

PENGETAHUAN DIABETES MELLITUS DAN UPAYA PENCEGAHAN PADA LANSIA DI LAM BHEU ACEH BESAR

Diabetic Knowledge and the Prevention of Elderly in Lam Bheu of Aceh Besar

Khairani

Bagian Keilmuan Keperawatan Jiwa dan Komunitas, PSIK-FK Universitas Syiah Kuala Banda Aceh 23111
Mental Health and Community Health Nursing Department, School of Nursing
Faculty of Medicine, Syiah Kuala University, Banda Aceh
E-mail : khairani_ppko7@yahoo.com

ABSTRAK

Meningkatnya prevalensi diabetes mellitus di beberapa negara berkembang akibat peningkatan kemakmuran di negara yang bersangkutan dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain peningkatan pendapatan per kapita dan perubahan gaya hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tidak mengalami penyakit diabetes mellitus yang berada di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar yang berjumlah 797 lansia, teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 89 lansia. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara terpimpin menggunakan kuesioner dalam bentuk skala *dichotomous choice* yang terdiri dari 31 item pernyataan. Analisis data bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*. Ada hubungan antara pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012. Berdasarkan hasil analisis data dapat diketahui bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang pengertian diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia dengan *p-value* 0,001, ada hubungan antara pengetahuan tentang tanda dan gejala diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia dengan *p-value* 0,009, ada hubungan antara pengetahuan tentang faktor resiko diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia dengan *p-value* 0,001, ada hubungan antara pengetahuan tentang pencegahan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012 dengan *p-value* 0,009. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan pada lansia agar tetap meningkatkan upaya pencegahan diabetes mellitus.

Kata kunci: pengetahuan, diabetes mellitus, upaya pencegahan lansia.

ABSTRACT

*The increasing prevalence of diabetic mellitus in developing countries due to increasing affluence in that country which influenced by many factors including the increase of per capita income and lifestyle changes. This study aimed to know the relationship between diabetic mellitus knowledge with the prevention of the elderly in Lam Bheu village Darul Imarah districts of Aceh Besar. The population of this study is all of the elderly who did not suffer from diabetic mellitus in Lam Bheu village Darul Imarah districts of Aceh Besar as much as 797 elderly, the purposive sampling technique was used with a total sample of 89 elderly. The data was collected by interview using a questionnaire in the form of dichotomous choice scale consists of 31 items. Bivariate data analysis was used Chi Square test. There is relationship between knowledge and the prevention of diabetic mellitus of the elderly in Lam Bheu village Darul Imarah districts of Aceh Besar, 2012. Based on data analysis, it found that there is a relationship between knowledge about definition of diabetic mellitus with the prevention among elderly with *p-value* 0.0001, there is a relationship between knowledge about the sign and symptom of diabetic mellitus with the prevention among elderly with *p-value* 0.009, there is a relationship between knowledge about risk factors of diabetic mellitus and the prevention among elderly with *p-value* 0.001, there is a relationship between knowledge about diabetic mellitus prevention with the prevention among elderly in Lam Bheu village Darul Imarah districts of Aceh Besar, 2012 with *p-value* 0.009. Based on the results, it expected for the elderly in order to keep improving the prevention of diabetic mellitus.*

Keywords: knowledge, diabetic mellitus, prevention effort of elderly.

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan penyakit metabolik yang berlangsung kronik dimana penderita diabetes tidak bisa memproduksi insulin dalam jumlah yang cukup atau tubuh tidak mampu menggunakan insulin secara efektif sehingga terjadilah kelebihan gula di dalam darah dan baru dirasakan setelah terjadi komplikasi lanjut pada organ tubuh (Misnadiarly, 2006, p.50).

Meningkatnya prevalensi diabetes mellitus di beberapa negara berkembang akibat peningkatan kemakmuran di negara yang bersangkutan dipengaruhi oleh banyak faktor antara lain peningkatan pendapatan per kapita dan perubahan gaya hidup terutama di kota besar (Misnadiarly, 2006, p.51).

