

Implementasi Program Prolanis: Upaya Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus melalui Intervensi Komunitas di Kelurahan Kuningan Kota Semarang

Implementation of the Prolanis Program: Improve Knowledge, Attitudes, and Behavior of Diabetes Mellitus Prevention through Community Intervention in Kuningan Subdistrict, Semarang City

Wijayanti¹, Salma Fajri Nastiti¹, Wahyu Gito Putro¹, Syariefeh Nur Fadhillah Rahmani¹

¹ Universitas Muhammadiyah Semarang

Corresponding author: wijasoft@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Diabetes melitus (DM) adalah penyakit kronis tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global dan faktor risiko utama kematian. Tingginya prevalensi DM di Indonesia menunjukkan masih rendahnya kesadaran masyarakat terkait pentingnya gaya hidup sehat bagi penderita DM. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku mengenai DM pada peserta aktif kegiatan PROLANIS di Kelurahan Kuningan, Kota Semarang. Metode: Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* terhadap 13 responden berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang telah dilakukan uji validitas. Analisa data yang digunakan yaitu analisis *univariate* dan *bivariate* menggunakan uji *correlation spearman*. Penelitian ini dilakukan selama 9 hari yaitu pada tanggal 26 Mei 2025 sampai 02 Juni 2025. Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang (66,66%), dengan sikap cukup (42,66%) dan perilaku cukup (91,66%) mengenai DM. Analisis korelasi menghasilkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap ($r = 0.746$, $p < 0.05$), sikap dengan perilaku ($r = 0.795$, $p < 0.05$), serta pengetahuan dengan perilaku ($r = 0.636$, $p < 0.05$). Setelah dilaksanakan intervensi terdapat peningkatan pengetahuan mengenai pentingnya hidup sehat pada penderita DM yang semula didapatkan rata-rata 53,64 menjadi 89,09 setelah dilakukan intervensi menggunakan poster edukasi. Kesimpulan: Didapatkan hasil pengetahuan warga meningkat setelah dilakukan penyuluhan pentingnya pola hidup sehat bagi penderita DM dengan media edukasi poster menjadi 78,46. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku responden terkait pentingnya gaya hidup sehat bagi penderita DM.

Kata Kunci : diabetes melitus, gaya hidup sehat, media poster pengetahuan, penyuluhan, perilaku

Abstract

Background: Diabetes mellitus (DM) is a chronic non-communicable disease that is a global health problem and a major risk factor for death. The high prevalence of DM in Indonesia indicates the low level of public awareness regarding the importance of a healthy lifestyle for people with DM. This study aims to analyze the relationship between the level of knowledge, attitude and behavior regarding DM in active participants of PROLANIS activities in Kuningan Village, Semarang City. Methods: This study used a cross-sectional design with a quantitative approach. Sampling using total sampling technique of 13 respondents based on inclusion and exclusion criteria. The instrument used was a questionnaire that had been tested for validity. Data analysis used is univariate and bivariate analysis which uses spearman correlation. This research was conducted for 9 days on May 26 to June 02, 2025. Results: The results showed that the majority of respondents had poor knowledge (66.66%), with moderate attitudes (42.66%) and moderate behavior (91.66%) regarding DM. Correlation analysis showed a significant relationship between knowledge and attitude ($r = 0.746$, $p < 0.05$), attitude and behavior ($r = 0.795$, $p < 0.05$), and knowledge and behavior ($r = 0.636$, $p < 0.05$). After the intervention, there was an increase in knowledge about the importance of healthy living in DM sufferers, which initially obtained an average of 53.64 after the intervention using educational posters to 89.09. Conclusion: The results of residents' knowledge increased after counseling the importance of a healthy lifestyle for DM sufferers with poster education media to 78.46. There is a significant relationship between knowledge, attitudes, and behavior of respondents regarding the importance of a healthy lifestyle for people with DM.

