

HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DENGAN SIKAP DAN PERILAKU PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS TIPE-2 PADA KELOMPOK USIA PRODUKTIF

Felicia Angelina¹, Velma Herwanto^{2,3}

¹Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta, Indonesia

Email: felicia.405200002@stu.untar.ac.id

²Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

³Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Siloam Hospitals Kebon Jeruk, Jakarta, Indonesia

Email : velmah@fk.untar.ac.id

Masuk: 06-10-2022, revisi: 20-10-2022, diterima untuk diterbitkan: 30-11-2022

ABSTRAK

Di Indonesia hampir 20 juta orang mengalami diabetes dan prevalensi diabetes di Indonesia menempati peringkat ke-5 dunia. Pola makan dan gaya hidup sedentari menjadi faktor penting dalam epidemi global diabetes mellitus saat ini, serta komplikasi kardiovaskular menjadi penyebab utama morbiditas dan mortalitas. Perubahan gaya hidup dapat mencegah diabetes dan komplikasinya. Pengetahuan tentang penyakit ini penting bagi individu usia produktif untuk mencegah peningkatan angka kejadian. Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan, sikap, dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada kelompok usia produktif, yang merupakan sasaran kelompok usia yang tepat untuk pencegahan diabetes. Menggunakan studi analitik *cross-sectional*, didapatkan data penelitian melalui *convenience sampling* sebanyak 106 responden. Data yang dikumpulkan meliputi pengetahuan, sikap, dan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2. Dengan uji *chi-square* didapatkan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap pencegahan diabetes mellitus (*p-value* 0,000). Terdapat juga hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan diabetes mellitus (*p-value* 0,011). Kesimpulan penelitian ini adalah pengetahuan berhubungan dengan sikap dan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2. Karena tingginya prevalensi diabetes dan kurangnya pengetahuan dan upaya pencegahan diabetes, masyarakat perlu meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang diabetes serta menerapkan pola hidup sehat. Institusi dapat memberikan saran dan informasi melalui media massa untuk mendorong upaya pencegahan diabetes. Perlu juga dilakukan penelitian pada populasi yang berbeda menurut usia dan tingkat pendidikan untuk menemukan metode pencegahan diabetes yang ideal.

Kata Kunci: Pencegahan Diabetes Mellitus; Usia Produktif; Pengetahuan; Sikap; Perilaku

ABSTRACT

In Indonesia, almost 20 million people suffer from diabetes and the prevalence of diabetes in Indonesia ranks fifth in the world. Eating habits and sedentary lifestyles are important factors in the current global epidemic of diabetes mellitus, and cardiovascular complications are the main cause of morbidity and mortality. Lifestyle changes can prevent diabetes and its complications. Knowledge of this disease is important for individuals of productive age to prevent the increase in incidence. The research was conducted to determine the relationship between knowledge, attitudes, and preventive behaviour of type 2 diabetes mellitus in the productive age group, which is the appropriate target age group for diabetes prevention. Using cross-sectional analytical studies, research data was obtained through convenience sampling of 106 respondents. The collected data included knowledge, attitudes, and preventive behaviour of type 2 diabetes mellitus. Using chi-square tests, a significant relationship was found between knowledge and attitudes toward diabetes mellitus prevention (*p-value* 0.000). There was also a significant relationship between knowledge and preventive behaviour of diabetes mellitus (*p-value* 0.011). This study concludes that knowledge is related to attitudes and preventive behaviour of type 2 diabetes mellitus. Due to the high prevalence of diabetes and the lack of knowledge and efforts in diabetes prevention, communities need to increase their knowledge and attitudes about diabetes and adopt a healthy lifestyle. Institutions can provide advice and information through the mass media to encourage diabetes prevention efforts. It is also necessary to carry out research in different populations according to age and level of education to find the ideal method of preventing diabetes.