Secara epidemiologik diabetes sering kali tidak terdeteksi dan dikatakan onset atau mulai terjadinya diabetes adalah 7 tahun sebelum diagnosis ditegakkan, sehingga morbiditas dan mortalitas dini terjadi pada kasus yang tidak terdeteksi ini. Faktor resiko yang berubah secara epidemiologik diperkirakan adalah bertambahnya usia, lebih banyak dan lebih lamanya obesitas, distribusi lemak tubuh, kurangnya aktivitas jasmani dan hiperinsulinemia. Semua faktor ini berinteraksi dengan beberapa faktor genetik yang berhubungan dengan terjadinya diabetes mellitus tipe 2 (Sudoyo, dkk, 2006, 1915).

Berdasarkan penelitian tentang hubungan gaya hidup dengan insiden penyakit diabetes mellitus tipe 2 di Poliklinik Endokrin RSUD DR. Zainoel Abidin Banda Aceh Tahun 2011, disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan insiden penyakit diabetes mellitus. Dilihat dari pola makan berada pada kategori kurang baik dengan insiden penyakit diabetes mellitus tipe 2 tinggi (59,8%), aktivitas fisik berada pada kategori teratur dengan insiden penyakit diabetes mellitus tipe 2 rendah (66,7%), dan merokok pada kategori tidak

merokok dengan insiden penyakit diabetes mellitus tipe 2 rendah (79,2%) (Oktaveni, 2011).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 4 orang lansia pria dan 3 orang lansia wanita di Desa Lam Bheu, didapatkan bahwa 6 orang lansia tersebut mengetahui apa itu penyakit diabetes mellitus dan dapat menyebutkan beberapa tanda dan gejala diabetes mellitus. Dari hasil wawancara juga didapatkan 3 orang lansia memiliki berat badan di atas 75 kilogram, 2 orang lansia wanita dan 1 orang lansia pria senang melakukan jalan santai setiap hari libur.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

METODE

Penelitian ini bersifat deskriptif korelasional yaitu untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang tidak mengalami penyakit diabetes mellitus yang berada di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar yang berjumlah 797 lansia. Teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 89 lansia. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara terpimpin menggunakan kuesioner dalam bentuk skala *dichotomous choice* yang terdiri dari 31 item pernyataan. Analisis data bivariat dengan menggunakan uji *chi square*.

HASIL

Adapun hasil penelitian yang didapat sebagai berikut:

Data Demografi responden dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Demografi Lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012 (n=89)

No	Data Demografi	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	32	64,0
	b. Perempuan	57	36,0
2.	Pekerjaan		
	a. Tidak Bekerja	43	48,3
	b. Pensiunan	2	2,2
	c. PNS	10	11,2
	d. Swasta	29	32,6
	e. Petani	3	3,4
	f. Buruh	2	2,2
3.	Pendidikan		
	a. Tidak Sekolah	2	2,2
	b. Rendah	39	43,8
	c. Menengah	30	33,7
	d. Tinggi	18	20,2

Hubungan pengetahuan tentang pengertian diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan formula *chi square*, didapatkan *p-value* 0,009 yang berarti *p-value* < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa nol (Ho) ditolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang pengertian diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 2.

Hubungan pengetahuan tentang tanda dan gejala diabetes mellitus dengan upaya

pencegahan pada lansia di desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan formula *chi square*, didapatkan *p-value* 0,001 yang berarti *p-value* < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa nol (Ho) ditolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang tanda dan gejala diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 3.

Hubungan pengetahuan tentang faktor resiko diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan formula *chi square*, didapatkan *p-value* 0,009 yang berarti *p-value* < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa nol (Ho) ditolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang faktor resiko diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 4.

