
**PENGETAHUAN, SIKAP DAN POLA MAKAN DENGAN PENYAKIT DIABETES MELITUS PADA USIA REMAJA
DI SMAN 1 BONTONOMPO KAB. GOWA SULAWESI SELATAN**

**Knowledge, Attitude And Eat Patterns With Diabetes Mellitus Disease In Adolescent Ages In Sman 1
Bontonompo At Gowa South Sulawesi**

Alief saputra, St Rahmatiah, Muhasidah

**Program Studi DIV Keperawatan
Poltekkes kemenkes makassar
Aliefsaputra01@gmail.com**

ABSTRACT

DM is a group of metabolic diseases with characteristics of hyperglycemia that occur due to abnormalities of insulin secretion, insulin work, or both. Prevention of diabetes is done with early disease detection and proper lifestyle management, especially in dietary settings.. This study aims to know the description of Knowledge, Attitudes And Diet With Diabetes Mellitus at the age of Youth in SMAN 1 Bontonompo.

This research is analytic descriptive with cross sectional and quasi experimental design approach, implemented from January 2018 - July 2018. Sampling technique in this research with purposive sampling consisting of 160 students of SMAN 1 Bontonompo. Data taken include aspects of knowledge, attitude and diet. Measurements were made with questionnaires and data processing using computerized with Descriptive results.

The results showed 80% of students have good knowledge level while 20% of students have less knowledge about Diabetes Mellitus disease. The attitude category shows that 74.4% of students have a good attitude toward prevention of diabetes mellitus and 25.6% have less attitude toward Diabetes Mellitus disease. And in the category of eating patterns showed 71.3% of students had good regularity on diet and poor dietary regularity was 28.7%.

keywords : knowledge, attitude, diet

ABSTRAK

DM merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Pencegahan diabetes dilakukan dengan deteksi penyakit secara dini dan pengelolaan gaya hidup secara tepat, utamanya pada pengaturan pola makan.. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Pola makan Dengan penyakit Diabetes Melitus pada usia Remaja di SMAN 1 Bontonompo.

Penelitian ini bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan desain cross sectional dan quasi eksperimen, dilaksanakan dari bulan Januari 2018 – Juli 2018. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan purposive sampling yang terdiri dari 160 siswa SMAN 1 Bontonompo. Data yang diambil meliputi aspek pengetahuan, sikap dan pola makan. Pengukuran dilakukan dengan kuesioner serta pengolahan data menggunakan komputerisasi dengan hasil *Descriptive*.

Hasil analisa menunjukkan 80% siswa memiliki tingkat pengetahuan baik sedangkan 20% siswa memiliki pengetahuan kurang mengenai penyakit Diabetes Melitus. Kategori sikap menunjukkan 74,4% siswa memiliki sikap yang baik terhadap upaya pencegahan diabetes melitus dan 25,6% memiliki sikap kurang terhadap penyakit Diabetes Melitus. Dan pada kategori pola makan menunjukkan 71,3% siswa memiliki keteraturan yang baik pada pola makan dan keteraturan kurang baik pada pola makan didapatkan 28,7%.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Pola Makan

PENDAHULUAN

International Diabetes Federation (IDF), Diabetes Atlas dalam Susilo (2011) menunjukkan 285 juta orang menderita diabetes ternyata lebih banyak kaum muda. Lebih dari separuh jumlah tersebut dalam penduduk usia muda antara 15-24 tahun. Sebagian besar kasus Diabetes Melitus adalah tipe 2 yang juga disebabkan oleh faktor

keturunan, tetapi faktor keturunan saja tidak cukup untuk menyebabkan seseorang terkena diabetes risikonya hanya sebesar 5%. Diabetes Melitus tipe 2 lebih sering terjadi pada kaum remaja yang gaya hidup atau pola makannya yang tidak teratur (Nabyl, 2010)

