

HUBUNGAN PENGARUH GAYA HIDUP TERHADAP KEJADIAN DIABETES MELITUS PRA LANSIA

Ito Harimurti¹, Rahmah Juliani Siregar²

^{1,2}Alumni Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKes Darmais Padangsidimpuan

Email: itoharimurty@gmail.com rahmahjulianisiregar@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh gaya hidup (kebiasaan makan, aktivitas fisik dan merokok) terhadap kejadian diabetes meliitus pada pra lansia di Puskesmas Pasar Matanggor Padang Lawas Utara. Jenis penelitian yang digunakan adalah studi kasus kontrol Populasi kasus dalam penelitian ini adalah semua pra lanjut usia berusia 45-59 tahun yang menderita diabetes melitus. Populasi kontrol adalah pra lansia usia 45-59 tahun yang tidak menderita diabetes melitus sebanyak 45 orang. Pengumpulan data dilakukan melalui rekam medis dan wawancara menggunakan kuesioner. Data dianalisis secara univariat, bivariat, menggunakan uji Chi-Square pada taraf 95% ($P < 0,05$) dan multivariat menggunakan regresi logistik berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil uji statistik variabel bebas kebiasaan makan diperoleh nilai Sig 0,000 < p: 0. Aktivitas fisik diperoleh nilai Sig 0,001 < p: 0,05 Kebiasaan merokok diperoleh nilai Sig 0,001 < p: 0,05 artinya ada hubungan yang signifikan dengan variabel dependen independen. Variabel yang mempengaruhi kejadian diabetes melitus yaitu aktivitas fisik dan kebiasaan makan, dengan nilai $p < 0,05$. Variabel yang paling dominan berpengaruh paling besar terhadap kejadian diabetes melitus adalah aktivitas fisik dengan nilai Exp (B) terbanyak yaitu 112,687 dengan koefisien regresi (B) 4,725. Diharapkan kepada pihak Puskesmas untuk meningkatkan peran petugas kesehatan khususnya mensosialisasikan informasi ilmiah tentang penyakit diabetes melitus dengan melibatkan petugas kesehatan, tokoh masyarakat dan tokoh agama.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Dukungan Keluarga, Kesiapan Wanita

ABSTRACT

The study used a case-control study the population of cases in this study were all pre elderly people aged 45-59 years who suffered from diabetes mellitus. The population control is pre-elderly people aged 45-59 years who do not have diabetes mellitus as many as 45 people. Data were collected through medical records and interviews using questionnaires. Data was analyzed by univariate, bivariate, used Chi-Square test at the level of 95% ($P < 0,05$), and multivariate used multiple logistic regression. The results of this study showed that the statistical test results of the independent variable of eating habits acquired Sig value 0.000 < p: 0. Physical activity obtained Sig value 0.001 < p: 0.05 Smoking habits acquired Sig value 0.001 < p: 0.05 means there is a significant relationship with the dependent variable independent. Variables that affect the incidence of diabetes mellitus are physical activity and eating habits, with a value of $p < 0.05$. The most dominant variable having the most influence on the incidence of diabetes mellitus is physical activity, which has a value of Exp (B) which is 112.687 with a regression coefficient (B) 4,725. It is expected for Pa general hospital to enhance the role of health workers in particular to disseminate scientific information about diabetes mellitus involving health workers, community leaders, and religious leaders.

Keywords: Knowledge, Attitude, Family Support, Women's Readiness

PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah akibat gangguan pada sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Secara umum, penyakit ini dibagi atas dua tipe, yaitu tipe 1 dengan kerusakan sel beta pankreas akibat faktor autoimun, genetik atau idiopatik dan tipe 2 yang umumnya timbul akibat resistensi insulin terkait perubahan gaya hidup. Penyakit ini sudah lama dikenal, terutama di kalangan keluarga berbadan besar (kegemukan) bersama gaya hidup tinggi. Kenyataannya, diabetes mellitus menjadi penyakit masyarakat umum, menjadi beban kesehatan masyarakat, meluas dan membawa banyak kematian. Penyakit tersebut telah menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat global. Menurut data WHO, 171 juta penderita diabetes mellitus dan akan meningkat dua kali, 366 juta pada tahun 2030. Prevalensi diabetes mellitus di Indonesia mencapai jumlah 8.426.000 yang diproyeksikan mencapai 21.257.000 pada tahun 2030. Artinya, terjadi kenaikan tiga kali lipat dalam waktu 30 tahun. Data selengkapnya mengenai prevalensi diabetes mellitus di regional Asia Pasifik. Amerika Serikat, prevalensi dan beban diabetes mellitus yang cukup berat. Lebih dari 18,2 juta penderita diabetes mellitus, dan sekitar se pertiganya tidak mengetahui bahwa mereka menderita diabetes mellitus, pada tahun 2050 diperkirakan 39 juta penduduk AS akan didiagnosis diabetes mellitus, diabetes mellitus menjadi penyakit yang paling populer pada usia 65-74 tahun. Indonesia merupakan negara kedua terbesar setelah India yang mempunyai penderita

