,1%) adalah kasus dan 33 responden (43,4%) adalah pada kelompok kontrol. Dari 27 responden (35,5%) yang memiliki pola makan baik yaitu 22 responden (28,9%) adalah kasus dan 5 responden (6,6%) adalah pada kelompok kontrol. Berdasarkan uji Chi Square diperoleh P value = 0,000. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa P value < 0,05 sehingga H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan (Ritonga & Ritonga, 2020).

Prevalensi kejadian diabetes pada wanita usia 20-25 tahun sebesar 23.73%. Didapatkan pula hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan diabetes melitus pada wanita usia 20-25 Tahun di DKI Jakarta (AOR 2.7; $P < 0.001$; 95% CI=1,97-3,72). Dapat dilihat pula peran aktivitas fisik terhadap diabetes melitus juga bergantung pada faktor pendukung lain seperti obesitas dan kurang konsumsi buah dan sayur. Oleh karena itu penting bagi masyarakat terlebih pada wanita untuk mulai menerapkan gaya hidup sehat sedini mungkin sehingga di masa tua nanti diharapkan terhindar dari penyakit diabetes. Hal-hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi faktor risiko terkena diabetes melitus antara lain seperti melakukan aktivitas fisik yang cukup, menjaga berat badan, diet sehat serta menjaga tekanan darah. (Ramadhani et al., 2022)

METODE

Desain penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan *cros sectional study* yaitu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Penelitian dilaksanakan di Pos Binaan Terpadu (POSBINDU) Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara Tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia yang datang di wilayah Kerja Puskesmas Masamba. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian semua lansia yang datang di Posbindu Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara Tahun 2022 sebanyak 42 yang diambil dengan menggunakan teknik *Accidental sampling* yakni pengambilan sampel berdasarkan siapa saja yang datang pada saat dilakukan penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dokumentasi. Data dianalisis dengan program SPSS dengan uji statistik uji Chi-Square untuk analisis Bivariat serta Penyajian Data disajikan dalam bentuk tabel dan disertai dengan penjelasannya.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di Pos Binaan Terpadu (POSBINDU) Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara Tahun 2022

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	16	38,1
Perempuan	26	61,9

Kelompok Umur (Tahun)		
25-33	4	9,5
34-42	6	14,3
43-51	14	33,3
52-60	8	19,0
61-69	7	16,7
≥ 70	3	7,1
PendidikanSD		
SMP	12	28,6
SMA	12	28,6
	18	42,9
Pengetahuan		
KurangCukup	18	42,9
	24	57,1
Riwayat Keluarga		
Ada Riwayat Tidak Ada	18	42,9
Riwayat	24	57,1
Pola Makan		
Kurang BaikBaik	19	45,2
	23	54,8
Aktifitas Fisik		
KurangCukup	23	54,8
	19	45,2
Diabetes Mellitus		
Menderita Tidak	19	45,2
Menderita	23	54,8

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 42 sampel terdapat jenis kelamin laki-laki-laki sebanyak 38,1 % dan perempuan sebanyak 61,9 %, kelompok umur tertinggi umur 43-51 sebanyak 33,3 % terendah ≥ 70 tahun sebanyak 7,1 %, Pendidikan SD dan SMP masing-masing sebanyak 28,6 % dan SMA sebanyak 42,9 %, Pengetahuan kurang sebanyak 42,9 % dan cukup sebanyak 57,1%, riwayat keluarga sebanyak 42,9% dan tidak ada riwayat keluarga sebanyak 57,1 %, pola makan kurang baik sebanyak 45,2 % dan baik sebanyak 54,8%, aktifitas fisik yang kurang sebanyak 54,8% dan cukup sebanyak 45,2 % sedangkan kejadian diabetes mellitus yang menderita sebanyak 45,2 % tidak menderita sebanyak 54,8 %.

