



FAKTOR RESIKO YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKO AWIN JAYA KECAMATAN SEKERNAN KABUPATEN MUARO JAMBI TAHUN 2024

Margareta Pratiwi^{1*}, Devi Arista², Gustien Siahaan³

Program Studi S1 Keperawatan¹

Program Studi Profesi Bidan^{2,3}

Emial : Margareta.pratiwi88@gmail.com

ABSTRAK

Glukosa darah yang baik di perlukan penatalaksanaan holistic meliputi edukasi, terapi gizi medic, aktivitas fisik, pemberian obat-obatan, dan pemantauan glukosa darah. Kendali glukosa darah pasien diabetes melitus dapat dicapai mulai dari perubahan pola hidup. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*, jenis penelitian kuantitatif yang bersifat analitik yang bertujuan untuk memperoleh data yang lebih lengkap yang dilakukan untuk melihat pengaruh antara aktifitas fisik dan pola makan terhadap kejadian diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan. Kabupaten Muaro Jambi tahun 2024, sampel penelitian ini berjumlah 58 responden, pengumpulan data menggunakan kuesioner, pengambilan sampel dilakukan dengan cara *accidental sampling* dan pengolahan data dengan menggunakan program *Statistical Program for Sosial Science (SPSS)*. Hasil penelitian dari 58 responden diketahui sebanyak 39 responden (67,2%) kejadian diabetes melitus, dilihat dari uji *chi square*, secara statistik menunjukkan ada pengaruh yang bermakna antara aktifitas fisik dan pola makan terhadap kejadian diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi tahun 2024. Perlu adanya kebijakan dari Puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi dalam pengembangan program kesehatan tentang kejadian diabetes melitus khususnya pada wilayah kerja puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi. Diharapkan kepada puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi untuk memberikan informasi kepada pasien tentang bahaya diabetes melitus.

Kata Kunci : Diabetes Mellitus, aktifitas fisik, pola makan

ABSTRACT

Good blood glucose requires holistic management including education, medical nutrition therapy, visual activity, medication administration, and blood glucose monitoring. Controlling blood glucose in diabetes mellitus patients can be achieved starting from changes in lifestyle. This research uses a cross-sectional design, a type of analytical quantitative research which aims to obtain more complete data which was carried out to see the influence of physical activity and diet on the incidence of diabetes mellitus in the working area of the Suko Awin Jaya Health Center, Sekernan District, Muaro Jambi Regency in 2024, the research sample consisted of 58 respondents, data collection used a questionnaire, sampling was carried out using accidental sampling and data processing using the Statistical Program for Social Science (SPSS). The results of research from 58 respondents showed that 39 respondents (67.2%) had the incidence of diabetes mellitus. Judging from the chi square test, statistically it showed that there was a significant influence between physical activity and diet on the incidence of diabetes mellitus in the working area of the Suko Awin Jaya District Health Center. Sekernan Muaro Jambi Regency



in 2024. There needs to be a policy from the Suko Awini Jaya Health Center, Sekernan District, Muaro Jambi Regency in developing health programs regarding the incidence of diabetes mellitus, especially in the working area of the Suko Awini Jaya Health Center, Sekernan District, Muaro Jambi Regency. It is hoped that the Suko Awini Jaya Health Center, Sekernan District, Muaro Jambi Regency will provide information to patients about the dangers of diabetes mellitus.