Menurut WHO, Indonesia merupakan negara ke dua terbesar setelah india yang penderita Diabetes Melitus terbanyak yaitu 8.426.000 orang tingkat asia tenggara, dan diperkirakan meningkat

menjadi 21.257.000 pada tahun 2030. Berdasarkan data riskesdas 2013, penderita Diabetes Melitus di Indonesia (1,1%) sedangkan di Sulawesi Selatan (0,8%), diperoleh pula bahwa proporsi penyebab kematian akibat Diabetes Melitus pada usia 15 – 25 tahun di daerah perkotaan menempati ranking ke enam, yaitu 5,8%. Tahun 2011 Indonesia berada pada peringkat sepuluh negara dengan penderita Diabetes Melitus terbanyak (usia 17 – 35 tahun), yaitu mencapai 7,3 juta orang (WHO, 2013).

Sebuah penelitian terbaru yang dipublikasikan dalam *American Journal of Epidemiology* mengungkapkan, pengetahuan dan factor pola makan yang tidak sehat yang dialami seseorang pada saat remaja berkaitan erat dengan peningkatan risiko DM di usia paruh baya. Penelitian tersebut melibatkan 227 ribu pria dan wanita Norwegia yang diukur tinggi dan berat badannya antara tahun 1963-1975 saat mereka berusia antara 15-25 tahun (Nita, 2012).

Dari Riset Kesehatan Dasar (Risikesdas) tahun 2013 melakukan wawancara untuk mendapatkan proporsi DM pada usia 15 tahun ke atas, yaitu proporsi penduduk yang pernah di diagnosis menderita kencing manis oleh dokter dan penduduk yang belum pernah di diagnosis menderita kencing manis oleh dokter, tetapi dalam 1 bulan terakhir mengalami gejala gejala Diabetes Mellitus. Risikesdas 2007 yang hanya memeriksa penduduk di perkotaan mendapatkan di antara responden yang diperiksa gula darahnya 5,7% menderita DM tipe 2. Dari yang terdeteksi tersebut hanya 26,3% yang telah terdiagnosis sebelumnya dan 73,7% tidak terdiagnosis sebelumnya. Sedangkan pada Risikesdas 2013, dari 6,9% penderita DM tipe 2 yang didapatkan, 30,4% yang telah terdiagnosis sebelumnya dan 69,6% tidak terdiagnosis sebelumnya. Meskipun terjadi peningkatan proporsi penderita DM tipe 2 yang terdiagnosis, namun proporsi yang tidak terdiagnosis sebelumnya masih besar (Portal Garuda, 2018).

Peningkatan kemakmuran di masyarakat yang diikuti oleh peningkatan pendidikan dapat mengubah pola hidup dan pola makan dari pola makan tradisional ke pola makan praktis dan siap saji yang dapat menimbulkan mutu gizi yang tidak seimbang. Hal tersebut terutama terlihat di kota-kota besar di Indonesia. Pola makan jika tidak di

konsumsi secara rasional mudah penyakit (Sismoyo, 2013)

Pada tahun 2013 jumlah kejadian obesitas di Jawa tengah mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya, tercatat lebih dari 30% terjadi pada anak-anak dan selebihnya adalah terjadi pada remaja dan dewasa tua, dengan tidak memandang jenis kelamin artinya baik pria dan wanita tidak memiliki perbedaan yang signifikan dari jumlah kejadian tersebut.

Peningkatan kasus Diabetes Melitus juga terjadi di tingkat kabupaten/kota khususnya di kota Makassar. Diabetes Melitus menempati peringkat ke lima dari sepuluh utama kematian di Makassar tahun 2013 dengan jumlah sebanyak 65 kasus. Berdasarkan data dari dinas kesehatan kota Makassar, angka kejadian penyakit Diabetes Melitus pada tahun 2012 yaitu 5700 kasus. Pada tahun 2013 angka kejadian kasus Diabetes Melitus meningkat menjadi 7000 kasus. Kota makassar terdiri dari 14 kecamatan. Jika dilihat berdasarkan jumlah kasus Diabetes Melitus perkecamatan pada tahun 2013, didapatkan tiga kecamatan yang memiliki angka kejadian Diabetes Melitus, yaitu kecamatan Makassar sebanyak 1076 kasus, Kecamatan Tamalate sebanyak 910 kasus, dan Kecamatan Biring Kanaya sebanyak 700 kasus. (Veni Hadju, 2013)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMAN 1 Bontonompo terhadap 45 siswa yang di observasi, menunjukkan bahwa 32 (85%) siswa yang memiliki berat badan ideal, 5 (5%) siswa memiliki berat badan berlebih (overweight), dan 8 (10%) siswa yang mengalami obesitas. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa pola makan remaja SMAN 1 Bontonompo memiliki pola makan yang sama karna telah diatur oleh institusi itu sendiri, akan tetapi dari penuturan masyarakat sekitar yang berjualan di lingkungan mengatakan bahwa, walaupun pola makannya sudah diatur namun para remaja masih melakukan aktivitas makan di luar baik di kantin maupun di rumah makan.

