



Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang

Dewi Insani Muflihah

Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Semarang

Alfiana Ainun Nisa

Dosen S1 Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Semarang

Alamat: Jl Kelud Utara III No 15

Korespondensi penulis: dewi23iin@gmail.com

Abstract. *Diabetes mellitus, which is a non-communicable disease, can be prevented by utilizing the power of prevention. Diabetes mellitus prevention behavior includes various aspects such as healthy eating patterns, sufficient physical activity, and regular health checks. It is important for the public to understand the risk factors for diabetes mellitus in order to improve prevention and early detection efforts in at-risk community groups. The aim of this research is to analyze the relationship between factors that influence diabetes mellitus prevention behavior in Mlaharjo Village, East Semarang District, Semarang City. This research uses quantitative methods using observational analytics and a cross-sectional approach. The population in this research is the people of Mlaharjo Village aged 20-79 years. The research sample was 197 respondents. This research was analyzed using univariate tests and bivariate tests. The results of the research showed that there was a relationship between knowledge, diet, physical activity, family history, family support, support from health workers, and access to health services (P -value = 0.024) with diabetes mellitus prevention behavior in Mlaharjo Village, East Semarang District, Semarang City. However, there is no relationship between attitudes and diabetes mellitus prevention behavior in Mlaharjo Village, East Semarang District, Semarang City. It is important for health workers to provide education regarding diabetes mellitus prevention behavior to the public.*

Keywords: *Society, Behavior, Prevention, Diabetes Mellitus*

Abstrak. Diabetes mellitus yang merupakan penyakit tidak menular, dapat dicegah dengan memanfaatkan kekuatan pencegahan. Perilaku pencegahan diabetes mellitus meliputi berbagai aspek seperti pola makan sehat, aktivitas fisik yang cukup, dan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Penting bagi masyarakat untuk memahami faktor-faktor risiko diabetes mellitus guna meningkatkan upaya pencegahan dan deteksi dini pada kelompok masyarakat berisiko. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo, Kecamatan Semarang Timur, Kota Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan analitik observasional dan melalui pendekatan *Cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat Kelurahan Mlatiharjo yang berusia 20-79 tahun. Sampel penelitian sebanyak 197 responden. Penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji univariat dan uji bivariat. Hasil penelitian diperoleh adanya hubungan antara pengetahuan, pola makan, aktivitas fisik, riwayat keluarga, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, dan akses ke pelayanan kesehatan (P -value = 0,024) dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Namun tidak ada hubungan antara sikap dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Penting bagi tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi terkait perilaku pencegahan diabetes mellitus kepada masyarakat.

Kata kunci: Masyarakat, Perilaku, Pencegahan, Diabete Mellitus

1. LATAR BELAKANG

Diabetes International Federation mengungkapkan sebanyak 463 juta orang dewasa di seluruh dunia, yang mencakup kelompok usia 20-79 tahun, terjerat dalam cengkeraman diabetes pada tahun 2019. Ini berarti tingkat prevalensi yang tinggi sebesar 9,3% di antara kelompok usia tersebut. Yang mengkhawatirkan, federasi ini memperkirakan lonjakan 51%

pada tahun 2045, melambungkan angka tersebut menjadi 700 juta. Indonesia merupakan salah satu negara yang mengkhawatirkan di Asia Tenggara, menempati posisi ketujuh di antara 10 negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi, dengan 10,7 juta kasus yang mengejutkan (International Diabetes Federation, 2020)

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2019) mengungkapkan bahwa penyakit diabetes di Indonesia merupakan masalah yang mendesak, dengan negara ini berada pada peringkat keempat di dunia dalam hal prevalensi, yaitu sebanyak 8,4% dari populasi, atau setara dengan 20,4 juta orang yang menderita diabetes (Tina et al., 2019). Selain itu, Indonesia menempati posisi keenam di dunia dalam hal jumlah penderita diabetes pada kelompok usia 20-79 tahun, dengan 10,3 juta kasus yang mengejutkan. Yang mengkhawatirkan, kasus diabetes melitus yang didiagnosis oleh dokter di antara individu berusia 15 tahun ke atas telah melonjak dari 1,5% pada tahun 2019 menjadi 2,0% pada tahun 2020, memberikan gambaran suram tentang permasalahan diabetes di Indonesia.