Keywords: Prevention of Diabetes Mellitus; Productive Age; Knowledge; Attitude; Behaviour

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Diabetes mellitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan global yang semakin meningkat prevalensinya. Penyakit ini ditandai oleh tingginya kadar gula darah akibat resistensi insulin dan kurangnya produksi insulin oleh pankreas. Faktor-faktor seperti obesitas, genetik, pola makan yang tidak sehat dan kurangnya aktivitas fisik berperan penting dalam timbulnya penyakit ini. Pada tahun 2021, *International Diabetes Federation* (IDF) memperkirakan sekitar 536 juta orang di seluruh dunia yang berusia 20-79 tahun diduga mengalami diabetes, yang setara dengan prevalensi sebesar 10,5% dari total populasi dalam rentang usia tersebut. Di Indonesia, prevalensi DM pada tahun 2021 mencapai 19,5 juta dan diperkirakan akan meningkat menjadi 28,6 juta pada tahun 2045. Berdasarkan data statistik IDF, Indonesia menempati peringkat kelima di dunia di antara 10 negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak, setelah Cina dengan jumlah penderita diabetes sebanyak 140,9 juta, diikuti oleh India dengan jumlah 74,2 juta penderita diabetes, Pakistan dengan 33 juta, dan Amerika Serikat dengan jumlah 32,2 juta (Dianna et al., 2021). Berdasarkan usia, WHO memperkirakan prevalensi diabetes pada tahun 2021 terendah adalah rentang usia 20-24 tahun yaitu sebesar 2,2%, 12% pada usia 40-44 tahun, 14% pada rentang usia 45-49 tahun, 17% pada usia 50-54 tahun dan prevalensi DM tertinggi adalah rentang usia 55-59 tahun yaitu sebesar 18% (Roglic & World Health Organization, 2016). Pada tahun 2018, provinsi dengan prevalensi DM terendah adalah NTT dengan prevalensi sebesar 0,9%, provinsi Jawa Barat berada di peringkat ke-17 dengan prevalensi sebesar 1,7% sedangkan DKI Jakarta memiliki prevalensi tertinggi sebesar 3,4% (Riskesdas, 2018).

Upaya pengendalian faktor risiko merupakan salah satu pengetahuan yang dapat mencegah dan menurunkan angka kejadian penyakit DM. Pengetahuan mengenai DM sangatlah berpengaruh pada gaya hidup setiap individu. Rendahnya pengetahuan masyarakat tentang penyakit DM akan meningkatkan angka kejadian penyakit DM. Dengan rendahnya pengetahuan mengenai DM, maka perilaku seseorang untuk mencegah penyakit DM tidak lebih baik dari pada seseorang yang memiliki pengetahuan mengenai penyakit DM. Untuk itu, diperlukan penelitian guna memahami hubungan antara pengetahuan dengan sikap dan perilaku dalam mencegah DM.

Pengetahuan tentang DM tipe 2 mencakup pemahaman mengenai faktor risiko, gejala, komplikasi, dan strategi pencegahan. Penting bagi individu untuk memahami secara mendalam faktor risiko, seperti obesitas dan pola makan yang tidak sehat, serta hubungannya dengan peningkatan risiko DM tipe 2. Selain itu, pengetahuan tentang pentingnya aktivitas fisik dalam menjaga berat badan yang sehat dan meningkatkan sensitivitas insulin juga krusial dalam pencegahan DM tipe 2. Individu juga perlu memahami pentingnya deteksi dini dan pemantauan kadar gula darah.

Sikap yang mendukung pencegahan DM tipe 2 meliputi kesadaran, motivasi, dan niat untuk mengadopsi gaya hidup sehat. Sikap positif terhadap pencegahan DM tipe 2 mencakup keinginan untuk mengubah pola makan dan meningkatkan aktivitas fisik, serta keinginan untuk secara teratur memantau faktor risiko. Individu dengan sikap yang mendukung juga cenderung lebih menerima dan mengikuti saran dari tenaga kesehatan terkait pencegahan DM tipe 2 (S et al., 2013).