Hubungan pengetahuan tentang pencegahan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan formula *chi square*, didapatkan *p-value* 0,001 yang berarti *p-value* < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesa nol (Ho)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Tentang Pengertian Diabetes Mellitus Dengan Upaya Pencegahan Pada Lansia Di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012 (n=89)

Pengetahuan	Upaya Pencegahan				Total		α	<i>P-value</i>
	Baik		Kurang		F	%		
	F	%	F	%	F	%		
Baik	36	63,2	21	36,8	57	64,0	0,05	0,009
Kurang	11	34,4	21	65,6	32	36,0		
Total	47	52,8	42	47,2	89	100		

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Tentang Tanda Dan Gejala Diabetes Mellitus Dengan Upaya Pencegahan Pada Lansia Di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012 (n=89)

Pengetahuan	Upaya Pencegahan				Total		α	P-value
	Baik		Kurang		F	%		
	F	%	F	%				
Baik	32	69,6	14	30,4	46	51,7	0,05	0,001
Kurang	15	34,9	28	65,1	43	48,3		
Total	47	52,8	42	47,2	89	100		

ditolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang pencegahan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 5.

Hubungan pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan formula *chi square*, didapatkan *p-value* 0,009 yang berarti *p-value* < 0,05. Maka, dapat disimpulkan bahwa hipotesa nol (H_0) ditolak, yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar. Hal ini dapat dilihat pada Tabel 6.

DISKUSI

Hubungan pengetahuan tentang pengertian diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa *p-value* (0,009) < dari α (0,05),

dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan tentang pengertian diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Diliyani (2006), menyatakan bahwa pengetahuan tentang penyakit dan komplikasi pada pasien diabetes mellitus menunjukkan rata-rata terbanyak mempunyai pengetahuan sedang sebanyak 20 responden (47,6%), tindakan mengontrol kadar gula darah menunjukkan rata-rata terbanyak adalah kategori sedang sebanyak 22 responden (52,4%), dan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang penyakit dan komplikasi pada pasien diabetes mellitus dengan tindakan mengontrol kadar gula darah.

Pengetahuan adalah pembentukan pemikiran asosiatif yang menghubungkan atau menjalin sebuah pikiran dengan kenyataan atau pikiran lain berdasarkan pengalaman yang berulang-ulang tanpa pemahaman mengenai kausalitas (sebab-akibat) yang universal. Kategori pengetahuan meliputi kemampuan untuk

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Tentang Faktor Resiko Diabetes Mellitus Dengan Upaya Pencegahan Pada Lansia Di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012 (n=89)

Pengetahuan	Upaya Pencegahan				Total		α	p-value
	Baik		Kurang		F	%		
	F	%	F	%				
Baik	32	65,3	17	34,7	49	55,1	0,05	0,009
Kurang	15	37,5	25	62,5	40	44,9		
Total	47	52,8	42	47,2	89	100		

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Tentang Pencegahan Diabetes Mellitus Dengan Upaya Pencegahan Pada Lansia Di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012 (n=89)

Pengetahuan	Upaya Pencegahan				Total		α	P-value
	Baik		Kurang		F	%		
	F	%	F	%	F	%		
Baik	36	66,7	18	33,3	46	51,7	0,05	0,001
Kurang	11	31,4	24	68,6	43	48,3		
Total	47	52,8	42	47,2	89	100		

mengatakan kembali dari ingatan hal-hal khusus dan umum, metode dan proses atau mengingat suatu pola, susunan, gejala atau peristiwa (Elvayani & Sumarni, 2003).

Penelitian tentang perilaku dari Rogers yang dikutip kembali oleh Notoatmodjo (2003, p.128), mengatakan bahwa pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan atau perilaku seseorang. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar lansia mengetahui bahwa diabetes mellitus merupakan penyakit dimana kadar gula di dalam darah meningkat. Responden dalam penelitian ini sudah memiliki wawasan yang baik tentang pengertian diabetes mellitus. Pengetahuan tersebut harus didukung dengan adanya penyuluhan, pembagian brosur tentang diabetes mellitus dari tenaga kesehatan agar lansia menjadi lebih terpapar dengan berbagai informasi, sehingga kesadaran mereka semakin meningkat yang pada akhirnya terjadi perubahan perilaku. Pengetahuan menjadi pedoman bagi lansia untuk melakukan upaya pencegahan terhadap diabetes mellitus.

Hubungan pengetahuan tentang tanda dan gejala diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa p -value (0,001) < dari α (0,05), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan tentang tanda dan gejala diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

Menurut penulis, pengetahuan tentang tanda dan gejala diabetes mellitus sangat berpengaruh terhadap perilaku pencegahan diabetes mellitus. Sesuai dengan pendapat Notoatmodjo (2003, p.127), pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu.