Berdasarkan uraian di atas maka perlu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi pengetahuan dan pola makan pada remaja. Pemilihan

METODE PENELITIAN

Pada penelitian menggunakan jenis penelitian Kuantitatif adalah penggunaan data numerik pada pengukuran hasil objektif menggunakan analisis statistik.

Penelitian ini bersifat deskriptif. Deskriptif kuantitatif adalah data yang diperoleh dari sampel populasi penelitian dianalisis sesuai dengan metode statistik yang digunakan kemudian diinterpretasikan. (Notoadmojo, 2015)

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas MIPA2 di SMA 1 Bontonompo yaitu sebanyak 360 siswa. Jumlah keseluruhan populasi yang dibagikan kuesioner sebanyak 160, penyuluhan dan questioner sebanyak 40 siswa dalam satu kelas. Penelitian ini akan dilakukan di Sekolah Menengah Atas (SMA) 1 Bontonompo Kabupaten Gowa Provinsi Sulawesi Selatan Penelitian ini akan dilakukan pada bulan Februari – Juli 2018

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah berupa kuesioner tentang pengetahuan siswa mengenai Diabetes Melitus dalam bentuk tes multiplechoice dan 3 option. Adapun kuesioner digunakan pada variabel pola makan yaitu menggunakan skala likker. Instrumen tentang variabel pengetahuan dengan jumlah 10 nomor sedangkan variabel tentang pola makan berjumlah 11 nomor kategori usia remaja sebagai subjek penelitian dikarenakan remaja saat ini berperan pada peningkatan data demografik penderita Diabetes Mellitus sehingga hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dalam rangka upaya pencegahan DM di kalangan masyarakat terutama di kaum remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4

Distribusi Frekuensi Responden Menurut Jenis Kelamin di SMAN 1 Bontonompo Kab. Gowa

Kategori Jenis Kelamin	Jumlah	
	F	%
Laki-Laki	59	36,9
Perempuan	101	63,1
Total	160	100,0

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa responden di SMAN 1 Bontonompo kelas MIPA2 yang berjenis kelamin laki laki sebanyak 59 (36,9%) dan perempuan 101 (63,1%).

Tabel 5

Distribusi Frekuensi Responden Menurut Kelas di SMAN 1 Bontonompo Kab. Gowa

Kategori Kelas	Jumlah	
	F	%
XI MIA 1	40	25,0
XI MIA 2	40	25,0
XI MIA 3	40	25,0
XI MIA 4	40	25,0
TOTAL	160	100,0

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui jumlah responden pada kelas XI MIA 1 berjumlah 40 kelas XI MIA 2 berjumlah 40 kelas XI MIA 3 berjumlah 40 kelas XI MIA berjumlah 40.

Tabel 6

Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pengetahuan di SMAN 1 Bontonompo Kab. Gowa

Kategori Pengetahuan	Jumlah	
	F	%
Baik	128	80,0
Kurang	32	20,0
Total	160	100,0

Berdasarkan tabel 7 dapat diketahui bahwa siswa SMAN 1 Bontonompo kelas MIPA2 lebih dari separuh jumlah sampel 160 didapatkan dengan frekuensi 128 (80%) memiliki tingkat pengetahuan baik sedangkan 32 (20%) memiliki pengetahuan kurang.