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti menyimpulkan rumusan masalah yaitu apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap pencegahan DM pada kelompok usia produktif dan apakah terdapat hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan DM pada kelompok usia produktif. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan sikap pencegahan DM tipe 2 pada kelompok usia produktif dan mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan sikap pencegahan DM tipe 2 pada kelompok usia produktif.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi analitik dengan menggunakan metode *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan pada jemaat GPdI Cikarang yang berusia 20-40 tahun selama 1 bulan. Jumlah sampel penelitian ini sebanyak 106 responden. Kriteria inklusi penelitian ini meliputi subyek berusia 20-40 tahun serta bersedia menjadi responden dengan mengisi lembar persetujuan penelitian dan bersedia mengisi kuesioner. Kriteria eksklusi penelitian ini adalah apabila kuesioner tidak diisi dengan lengkap. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *convenience sampling*. Kuesioner dalam penelitian ini merupakan adaptasi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hanbram Hutabarat, dan belum pernah diimplementasikan sebelumnya dalam konteks penelitian yang saya lakukan (Hutabarat, 2021). Dalam proses pengumpulan data dalam penelitian ini, peneliti memanfaatkan sumber data primer dan melaksanakan pengisian kuesioner yang berisi daftar pertanyaan dan opsi jawaban. Hasil kuesioner dalam bentuk kategori baik dan kurang dengan nilai *cut-off* pengetahuan ≥ 9 dinyatakan berpengetahuan baik, sikap ≥ 10 dinyatakan bersikap baik, dan perilaku ≥ 6 dinyatakan berperilaku baik. Analisis bivariat dengan uji *chi-square* digunakan untuk mengevaluasi hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap sikap dengan perilaku pencegahan DM tipe 2. Data yang terkumpul akan diolah menggunakan program aplikasi SPSS.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengumpulan data melalui kuesioner yang diberikan kepada jemaat GPdI Cikarang berusia 20-40 tahun. Dalam penelitian ini, berhasil terkumpul sebanyak 106 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Tidak ada responden yang dieksklusi karena semua data terisi dengan lengkap sesuai dengan keperluan. Karakteristik demografi responden penelitian dapat dilihat pada tabel 1.

Sebaran jenis kelamin responden berimbang antara laki-laki dan perempuan. Sebagian besar responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini merupakan lulusan SMA/SMK. Pada kelompok dengan pengetahuan baik, sebagian besar responden merupakan lulusan SMA/SMK (57,5%). Sementara itu, dalam kelompok dengan sikap baik, sebagian besar responden juga merupakan lulusan SMA/SMK (58%). Demikian juga pada kelompok dengan perilaku baik, sebagian besar responden juga merupakan lulusan SMA/SMK (54,1%).

Tabel 1. Karakteristik Demografi Responden Penelitian

Karakteristik	Jumlah n (%) N = 106	Mean (±SD)	Median (min-maks)
Usia			24 (20-40)
Jenis Kelamin			
Laki-laki	46 (43,4)		
Perempuan	60 (56,6)		
Tingkat Pendidikan			
Tidak Sekolah	0 (0)		
SD	0 (0)		
SMP	1 (0,9)		
SMA/SMK	62 (58,5)		
Perguruan Tinggi	43 (40,6)		
Antropometri			
Berat Badan		64,72 (±13,648)	
Tinggi Badan			164 (140-187)
IMT			23,39 (13,89-40,04)
Kategori Variabel			
Pengetahuan			9 (3-10)
Pengetahuan Baik	73 (68,9)		
Pengetahuan Kurang	33 (31,1)		
Sikap			10 (4-10)
Sikap Baik	81 (76,4)		
Sikap Kurang	25 (23,6)		
Perilaku			6 (1-10)
Perilaku Baik	61 (57,5)		
Perilaku Kurang	45 (42,5)		

Tingkat pendidikan responden terbanyak adalah SMA dan perguruan tinggi. Relatif tingginya tingkat pendidikan responden mungkin akan mengakibatkan tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai pencegahan DM yang lebih baik. Dari hasil yang diperoleh dari penelitian ini, dapat dilihat bahwa nilai median IMT responden lebih besar dari 23. Tingginya nilai median responden mungkin akan berpengaruh pada sikap dan perilaku pencegahan DM, karena salah satu poin yang ditanyakan berkaitan dengan IMT sehingga kemungkinan tingginya median IMT akan menurunkan nilai sikap dan perilaku nya.