Pengetahuan masyarakat yang kurang tentang penyakit diabetes mellitus dapat berpengaruh pada tingkat kesadaran yang rendah, sehingga deteksi dini penyakit diabetes mellitus tidak dapat diketahui yang berakibat terjadi komplikasi berlanjut. Sebaliknya apabila pengetahuan masyarakat

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Diabetes Mellitus Dengan Upaya Pencegahan Pada Lansia Di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012 (n=89)

Pengetahuan	Upaya Pencegahan				Total		α	p-value
	Baik		Kurang		F	%		
	F	%	F	%	F	%		
Baik	35	63,6	20	36,4	55	61,8	0,05	0,009
Kurang	12	35,3	22	64,7	34	38,2		
Total	47	52,8	42	47,2	89	100		

baik tentang penyakit diabetes mellitus dapat berpengaruh pada tingkat kesadaran yang baik pula. Sehingga deteksi dini dari gejala yang ditimbulkan akan diketahui. Deteksi dini diabetes mellitus adalah tindakan awal sebagai upaya kemungkinan terkena diabetes mellitus secara dini agar dapat ditangani secara memadai, sehingga kesakitan atau komplikasi dapat dicegah.

Deteksi dini dapat dilakukan oleh seseorang apabila mempunyai tanda dan gejala yang meliputi perubahan berat badan yang terus bertambah melebihi berat badan ideal, gejala-gejala yaitu sering kencing, sering minum dan sering makan, dari tanda dan gejala tersebut, maka seseorang perlu memeriksakan lebih cepat atau secara dini ke fasilitas kesehatan. Menyadari hal ini, deteksi dini terhadap penyakit diabetes mellitus perlu dilakukan, dimana deteksi dini diabetes mellitus melalui skrining dengan pemeriksaan kadar gula darah sewaktu, perubahan perilaku menuju pola hidup sehat dalam rangka pencegahan.

Hubungan pengetahuan tentang faktor resiko diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa $p\text{-value}$ (0,009) < dari α (0,05), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan tentang faktor resiko diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

Faktor keturunan merupakan faktor dominan terjadinya penyakit diabetes mellitus. Selain itu kelompok resiko tinggi lainnya antara lain usia di atas 45 tahun, penyakit hipertensi, kegemukan, kurang olahraga, makan terlalu banyak, dan sering mengalami stres dalam kehidupan (Mangoenprasodjo, 2005, p.94).

WHO merekomendasikan bahwa strategi yang efektif perlu dilakukan secara terintegrasi, berbasis masyarakat melalui

kerjasama lintas program dan lintas sektor termasuk swasta. Dengan demikian pengembangan kemitraan dengan berbagai unsur di masyarakat dan lintas sektor yang terkait dengan diabetes mellitus di setiap wilayah merupakan kegiatan yang penting dilakukan. Oleh karena itu, pemahaman faktor risiko diabetes mellitus sangat penting diketahui, dimengerti dan dapat dikendalikan oleh para pemegang program, pendidik, edukator maupun kader kesehatan di masyarakat sekitarnya (Depkes, 2010).

Menurut penulis, pengetahuan tentang faktor resiko sangat berpengaruh terhadap upaya pencegahan yang dilakukan oleh lansia, karena lansia merupakan kelompok usia yang beresiko tinggi terhadap penyakit diabetes mellitus. Usaha lansia untuk menjaga agar terhindar dari diabetes mellitus tergantung dari motivasi serta pengetahuan lansia mengenai penyakit tersebut. Pengetahuan seseorang erat kaitannya dengan perilaku yang akan diambilnya, karena dengan pengetahuan tersebut seseorang memiliki alasan dan landasan untuk menentukan suatu pilihan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Bart (1994 dalam Notoadmodjo, 2003), yang menyatakan bahwa perilaku yang dilakukan atas dasar pengetahuan akan lebih bertahan dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Jadi, pengetahuan sangat dibutuhkan agar masyarakat dapat lebih mudah untuk diubah kearah yang lebih baik.