Keyword : Diabetes Mellitus, physical activity, diet

PENDAHULUAN

Pengendalian glukosa darah yang baik merupakan salah satu faktor penting dan telah terbukti menurunkan risiko komplikasi pada penyandang diabetes melitus tipe 1 (diabetes melitus 1) maupun diabetes melitus tipe 2 (diabetes melitus 2). Untuk pencapaian kendali glukosa darah yang baik diperlukan penatalaksanaan holistik meliputi edukasi, terapi gizi medik, aktivitas fisik, pemberian obat-obatan, dan pemantauan glukosa darah. Tingkat kendali glukosa darah dapat dinilai melalui proporsi kadar hemoglobin A1C yang mengalami glikosilasi (HbA1c). Kadar HbA1c >7,0 % berhubungan dengan peningkatan risiko yang signifikan terjadinya komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular, terlepas dari pengobatan yang mendasari.³⁻⁶ Selain itu, peningkatan kadar glukosa darah puasa (GDP) dan glukosa darah post-prandial (GDPP) juga berhubungan secara langsung dengan peningkatan risiko komplikasi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kadar glukosa darah post-prandial merupakan faktor risiko

yang kuat terjadinya komplikasi kardiovaskular (Ayu, 2019).

Diabetes melitus dapat menjadi serius dan menyebabkan penderita mengalami kondisi kronik yang dapat membahayakan apabila

tidak diobati. Menurut World Health Organization (WHO) penderita diabetes berisiko dapat mengalami masalah kerusakan mikrovaskular seperti retinopati, nefropati, dan neuropati. Hal tersebut memberikan efek terhadap kualitas hidup penderita diabetes melitus (Romli dkk, 2020).

Federasi Diabetes Internasional (IDF) Atlas 2017 edisi ke-8 mengungkapkan Indonesia saat ini menduduki peringkat ke-6 dunia dengan jumlah pasien terbesar yaitu sebanyak 10,3 juta jiwa. Angka tersebut diprediksi akan terus meningkat hingga 16,7 juta jiwa pada tahun 2045. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi pasien diabetes naik menjadi 8,5% dari 6,9% (Tahun 2013). Diabetes melitus (diabetes melitus) merupakan penyakit kompleks dan progresif yang terapinya secara bertahap perlu ditingkatkan. Jika tidak dikelola dengan baik diabetes melitus dapat menyebabkan terjadinya komplikasi jangka panjang. Kendali glukosa darah pasien diabetes melitus dapat dicapai mulai dari perubahan pola hidup, obat anti hiperglikemia oral, hingga insulin. Pasien dengan Diabetes melitus Tipe 1 (diabetes melitus 1), Diabetes melitus Tipe 2 (diabetes melitus 2), diabetes



melitir tipe lain, maupun Diabetes Gestasional yang membutuhkan insulin perlu dikonsultasikan pada sejawat penyakit dalam atau sejawat konsultan endokrin untuk menentukan jenis maupun dosis insulin. Pada buku konsensus terbaru ini terdapat beberapa perubahan dengan adanya insulin modern serta pemakaian insulin baru dalam pengelolaan pasien diabetes melitir tipe 2 rawat jalan maupun rawat inap. Panduan ini disusun berdasar pengalaman serta pengetahuan yang mendalam dari berbagai sumber. Buku ini sangat tepat untuk sejawat penyakit dalam dan sejawat konsultan endokrin dalam pengelolaan pasien diabetes melitus yang membutuhkan insulin (Wibisono, 2021).

Untuk pencapaian kendali glukosa darah yang baik di perlukan penatalaksanaan holistic meliputi edukasi, terapi gizi medic, aktivitas fisik, pemberian obat-obatan, dan pemantauan glukosa darah. Tingkat kendali glukosa darah dapat dinilai melalui proporsi kadar hemoglobin A1c yang mengalami glikosilasi (HbA1c). kadar HbA1c > 7.0 % berhubungan dengan peningkatan resiko yang signifikan terjadinya komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular, terlepas dari pengobatan yang mendasar (Kshanti. Dkk, 2019).