Keywords: *counseling, diabetes mellitus, healthy lifestyle, knowledge, poster media*

PENDAHULUAN

Data dari *The Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) menyebutkan bahwa Penyakit tidak Menular (PTM) menyumbang lebih dari 68% kematian secara global, serta 75% kematian di negara dengan pendapatan menengah hingga rendah. PTM kronis tetap menjadi penyakit yang sering ditangani di fasilitas pelayanan kesehatan primer maupun sekunder, yang pada umumnya hanya mampu memperlambat progres penyakit. Kondisi ini mengakibatkan tingginya angka kematian, morbiditas, dan penderitaan sekaligus berkontribusi dalam peningkatan beban biaya perawatan kesehatan.¹ Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang terjadi ketika pankreas tidak mampu memproduksi insulin sebagai hormon yang mengatur gula darah dalam jumlah yang memadai atau tubuh tidak dapat memanfaatkan insulin yang telah diproduksi secara efektif.² Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 oleh Departemen Kesehatan, prevalensi penderita DM di Indonesia melaporkan bahwa terjadi peningkatan menjadi 10,9%. Sementara itu, laporan *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2017 menempatkan Indonesia pada peringkat keenam sebagai negara dalam jumlah penderita DM yang mencapai 10,3 juta orang. IDF juga memprediksi jumlah tersebut akan terus meningkat, berawal dari 10,3 juta orang pada tahun 2017 menjadi 16,7 juta orang pada tahun 2045 yang akan menderita DM.³

Tingginya angka penderita DM disebabkan karena adanya pengaruh gaya hidup masyarakat, seperti kurangnya aktivitas fisik dan pengaturan pola makan yang tinggi karbohidrat, lemak, gula, serta garam namun rendah serat. Selain itu, tingkat pemahaman yang rendah dan kurangnya kesadaran untuk melakukan deteksi dini penyakit DM pada masyarakat juga berkontribusi dalam peningkatan penderita DM. Rendahnya pemahaman masyarakat mengenai DM memberikan dampak pada sebagian orang baru bahwa dirinya mengetahui telah mengidap penyakit tersebut setelah mengalami kondisi yang cukup parah.⁴ Komplikasi diabetes melitus terbagi menjadi komplikasi makrovaskular, seperti penyakit kardiovaskular (CVD), dan komplikasi mikrovaskular seperti, gangguan pada ginjal, retina, serta sistem saraf.⁵

Seiring pesatnya perkembangan teknologi informasi, kebutuhan akan informasi yang akurat, tepat, dan mutakhir semakin meningkat. Salah satu tujuan utama promosi kesehatan adalah mengurangi beban penyakit di masyarakat dan berperan penting dalam meningkatkan kualitas hidup. Masyarakat yang sehat secara fisik dan mental lebih mampu berpartisipasi aktif dalam kehidupan sosial dan ekonomi. Mereka lebih produktif, memiliki tingkat kebahagiaan yang lebih tinggi, serta mampu menjalani hidup dengan lebih baik.⁶ Penataan informasi yang dilakukan secara teratur, jelas, tepat, dan cepat serta dapat disajikan dalam sebuah laporan tentunya sangat mendukung kelancaran kegiatan dan pengambilan keputusan yang tepat. Oleh karena itu, penting untuk menganalisis peluang dalam melakukan perubahan pengetahuan dan perilaku melalui pendidikan dan promosi kesehatan.⁷

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *mix method* dengan desain *cross sectional* dan pendekatan analitik korelatif, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta Prolanis terkait diabetes melitus di Kelurahan Kuningan, Kota Semarang. Desain ini menekankan pengukuran variabel independen dan dependen pada satu waktu. Analisis dilakukan menggunakan uji korelasi Rank Spearman untuk mengetahui hubungan antar variabel dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

Penelitian dilaksanakan secara *door to door* selama sembilan hari, yaitu tanggal 26 Mei - 2 Juni 2025. Populasi target adalah penderita diabetes melitus peserta Prolanis di wilayah Puskesmas Bandarharjo, dengan populasi terjangkau sebanyak 12 orang yang seluruhnya dijadikan sampel (*minimal sampling*). Kriteria inklusi meliputi partisipasi aktif dalam program Prolanis, domisili di Kelurahan Kuningan, bersedia mengisi informed consent, dan hadir saat pengambilan data. Responden yang tidak bersedia atau tidak mengisi kuesioner dikeluarkan dari sampel.

Data primer diperoleh melalui kuesioner terstruktur yang telah tervalidasi, terdiri dari 10 item pengetahuan, 10 sikap, dan 7 perilaku. Tahapan analisis meliputi identifikasi masalah, penentuan prioritas, analisis penyebab berdasarkan teori

Lawrence Green, penyusunan alternatif solusi melalui matriks *cost-benefit*, serta perencanaan intervensi dengan *Plan of Action* (PoA).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penilaian hasil intervensi pada peserta program Prolanis dilakukan menggunakan kuesioner *pretest* dan *posttest* yang mengukur pengetahuan tentang gaya hidup sehat bagi penderita diabetes melitus. Kegiatan intervensi ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman penderita diabetes melitus mengenai pentingnya penerapan gaya hidup sehat. Promosi kesehatan melalui poster diharapkan mampu memperluas pengetahuan penderita diabetes melitus terkait gaya hidup sehat pada penderita diabetes melitus.