Analisis Bivariat

Tabel 2. Hasil Analisis Hubungan Variabel Independen dengan KejadianDiabetes Mellitus (DM) di Pos Binaan Terpadu (POSBINDU) Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara Tahun 2022

Binaan Terpadu (PUSBI-DB) Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara Tahun 2022							
Variabel	Menderita		Tidak Menderita		Jumlah	X ²	p
	n	%	n	%			
Pengetahuan							
Kurang	12	66,7	6	33,3	18	5,839	0,01
Cukup	7	29,2	17	70,8	24		

Riwayat Keluarga							
Ada Riwayat Tidak	13	72,2	5	27,8	18	9,259	0,002
Ada Riwayat	6	25,0	18	75,0	24		
Pola Makan							
Kurang Baik	13	68,4	6	31,6	19	7,527	0,006
Baik	6	26,1	17	73,9	23		
Aktifitas Fisik							
KurangCukup	14	60,9	9	39,1	23	5,015	0.02
	5	26,3	14	73,7	19		

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 2 menunjukkan bahwa hasil analisis Uji *chis-Square* dari ke 4 variabel independen yaitu pada variabel pengetahuan diperoleh nilai $X^2 = 5,839$ dan nilai $p = 0,01$, Riwayat keluarga nilai $X^2 = 9,259$ dan nilai $p = 0,002$, pola makan nilai $X^2 = 7,527$ dan nilai $p = 0,006$, aktivitas Fisik nilai $X^2 = 5,015$ dan nilai $p = 0,02$ ini berarti ada hubungan antara pengetahuan, riwayat keluarga, pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Mellitus di Pos Binaan Terpadu (POSBINDU) Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Diabetes Mellitus

Pengetahuan penderita tentang penyakit Diabetes Mellitus sangatlah penting karena pengetahuan ini akan membawa penderita diabetes mellitus untuk menentukan sikap, berpikir dan berusaha untuk tidak terkena penyakit atau dapat mengurangi kondisi penyakit diabetes mellitus yang memiliki sikap positif dibandingkan dengan negatif (Rosita, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dari 18 sampel dengan pengetahuan kurang terdapat yang menderita diabetes mellitus sebanyak 66,7% dan tidak menderita sebanyak 33,3 % sedangkan dari 24 yang pengetahuan cukup terdapat menderita diabetes mellitus sebanyak 29,2 % dan tidak menderita sebanyak 70,8 %. Hasil analisis statistik uji *chi-square* diperoleh nilai X^2 hitung (5,839) > dari X^2 tabel (3,841) atau nilai P ($0,01$) < α 0,05 ini berarti ada hubungan antara Pengetahuan dengan kejadian diabetes mellitus di Posbindu Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara tahun 2022.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meri Rosita 2019 bahwa Dari 30 responden penelitian, 16 responden (48,5%) memiliki pengetahuan baik, 14 responden (46,7%) memiliki sifat negatif terhadap kejadian Diabetes Melitus dan 17 responden (56,7%) tidak mengalami Diabetes Melitus. Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan chi - square didapatkan nilai p value = $0,011 \leq \alpha = 0,05$ sehingga ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian Diabetes Militus.

Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Diabetes Mellitus

Faktor keturunan merupakan faktor yang tidak dapat diubah karena faktor keturunan adalah faktor yang berpengaruh dalam terjadinya diabetes melitus, tetapi faktor lingkungan yang berkaitan dengan gaya hidup seperti kegiatan jasmani yang kurang dan asupan nutrisi yang berlebih serta kegemukan merupakan faktor yang dapat diperbaiki Seseorang yang kedua orang tuanya menyandang diabetes melitus akan lebih mungkin menderita diabetes melitus daripada seseorang dimana kedua orangtuanya tidak menderita diabetes melitus. Demikian juga bila salah satu dari orang tua ada yang menderita diabetes melitus, tidak menutup kemungkinan salah seorang anaknya ada yang menderita diabetes melitus (Rosita, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dari 18 sampel yang memiliki riwayat keluarga DM terdapat yang menderita diabetes mellitus sebanyak 72,2 % dan tidak menderita sebanyak 27,8 % sedangkan dari 24 yang tidak memiliki riwayat keluarga terdapat menderita diabetes mellitus sebanyak 25,0% dan tidak menderita sebanyak 75,0 %. Hasil analisis statistik uji *chi-square* diperoleh nilai X^2 hitung (9,259) > dari X^2 tabel (3,841) atau nilai P ($0,002$) < α 0,05 ini berarti ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian diabetes mellitus di Posbindu Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara tahun 2022.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Holly Yunits,dkk,2019 di Rumah Sakit Umum Bunda Margonda Depok mengenai hubungan riwayat keluargaterhadap diabetes melitus tipe 2, dari 34 sampel yang diteliti ditemukan yang memiliki riwayat penyakit keluarga dan menderita diabetes melitus adalah 3 (33,3%), ada riwayat keluarga tanpa menderita diabetes melitus adalah 6 (66,7%), tidak ada riwayat