Di provinsi Jawa Tengah, permasalahan diabetes melitus telah ditandai dengan tren yang naik turun. Menurut Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, prevalensi kasus diabetes melitus mencapai puncaknya pada tahun 2020 sebesar 13,67%, kemudian turun menjadi 11,0% pada tahun 2021. Namun, penyakit ini kembali muncul pada tahun 2022, melonjak menjadi 15,6%. Peningkatan ini telah melambungkan diabetes melitus ke posisi kedua di antara penyakit tidak menular (PTM) dalam hal proporsi, setelah hipertensi. Oleh karena itu, pengendalian diabetes melitus telah menjadi prioritas utama dalam upaya Jawa Tengah untuk memerangi PTM (Dinas Kesehatan Jawa Tengah, 2022).

Di kota Semarang, diabetes melitus tanpa ketergantungan insulin terus meningkat dalam daftar penyakit terbanyak di Puskesmas. Dari peringkat kelima pada tahun 2016 (Dinas Kesehatan Kota Semarang, 2016), penyakit ini melonjak ke peringkat keempat pada tahun 2019 (Dinas Kesehatan Kota Semarang, 2019). Kelurahan Mlatiharjo, salah satu dari 177 kelurahan di Semarang, merupakan kelurahan yang terletak di Kecamatan Semarang Timur. Kelurahan ini terdiri dari 6 rukun warga (RW) dan 41 rukun tetangga (RT). Kelurahan Mlatiharjo berada di bawah binaan Puskesmas Bugangan. Data kasus diabetes mellitus di Puskesmas Bugangan berdasarkan dashboard kesehatan Kota Semarang diketahui menduduki peringkat ke-4 dengan angka kejadian diabetes mellitus di tahun 2021 sebanyak 425 kasus, kemudian mengalami peningkatan menjadi 795 kasus di tahun 2022. Berdasarkan data hasil Musyawarah Masyarakat Kelurahan, diabetes mellitus menjadi prioritas masalah kesehatan no 2 dalam kategori penyakit tidak menular setelah hipertensi di Kelurahan Mlatiharjo dengan prevalensi 38,48 per 1000 penduduk.

Diabetes mellitus yang merupakan penyakit tidak menular, dapat dicegah dengan memanfaatkan kekuatan pencegahan. Kebiasaan gaya hidup yang tidak sehat, termasuk kurangnya kesadaran, sikap tidak sehat, dan kebiasaan makan yang tidak seimbang yang dapat menyebabkan obesitas, serta gaya hidup yang tidak aktif, seperti bom waktu yang secara signifikan dapat meningkatkan risiko diabetes mellitus. Dengan mengendalikan faktor-faktor risiko yang dapat dimodifikasi ini, setiap orang dapat mengubah nasib kesehatan mereka dan menghindari penyakit yang melemahkan ini (Isnaini & Ratnasari, 2018).

Perilaku pencegahan diabetes mellitus meliputi berbagai aspek seperti pola makan sehat, aktivitas fisik yang cukup, dan pemeriksaan kesehatan secara rutin. Studi menunjukkan bahwa pengetahuan masyarakat tentang faktor risiko dan pencegahan diabetes mellitus sangat berpengaruh terhadap tindakan preventif yang mereka lakukan (Setiawan & Pratama, 2020). Tindakan preventif diabetes mellitus juga berkaitan erat dengan sikap masyarakat. Sikap memberi pengaruh terhadap seseorang saat bertindak dalam melakukan upaya pencegahan diabetes mellitus (Sofyanti et al., 2022)

Dukungan keluarga dan lingkungan sekitar merupakan faktor penting lainnya yang mempengaruhi perilaku pencegahan diabetes mellitus. Penelitian oleh Wulandari & Nugroho pada tahun 2019 menunjukkan bahwa individu yang mendapatkan dukungan keluarga cenderung lebih disiplin dalam menjalankan pola hidup sehat. Dukungan ini sering kali kurang maksimal, terutama di keluarga dengan pengetahuan kesehatan yang terbatas (Wulandari & Nugroho, 2019). Pencegahan diabetes mellitus bergantung pada interaksi berkelanjutan antara penyedia pelayanan kesehatan dan masyarakat. Melalui interaksi ini, masyarakat dan penyedia pelayanan kesehatan berbagi informasi, yang cenderung meningkatkan perilaku preventif dan derajat kesehatan masyarakat.