Tabel 4.1 Karakteristik Responden

Variabel	Frekuensi (%)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	25%
Perempuan	9	75%
Usia		
Dewasa Tua (45-59 th)	5	42,66%
Pra-lansia (60-69th)	4	33,33%
Lansia (70-79th)	2	16,66%
Lansia akhir (>80th)	1	8,33%
Pendidikan Terakhir		
Tidak Sekolah	3	25%
SD	6	50%
SMP	3	25%
Pekerjaan		
Bekerja	2	16,66%
Tidak bekerja	10	83,33%
Pengetahuan		
Kurang	8	66,66%
Cukup	2	16,66%
Baik	2	16,66%
Sikap		
Kurang	5	42,66%
Cukup	5	42,66%
Baik	2	16,66%
Perilaku		
Kurang	1	8,33%
Cukup	11	91,66%
Baik	0	0%

Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Perilaku

Tabel 4.2 Distribusi Pengetahuan, Sikap dan Perilaku

perilaku	sikap	Pengetahuan						total	
		Baik		Cukup		kurang			
		n	%	n	%	n	%	n	%
Baik	Baik	2	16,6%	1	8,3%	0	0%	3	25%
Cukup	Baik	1	8,33%	0	0%	0	0%	1	8,3%
	Cukup	0	0%	0	0%	2	16,6%	2	16,6%
	Kurang	0	0%	0	0%	1	8,3%	1	8,3%
Kurang	Cukup	0	0%	0	0%	1	8,3%	1	8,3%
	Kurang	0	0%	0	0%	4	33,3%	4	33,3%
Total		3	25%	1	8,3%	8	66,6%	12	100%

Berdasarkan Tabel 4.2, mayoritas responden memiliki sikap kurang, perilaku kurang dan pengetahuan kurang yaitu sebanyak 8 orang (66,66%). Responden dengan perilaku dan sikap baik berjumlah 3 orang (25%), dengan distribusi pengetahuan baik sebanyak 2 orang (16,66%). Responden dengan perilaku dan sikap cukup sebanyak 2 orang (16,66%) dengan keduanya memiliki pengetahuan kurang. Sementara itu, sebanyak 4 responden (33,33%) memiliki perilaku, sikap dan perilaku yang buruk. Secara keseluruhan, tabel ini menunjukkan bahwa semakin baik sikap dan perilaku seseorang, semakin besar kemungkinan mereka memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi.

Tabel 4.3 Distribusi Uji Korelasi Rank Spearman antara Pengetahuan dengan Sikap Responden

sikap	Pengetahuan						Total		p	r
	Baik		Cukup		kurang					
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	2	16,6%	1	8,3%	0	0%	3	25%	0,004	0,763
Cukup	1	8,3%	0	0%	3	25%	4	33,3%		
Kurang	0	0%	0	0%	5	41,6%	5	41,6%		
Jumlah	3	35%	1	8,3%	8	66,6%	12	100%		

Berdasarkan Tabel 4.3, mayoritas responden yang memiliki pengetahuan baik juga memiliki sikap baik sebanyak 2 orang (16,6%). Responden dengan pengetahuan cukup didapatkan 1 responden (8,3%) dengan sikap baik. Responden yang memiliki pengetahuan rendah terbagi ke dalam dua kategori sikap, yakni sikap cukup sebanyak 3 orang (25%) dan sikap kurang sebanyak 5 orang (41,6%). Uji korelasi Rank Spearman menghasilkan nilai $p = 0,004$, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap responden ($p < 0,05$). Selain itu, nilai koefisien korelasi ($r = 0,763$) mengindikasikan adanya hubungan positif yang kuat antara kedua variabel, yang berarti semakin tinggi pengetahuan responden, maka sikap yang dimiliki juga cenderung lebih baik.

