



Hubungan Perilaku dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kota Ende Tahun 2021

Francelina Ivanty Sao Da¹, Yuliana Radja Riwu², Honey Ivon Ndoen³

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Email : ¹vanthydaa@gmail.com, ²yuliana.radjariwu@staf.undana.ac.id,

³honey.ndoen@staf.undana.ac.id

Abstract

Diabetes mellitus is a serious and chronic (prolonged) disease that causes metabolic intrusion and obstruction, indicated by high blood sugar beyond the normal level. Unhealthy lifestyles, such as smoking, drinking alcohol, bad dietary habit and obesity, lacking of physical activities, and stress, are some of the main contributors or causes of diabetes mellitus. The purpose of this research is to find the direct connection and relation between the behaviour or lifestyle and the case of Diabetes Mellitus Type 2 at Ende City Health Center. The design of this research is a survey analytic research using a case-control approach. The total sample in this research is 86 respondents, with a 1:1 (one-to-one) comparison. The sampling technique used in this study is simple random sampling. The data is taken by doing a guided interview with a questionnaire for test statistic chi-square and odd ratio value. The result of this research shows that the variable of dietary habit ($p\text{-value} = 0,017 < 0,05$ and $OR = 3,168$ ($1,309 - 7,665$ and 95% CI), physical activities ($p\text{-value} = 0,028 < 0,05$ and $OR = 2,971$ ($1,212 - 7,279$ and 95% CI), consumption of alcohol ($p\text{-value} = 0,023 < 0,05$ and $OR = 3,285$ ($1,273 - 8,478$ and 95% CI) directly connected with the case of Diabetes Mellitus Type 2. The variable of knowledge ($p\text{-value} = 0,829 > 0,05$ and $OR = 1,206$ ($0,516 - 2,816$ and 95% CI) does not have any connection with the case of Diabetes Mellitus Type 2. Suggestion for the healthcare workers in the Ende City Health Center to always improve and maintain good service of the health care and for the people to have regular check-ups and to develop healthy lifestyle such as having proper dietary habits, doing physical activities and controlling the consumption of alcohol to control the level of blood sugar.

Keywords: *Diabetes Mellitus Type 2, Knowledge, Dietary Habit, Physical Activities, Alcohol Consumption*

Abstrak

Diabetes Melitus adalah penyakit kronis (menahun) serius yang mengakibatkan gangguan metabolik yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah yang melebihi batas normal. Pola hidup yang tidak sehat seperti kebiasaan merokok, minum alkohol, pola makan dan obesitas, aktivitas fisik yang kurang, stres, diduga merupakan kontributor utama terjadinya penyakit diabetes. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan perilaku dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kota Ende. Desain penelitian ini

adalah penelitian survei analitik dengan pendekatan *case control*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 86 dengan perbandingan 1:1. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *simple random sampling*. Data diperoleh dari wawancara menggunakan kuesioner dengan uji statistik *chi square* dan nilai odds ratio. Hasil penelitian menunjukkan variabel pola makan ($p\text{-value} = 0,017 < 0,05$ dan OR = 3,168 (1,309 – 7,665 dan 95% CI), aktivitas fisik ($p\text{-value} = 0,028 < 0,05$ dan OR = 2,971 (1,212 – 7,279 dan 95% CI), konsumsi alkohol ($p\text{-value} = 0,023 < 0,05$ dan OR = 3,285 (1,273 – 8,478 dan 95% CI) memiliki hubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2. Variabel pengetahuan ($p\text{-value} = 0,829 > 0,05$ dan OR = 1,206 (0,516 – 2,816 dan 95% CI) tidak ada hubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2. Diharapkan agar pihak Puskesmas terus mempertahankan dan meningkatkan pelayanan kesehatan yang sudah baik dan untuk masyarakat diharapkan melakukan pengecekan kesehatan secara teratur dan menerapkan gaya hidup sehat seperti menjaga pola makan, sering melakukan aktivitas fisik dan mengontrol konsumsi alkohol agar gula darah tubuh dapat terkontrol dengan baik.