Dalam upaya memerangi permasalahan diabetes melitus yang terus meningkat, pemerintah telah meluncurkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), sebuah inisiatif berani yang bertujuan untuk mempromosikan budaya hidup sehat. Namun, terlepas dari upaya ini, prevalensi diabetes melitus yang terus meningkat menunjukkan bahwa GERMAS belum mencapai tujuannya. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor risiko diabetes mellitus guna meningkatkan upaya pencegahan dan deteksi dini pada kelompok masyarakat berisiko.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 30 masyarakat usia 20-79 tahun di Kelurahan Mlatiharjo, ditemukan bahwa sebagian besar dari mereka memiliki riwayat keluarga dengan diabetes mellitus. Meskipun sebagian masyarakat memiliki pengetahuan yang baik tentang diabetes, beberapa masyarakat masih ada yang kurang dalam memahami faktor

risiko diabetes dan langkah-langkah pencegahannya. Beberapa dari masyarakat juga masih ada yang menganggap diabetes bukanlah kondisi serius yang harus dihindari. Selain itu, kurangnya dukungan dari tenaga kesehatan profesional dalam mempromosikan kesehatan masyarakat, terutama dalam mencegah diabetes melitus, telah menciptakan kekosongan dalam sistem. Kebiasaan makan yang tidak terkendali dan gaya hidup yang tidak aktif telah mengakar di masyarakat ini, sehingga memicu masalah. Perpaduan antara ketidaktahuan, kemalasan, dan kelelahan, dikombinasikan dengan tidak adanya dukungan keluarga untuk pemeriksaan kesehatan, telah menciptakan kondisi yang semakin parah, sehingga membuat individu rentan terhadap kerusakan akibat diabetes. Lebih jauh lagi, sebagian masyarakat menganggap akses terhadap pelayanan kesehatan seperti cek gula darah yang terbatas ikut memperburuk kondisi tersebut.

Berdasarkan latar belakang yang telah disajikan, peneliti merasa tertarik untuk mengkaji aspek "Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang".

2. KAJIAN TEORITIS

Berdasarkan teori Lawrence Green dalam Notoatmodjo (2012), perilaku kesehatan dipengaruhi oleh 3 faktor utama. *Predisposing factors*, merujuk pada elemen-elemen yang memfasilitasi atau cenderung mempengaruhi perilaku seseorang. Hal ini tercermin dalam pengetahuan, sikap, keyakinan, nilai-nilai, dan aspek sejenisnya yang dimiliki individu. *Enabling factors*, merupakan faktor-faktor yang memungkinkan atau memudahkan tindakan atau perilaku yang dapat diamati dalam bentuk fasilitas atau sarana kesehatan, termasuk puskesmas, obat-obatan, peralatan kontrasepsi, fasilitas sanitasi seperti jamban, dan elemen sejenisnya. *Reinforcing factors*, merupakan faktor-faktor yang mendorong atau memperkuat tindakan yang tercermin dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau anggota staf lainnya. Mereka adalah kelompok acuan yang dapat memengaruhi perilaku masyarakat.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan analitik observasional dan melalui pendekatan *Cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat Kelurahan Mlatiharjo yang berusia 20-79 tahun. Sampel penelitian sebanyak 197 responden. Penelitian ini dianalisis dengan menggunakan uji univariat dan uji bivariat. Penelitian dilaksanakan di wilayah Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Penelitian dilaksanakan pada 30 April 2024 sampai 30 Mei 2024.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. HASIL

Tabel 1.1 Distribusi Karakteristik Responden.