Hubungan pengetahuan tentang pencegahan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa $p\text{-value}$ (0,001) < dari α (0,05), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan tentang pencegahan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

Penyebab utama diabetes di era globalisasi adalah perubahan gaya hidup. Perubahan gaya hidup, salah satu aspek yang paling menonjol adalah tingginya konsumsi makanan gaya barat. Makanan gaya barat ini bisa dipersonifikasi dengan jaringan restoran cepat saji (*fast food*) Mc Donald's, KFC, Pizza Hut, Wendy's dan sebagainya (Sustrani L, dkk, 2004).

Pernyataan ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Pangastuti (2007) tentang "Hubungan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus tipe II di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Tugurejo Semarang" didapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian diabetes mellitus tipe II di poliklinik penyakit dalam RSUD Tugurejo Semarang.

Selain itu penelitian ini juga didukung penelitian yang telah dilakukan oleh Arsyh (2011), tentang "Hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Wonokromo Surabaya" menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di Puskesmas Wonokromo Surabaya ($p\text{-value} = 0,006$). Bahwa lebih dari setengah responden pola makannya baik sebanyak 19 responden (59,4%), sedangkan sebagian besar responden mengalami kadar gula abnormal (hiperglikemi) sebanyak 18 responden (56,3%).

Unsur kedua dari perubahan gaya hidup adalah kebiasaan minim gerak. Kemudian di ikuti oleh kelebihan berat badan. Pada tahun 2000 *The Worldwatch Institute* di Washington mengatakan, bahwa untuk pertama kalinya dalam sejarah tercapai jumlah yang sama banyak antara anggota masyarakat dunia yang kelebihan berat badan dengan mereka yang kurang makan. Penelitian terakhir di 10 negara menunjukkan, bahwa dengan tinggi dan berat badan yang sama, bangsa Asia lebih beresiko terserang diabetes dibanding

bangsa barat. Hal ini disebabkan secara keseluruhan bangsa Asia kurang berolahraga dibanding bangsa-bangsa dari benua Barat (Sustrani L, dkk, 2004).

Menurut penulis, pengetahuan tentang pencegahan diabetes mellitus sangat penting terhadap perubahan perilaku lansia mengenai pencegahan diabetes mellitus. Dengan mengetahui adanya faktor penyebab diabetes mellitus yang dapat dimodifikasi sehingga lansia dapat melakukan pencegahan secara dini.

Hubungan pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar tahun 2012 berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa $p\text{-value}$ (0,009) < dari α (0,05), dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, artinya ada hubungan pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar.

Pengetahuan adalah hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu pengindraan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap obyek (Notoatmodjo, 2003, p.127).

Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui pendidikan, pengalaman sendiri maupun pengalaman yang didapat dari orang lain, sehingga pengetahuan sangat penting untuk membentuk perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2003, p.128). Begitu pula halnya dalam melakukan pencegahan terhadap penyakit diabetes mellitus memerlukan pengetahuan yang berupa pengertian, tanda dan gejala, faktor resiko, dan cara untuk mencegah terjadinya diabetes mellitus.

Perilaku kesehatan yaitu hal-hal yang berkaitan dengan tindakan atau kegiatan seseorang dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Termasuk juga tindakan-tindakan untuk mencegah penyakit. Perilaku pencegahan penyakit adalah respon untuk melakukan pencegahan penyakit (Notoatmodjo, 2003, p,121). Menurut *American Heart Association* (2004), Besarnya insiden, prevalensi, dan komplikasi diabetes mellitus menggambarkan betapa pentingnya pencegahan dini terhadap penyakit diabetes mellitus, adapun cara pencegahannya adalah mengatur pola makan, olahraga, kurangi merokok, dan menurunkan berat badan.

Hasil penelitian ini sangat mendukung teori tentang pengetahuan sangat penting untuk membentuk perilaku seseorang, karena berdasarkan hasil penelitian diperoleh gambaran pengetahuan lansia berada pada kategori baik dan melakukan upaya pencegahan dengan baik pula. Menurut asumsi peneliti hal ini terjadi karena pengaruh dari umur responden. Nursalam (2003, p.335), mengatakan usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Dari segi kepercayaan, masyarakat yang lebih dewasa akan lebih dipercaya dari pada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman dan kematangan jiwa.