Kata kunci: Diabetes Melitus Tipe 2, Pengetahuan, Pola Makan, Aktivitas fisik, Konsumsi Alkohol

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus adalah penyakit kronis (menahun) serius yang mengakibatkan gangguan metabolik yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah yang melebihi batas normal. Penyakit Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit metabolisme yang mampu menyerang siapa saja. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan kematian akibat DM akan meningkat dua kali lipat selama periode 2005-2030 (Kementrian Kesehatan RI, 2019). Pola hidup yang tidak sehat seperti kebiasaan merokok, minum alkohol, pola makan dan obesitas, aktivitas fisik yang kurang, stres, dan pencemaran lingkungan merupakan kontributor utama terjadinya penyakit diabetes.

Peningkatan prevalensi dari tahun 2013-2018 terjadi pada kelompok umur 45-55 tahun, 55-64 tahun, 65-74 tahun, dan ≥ 75 tahun. Proporsi penderita Diabetes Melitus menurut tingkat pendidikan menunjukkan bahwa responden dengan tingkat pendidikan tamat Akademi/Universitas memiliki proporsi tertinggi pada Riskesda tahun 2013 dan tahun 2018, yaitu sebesar 2,5% dan 2,8%. Responden dengan tingkat pendidikan lebih rendah dari Akademi/Universitas memiliki prevalensi kurang dari 2%. Hal ini dapat diasumsikan terkait dengan gaya hidup dan akses terhadap deteksi kasus di pelayanan kesehatan pada kelompok dengan tingkat pendidikan Akademi/Universitas.

Tahun 2018 jumlah kasus Diabetes Melitus di Nusa Tenggara Timur sebanyak 74.867 kasus dan mengalami penurunan kasus di tahun 2019 menjadi 30.557 kasus dengan penderita terbanyak DM yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sebanyak 21.874 orang (71,6%). Melihat dari data Profil Kesehatan Nusa Tenggara Timur, pada tahun 2018 Kabupaten Ende menempati urutan ke 11 untuk data Diabetes Melitus menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Nusa Tenggara Timur dengan jumlah 700 kasus dan yang mendapat pelayanan kesehatan sebanyak 700 orang (100%) (Dinkes NTT, 2018).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Kabupaten Ende tahun 2019, Diabetes Melitus masih menjadi salah satu penyakit degeneratif yang menjadi prioritas dengan kasus kejadian sebanyak 1098 kasus dimana penyebaran kasus paling tinggi ada pada wilayah kerja Puskesmas Roga dengan angka 98,01% sedangkan yang terendah di wilayah kerja Puskesmas Ngalupolo dengan angka 11,63%. Pada tahun 2020 mengalami peningkatan kasus menjadi 2045 kasus dan kasus tertinggi terdapat pada Puskesmas Kota

Ende. Kasus Diabetes Melitus di Puskesmas Kota Ende tahun 2019 sebanyak 119 kasus dan mengalami peningkatan di tahun 2020 menjadi 212 kasus.

Jenis Diabetes Melitus yang diderita oleh pasien Puskesmas Kota Ende adalah Diabetes Melitus Tipe 2. Hal ini terjadi karena pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 biasanya tidak membutuhkan insulin di tahap awal penyakit, karena tubuhnya masih menghasilkan insulin sehingga masih bisa ditangani oleh dokter di Puskesmas Kota Ende dengan memberikan resep obat dan menghimbau agar para pasien melakukan pencegahan terhadap faktor risiko. Sedangkan bagi penderita Diabetes Melitus Tipe 1 biasanya tidak dapat menghasilkan hormon insulin sehingga penderita bergantung mutlak pada pemberian insulin dari luar, jika sudah begini maka penderita akan dirujuk ke Rumah Sakit agar dapat ditangani langsung oleh dokter spesialis penyakit dalam. Tercatat penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Kota Ende berkisar dari usia 45-70 tahun. Kebanyakan penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Kota Ende yang berusia ≥ 60 tahun akan mengalami komplikasi dengan penyakit lain.