Data statistik kematian di dunia, menurut WHO diperkirakan bahwa sekitar 3,2 juta jiwa per tahun penduduk dunia meninggal akibat diabetes mellitus WHO memperkirakan 194 juta jiwa atau 5,1% dari 3,8 miliar penduduk dunia yang berusia 20-79 tahun menderita diabetes mellitus dan pada 2025, WHO memperkirakan jumlah

penderita diabetes melitir akan meningkat menjadi 333 juta jiwa. WHO memprediksi di Indonesia akan meningkat dari 8,4 juta pada tahun 2000 akan meningkat menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030 (Romli dkk, 2020).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Indonesia, diperkirakan penduduk Indonesia yang berusia di atas 20 tahun sebanyak 133 juta jiwa, dengan prevalensi diabetes melitir sebesar 14,7% pada daerah urban dan 7,2% pada daerah rural, sehingga diperkirakan pada tahun 2003 terdapat sejumlah 8,2 juta penyandang diabetes melitir di daerah rural. Berdasarkan pola pertumbuhan penduduk, diperkirakan bahwa pada tahun 2030 nanti akan ada 194 juta penduduk yang berusia diatas 20 tahun dan dengan asumsi prevalensi diabetes melitir pada urban (14,7%) dan rural (7,2%), maka diperkirakan terdapat 28 juta penyandang diabetes di daerah urban dan 13,9 juta di daerah rural. Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 oleh Departemen Kesehatan, terjadi peningkatan prevalensi diabetes melitir menjadi 8,5% (Soelistijo, 2019).

Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Jambi untuk 10 penyakit terbanyak di Provinsi Jambi tahun 2022 diketahui bahwa penyakit infeksi saluran pernafasan atas akut menempati peringkat pertama dengan persentase sebesar 29,51%, dilanjutkan dengan hipertensi 25,48%, penyakit usofagus 14,79%, lambung dan usus 14,79, influenza dan pneumonia 6,94%, diabetes

melitur 6,05%, dermatitis 5,96%, gangguan jaringan lunak 4,49%, tanda dan gejala umum 3,85%, diare 1,75% dan terakhir penyakit rematoid arthritis 1,18%.

Prevalensi kasus diabetes mellitus yang diagnosa dokter pada penduduk pada semua umur menurut kabupaten kota Provinsi Jambi Riskesdas tahun 2018 Kabupaten Muaro Jambi di peringkat lima dengan nilai tertimbanganya 2.609 dengan pesentase 0.75% terkena kasus diabetes mellitus.

Data yang diperoleh di Puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi, Penderita diabetes melitur semakin meningkat dari tahun ke tahun. Dimana pada tahun *accidental sampling*. Besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 58 orang. Dengan populasi dari penelitian ini berjumlah 145 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuisisioner sebagai alat ukur pengumpulan data. Yang dilakukan pada tanggal 06 sampai dengan 13 Februari 2024 bertempat di wilayah kerja Puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian dapat dilihat pengaruh kurangnya aktifitas fisik terhadap kejadian diabetes melitus di ketahui 30 responden dengan tidak melakukan aktifitas fisik yang mengalami diabetes sebanyak 15 responden (50,0%) kejadian diabetes melitus dan pradiabets, dan 28 responden dengan kejadian diabetes yang melakukan aktifitas fisik sebagian besar (85,7%) kejadian diabetes,

yang mengalami pradiabetes hanya (14,3%) melakukan aktifitas fisik.

Hasil uji *chi-square* didapat *p-value* 0,004 ($p < 0,05$), secara ststistik menunjukkan ada pengaruh yang bermakna (H_0 ditolak) antara kurangnya aktifitas fisik yang melakukan dan tidak melakukan dengan kejadian diabetes melitus. Hasil penelitian diperoleh nilai OR (*Odds Ratio*) = 0,598 artinya lebih besar kejadian diabetes melitus pada yang melakukan aktifitas fisik dengan diabetes melitus.

Hasil dari hasil penelitian dapat dilihat pengaruh Pola Makan terhadap kejadian diabetes melitus di ketahui 38 responden dengan pola makan tidak sehat yang mengalami diabetes sebanyak 22 responden (57,9%) kejadian diabetes melitus yang pradiabets 16 responden (42,1%) dan 20 responden dengan kejadian diabetes yang pola makan sehat sebagian besar (85,0%) kejadian diabetes, yang mengalami pradiabetes dan hanya (15,0%) pola makannya sehat.