Untuk tingkat pendidikan, dari hasil penelitian yang dilakukan di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar didapatkan hasil data demografi distribusi terbesar tingkat pendidikan lansia adalah rendah dengan frekuensi sebanyak 39 lansia (43,8%). Menurut Lukman yang dikutip oleh Hendra (2008), faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang diantaranya adalah informasi. Informasi akan memberikan pengaruh pada

pengetahuan seseorang, meskipun seseorang memiliki pendidikan yang rendah tetapi jika ia mendapatkan informasi yang baik dari berbagai media maka akan meningkatkan pengetahuan seseorang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan diabetes mellitus dengan upaya pencegahan pada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar Tahun 2012

Terkait dengan penelitian ini penulis merekomendasikan kepada lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar agar dapat meningkatkan pengetahuan tentang diabetes mellitus dan meningkatkan upaya pencegahan sehingga terhindar dari penyakit diabetes mellitus. Kepada keluarga lansia di Desa Lam Bheu Kecamatan Darul Imarah Aceh Besar agar lebih memberi dukungan dalam upaya pencegahan diabetes mellitus pada lansia. Kepada profesi keperawatan agar meningkatkan pengetahuan lansia melalui penyuluhan, pembagian brosur tentang diabetes mellitus sehingga upaya pencegahan terhadap diabetes mellitus semakin baik.

KEPUSTAKAAN

American Heart Association. (2004). *Preventing cancer, cardiovascular disease, and diabetes : A common agenda for the american cancer society, the american diabetes association, and the american heart association*. Di akses pada 30 April 2012, dari: <http://circ.Ahajournals.org/content/109/25/3244>

Arsy, I. (2011). *Hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di puskesmas Wonokromo Surabaya*. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Yarsis, Surabaya. Diakses pada 07 September 2012, dari: <http://share.stikesyarsis.ac.id>

- Diliyani & Muhlisin. (2006). *Hubungan antara pengetahuan tentang penyakit dan komplikasi pada penderita diabetes mellitus dengan tindakan mengontrol kadar gula darah di wilayah kerja puskesmas I Gatak Sukaharjo*. Surakarta: Fakultas ilmu kesehatan universitas muhammadiyah Surakarta. Diakses tanggal 15 September 2012, dari: <http://eprints.ums.ac.id/>.pdf
- Hendra, A. W. (2008). *Pengetahuan*. Diakses tanggal 11 september 2012, dari: <http://ajangberkarya.wordpress.com>
- Kariadi, K. H. S. (2009). *Diabetes? Siapa takut!! panduan lengkap untuk Diabetes, keluarganya, dan profesional medis*. Bandung: Qanita.
- Mangoenprsodjo, S. A. (2005). *Hidup sehat dan normal dengan Diabetes*. Penerbit Thinkfresh: Jogjakarta.
- Misdaniarly. (2006). *Diabetes Melitus: Gangren, Ulcer, Infeksi, mengenal gejala, dan menanggulangi komplikasi*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.
- Notoatmodjo, S. (2003). *Ilmu kesehatan masyarakat prinsip-prinsip dasar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Ilmu promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nursalam. (2003). *Konsep & penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktaveni. (2011). *Hubungan gaya hidup dengan insiden penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 di poliklinik endokrin RSUD ZA Banda Aceh 2011*. Banda Aceh: Universitas Syiah Kuala.
- Pangastuti, D. (2007). *Hubungan pola makan dengan kejadian Diabetes Mellitus tipe II di poliklinik penyakit dalam RSUD Tugurejo Semarang*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah, Semarang. Diakses pada 07 September 2012, dari: <http://unimus.ac.id>
- Sudoyo, W. A., Setiyohadi, B., Alwi, I., dkk. (2006). *Buku ajar ilmu penyakit dalam*, jilid III edisi 4. Jakarta: Penerbit FKUI.
- Sustrani, L., Alam, S., & Hadibroto, I. (2004). *Diabetes*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.