Dari hasil analisis, didapatkan bahwa sebanyak 73 responden (68,9%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik mengenai pencegahan DM. Sementara itu, sebanyak 81 responden (76,5%) memiliki sikap yang baik mengenai pencegahan DM. Sebanyak 61 responden (57,5%) memiliki perilaku yang baik mengenai pencegahan DM. Lebih dari 50% responden memiliki tingkat pengetahuan, sikap dan perilaku yang baik. Hal ini mungkin berkaitan dengan tingkat pendidikan yang baik. Mudanya rentang usia responden juga mungkin berperan. Mudanya usia responden, akan lebih memudahkan mereka untuk mengakses lebih banyak informasi terkait DM tipe 2 dan cara pencegahannya.

Hubungan antara pengetahuan dan sikap pencegahan DM

Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan sikap pencegahan DM maka dilakukan uji asosiasi dengan metode *chi-square* seperti ditampilkan pada tabel 2. Diperoleh nilai *p-value* 0,000 dan *prevalence ratio (PR)* 1,58. Dengan demikian terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan sikap pencegahan DM.

Tabel 2. Hubungan Antara Pengetahuan dengan Sikap Pencegahan DM

Pengetahuan mengenai Pencegahan DM	Sikap mengenai Pencegahan DM		Total
	Baik	Kurang	
	n (%)	n (%)	
Baik	63 (86,3)	10 (13,7)	73 (100)
Kurang	18 (54,5)	15 (45,5)	33 (100)
Total	81 (76,4)	25 (23,6)	106 (100)

Sebagian besar responden dalam penelitian ini sudah memiliki pengetahuan yang pada dasarnya sudah baik sehingga tidak mengherankan bila nilai sikapnya pun sebagian besar baik. Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan baiknya sikap dalam pencegahan DM. Hasil penelitian ini mendukung hasil dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kassahun dan Mekonen yang menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan DM (Kassahun & Mekonen, 2017). Penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari 50% responden memiliki pengetahuan dan sikap yang baik mengenai pencegahan DM. Penelitian yang dilakukan oleh Kassahun dan Mekonen didapatkan sebanyak 69,2% peserta memiliki pengetahuan dan sikap yang baik mengenai pencegahan DM, sedangkan sebanyak 30,8% peserta dikategorikan sebagai berpengetahuan namun sikap nya kurang mengenai pencegahan DM namun sebanyak 41,1% peserta yang tidak memiliki pengetahuan namun memiliki sikap yang baik mengenai pencegahan DM (Kassahun & Mekonen, 2017).

Memiliki pengetahuan tentang diabetes dapat meningkatkan tingkat sikap positif mengenai diabetes dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki pengetahuan (S et al., 2013). Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa adanya hubungan positif antara pengetahuan dan sikap terhadap diabetes yang dilakukan oleh Kassahun dan Mekonen di Ethiopia Tenggara (Kassahun & Mekonen, 2017). Responden yang memiliki latar belakang pendidikan tinggi seperti SMA dan Perguruan Tinggi, menunjukkan sikap yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang tingkat pendidikannya SMP, SD, dan tidak sekolah. Hal ini mungkin disebabkan karena responden dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki akses informasi yang lebih bervariasi yang membuat mereka lebih paham tentang diabetes. Selain itu, mereka juga dapat lebih mudah berkomunikasi dengan penyedia layanan kesehatan jika memiliki keraguan atau pertanyaan terkait diabetes. Berbeda dengan hasil penelitian oleh Hutabarat, penelitian tersebut tidak menemukan hubungan antara pengetahuan dengan sikap mengenai pencegahan DM (Hutabarat, 2021). Perbedaan hasil ini dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan dan budaya, karena adanya kebiasaan-kebiasaan yang sudah terbiasa dilakukan yaitu seperti merokok dan pola makan yang kurang sehat.

Hubungan antara pengetahuan dan perilaku pencegahan DM

Untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan DM maka dilakukan uji asosiasi dengan metode *chi-square* seperti ditampilkan pada tabel 3. Diperoleh nilai *p-value* 0,011 dan *prevalence ratio (PR)* 1,67. Dengan demikian terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan DM. Responden yang memiliki pengetahuan baik akan memiliki perilaku pencegahan DM 1,67 kali lebih baik dibanding responden yang pengetahuannya kurang.