diabetes mellitus terbanyak yaitu 8.426.000 orang di tingkat Asia Tenggara, dan diperkirakan meningkat menjadi 21.257.000 pada tahun 2030. Berdasarkan data Riskesdas 2013, penderita diabetes mellitus di Indonesia (1,1%), diperoleh pula bahwa proporsi penyebab kematian akibat diabetes mellitus pada kelompok usia 45-59 tahun di daerah perkotaan menempati ranking kedua yaitu 14,7%, dan untuk daerah pedesaan menempati ranking keenam, yaitu 5,8%. Tahun 2011 Indonesia berada pada peringkat 10 negara dengan penderita diabetes mellitus terbanyak (usia 20- 79 tahun), yaitu mencapai 7,3 juta orang. Diabetes Mellitus (DM) adalah salah satu penyebab utama kematian yang disebabkan oleh karena kebiasaan makan, kurang aktivitas fisik dan merokok. Menurut laporan Riskesdas 2013, diabetes mellitus menyumbang 4,2% kematian pada kelompok umur 15-44 tahun di daerah perkotaan dan merupakan penyebab kematian tertinggi ke-2 pada kelompok umur 45-59 tahun di perkotaan (14,7%) dan tertinggi ke-6 di daerah pedesaan (5,8%). Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2013, prevalensi diabetes di Indonesia adalah 2,1%. Angka tersebut lebih tinggi dibanding dengan tahun 2007 (1,1%).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan pendekatan *case control*. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Pasar Matanggor. Penelitian ini dilakukan mulai Januari sampai dengan Juli 2022. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 90 orang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 45 sampel kasus dan

45kontrol.Data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder Data dianalisis dengan uji regresi logistik berganda.

HASIL PENELITIAN

Hubungan Kebiasaan Makan dengan Kejadian Diabetes Melitus pada Pra Lansia

Tabel 1. Tabulasi Silang Hubungan Kebiasaan Makan dengan Kejadian Diabetes Melitus pada Pra Lansia di Puskesmas Pasar Matanggor

Kebiasaan Makan	Kejadian Hipertensi				Jumlah		<i>p value</i>
	HP I		HP II		F	%	
	f	%	F	%			
Baik	6	16,7	5	24	11	20	0,002
Tidak Baik	20	83,3	24	68	44	80	
Jumlah	26	100,0	29	100,0	55	100,0	

Berdasarkan Tabel 1. hasil penelitian tentang hubungan kebiasaan makan dengan kejadian diabetes melitus pada pra lansia didapatkan hasil sebanyak 44 orang (80%) memiliki kebiasaan makan baik dan memiliki kebiasaan makan yang tidak baik

sebanyak 11 orang (20%). Hasil uji statistik *chi square* pada variabel kebiasaan makan dengan nilai $p= 0,002 < \alpha 0,05$ yang artinya ada hubungan kebiasaan makan dengan kejadian hipertensi .

Tabel 2. Tabulasi Silang Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus Pada Pra Lansia di Puskesmas Pasar Matanggor

Aktivitas Fisik	Kejadian Hipertensi				Jumlah		<i>p value</i>
	HP I		HP II		f	%	
	f	%	f	%			
Tidak Aktif	9	43,4	19	76	28	50,9	0,044
Aktif	17	56,6	10	24	27	41,9	
Jumlah	26	100	29	100	55	100	

Tabel 3 Tabulasi Silang Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Diabetes Melitus pada Pra Lansia di Puskesmas Pasar Matanggor

Kebiasaan Merokok	Kejadian Hipertensi				Jumlah		<i>p value</i>
	HP I		HP II		f	%	
	f	%	f	%			
Tidak Merokok	16	53,3	9	36	25	45,5	0,046
Merokok	10	46,7	20	64	30	54,5	
Jumlah	26	100,0	29	100,0	55	100,0	

Berdasarkan Tabel 2. hasil penelitian jumlah responden sebanyak 55 orang diketahui 27 orang (49,1%) memiliki aktivitas fisik yang aktif dan sebanyak 28 orang (50,9%) memiliki aktivitas fisik yang tidak aktif. Hasil uji statistik *chi square* pada variabel aktivitas fisik diperoleh nilai $p=0,044 < \alpha$ 0,05 yang artinya ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian hipertensi .

Berdasarkan Tabel 3. hasil penelitian tentang pengaruh kebiasaan merokok dengan kejadian Diabetes Melitus didapatkan hasil penelitian jumlah responden sebanyak orang diketahui 34 orang (61,8%) yang merokok dan sebanyak 21 orang (29,2%) yang tidak merokok. Hasil uji statistik *chi square* pada variabel merokok diperoleh nilai $p= 0,046 < \alpha$ 0,05 yang artinya ada hubungan kebiasaan merokok dengan kejadian hipertensi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh responden sebanyak 90 orang, 45 kasus dan 45 kontrol, dengan persentase diketahui bahwa umur responden pada kelompok kasus dan kelompok kontrol jumlahnya sama yaitu yang paling banyak adalah umur 52-59 tahun sebanyak 34 responden (75,6%) dan sebagian kecil responden umur 45-51 tahun sebanyak 13 responden (24,4%).