Diabetes Melitus sangat memberi dampak terhadap kualitas sumber daya manusia maupun terhadap peningkatan biaya kesehatan pasiennya, maka dari itu sangat diperlukan program pengendalian penyakit Diabetes Melitus. Menurut Kemenkes, penyakit DM dapat dicegah apabila diketahui faktor risikonya. Faktor risiko penyakit DM terbagi menjadi faktor yang berisiko tetapi tidak dapat dirubah seperti usia, jenis kelamin serta faktor pasien dengan latar belakang keluarga yang memiliki riwayat penyakit diabetes dan faktor yang berisiko tetapi dapat dirubah oleh manusia, dalam hal ini dapat berupa pola kebiasaan sehari-hari seperti pola makan, pola istirahat, pola aktivitas dan pengelolaan stres.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *case control* yang mana merupakan salah satu jenis penelitian analitik observasional yang dilakukan dengan cara membandingkan antara kelompok kasus dan kelompok kontrol berdasarkan status paparannya dengan pendekatan. Penelitian ini dilakukan dari bulan April-Mei tahun 2022.

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari populasi kasus dan populasi kontrol. Populasi kasus adalah seluruh pasien yang terdiagnosis Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kota Ende pada bulan Mei-Juli 2021 dan populasi kontrol dalam penelitian ini adalah seluruh pasien yang tidak terdiagnosis Diabetes Melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kota Ende pada bulan Mei-Juli 2021. Sampel dalam penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu sampel kasus sebanyak 43 orang dan sampel kontrol sebanyak 43 orang.

Teknik pengambilan sampel merupakan metode yang digunakan dalam penelitian ini. Teknik pengambilan sampel kasus yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Sedangkan teknik pengambilan sampel kontrol adalah simple random sampling dengan menggunakan metode matching. Karakteristik yang akan dijadikan matching pada penelitian ini adalah umur dan jenis kelamin.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pengetahuan, Pola Makan, Aktivitas Fisik dan Konsumsi Alkohol di Puskesmas Kota Ende Tahun 2021

Variabel	Jumlah (n)	%
----------	------------	---

Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2		
Ya	43	50,0
Tidak	43	50,0
Pengetahuan		
Kurang	40	46,5
Baik	46	53,5
Pola Makan		
Kurang	46	53,5
Cukup	40	46,5
Aktivitas Fisik		
Rendah	35	40,7
Tinggi	51	59,3
Konsumsi Alkohol		
Ya	29	33,7
Tidak	57	66,3

Tabel 1. menunjukkan bahwa jumlah responden dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 sebanyak 43 responden dengan persentase (50,0%) dan responden dengan tidak diabetes melitus tipe 2 sebanyak 43 responden dengan persentase (50,0%). Dilihat dari pengetahuan, sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik dengan jumlah 46 orang (53,5%) dan yang lainnya memiliki pengetahuan kurang sebanyak 40 orang (46,5%), dilihat dari pola makan, sebagian besar responden memiliki pola makan kurang sebanyak 46 orang (53,5%) dan yang memiliki pola makan cukup sebanyak 40 orang (46,5%), dilihat dari aktivitas fisik sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik tinggi sebanyak 51 orang (59,3%) dan yang memiliki aktivitas fisik rendah sebanyak 35 orang (40,7%), dilihat dari konsumsi alkohol sebagian besar responden tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi alkohol sebanyak 57 orang (66,3%) dan yang memiliki kebiasaan mengonsumsi alkohol sebanyak 29 orang (33,7%).

Tabel 2. Analisis Hubungan antara Pengetahuan, Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Konsumsi Alkohol di Puskesmas Kota Ende Tahun 2021

Konsumsi Alkohol di Puskesmas Kota Ende Tahun 2021							
Variabel	Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2				Jumlah		p-value
	Ya		Tidak				
	n	%	n	%	n	%	
Pengetahuan							
Kurang	21	48,8	19	44,2	40	46,5	0,829
Baik	22	51,2	24	55,8	46	53,5	