Tabel 4.4 Distribusi Uji Korelasi Rank Spearman antara Sikap dengan Perilaku Responden

sikap	Perilaku						total		p	r
	Baik		Cukup		kurang					
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	2	16,6%	1	8,3%	0	0%	3	25%	0,003	0,777
Cukup	0	0%	3	25%	0	0%	3	25%		
Kurang	0	0%	1	8,3%	5	41,6%	6	50%		
Jumlah	2	16,6%	5	41,6%	5	41,6%	12	100%		

Berdasarkan Tabel 4.4 Mayoritas responden yang memiliki sikap baik juga memiliki perilaku baik sebanyak 2 orang (16,6%). Responden dengan sikap cukup didapatkan 3 responden (35%) dengan perilaku cukup juga. Sementara itu, responden dengan sikap kurang terbagi kedalam dua kategori perilaku, yaitu cukup sebanyak 1 orang (8,3%) dan kurang sebanyak 5 orang (41,6%). Uji korelasi Rank Spearman menghasilkan nilai $p = 0,003$, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap responden ($p < 0,05$). Selain itu, nilai koefisien korelasi ($r = 0,777$) menggambarkan hubungan yang kuat dan positif antarvariabel, yang berarti semakin baik sikap seseorang, maka semakin baik pula perilakunya.

Tabel 4.5 Distribusi Uji Korelasi Rank Spearman antara Pengetahuan dengan Perilaku Responden

perilaku	Pengetahuan						total		p	r
	Baik		Cukup		kurang					
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Baik	1	8,3%	1	8,3%	0	0%	2	16,6%	0,026	0,677
Cukup	2	16,6%	0	0%	3	25%	5	41,6%		
Kurang	0	0%	0	0%	5	41,6%	5	41,6%		
Jumlah	3	25%	1	8,3%	8	66,6%	12	100%		

Berdasarkan Tabel 4.5 Responden yang memiliki sikap baik juga memiliki perilaku baik sebanyak 1 orang (8,3%). Responden dengan pengetahuan cukup didapatkan 1 responden (8,3%) dengan perilaku baik juga. Sementara itu, mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang yang terbagi kedalam dua kategori perilaku, yaitu cukup sebanyak 3 orang (25%) dan kurang sebanyak 5 orang (41,6%). Hasil uji korelasi Rank Spearman menunjukkan nilai $p = 0,026$, yang berarti terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap responden ($p < 0,05$). Selain itu, nilai koefisien korelasi ($r = 0,677$) menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara kedua variabel, yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi pengetahuan seseorang, maka semakin baik pula perilakunya.

Tabel 4.6 Identifikasi Masalah

No	Pertanyaan	Jawaban				Total
		Benar	%	Salah	%	
1.	DM adalah penyakit dimana terjadi peningkatan kadar gula darah di luar batas normal.	8	66,6%	4	33,3%	100%
2.	Tanda-tanda utama DM adalah mudah lapar, mudah haus dan sering kencing malam setiap hari.	11	91,6%	1	8,3%	100%
3.	Olahraga pada penderita DM dilakukan sebelum makan.	1	8,3%	11	91,6%	100%
4.	Penderita DM tidak perlu berpantang makan gorengan, sosis, dan makanan kaleng tetapi jumlahnya dibatasi.	5	41,6%	7	58,3%	100%
5.	DM dapat menyerang berbagai usia dan jenis kelamin.	2	16,6%	10	83,3%	100%
6.	Komplikasi dapat timbul jika saya tidak bisa mengatur pola makan.	12	100%	0	0%	100%
7.	Penderita DM tidak mungkin mengalami penurunan kadar gula darah secara drastis.	5	41,6%	7	58,3%	100%
8.	Penyakit DM bisa disembuhkan dengan cara tidak mengonsumsi makanan/minuman manis sama sekali.	4	33,3%	8	66,6%	100%
9.	Penderita DM tetap dapat menjalankan aktivitas kerja jika tetap mengonsumsi obat secara teratur.	12	100%	0	0%	100%
10.	Minum minuman yang bersoda, makanan berpemanis, dan sirup bukanlah faktor yang dapat meningkatkan kadar gula darah.	6	50%	6	50%	100%

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan mayoritas penderita diabetes melitus menjawab salah pada soal nomor 3 (91,6%). Maka pemasalahan diambil berdasarkan soal nomor 3 yaitu mengenai pengetahuan tentang perubahan gaya hidup penderita diabetes melitus. Hasil intervensi kepada penderita diabetes melitus dinilai dengan menggunakan kuesioner *pretest* dan *posttest* mengenai tentang hidup sehat bagi penderita diabetes melitus. Kegiatan intervensi ini diharapkan dapat menambah pemahaman penderita diabetes melitus tentang gaya hidup sehat bagi penderita

diabetes melitus. Promosi kesehatan edukasi melalui poster diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan responden mengenai hidup sehat bagi penderita diabetes melitus.