Hasil uji *chi-square* didapat *p-value* 0,037 ($p < 0,05$), secara ststistik menunjukkan ada pengaruh yang bermakna (H_0 ditolak) antara pola makan yang sehat dan tidak sehat dengan kejadian diabetes melitus. Hasil penelitian diperoleh nilai OR (*Odds Ratio*) = 0,970 artinya lebih besar kejadian diabetes melitus pada pola makan tidak sehat dengan diabetes melitus.

KESIMPULAN DAN SARAN

a. Dari 58 responden diketahui sebanyak 39 responden (67,2 %) mengalami diabetes melitus sedangkan dilihat dari kurangnya



aktifitas fisik yang Tidak melakukan aktifitas fisik sebanyak

30 responden (51,7 %), dilihat dari pola makan sebagian besar (65,5%) pola makan tidak sehat.

- b. Perlu adanya tindakan berupa pemkes dari Puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi dalam pengembangan program kesehatan tentang kejadian diabetes melitus khususnya pada wilayah kerja puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi. Diharapkan kepada puskesmas Suko Awin Jaya Kecamatan Sekernan Kabupaten Muaro Jambi untuk memberikan informasi kepada pasien tentang bahaya diabetes melitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu. I. dkk. 2019. *Pedoman Pemantauan Glukosa Darah Mandiri*. PB Perkeni. Jakarta
- Febrinasari. P. R. dkk. 2020. *Buku Saku Diabetes Melitus untuk awam*. UNS Press. Jawa Tengah
- Fery. K. 2022. *Profil Kesehatan Provinsi Jambi tahun 2022*. Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. Jambi
- Gayatri, dkk. 2019. *Diabetes Melitus Dalam Era 4.0*. Wineka Media. Malang
- Kementrian Kesehatan RI. 2019. *Laporan Riskesdas Jambi 2018*. Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan. Provinsi Jambi
- Kshanti. dkk. 2021. *Pedoman Pemantauan Glukosa Darah Mandiri*. PB Perkeni. Jakarta
- Marselin. dkk. 2021. *Buku Panduan Sehat bagi Keluarga Dengan Pasien Diabetes Mellitus*. STIKES Notokusumo. Yogyakarta.
- Ningtyas. dkk. 2020. *Strategi edukasi pada pasien diabetes-melitus*. Eureka Media Aksara. Jawa Tengah
- Notoatmodjo. S. 2019. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Nuraini. Dkk. 2023. *Pengantar Keperawatan Medikal Bedah*. Yayasan Kita Penulis. Medan
- Ramadhan. 2020. *Fakto-Faktor yanberhubungandengankejadian diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas karang mekar*. UIKM Arsyad Al Banjari. Banjarmasin
- Romli. dkk. 2020. *5 pilar di Era Pandemi Langkah Antisipatif Bagi Penderita Diabetes*. Icmepress. Jombang
- Samsiran. H. 2019. *Profil Kesehatan Provinsi Jambi 2019*. BPS Provinsi Jambi
- Santosa. A. 2019. *Buku Ajar Praktik Keperawatan Medikal Bedah*. UNY Pres. Yogyakarta.
- Soelistijo. dkk. 2021. *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan DMT2*. PB Perkeni. Jakarta
- Soelistijo.dkk. 2019. *Pedoman Pengelolaan DM Tipe-2 Dewasa di Indonesia*. PB. Perkeni. Jakarta
- Suastika. K. dkk. 2022. *Tatalaksana Pasien dengan Hiperglikemia di Rumah Sakit*. PB Perkeni. Jakarta
- Sulastri, 2021. *Buku pintar perawatan diabetes*. Trans Info Media. Jakarta