Umur	Frekuensi	Persentase
20–40 Tahun	42	43,3%
40–60 Tahun	51	52,6%
>60 tahun	4	4,1%
Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	44	45,4%
Perempuan	53	54,6%
Total	97	100%

Tabel di atas menunjukkan distribusi dari 97 responden yang diteliti. Dari 97 responden, diperoleh hasil sebanyak 42 (43,3%) responden berumur dua puluh sampai empat puluh tahun dan 51 (52,6%) responden berumur empat puluh sampai 60 tahun. Sementara itu responden dengan umur di atas enam puluh tahun hanya sebanyak 4 (4,1%) responden. Responden yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 44 (43,3%) responden, sedangkan responden yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 53 (54,6%) responden.

Tabel 1.2 Hasil Analisis Bivariat

Pengetahuan	Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus						<i>p-value</i>
	Baik		Kurang		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Baik	49	50,5%	40	41,3%	89	91,8%	0,028
Kurang	1	1,0%	7	7,2%	8	8,2%	
Jumlah	50	51,5%	47	48,5%	97	100%	
Sikap	Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus						<i>p-value</i>
	Baik		Kurang		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Mendukung	49	50,5%	46	47,4%	95	97,9%	1,000
Tidak Mendukung	1	1,0%	1	1,0%	2	2,1%	
Jumlah	50	51,5%	47	48,5%	97	100%	
Pola Makan	Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus						<i>p-value</i>
	Baik		Kurang		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Baik	35	36,0%	20	20,7%	55	56,7%	0,008
Kurang	15	15,5%	27	27,8%	42	43,3%	
Jumlah	50	51,5%	47	48,5%	97	100%	
Aktivitas Fisik	Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus						<i>p-value</i>
	Baik		Kurang		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Baik	33	34,0%	2	2,1%	35	36,1%	0,001
Kurang	17	17,5%	45	46,4%	62	63,9%	
Jumlah	50	51,5%	47	48,5%	97	100%	
Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus							

Riwayat Keluarga	Baik		Kurang		Total		p-value
	F	%	F	%	F	%	
Ada	48	49,4%	35	36,2%	83	85,6%	0,003
Tidak ada	2	2,1%	12	12,3%	14	14,4%	
Jumlah	50	51,5%	47	48,5%	97	100%	
Dukungan Keluarga	Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus						p-value
	Baik		Kurang		Total		
	F	%	F	%	F	%	0,014
Mendukung	49	50,5%	39	40,2%	88	90,7%	
Tidak Mendukung	1	1,0%	8	8,3%	9	9,3%	
Jumlah	50	51,5 %	47	48,5%	97	100%	
Dukungan Tenaga Kesehatan	Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus						p-value
	Baik		Kurang		Total		
	F	%	F	%	F	%	0,011
Mendukung	50	51,5%	41	42,3%	91	93,8%	
Tidak Mendukung	0	1,0%	6	6,2%	6	6,2%	
Jumlah	50	51,5%	47	48,5%	97	100%	
Akses ke Pelayanan Kesehatan	Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus						p-value
	Baik		Kurang		Total		
	F	%	F	%	F	%	0,024
Mudah	50	51,5%	42	43,3%	92	94,8%	
Sulit	0	0%	5	5,2%	5	5,2%	
Jumlah	50	51,5%	47	48,5%	97	100%	

4.2. PEMBAHASAN

4.2.1. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Pengetahuan menurut Notoatmodjo (2012) merupakan hasil dari proses “mengetahui”, yang terjadi setelah seseorang mengamati suatu objek tertentu. Secara keseluruhan, pengetahuan memiliki peran yang penting dalam proses penentuan perilaku seseorang, karena dapat membentuk suatu keyakinan yang akan mempersepsikan realitas dan menjadi dasar pengambilan keputusan. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat di Kelurahan Mlatiharjo memiliki pengetahuan yang baik terkait diabetes mellitus. Hasil uji bivariate menunjukkan adanya korelasi antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus pada masyarakat di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang dengan nilai *P-Value* sebesar 0,028 ($p < 0,05$).

Temuan ini sejalan dengan temuan hasil penelitian oleh (Kusariana et al., 2021) dengan judul *Factor Associated with Preventive Practices of Type 2 Diabetes Melitus*. Dari penelitian tersebut ditunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dengan praktik pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang yang dibuktikan

dengan nilai *P-Value* sebesar 0,001 ($p < 0,05$). Dari hasil penelitian disebutkan mayoritas responden yang tidak mengetahui terkait diagnosis diabetes mellitus tipe 2 menjadi penyebab tidak terlaksananya tindakan pencegahan diabetes mellitus tipe 2.