Penelitian sebelumnya Yulia Rahmi 2014 menyatakan hal yang sama lebih dari separuh (69,6%) penderita DM memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Kemudian hal yang sama juga diungkapkan dalam penelitian Nasrul Hadi Purwanto (2015) di SMP dari separuh siswa (55%) memiliki pengetahuan kurang terhadap penyakit Diabetes Mellitus

Kurangnya pengetahuan responden mengenai Diabetes Mellitus, sementara itu responden memperoleh konsling atau edukasi mengenai Diabetes Mellitus

Tabel 7
Distribusi Frekuensi Responden Menurut Sikap di SMAN 1 Bontonompo Kab. Gowa

Kategori Sikap	Jumlah	
	F	%
Baik	119	74,4
Kurang	41	25,6
Total	160	100,0

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui siswa SMAN 1 Bontonompo kelas MIPA2 lebih dari separuh jumlah sampel 160 didapatkan dengan frekuensi 119 (74,4%) memiliki sikap yang baik terhadap upaya Pencegahan diabetes melitus sedangkan 41 (25,6%) memiliki sikap kurang terhadap penyakit Diabetes Melitus.

Berdasarkan hasil penelitian lebih dari separuh (74%) siswa memiliki sikap yang positif terhadap upaya pencegahan Diabetes Mellitus. Dari hasil penelitian yang disajikan dalam tabel 5 diketahui bahwa sikap responden terhadap pencegahan Diabetes Mellitus dikatakan sangat baik. Hal ini terlihat dari sebagian besar responden mendapatkan hasil yang positif (74%) sedangkan responden negatif (25,6)

Tabel 8
Distribusi Frekuensi Responden Menurut Pola Makan di SMAN 1 Bontonompo Kab. Gowa

Kategori Pola Makan	Jumlah	
	F	%
Baik	114	71,3
Kurang	46	28,7
Total	160	100,0

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui siswa SMAN 1 Bontonompo kelas MIPA2 lebih dari separuh jumlah sampel 160 didapatkan dengan frekuensi 114 (71,3%) memiliki keteraturan yang baik pada pola makan sedangkan keteraturan kurang baik pada pola makan didapatkan 46 (28,7%).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan di RSUP Dr.M Djamil Padang menunjukkan lebih dari separuh responden yaitu (53%) tidak patuh terhadap keteraturan diet yang dianjurkan. Hal ini kemungkinan terjadi karena pengetahuan responden yang kurang terhadap penyakit Diabetes Mellitus

sehingga kurangnya kesadaran responden untuk mematuhi keteraturan diet yang diberikan

Sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Putry Ashary (2014) di RSUP Dr.M.Djamil Padang juga mengungkapkan (70%) responden Diabetes Melitus tidak pernah patuh terhadap keteraturan pola makan atau diet yang dianjurkan. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Qurratuani (2015) di RSUP Fatmawati Jakarta bahwa lebih dari separuhnya (68%) responden Diabetes Melitus kebiasaan makanannya tidak sesuai dengan anjuran keteraturan pola makan atau diet yang di anjurkan.

Dari penelitian sebelumnya Tri Suci Lestari (2014) mengungkapkan lebih dari separuh (56%) responden patuh terhadap keteraturan pola makan atau diet yang dianjurkan. Hal ini dikarenakan bahwa responden Diabetes Melitus lebih dari separuh yaitu (60%) berpengetahuan baik kemudian (55%) responden memiliki motivasi terhadap keingintahuan tentang penyakit Diabetes Melitus

KESIMPULAN

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian siswa kelas MIPA 2 dominan memiliki pengetahuan baik terhadap penyakit Diabetes Melitus pada SMAN 1 Bontonompo.
2. Berdasarkan hasil penelitian siswa kelas MIPA 2 dominan memiliki sikap yang baik terhadap penyakit Diabetes Melitus pada SMAN 1 Bontonompo.
3. Berdasarkan hasil penelitian siswa kelas MIPA 2 dominan memiliki keteraturan yang baik terhadap pola makan terhadap pencegahan Diabetes Melitus pada SMAN 1 Bontonompo.