Jenis kelamin responden pada kelompok kasus yang paling banyak adalah perempuan sebanyak 24 responden (53,3%) dan sebagian kecil responden laki-laki sebanyak 21 responden (46,7%), dan pada kelompok kontrol yang paling banyak adalah perempuan sebanyak 23 responden (51,1%) dan sebagian kecil yang paling banyak adalah laki-laki sebanyak 22

responden (48,9%). Suku responden pada kelompok kasus yang paling banyak adalah batak mandailing sebanyak 32 responden (71,1%) dan sebagian kecil responden suku Jawa sebanyak 13 responden (28,9%) dan pada kelompok kontrol yang paling banyak adalah batak mandailing sebanyak 33 responden (73,3%) dan sebagian kecil responden suku Jawa sebanyak 12 responden (26,7%).

Pendidikan responden pada kelompok kasus yang paling banyak adalah perguruan tinggi sebanyak 24 responden (53,3%) dan sebagian kecil responden pendidikan SD sebanyak 3 responden (6,7%) dan pada kelompok kontrol yang paling banyak adalah perguruan tinggi sebanyak 25 responden (55,6%) dan sebagian kecil responden pendidikan SD sebanyak 2 responden (4,4%) .

Pekerjaan responden pada kelompok kasus yang paling banyak adalah PNS sebanyak 24 responden (53,3%) dan sebagian kecil responden pekerjaannya adalah tidak bekerja sebanyak 7 responden (15,6%) dan pada kelompok kontrol yang paling banyak adalah PNS sebanyak 25 responden (55,6%) dan sebagian kecil responden pekerjaannya adalah tidak bekerja sebanyak 2 responden (4,4%). Riwayat diabetes mellitus dalam keluarga responden pada kelompok kasus yang paling banyak adalah ada riwayat diabetes mellitus sebanyak 33 responden (73,3%) dan sebagian kecil riwayat diabetes mellitus dalam keluarga responden tidak ada riwayat diabetes mellitus sebanyak 12 responden (26,7%) dan pada kelompok kontrol riwayat diabetes mellitus dalam keluarga responden paling

banyak adalah tidak ada riwayat diabetes mellitus sebanyak 35 responden (77,8%), dan sebagian kecil riwayat diabetes mellitus dalam keluarga responden ada riwayat diabetes mellitus sebanyak 10 responden (22,2%).

KESIMPULAN

Variabel yang memengaruhi kejadian diabetes mellitus yaitu aktivitas fisik dan kebiasaan makan, dengan nilai $p < 0,05$. Variabel yang paling dominan memiliki pengaruh paling besar terhadap kejadian diabetes mellitus adalah aktivitas fisik memiliki nilai Exp (B) paling besar yaitu 112,687 dengan koefisien regresi (B) 4,725 artinya responden yang memiliki aktivitas fisik yang tidak baik mempunyai peluang 112,687 kali untuk menderita diabetes mellitus dibandingkan dengan responden yang aktivitas fisiknya baik. Variabel kebiasaan merokok responden tidak berpengaruh terhadap kejadian diabetes mellitus dengan nilai $p = 0,867 > 0,05$ dengan nilai Exp (B) sebesar 1,148.

REFERENSI

Anugrah. Hubungan obesitas, aktivitas fisik dan kebiasaan merokok dengan penyakit diabetes mellitus. [e-journal]. 2014. [diunduh 20 Oktober 2015]; 2 (1): 240. Tersedia dari: <http://www.digilib.ac.id/buku/penelitian>

Atikah P. PHBS perilaku hidup bersih dan sehat. Yogyakarta: Nuha Medika; 2012.

Bustan. Epidemiologi penyakit tidak menular. Jakarta: Rineka Cipta; 2008.

Dahniar. Hubungan gaya hidup dengan kejadian diabetes mellitus. [e-journal]. 2014. [diunduh 20 Oktober 2015]; 1 (1): 156. Tersedia dari: <http://www.digilib.ac.id/buku/penelitian>

Hasdianah. Mengenal diabetes mellitus: pada orang dewasa dan anak-anak dengan solusi herbal. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. Profil kesehatan Indonesia tahun 2012 [dokumen di Internet]. 2012 [diunduh 28 Mei 2015].tersedia dari: <http://www.pusdiknakes.go.id>

Oktalisa, S., & Harahap, P. A. (2024). Pendidikan Kesehatan Tentang Diabetes Melitus Pada Lanjut Usia Di Desa Aek Haruaya Kecamatan Portibi Kabupaten Padang Lawas Utara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD)*, 3(1), 45–47.

Profil Rumah Sakit Umum Daerah Kota Padangsidempuan tahun 2015 [dokumen di Internet]. 2015 [diunduh 28 Mei 2015]. Tersedia dari: <http://www.pusdiknakes.go.id/>

Rahmawati. Pengaruh gaya hidup terhadap kejadian diabetes mellitus [e-journal]. 2014 [diunduh 20 Oktober 2015].1 (1); 120.Tersedia dari:<http://www.digilib.ac.id/buku/penelitian>