Pengetahuan masyarakat terkait diabetes mellitus menjadi suatu keharusan bagi individu maupun masyarakat demi terlaksananya tindakan pencegahan diabetes mellitus. Individu dengan pengetahuan yang baik dapat menentukan apa yang dibutuhkan, sekaligus menjadi dasar dari perilaku yang dilakukan. Pengetahuan terkait diabetes mellitus, meliputi gejala, faktor risiko, pola makan, dan diagnosis mampu mendorong seseorang dalam melakukan tindakan pencegahan diabetes mellitus.

4.2.2. Hubungan Sikap dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Notoatmodjo (2012) berpendapat bahwa pembentukan praktik seseorang berawal dari pengetahuan terhadap stimulus berupa materi atau objek tentang pencegahan diabetes mellitus sehingga muncul pengetahuan baru dalam subjek tersebut. Tahap stimulus selanjutnya akan menimbulkan respon batin berupa sikap terhadap objek yang telah dikenal, kemudian akhirnya akan muncul respon berupa tindakan melakukan atau tidak melakukan pencegahan diabetes mellitus.

Hasil penelitian yang dilakukan diperoleh nilai *P-Value* sebesar 1,000 ($p > 0,05$) yang menyatakan tidak adanya hubungan antara sikap dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus pada masyarakat di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Temuan ini didukung dengan penelitian dari Aulya et al., (2018) yang melibatkan 384 responden dengan nilai $p = 0,108$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat korelasi antara sikap dengan perilaku dalam upaya pencegahan diabetes mellitus pada masyarakat Kota Pontianak.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, meskipun mayoritas responden memiliki sikap yang mendukung terkait pencegahan diabetes mellitus, sebagian besar dari mereka masih kurang dalam melakukan perilaku pencegahan diabetes mellitus. Sikap adalah suatu predisposisi untuk melakukan atau tidak melakukan tindakan tertentu, tetapi arahnya lebih kepada proses kesadaran yang sifatnya individual, maksudnya kembali kepada masing-masing individu dalam mengendalikan dan mempertahankan sikapnya (Yenni, 2020). Individu yang memiliki sikap mendukung terhadap perilaku pencegahan diabetes mellitus, belum tentu mampu dalam melaksanakan praktik pencegahan diabetes mellitus itu sendiri.

4.2.3. Hubungan Pola Makan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Tingginya asupan makanan dapat menjadi penyebab adanya peningkatan kadar glukosa di dalam darah, akibatnya akan menjadi komplikasi jika dibiarkan berlarut-larut. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 97 responden, diketahui sebagian besar responden yaitu 56,7%

responden telah memiliki pola makan yang baik dan 43,3% responden sisanya memiliki pola makan yang kurang. Hasil uji bivariat melalui SPSS diperoleh nilai P-Value sebesar 0,008 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang karena nilai $p < 0,05$.

Penelitian ini didukung oleh penelitian lain yang sejalan yaitu penelitian (Rambe et al., 2023) dengan judul Faktor yang Memengaruhi Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pargarutan Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan. Penelitian yang melibatkan 76 responden ini mengungkapkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan makan kurang baik, seperti terlalu banyak mengonsumsi makanan manis, menyebabkan kadar gula dalam darah meningkat dan menjadi faktor risiko terjadinya diabetes mellitus.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, diperoleh responden dengan pola makan baik dan perilaku pencegahan baik sebanyak 35 (36,1%), menunjukkan sebagian besar responden menjaga konsumsi mereka, termasuk jumlah dan jenis makanan yang menjadi asupan serta mengimplementasikan kebiasaan makan dengan frekuensi makan yang baik. Sedangkan dilain sisi responden dengan pola makan kurang dan perilaku pencegahan kurang sebanyak 27 (27,8%), menunjukkan reponden belum mengimplementasikan pola makan secara teratur dengan variasi dan aturan yang mengatur jumlah konsumsi energi (karbohidrat, gula, dan lemak).