Tabel 4.12 Karakteristik Responden Intervensi

Variabel	Frekuensi (%)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	27,27%
Perempuan	8	72,72%
Usia		
Dewasa (45-59 th)	5	45,45%
Lansia (≥ 60 th)	6	54,54%
Pendidikan Terakhir		
Tidak Sekolah	2	18,18%
SD	6	54,54%
SMP	3	27,27%
Pekerjaan		
Bekerja	2	18,18%
Tidak bekerja	9	81,81%

Berdasarkan Tabel 4.12 Distribusi karakteristik responden intervensi menunjukkan bahwa dari 11 responden mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 8 Orang (72,72%). Pada usia responden mayoritas lansia sebanyak 6 orang (54,54%) dan dewasa (45-59 tahun) berjumlah 5 orang (45,45%). Pada tingkat pendidikan, sebagian responden memiliki pendidikan terakhir SD sebanyak 6 orang (54,54%), diikuti oleh SMP 3 orang (27,27%) dan tidak sekolah 2 orang (18,18%). Sementara itu, berdasarkan pekerjaan mayoritas responden sudah tidak bekerja sebanyak 9 orang (81,81%) dan hanya 2 responden yang bekerja (18,18%).

Tabel 4.13 Perbedaan Sebelum dan Sesudah Intervensi

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Kuesioner <i>Pretest</i>	53,64	11	11.201	3.377
	Kuesioner <i>Posttest</i>	89,09	11	9.439	2.846

Berdasarkan Tabel 4.13 menunjukkan pada hasil nilai *pretest* diperoleh rata-rata (*mean*) sebesar 53,64. Sedangkan pada hasil nilai *posttest* menunjukkan nilai rata-rata sebesar 89,09. Responden yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 11 orang. Pada tabel tersebut juga menunjukkan nilai *Std.Deviation* (standar deviasi) pada *pretest* sebesar 11.201, sedangkan pada *posttest* sebesar 9.439. Nilai *Std. Error Mean* untuk *pretest* sebesar 3.377, dan untuk *posttest* sebesar 2.846. Selanjutnya, untuk membuktikan apakah perbedaan tersebut benar-benar nyata (signifikan) atau tidak, maka perlu menafsirkan hasil uji Paired Samples T-Test yang terdapat pada tabel output "Paired Samples Test".

Tabel 4.14 Paired Samples Corelation

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Nilai <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	11	.697	.017

Output di atas menunjukkan hasil uji korelasi atau hubungan antara kedua data, yaitu variabel *pretest* dengan variabel *posttest*. Berdasarkan *output* di atas, diketahui bahwa nilai koefisien korelasi (*Correlation*) sebesar 0.697 dengan nilai signifikansi (*Sig.*) sebesar 0.017. Karena nilai *Sig.* < 0.05, maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *pretest* dan *posttest*.

Tabel 4.15 Paired Difference

		Mean	Std. deviation	Std. Error Mean	Lower	Upper	t	df	Sig (2 tailed)
Pair 1	<i>Pretest-posttest</i>	-35.455	8.202	2.473	-40.965	-29.944	-14.337	10	0,00

Berdasarkan tabel *output* "Paired Samples Test" di atas, diketahui nilai *Sig.* (2-tailed) adalah sebesar $0,00 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata antara hasil *pretest* dengan *posttest* yang mendefinisikan adanya pengaruh intervensi mengenai penyuluhan dalam upaya untuk meningkatkan pengetahuan penderita diabetes melitus di Kelurahan Kuningan, Kota Semarang. Berdasarkan hasil intervensi penelitian didapatkan: terdapat hubungan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap pengelolaan hipertensi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebelum intervensi dengan *mean* 53,64% pada 11 responden yang pengetahuannya masih kurang mengenai gaya hidup sehat bagi penderita diabetes melitus. Setelah dilakukannya intervensi spesifik ke 11 responden yang pengetahuannya masih kurang mengenai gaya hidup sehat bagi penderita diabetes melitus didapatkan *mean* 89,09%. Dari 11 responden terdapat peningkatan pengetahuan setelah diberikan intervensi berupa promosi kesehatan mengenai gaya hidup sehat bagi penderita diabetes melitus.