Pola Makan							
Kurang	29	67,4	17	39,5	46	53,5	0,017
Cukup	14	32,6	26	60,5	40	46,5	
Aktivitas Fisik							
Rendah	23	53,5	12	27,9	35	40,7	0,028
Tinggi	20	46,5	31	72,1	51	59,3	
Konsumsi Alkohol							
Ya	20	46,5	9	20,9	29	33,7	0,023
Tidak	23	53,5	34	79,1	57	66,3	

Tabel 2 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden yang menderita diabetes melitus tipe 2 memiliki pola makan kurang sebanyak 29 orang (67,4%) dan yang memiliki pola makan cukup sebanyak 14 orang (32,6%), sedangkan responden yang tidak menderita diabetes melitus tipe 2 sebagian besar memiliki pola makan cukup sebanyak 26 orang (60,5%) dan yang memiliki pola makan kurang sebanyak 17 orang (39,5%). Sebagian besar responden yang menderita diabetes melitus tipe 2 memiliki aktivitas fisik rendah sebanyak 23 orang (53,5%) dan yang memiliki aktivitas fisik tinggi sebanyak 20 orang (46,5%), sedangkan responden yang tidak menderita diabetes melitus tipe 2 sebagian besar memiliki aktivitas fisik tinggi sebanyak 31 orang (72,1%) dan yang memiliki aktivitas fisik rendah sebanyak 12 orang (29,7%). Sebagian besar responden yang menderita diabetes melitus tipe 2 tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi alkohol sebanyak 23 orang (53,5%) dan yang memiliki kebiasaan mengonsumsi alkohol sebanyak 20 orang (46,5%), sama halnya dengan responden yang tidak menderita diabetes melitus tipe 2 sebagian besar tidak memiliki kebiasaan mengonsumsi alkohol sebanyak 34 orang (79,1%) dan yang memiliki kebiasaan mengonsumsi alkohol sebanyak 9 orang (20,9%).

PEMBAHASAN

Tabel 2. menunjukkan hasil analisis hubungan pengetahuan, pola makan, aktivitas fisik, dan konsumsi alkohol dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kota Ende. Tabel 2. juga membuktikan bahwa di Puskesmas Kota Ende terdapat variabel pola makan, aktivitas fisik, dan konsumsi alkohol berhubungan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2. Variabel yang tidak berhubungan adalah pengetahuan. Pengetahuan adalah dasar untuk melakukan suatu tindakan sehingga setiap orang yang akan melakukan suatu tindakan biasanya didahului dengan tahu, setelah itu mempunyai inisiatif untuk melakukan suatu tindakan berdasarkan pengetahuannya. Selanjutnya menurut Sasmita dikutip dari Notoatmodjo (2003) Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu, penginderaan terhadap obyek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba, dengan sendiri (Sasmita, 2022).

Hasil analisis peneliti diketahui bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian penyakit DM tipe 2 di Puskesmas Kota Ende, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Engge (2022) dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Sikap,

dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pasien Melitus Tipe 2 di RSUD SK Lerik Kota Kupang” menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan dengan kadar gula darah. Hasil penelitian ini diketahui bahwa pengetahuan responden berada dalam tingkatan tahu atau memahami, dalam hal ini responden sudah mampu berpikir dan mempersepsikan informasi yang didapat, sehingga ia akan berusaha untuk mematuhi segala sesuatu yang telah disampaikan untuk dilakukannya.

Hasil wawancara peneliti dengan responden di lapangan ditemukan banyak responden kasus maupun kontrol memiliki pengetahuan yang baik, hal ini dipengaruhi oleh ketersediaan informasi tentang Diabetes Melitus dimana saja. Beberapa responden mengatakan bahwa informasi dapat diakses melalui telepon seluler dan bahkan sekarang sudah ada beberapa iklan dan acara yang membahas tentang penyakit degeneratif salah satunya Diabetes Melitus di saluran televisi. Selain itu ada juga beberapa responden yang memiliki latar belakang pendidikan yang baik. Pengetahuan pasien tentang penyakit diabetes mellitus dianggap penting karena selain untuk memahami penyakit tersebut tetapi pasien dapat menentukan langkah-langkah yang perlu diambil dalam rangka mengurangi beratnya penyakit (Da Conceicao, 2013). Salah satunya dengan mengatur dan mengontrol pola makan yaitu dengan memperhatikan status gizi makanan dan jadwal makan seseorang.