4.2.4. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Olahraga atau aktivitas fisik dapat membantu dalam pengaturan berat badan dengan cara mengubah glukosa menjadi sumber energi sehingga meningkatkan sensitivitas sel-sel tubuh terhadap insulin. Hal ini dapat meningkatkan peredaran darah secara signifikan dan mengurangi risiko diabetes mellitus hingga 50%. Pada individu yang jarang melakukan olahraga atau aktivitas fisik ringan, nutrisi yang masuk ke tubuh tidak diolah menjadi energi, melainkan disimpan sebagai lemak dan gula. Ketika produksi insulin tidak tercukupi dalam mengolah gula menjadi energi, ini dapat menyebabkan terjadinya diabetes mellitus.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus pada masyarakat di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang dengan nilai *P-Value* sebesar 0001 ($p < 0,05$). Hasil ini sejalan dengan penelitian Sipayung et al., (2018) mengenai hubungan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes mellitus tipe 2 pada perempuan usia lanjut. Dalam penelitian dengan nilai *P-Value* sebesar 0,0001, dijelaskan bahwa perempuan usia lanjut yang beraktivitas ringan memiliki risiko 6,2

kali lebih besar terkena diabetes mellitus dibandingkan dengan perempuan usia lanjut yang beraktivitas sedang dan berat.

Aktivitas fisik yang terjadi selama bekerja, bepergian, melakukan pekerjaan rumah, berolahraga, atau terlibat dalam kegiatan rekreasi dapat memberikan manfaat signifikan bagi kesehatan, tergantung pada durasi, intensitas, dan frekuensi aktivitas fisik yang dilakukan (Ramadhani, 2022). Dengan melakukan aktivitas fisik secara teratur, maka akan mencegah faktor risiko diabetes mellitus seperti obesitas. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa semakin baik dalam melakukan aktivitas fisik, semakin tinggi pula kemampuan mencegah diabetes mellitus.

4.2.5. Hubungan Riwayat Keluarga dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Diabetes mellitus adalah salah satu tipe penyakit dengan garis keturunan. Seseorang yang anggota keluarganya mengidap penyakit diabetes mellitus memiliki risiko lebih besar untuk terkena penyakit diabetes mellitus dibandingkan dengan seseorang yang tidak memiliki anggota keluarga yang menderita diabetes mellitus. Jika salah satu orang tuanya menderita diabetes mellitus maka risiko terkena diabetes mellitus sebesar 15%. Jika kedua orangtuanya menderita diabetes mellitus maka risiko terkena diabetes mellitus sebesar 75%.

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden memiliki riwayat keluarga yang mengidap penyakit diabetes mellitus. Hasil uji bivariat didapatkan hasil nilai *P-Value* sebesar 0,003 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Amalia Ayu Ramadhani & Roissiana Khotami, 2023) yang menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada penduduk usia dewasa muda di Kecamatan Taman Kota Madiun dengan nilai *P-Value* sebesar 0,048 ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, 48 (49,5%) responden dengan riwayat keluarga yang terkena diabetes mellitus, baik dalam melakukan perilaku pencegahan diabetes mellitus. Artinya sebagian besar responden yang memiliki riwayat penyakit diabetes mellitus cenderung menerapkan praktik preventif. Praktik yang dilakukan meliputi menjaga pola makan, melakukan aktivitas fisik, dan melakukan pemeriksaan kesehatan. Seseorang yang anggota keluarganya menderita diabetes mellitus sering berhubungan dengan penderita diabetes mellitus sehingga memiliki kesadaran yang lebih baik dalam penerapan pencegahan diabetes mellitus (Wolde et al., 2017).

4.2.6. Hubungan Dukungan Keluarga dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Keluarga merupakan sumber dukungan sosial yang utama. Tingginya tingkat dukungan keluarga terkait dengan kepedulian keluarga yang tinggi terhadap individu yang menerima dukungan tersebut, sehingga individu merasa dihargai dan diperhatikan. Dukungan keluarga memiliki peran penting dalam memberikan perawatan, baik secara fisik maupun psikososial.

