

ABSTRAK

RAHMITA MAULINA WULANSARI

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN PENYAKIT
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA UPTD
PUSKESMAS MAJENANG II TAHUN 2021**

Diabetes adalah penyakit kronis serius yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan cukup insulin atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkannya. Riskesdas tahun 2013 dan tahun 2018 menunjukkan bahwa tren prevalensi penyakit DM di Indonesia meningkat dari 6,9% menjadi 8,5 %. Kabupaten Cilacap merupakan penyumbang kasus tertinggi DM ketiga dari 29 kabupaten yang ada di Jawa Tengah, yaitu setelah Kabupaten Pemalang dan Kabupaten Klaten. Wilayah kerja UPTD Puskesmas Majenang II merupakan Puskesmas dengan kenaikan kasus DM tertinggi dari tahun 2020-2021 yaitu 829 kasus. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian penyakit DM tipe 2 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Majenang II tahun 2021. Metode dalam penelitian ini menggunakan survei analitik dengan desain penelitian *case control*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 168 orang dengan menggunakan perbandingan 1:2 sehingga didapatkan 56 sampel kontrol dan 112 sampel kasus. Teknik sampling yang digunakan yaitu *proportional stratified random sampling*, sedangkan untuk menentukan sampel kasus dan kontrol yang digunakan dari setiap desa maka menggunakan teknik *random sampling*. Analisis data menggunakan uji *Chi Square*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yaitu variabel aktivitas fisik ($p\ value=0,041$; $OR_1=3,208$; $OR_2=1,508$) dan pola makan ($p\ value=0,043$; $OR=2,061$) dengan kejadian diabetes melitus tipe 2. Variabel yang menunjukkan tidak ada hubungan yaitu merokok ($p\ value=0,870$) dengan kejadian diabetes melitus tipe 2. Masyarakat diharapkan untuk menerapkan pola hidup sehat seperti meningkatkan aktivitas fisik dan mengatur pola makan dengan mengurangi konsumsi makanan atau minuman yang mengandung tinggi gula.

Kata Kunci : Gaya Hidup, Diabetes Melitus Tipe 2.

Kepustakaan : 2010-2022

ABSTRACT

RAHMITA MAULINA WULANSARI

CORRELATION BETWEEN LIFESTYLE AND THE INCIDENCE OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS IN THE WORKING AREA OF THE UPTD PUSKESMAS MAJENANG II IN 2021

Diabetes is a serious chronic disease that occurs because the pancreas does not produce enough insulin or when the body cannot effectively use the insulin it produces. Riskesdas in 2013 and 2018 showed that the trend of prevalence of DM disease in Indonesia increased from 6.9% to 8.5%. Cilacap Regency is the third highest contributor to DM cases out of 29 districts in Central Java, namely after Pemasang Regency and Klaten Regency. The working area of the UPTD Puskesmas Majenang II is the Puskesmas with the highest increase in DM cases from 2020-2021, namely 829 cases. The purpose of this study was to determine the relationship between lifestyle and the incidence of type 2 DM disease in the UPTD Puskesmas Majenang II work area in 2021. The method in this study used an analytical survey with a *case control* research design. The number of samples in this study was 168 people using a ratio of 1: 2 so that 56 control samples and 112 case samples were obtained. There are two sampling techniques in this study, *proportional stratified* random sampling to determine the number of samples in each village while *random sampling* to determine case samples and controls to be used from each village. Data analysis using the Chi Square test. The results showed that there was a correlation, namely the physical activity variable (ρ value = 0.041; OR₁=3.208; OR₂=1.508) and diet (ρ value=0.043; OR=2,061) with the incidence of type 2 diabetes mellitus. The variable that showed no correlation was smoking (ρ value=0.870) with the incidence of type 2 diabetes mellitus. People are expected to adopt a healthy lifestyle such as increasing physical activity and adjusting their diet by reducing consumption of foods or drinks that contain high sugar.

Keywords : Lifestyle, Type 2 Diabetes Mellitus.

Libraries : 2010-2022.