Gizi mempunyai peranan sangat besar dalam mempertahankan dan membina kesehatan seseorang yang tidak terlepas sebagai upaya pencegahan dari suatu penyakit. Mempertimbangkan jumlah gizi yang dibutuhkan sangat penting bagi penderita DM Tipe 2 yaitu dengan pengaturan pola makan. Pola makan yang salah dapat menyebabkan kenaikan kadar gula darah pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Cara makan yang berlebihan (banyak) tidak menguntungkan bagi fungsi pankreas. Asupan makanan yang berlebihan dapat merangsang pankreas bekerja lebih keras, selain itu pola makan yang serba instan saat ini memang sangat digemari oleh sebagian masyarakat, tetapi dapat mengakibatkan peningkatan kadar glukosa darah.

Penelitian yang dilakukan oleh Kabosu et al. (2019) di Rumah Sakit Bhayangkara Kota Kupang yang mendapatkan bahwa pola konsumsi memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian diabetes melitus tipe 2 dan menyatakan bahwa makan terlalu banyak karbohidrat, lemak dan protein semua berbahaya bagi tubuh. Secara umum, tubuh membutuhkan diet seimbang untuk menghasilkan energi untuk melakukan fungsi-fungsi vital. Pola konsumsi tinggi karbohidrat, lemak dan protein akan meningkatkan berat badan. Kelebihan berat badan akan membantu menghambat pankreas untuk menjalankan fungsi sekresi insulin. Sekresi insulin terhambat maka kadar gula dalam darah akan meningkat sehingga sangat berpotensi untuk terkena penyakit diabetes melitus.

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kota Ende, hal ini didukung karena berdasarkan hasil wawancara langsung menggunakan Food Frequency questionnaire (FFQ), bahwa sebagian responden sering mengonsumsi makanan tinggi karbohidrat yang berasal dari glukosa seperti nasi putih, mie instan, singkong dan gula. Sebagian dari mereka mengatakan bahwa kalau tidak makan nasi putih mereka seperti kurang bertenaga karena sudah terbiasa mengonsumsi nasi putih setiap hari dengan frekuensi >1x sehari. Tingginya frekuensi makan responden dipengaruhi oleh nafsu makan karena kelezatan dari makanan yang disajikan. Jika dikonsumsi secara terus menerus dan dalam porsi yang banyak dapat meningkatkan kadar glukosa dalam darah yang berbahaya bagi kesehatan.

Orang yang mempunyai perilaku konsumsi tidak terkontrol dan aktivitas fisiknya kurang akan semakin meningkatkan probabilitas untuk terkena DM. Aktivitas fisik dapat mengontrol gula darah, sebab secara teori glukosa akan diubah menjadi energi pada saat

beraktivitas. Aktivitas fisik yang dilakukan dapat membakar energi dalam tubuh yang bersumber dari makanan yang dikonsumsi, sehingga apabila asupan kalori berlebihan dan tidak diimbangi dengan aktivitas fisik maka tubuh akan mengalami kegemukan dan kondisi tersebut dapat meningkatkan risiko DM.

. Penelitian ini juga sama dengan penelitian oleh Boku (2019), menurut hasil analisisnya responden yang memiliki aktivitas yang kurang akan mengakibatkan kadar gula darahnya naik begitu pula sebaliknya apabila responden melakukan aktivitas seperti berolahraga dan senam secara rutin maka kadar gula darah dalam rentang normal. Penelitian terbaru oleh Say (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Bajawa Kabupaten Ngada.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2, hal ini didukung karena berdasarkan hasil wawancara dengan responden menggunakan kuesioner GPAQ (Global Physical Activity Questionnaire), menunjukan ada 23 responden yang memiliki perilaku aktivitas fisik rendah. Hasil wawancara langsung dengan responden mengatakan bahwa mereka jarang melakukan kegiatan setelah makan, lebih banyak yang duduk bersantai dan mengobrol lalu jika suntuk akan berbaring di kamar. Mereka cenderung akan melakukan gerakan olahraga atau aktivitas yang mengeluarkan keringat jika merasa tubuhnya kurang fit dan ketika merasa ada penambahan berat badan.