Pada penelitian ini, diketahui bahwa mayoritas responden memiliki keluarga yang mendukung. Hasil uji bivariat didapatkan nilai *P-Value* sebesar 0,014 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari (Wirda Faswita, 2023), dengan nilai *P-Value* 0,000 yang menunjukkan adanya hubungan dukungan keluarga dengan perilaku pencegahan Ulkus Diabetik pada penderita diabetes mellitus di Puskesmas Binjai Koa Kota Binjai. Penelitian ini mengungkapkan bahwa adanya dukungan keluarga yang baik dalam perawatan diri pada penderita diabetes mellitus akan menambah motivasi terhadap penderita diabetes mellitus dalam memperbaiki status kesehatannya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, responden yang memiliki keluarga yang mendukung cenderung melakukan perilaku pencegahan diabetes mellitus yang baik (50,5%). Sedangkan responden dengan keluarga yang tidak mendukung akan cenderung kurang dalam melakukan perilaku pencegahan diabetes mellitus (8,2%). Dukungan yang baik dari keluarga, dengan memberikan perhatian dan motivasi akan mendorong responden dalam melakukan perilaku pencegahan diabetes mellitus.

4.2.7. Hubungan Dukungan Tenaga Kesehatan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Stuart et al., (2016) berpendapat bahwa tenaga kesehatan berperan dalam memberikan informasi baik lisan maupun non-lisan, bantuan praktis, dan tindakan langsung dalam pelayanan kesehatan masyarakat. Hal ini dapat memberikan manfaat emosional atau mempengaruhi perilaku penerima layanan, terutama dalam konteks kesehatan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dukungan tenaga kesehatan dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang dengan nilai *P-Value* sebesar 0,011 ($p < 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Ika Puspitasari et al., 2023) dengan nilai *P-Value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang artinya ada hubungan antara dukungan tenaga kesehatan dengan perilaku pencegahan Lika Ganggren terhadap pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Dasuk. Dalam penelitian ini

dijelaskan dukungan tenaga kesehatan memainkan peran penting dalam kesuksesan penanganan diabetes mellitus.

Dukungan tenaga kesehatan sangat penting dalam meningkatkan perilaku pencegahan diabetes mellitus pada masyarakat. Salah satu contoh sederhana dari dukungan ini adalah melalui teknik komunikasi. Tenaga kesehatan memiliki peranan penting dalam menyampaikan informasi mengenai diabetes mellitus langkah-langkah yang perlu dilakukan sebagai bentuk pencegahannya. Komunikasi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan ini sering kali berupa penyuluhan kesehatan.

4.2.8. Hubungan Akses ke Pelayanan Kesehatan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Tingkat akses dapat mempengaruhi frekuensi kunjungan ke fasilitas kesehatan, di mana semakin dekat jarak tempat tinggal dengan pusat pelayanan kesehatan, semakin tinggi jumlah kunjungan di pusat pelayanan tersebut. Keterjangkauan akses ke pelayanan kesehatan mengacu pada kemudahan atau kesulitan seseorang dalam mencapai tempat pelayanan kesehatan. Kurangnya penggunaan fasilitas kesehatan seperti puskesmas atau rumah sakit sering kali dihubungkan dengan masalah akses ke pelayanan kesehatan, termasuk jarak dan waktu tempuh ke fasilitas kesehatan (Lenny & Fridalina, 2018).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara akses ke pelayanan kesehatan dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Penelitian ini sejalan dengan (Sinurat et al., 2023) mengenai pemanfaatan pelayanan kesehatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Penelitian ini mengungkapkan bahwa akses ke pelayanan kesehatan merupakan hal yang penting bagi penderita diabetes mellitus agar mampu melakukan pengobatan dan pencegahan komplikasi.

Responden yang tinggal lebih dekat dengan fasilitas kesehatan akan lebih mudah mengakses pelayanan kesehatan (Syahid, 2021). Pencegahan diabetes mellitus bergantung pada interaksi berkelanjutan antara penyedia pelayanan kesehatan dan masyarakat. Melalui interaksi ini, masyarakat dan penyedia pelayanan kesehatan berbagi informasi, yang cenderung meningkatkan perilaku preventif dan derajat kesehatan masyarakat. Sulitnya akses terhadap pelayanan kesehatan dapat membatasi interaksi ini, sehingga menimbulkan dampak kesehatan yang negatif.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang bisa diambil dari penelitian ini adalah ada hubungan antara pengetahuan, pola makan, aktivitas fisik, riwayat keluarga, dukungan keluarga, dukungan tenaga kesehatan, dan akses ke pelayanan kesehatan dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. Sedangkan variabel sikap tidak ada hubungannya dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Pembimbing, Penguji, dan semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini seperti PKK, FKK, kader posyandu, dan masyarakat di Kelurahan Mlatiharjo.