SARAN

Berdasarkan hasil dalam penelitian ini penulis memberikan saran untuk :

1. Responden
 - a. Agar dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan pola makan terhadap penyakit Diabetes Melitus
 - b. Agar dapat memperhatikan pola serta jenis makanan yang dikonsumsi yang dapat menyebabkan penyakit Diabetes Melitus.
2. SMAN 1 Bontonompo

Dapat memberikan informasi mengenai penyakit Diabetes Melitus seperti dengan pemasangan poster/baliho di lingkungan SMAN 1 Bontonompo

3. Penelitian Lanjut

Peneliti menyarankan apabila ingin melakukan penelitian yang sama maka dilakukan dengan menggunakan desain yang berbeda dan jumlah sampel yang lebih banyak agar meminimalisir bias yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association, ADA, (2013). Definisi Diabetes melitus
- Darmasih, (2009). *Statistik Kedokteran dan Kesehatan*, Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat, A. A., (2014). *Metode penelitian keperawatan dan analisis data*. Salemba medika. Jakarta.
- International Diabetes Federation, (2013), *IDF Diabetes Atlas*, 6th Edition, pp. 11-12.
- Khomsan, A. (2016). *Solusi Makanan Sehat*. Bogor: IPB
- Kementerian Kesehatan RI, (2014), *Pusat Data dan Informasi : Situasi dan Analisis Diabetes*, Kementerian Kesehatan RI, Jakarta, hal. 1-3.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Bagian Kesehatan Anak. Jakarta
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). InfoDATIN. Pusat Data dan Informasi Kementrian kesehatan Republik Indonesia. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/Infodatin%20AIDS.pdf>. 17 Februari 2017 (01.06).
- Nita, (2012). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2007). *Pengetahuan Jajanan Sehat*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Prinsip-prinsip Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S., 2010 , *Ilmu Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta, hal. 20- 22, 26-32, 76, 107-108, 140,146.
- Peraturan Pemerintah Nomor 033 tahun. (2012). *Bahan Tambahan Pangan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Peraturan Pemerintah dan Dirjen POM. (1988). Nomor 722/Menkes/Per/IX/1988 Tentang *Bahan Tambahan Makanan*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Peraturan Pemerintah Nomor 033 tahun. (2012). *Bahan Tambahan Pangan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Perkeni, (2011). *Klasifikasi Diabetes Melitus Terpadu*. Jakarta
- Portal Garuda, (2018). www.id.org/sites/Atlas_Dm_O.pdf. Diakses pada tanggal 7 Maret 2018
- Rafanani, B., (2013), *Buku Pintar Pola Makan Sehat & Cerdas Bagi Penderita Diabetes*, Yogyakarta, hal 60.
- Rahati, S., Mansour S., et al, (2014), Food Pattern, Lifestyle and Diabetes Mellitus, *int J High Risk Behav Addict*, 3(1) :e8725.
- Rifka. (2015). *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Jajanan Aman Dengan Perilaku Memilih Jajanan Pada Siswa Kelas V SD Negeri Cipayung 2 Kota Depok*. Skripsi S1, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2015.
- Sismoyo, (2013). *Keperawatan Diabetes Melitus*, Edisi 3, Jakarta: EGC
- Solihin, (2005). *Terapi Gizi Terhadap Gula Darah*, Tesis, Undip Semarang
- Suyono, (2009). *Management Diabetes Melitus*, Yogyakarta: Forum Studi
- Vepriaty, Nety. (2007). *Surveyans Bahan Berbahaya Pada Makanan*. <http://www.dinkeskabkulonprogo.org/?p=58> diakses pada 19 Februari 2018.
- Veni Hadju, (2013). Profil tingkat Kejadian Diabetes Melitus Tipe II Sulawesi Selatan Makassar Tahun 2013. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*.
- WHO, (2013). *Penyakit Tidak Menular : Diabetes Melitus*. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2013