Alkohol atau yang biasa disebut dengan minuman keras merupakan semua minuman yang mengandung alkohol atau zat psikoaktif didalamnya yang bersifat adiktif dan bekerja secara selektif, khususnya pada bagian otak, sehingga dapat mengakibatkan perubahan pada emosi, perilaku, dan kognitif. Alkohol tersebut apabila dikonsumsi secara berlebihan dan terus menerus akan merugikan dan membahayakan bagi jasmani, rohani maupun bagi perilaku dan cara berfikir kejiwaan. Pada alkohol tersebut juga mengandung satu zat yaitu etanol. Etanol merupakan bahan psikoaktif yang dengan mengonsumsinya akan mengakibatkan penurunan pada kesadaran. Alkohol mengandung banyak sekali zat karbohidrat dan juga kalori didalamnya sehingga pada saat dikonsumsi, pankreas akan mengeluarkan lebih banyak hormon insulin sehingga meningkatkan kadar gula dalam darah (Aisyah, 2021).

Hasil uji statistik penelitian menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi alkohol terhadap kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kota Ende, hal ini didukung oleh hasil wawancara langsung kepada responden yang mengatakan mereka biasa mengonsumsi alkohol (moke) karena biasa disajikan jika berkunjung ke rumah kerabat yang sedang ada acara seperti arisan, acara adat, atau acara syukuran. Moke merupakan minuman beralkohol tradisional asal Flores yang dibuat dari hasil penyulingan buah dan bunga pohon lontar maupun enau. Moke sendiri mengandung zat etanol atau etil alkohol yang mana jika dikonsumsi secara berlebih akan menyebabkan kerusakan organ tubuh salah satunya pankreas (Saka, 2020). Ketersediaan minuman beralkohol di rumah juga merupakan pemicu responden memiliki kebiasaan mengonsumsi alkohol yang biasanya diminum untuk menghilangkan stres dan kadang karena tubuh terasa lelah akibat pekerjaan yang membuat mereka meminum minuman beralkohol agar dapat beristirahat dengan nyaman.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (De Sousa, 2015) yang menunjukkan ada hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian DM Tipe 2 di Kabupaten Kulon Progo. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Adhi, 2017) dengan hasil penelitian menunjukkan konsumsi tuak meningkatkan risiko kejadian obesitas sentral pada pria dewasa. Meskipun belum dapat memberikan informasi tentang tuak sebagai faktor risiko DM tipe 2, akan tetapi hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi tuak meningkatkan risiko obesitas sentral, yang juga diketahui sebagai salah satu faktor