DAFTAR REFERENSI

- Amalia, A. R., & 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>
- Diabetes UK. (2010). Diabetes in the UK 2010: Key statistics on diabetes.
- Dinas Kesehatan Kota Semarang. (2016). Profil kesehatan kota Semarang 2016.
- Dinas Kesehatan Kota Semarang. (2019). Profil kesehatan kota Semarang 2019.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah. (2022). Profil kesehatan provinsi Jawa Tengah tahun 2022.
- Ika Puspitasari, D., Nelia Damayanti, C., & History, A. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan, dukungan tenaga kesehatan dengan perilaku pencegahan luka gangren pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Dasuk. *Healthy Indonesian Journal*, 2(1), 44–52.
- Internasional Diabetes Federation (IDF). (2020). Infodatin Pusat Data Informasi Kementerian RI.
- Isnaini, N., & Ratnasari, R. (2018). Faktor risiko mempengaruhi kejadian diabetes mellitus tipe dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 59–68. <https://doi.org/10.31101/jkk.550>
- Kemendes RI. (2019). Profil kesehatan Indonesia 2020. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. Jakarta: Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kusariana, N., Hardiyanti, T. O., & Wurjanto, M. A. (2021). Factors associated with preventive practices of type 2 diabetes mellitus. *Jurnal PROMKES*, 9(2), 151. <https://doi.org/10.20473/jpk.v9.i2.2021.151-158>

- Lenny, L., & Fridalina, F. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan berobat jalan pasien diabetes mellitus tipe II. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(02), 85–93. <https://doi.org/10.33221/jikm.v7i02.110>
- Ramadhani. (2022). Diabetikum pada penderita DM tipe II di Puskesmas. *Mutiara Ners*, 5(2), 19–26.
- Rambe, R. I., Nyorong, M., & Nur'aini, N. (2023). Faktor yang memengaruhi perilaku pencegahan diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Pargarutan Kecamatan Angkola Timur Kabupaten Tapanuli Selatan. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 3(2), 96–113. <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php/jikki/article/view/1647>
- Setiawan, R., & Pratama, H. (2020). Pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap pencegahan diabetes melitus. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 15(3).
- Sinurat, B., Hidayah, Q. A., Tarigan, G. F. B., Dameria, D., Samosir, F. J., Sibagariang, E. E., & Silalahi, M. I. (2023). Pemanfaatan pelayanan kesehatan pada pasien diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Prima Medika Sains*, 5(1), 79–83. <https://doi.org/10.34012/jpms.v5i1.3920>
- Sofyanti, N. D., Naziyah, N., & Hidayat, R. (2022). Hubungan pengetahuan dan sikap terhadap upaya pencegahan ulkus diabetikum pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Kecamatan Pancoran Jakarta Selatan. *Malahayati Nursing Journal*, 4(3), 663–672. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i3.6071>
- Syahid, Z. M. (2021). Faktor yang berhubungan dengan kepatuhan pengobatan diabetes mellitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 147–155. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.546>
- Tina, L., Lestika, M., & Yusran, S. (2019). Faktor risiko kejadian penyakit diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Umum tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 4(2), 25–29.
- Wirda, F. J. D. N. (2023). Hubungan antara dukungan keluarga dan perilaku pencegahan ulkus diabetik pada penderita DM. *Jurnal Keperawatan*, 15(September), 331–338. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- Wolde, M., Berhe, N., Van Die, I., Medhin, G., & Tsegaye, A. (2017). Knowledge and practice on prevention of diabetes mellitus among diabetes mellitus family members, in suburban cities in Ethiopia. *BMC Research Notes*, 10(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s13104-017-2871-7>
- Wulandari, E., & Nugroho, A. (2019). Dukungan keluarga dan perilaku pencegahan diabetes melitus. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 11(2).