Tabel 3. Hubungan Antara Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan DM

Pengetahuan mengenai Pencegahan DM	Perilaku mengenai Pencegahan DM		Total
	Baik	Kurang	
	n (%)	n (%)	
Baik	48 (65,8)	25 (34,2)	73 (100)
Kurang	13 (39,4)	20 (60,6)	33 (100)
Total	61 (57,5)	45 (42,5)	106 (100)

Sebagian besar responden telah memiliki pengetahuan yang pada dasarnya sudah baik sehingga tidak mengherankan bila nilai perilakunya pun sebagian besar baik. Dari hasil penelitian ini, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan DM tipe 2. Hasil ini mendukung penelitian Silalahi, yang menunjukkan bahwa kelompok responden dengan pengetahuan yang rendah cenderung memiliki perilaku pencegahan yang kurang, sementara kelompok responden dengan pengetahuan yang baik cenderung memiliki perilaku pencegahan yang lebih baik (Silalahi, 2019). Hasil ini menunjukkan presentase yang lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian oleh Silalahi yang didapatkan sebanyak 57% peserta memiliki pengetahuan dan perilaku pencegahan DM yang baik, sedangkan sebanyak 24,3% peserta yang berpengetahuan baik namun perilaku kurang mengenai pencegahan DM, dan sebanyak 18,6% peserta yang berpengetahuan kurang dengan sikap kurang dalam pencegahan DM (Silalahi, 2019). Mengingat adanya perbedaan karakteristik responden dalam penelitian ini dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Silalahi, perlu diperhatikan bahwa penelitian ini melibatkan komunitas dengan tingkat pendidikan yang lebih beragam, tidak terbatas pada kelompok SMA saja. Dalam penelitian Kassahun dan Mekonen, ditemukan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dan perilaku, di mana memiliki sikap positif terhadap diabetes akan meningkatkan tingkat perilaku. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa individu dengan sikap positif terhadap diabetes memiliki kecenderungan yang lebih mudah untuk melakukan kegiatan pencegahan terkait diabetes (Kassahun & Mekonen, 2017).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Studi ini menemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap pencegahan DM tipe 2 dan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan DM tipe 2. Saran bagi institusi dapat melakukan upaya pencegahan diabetes melalui penyuluhan dan memberikan informasi mengenai cara pencegahan diabetes melalui media massa serta pemerintah juga perlu meningkatkan aksesabilitas dan ketersediaan layanan kesehatan yang memadai bagi masyarakat sehingga upaya pencegahan terhadap diabetes semakin baik. Saran untuk peneliti selanjutnya adalah melakukan penelitian serupa pada populasi lain dengan kelompok usia dan tingkat pendidikan yang berbeda sehingga dapat memperkirakan cara pencegahan diabetes yang terbaik.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Kepala Gereja Pantekosta di Indonesia, Cikarang serta yang telah memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian ini. Selain itu, peneliti juga berterima kasih kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, sehingga penelitian ini dapat berlangsung dengan baik.

REFERENSI

- Hutabarat, H. A. (2021). Gambaran pengetahuan dan sikap tentang pencegahan diabetes mellitus pada masyarakat Desa Sampean Kecamatan Sipirok Kabupaten Tapanuli Selatan tahun 2019. Universitas Sumatera Utara.
- Kassahun, C. W., & Mekonen, A. G. (2017). Knowledge, attitude, practices and their associated factors towards diabetes mellitus among non diabetes community members of Bale Zone administrative towns, South East Ethiopia. A cross-sectional study. *PLoS One*, 12(2). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0170040>
- Magliano, D., & Boyko, E. J. (2021). *IDF Diabetes Atlas*.
- Riskesdas. (2018). Hasil Utama Riskesdas. Kementrian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Website: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf
- Roglic, G., & World Health Organization. (2016). Global report on diabetes. Website: <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789241565257>
- S, W. G., Arundina, A., Putri, E. A. (2013). Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan perilaku pencegahan diabetes mellitus pada pegawai negeri sipil di wilayah kerja Puskesmas Siantan Hulu tahun 2013.
- Silalahi, L. (2019). Hubungan pengetahuan dan tindakan pencegahan diabetes mellitus tipe 2. Jurnal PROMKES, 7(2), 223. Website: <https://doi.org/10.20473/jpk.V7.I2.2019.223-232>