risiko. Hal ini didukung oleh penelitian (Wahyuni, 2010) yang menyatakan bahwa alkohol dapat menghambat proses oksidasi lemak di dalam tubuh, yang kemudian menyebabkan proses pembakaran kalori dari lemak serta gula menjadi terhambat dan pada akhirnya memicu pertambahan pada berat badan. Penelitian lain oleh (Say, 2021) menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian DM Tipe 2 di RSUD bajawa Kabupaten Ngada sebesar 96%.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian di Puskesmas Kota Ende menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan, aktivitas fisik dan konsumsi alkohol serta tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe 2. Peneliti berharap agar pihak Puskesmas terus mempertahankan dan meningkatkan pelayanan kesehatan yang sudah baik dan untuk masyarakat diharapkan melakukan pengecekan kesehatan secara teratur dan menerapkan gaya hidup sehat seperti menjaga pola makan, sering melakukan aktivitas fisik dan mengontrol konsumsi alkohol agar gula darah tubuh dapat terkontrol dengan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Tuhan Yang Maha Esa dan kepada pasien Puskesmas Kota Ende yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Selain itu, ucapan terimakasih juga diberikan kepada kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan berupa doa dan materi serta semua pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan terhadap rangkaian kegiatan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhi, I. G. A. M. (2017). Analisis Pola Konsumsi Alkohol Pada Laki-Laki Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Manggis I Dan II Kecamatan Manggis Kabupaten Karangasem Bali. *PrimA: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 3(2), 102–108. <http://id.stikes-mataram.ac.id/e-journal/index.php/JPRI/article/view/89>
- Aisyah, I. D. (2021). *Analisis Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Masyarakat Di Indonesia (Analisis Data Riskesdas Tahun 2018)*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. <http://repository.uinsu.ac.id/id/eprint/13061>
- Boku, A. Ruhjana, S. K., dan Suprayitno, E. (2019). *Faktor-Faktor yang Berhubungan terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta*. (Skripsi). Universitas Aisyiyah Yogyakarta. <http://digilib.unisayogya.ac.id/id/eprint/4586>
- Da Conceicao, A., Majid, A., dan Hutasoit, M. (2013). *Hubungan Pengetahuan Tentang Diabetes Melitus Dengan Perilaku Pencegahan Luka Pada Aktivitas Fisik Pasien Dm Tipe 2 Di Puskesmas Bambanglipuro Bantul Yogyakarta*. (Disertasi). STIKES Jendral Achmad Yani, Yogyakarta. <http://repository.uchile.cl/bitstream/handle/2250/130118/Memoria.pdf>
- Dinkes NTT. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur*. <https://dinkes-kotakupang.web.id/bank-data/category/1-profil-kesehatan.html>
- Engge, Y. C. (2022). Hubungan Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD SK Lerik Kota Kupang. (Karya Ilmiah). Poltekkes Kemenkes Kupang. <http://repository.unwira.ac.id/2096/6/>

- Indrawati, L. (2014). Hubungan Antara Pengetahuan, Sikap, Persepsi, Motivasi, Dukungan Keluarga dan Sumber Informasi Pasien Penyakit Jantung Koroner dengan Tindakan Pencegahan Sekunder Faktor Risiko (Studi Kasus di RSPAD Gatot Soebroto Jakarta). *Jurnal Ilmiah Widya*, 2(3), 30–36. http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file_artikel_abstrak/Isi_Artikel_554072136830.pdf
- Kabosu, R. A. S., Adu, A. A., & Hinga, I. A. T. (2019). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe Dua di RS Bhayangkara Kota Kupang. *Timorese Journal of Public Health*, 1(1), 11–20. <https://doi.org/10.35508/tjph.v1i1.2122>
- Kementrian Kesehatan RI. (2019). *Profil Kesehatan Kabupaten Ende Tahun 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Say, M. T. M. (2021). *Hubungan Faktor-Faktor Risiko dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Bajawa Kabupaten Ngada Tahun 2015-Mei 2020*. (skripsi). Universitas Kristen Indonesia, Jakarta. <http://repository.uki.ac.id/id/eprint/5843>
- Saka, C. L. (2020). Evaluasi Pengawasan Dan Pengendalian Minuman Beralkohol Di Kabupaten Sikka Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Jurnal Ilmiah Wahana Bhakti Praja*, 10(1), 240–261. <https://doi.org/10.33701/jiwbp.v10i1.1083>
- Sasmita, H. (2022). *Monograf Upaya Peningkatan Pengetahuan Pasien DM Tipe II melalui Pengaturan Diet dan Senam Kaki*. Penerbit NEM. <https://books.google.co.id/books?id=jUlpEAAQBAJ>
- Sousa, Mesias Manuel J. De., Cornelia Wahyu Danawati., dan Baning Rahayujati (2015). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Usia Dewasa di Kabupaten Kulon Progo*. (Skripsi). Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta. <http://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/95696>
- Wahyuni, S. (2010). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Penyakit Diabetes Melitus (DM) Daerah Perkotaan di Indonesia Tahun 2007 (Analisis Data Sekunder Riskesdas 2007)*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Sarif Hidayatullah, Jakarta. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/24447>
- WHO, K. (2017). Facts of Diabetes Mellitus. (2017). <http://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>