penyakit keluarga dan menderita diabetes melitus adalah 2 (8%) dan tidak memiliki riwayat keluarga diabetes melitus tanpa menderita diabetes melitus adalah 23 (92%). Setelah dilakukan pengolahan data diperoleh p-value 0,102 dimana nilai p lebih besar dari nilai α (0,05), sehingga dapat dinyatakan bahwa tidak ada hubungan antara riwayat penyakit keluarga terhadap diabetes melitus tipe 2.

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Diabetes Mellitus

Pola makan adalah suatu cara tertentu dalam mengatur jumlah dan jenis asupan makanan dengan maksud untuk mempertahankan kesehatan, status gizi, serta mencegah dan/atau membantu proses penyembuhan (Depkes, 2009). Jika terlalu banyak memasukkan makanan ke dalam tubuh, maka glukosa akan sulit masuk ke dalam sel dan meningkatkan kadar glukosa darah. Makanan memegang peranan penting dalam peningkatan kadar gula darah. Makan secara berlebihan dan melebihi jumlah kalori yang dibutuhkan (Hartini, 2009 dalam (Ritonga & Ritonga, 2020)).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dari 19 sampel dengan pola makan kurang baik terdapat yang menderita diabetes mellitus sebanyak 68,4 % dan tidak menderita sebanyak 31,6% sedangkan dari 23 dengan pola makan baik terdapat menderita diabetes mellitus sebanyak 26,1 % dan tidak menderita sebanyak 73,9 %. Hasil analisis statistik uji *chi-square* diperoleh nilai X^2 hitung (7,527) > dari X^2 tabel (3,841) atau nilai P (0,002) < α 0,05 ini berarti ada hubungan antara pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di Posbindu Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara tahun 2022.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nefonavrtilova Ritonga, dkk di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan tahun 2019 dengan hasil penelitian distribusi pola makan responden mayoritas adalah tidak baik sebanyak 49 orang (64,5%) dan minoritas pola makan responden yaitu baik sebanyak 27 orang (35,5%). Berdasarkan penelitian hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan tahun 2019 berdasarkan distribusi kadar gula darah responden diperoleh hasil mayoritas tidak normal sebanyak 20 orang (52,6%) dan minoritas kadar gula darah responden yaitu normal sebanyak 18 orang (47,4%). Diperoleh hasil uji Chi Square P value =0,008 ($P < 0,05$) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan.

Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Diabetes Mellitus

Aktivitas fisik yang dilakukan seseorang dapat menurunkan risiko terjadinya DM hal ini diakibatkan oleh adanya efek berat badan dan sensitivitas insulin. Seseorang yang memiliki kadar lemak yang rendah dalam tubuhnya cenderung memiliki risiko yang lebih rendah pula untuk menderita diabetes. Maka kurangnya aktivitas fisik membuat sistem sekresi dalam tubuh berjalan lambat. Hal ini mengakibatkan berat badan berlebih yang nantinya dapat mengarah pada timbulnya diabetes melitus (Ramadhani et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dari 23 sampel dengan aktivitas kurang terdapat yang menderita diabetes mellitus sebanyak 60,9 % dan tidak menderita sebanyak 39,1 % sedangkan dari 19 dengan aktivitas fisik cukup terdapat menderita diabetes mellitus sebanyak 26,3 % dan tidak menderita sebanyak 73,7 %. Hasil analisis statistik uji *chi-square* diperoleh nilai X^2 hitung (5,015) > dari X^2 tabel (3,841) atau nilai P (0,02) < α 0,05 ini berarti ada hubungan antara aktifitas fisik dengan kejadian diabetes mellitus di Posbindu Bone Tua Puskesmas Masamba Kabupaten Luwu Utara tahun 2022.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Cicilia L, dkk tahun 2018 di Poli Interna RSUD Bitung dengan hasil penelitian bahwa kejadian diabetes melitus dengan aktivitas fisik sedang dengan kejadian DM ada 13 responden (28,2%) sedangkan yang Non DM dengan aktivitas fisik sedang 33 responden (71,8%). Pada ktivitas fisik berat dengan kejadian DM berjumlah 9 (26,4%) dan aktivitas fisik berat Non DM sebanyak 25 responden (73,6%). Berdasarkan uji statistik diperoleh hasil yakni p value=0,026 yang berarti bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus pada pasien rawat di Poli interna dengan nilai kemaknaan $\alpha=0,05$.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa ada hubungan pengetahuan, riwayat keluarga, pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes mellitus. Baiknya masyarakat dapat mengikuti bentuk kegiatan yang telah diterapkan oleh Germas (Gerakan Masyarakat hidup Bersih dan Sehat) dalam melakukan aktivitas fisik, mengkonsumsi sayur dan buah, dan memeriksa kesehatan secara rutin, memberikan pendidikan kesehatan tentang Diabetes Mellitus sehingga pengetahuan dan sikap pasien Diabetes Mellitus menjadi lebih baik yang akan menurunkan angka kejadian Diabetes Mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

- D., Eka Rini, W. N., & Halim, R. (2018). Determinan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Kelurahan Talang Bakung Kota Jambi. *Jurnal Kesmas Jambi*, 2(1), 50–58. <https://doi.org/10.22437/jkmj.v2i1.6539>
- Kekenusa, J. S., Ratag, B. T., & Wuwungan, G. (2018). Analisis Hubungan Antara Umur dan Riwayat Keluarga Menderita Dm dengan Kejadian Penyakit Dalam BluRsup Prof. Dr. R.D Kondou Manado. *J Kesmas Univ Sam Ratulangi Manado*, 2(1), 1–6.
- Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Laporan Nasional Riskesdas 2013, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Laporan Nasional Riskesdas 2018, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Ramadhani, N. F., Siregar, K. N., Adrian, V., Sari, I. R., & Hikmahrachim, H. G. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Diabetes Melitus pada Wanita Usia 20-25 di DKI Jakarta (Analisis Data Posbindu PTM 2019). *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 2(2). <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v2i2.5820>
- Ritonga, N., & Ritonga, S. (2020). Hubungan Pola Makanan dengan Kejadian Diabetes Mellitus di RSUD Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 4(1), 95–100.
- Rosita, M. (2019). *kronis yang membutuhkan perawatan kompleks dan berkelanjutan , Pada umumnya era globalisasi saat ini hidup yang terdiri dari 5 pilar , yaitu pengobatan atau farmakologi , latihan , diet , edukasi dan Menurut World Health masih banyak gaya masyarakat yang m. 3.*
- Vadila, A., Izhar, M. D., & Nasution, H. S. (2021). Faktor-faktor kejadian diabetes melitus tipe 2 di puskesmas putri ayu. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, XVI(2), 229–237.
- Vita Gloria, C., Priwahyuni, Y., Widodo, M. D., & Fanesa, S. (2019). Determinan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Sekaki. *Jurnal Penelitian Kesmas*, 2(1), 40–44. <https://doi.org/10.36656/jpsy.v2i1.156>