Hasil survei terkait pengetahuan, sikap, dan perilaku peserta prolanis mengenai diabetes melitus menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan peserta prolanis di Kelurahan Kuningan beragam. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang, yaitu sebanyak 8 orang (66,66%), sementara 2 orang (16,66%) memiliki pengetahuan cukup, dan 2 responden lainnya memiliki pengetahuan baik (16,66%). Berdasarkan hasil pengisian kuesioner, diketahui bahwa 11 dari 12 responden memberikan menjawab salah pada pertanyaan mengenai gaya hidup sehat bagi penderita diabetes melitus. Hal ini menunjukkan bahwa mereka tidak memahami dan tidak mengetahui perubahan gaya hidup yang perlu dijalani oleh penderita diabetes melitus. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Gustawi I.A el al (2022) yang melaporkan bahwa 60% penderita diabetes memiliki pengetahuan rendah dan menerapkan gaya hidup yang kurang sehat. Hasil tersebut menjelaskan bahwa penderita diabetes melitus dengan pengetahuan yang rendah cenderung memiliki

gaya hidup yang tidak sehat. Pengetahuan sendiri merupakan hasil dari proses mengetahui yang diperoleh melalui penginderaan terhadap suatu objek. Pada konteks pasien DM, pengetahuan pasien DM didefinisikan sebagai pengetahuan yang mencakup pemahaman mengenai penyakitnya, pemahaman mengenai upaya pencegahan, pengobatan, perubahan gaya hidup, hingga potensi komplikasinya. Pengetahuan yang baik mengenai diabetes sangat penting untuk membentuk sikap sehat, meningkatkan keterampilan perawatan diri, serta mencegah terjadinya komplikasi.⁴

Pada tingkat sikap peserta prolanis mengenai diabetes melitus, hasil penelitian menunjukkan bahwa 5 responden memiliki sikap kurang (42,66%), 5 responden memiliki sikap cukup (42,66%) dan 2 lainnya memiliki sikap baik (16,66%). Penelitian ini menunjukkan bahwa peserta prolanis mayoritas masih memiliki sikap kurang baik dalam menjalani hidup sebagai penderita diabetes melitus. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Pane J, et al (2022) dimana 64,1% responden memiliki sikap tidak mendukung pada penderita diabetes melitus, ini disebabkan karena masih banyak responden yang tidak langsung berobat dan tidak mengunjungi fasilitas kesehatan secara teratur. Sikap yang dimiliki penderita diabetes melitus dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor dimana perempuan berperilaku hidup sehat lebih baik daripada laki-laki,¹⁵ rendahnya pengetahuan responden mengenai diabetes melitus juga dapat mempengaruhi sikap kurang baik, faktor lain yang mempengaruhi adalah kepribadian, pengalaman, adat istiadat serta faktor pendukung seperti fasilitas kesehatan yang memadai.

Penelitian mengenai perilaku tentang diabetes melitus responden menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki perilaku cukup baik dimana 11 responden (91,66%) memiliki perilaku cukup dalam menangani diabetes melitus, dan 1 lainnya memiliki perilaku kurang (8,33%). Pada penelitian ini mayoritas responden memiliki perilaku baik tentang diabetes melitus dimana responden rutin melakukan pemeriksaan di kegiatan prolanis setiap bulannya. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh dimana mayoritas penderita diabetes melitus (97,1%) memiliki perilaku cukup tentang diabetes melitus seperti aktivitas, pengaturan makanan, olahraga, pemantauan gula darah, pengontrolan obat dan perawatan luka. Perilaku responden dalam menghadapi diabetes melitus dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya pada lansia lebih memiliki perilaku yang baik dibandingkan usia muda, serta responden dengan tingkat pendidikan tinggi akan memiliki pengetahuan baik dan dapat berperilaku baik dalam menangani diabetes melitus.¹⁶

Hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan dengan sikap peserta prolanis tentang diabetes melitus didapatkan responden dengan pengetahuan kurang cenderung memiliki sikap kurang juga yaitu sebanyak 5 responden (41,6%) dan dengan sikap cukup sebanyak 3 orang (25%). Sementara itu, 1 responden dengan pengetahuan cukup memiliki sikap baik dan 3 responden dengan pengetahuan baik 2 diantaranya memiliki sikap baik (16,6%) . Uji korelasi menunjukkan nilai *p-value*

0,004 ($<0,05$) dan koefisien korelasi (r) sebesar 0,763, yang menandakan adanya hubungan yang kuat dan positif antara pengetahuan dan sikap.

Dalam studi identifikasi didapatkan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan responden semakin baik sikap yang mereka miliki, sedangkan semakin rendah tingkat pengetahuan responden semakin kurang sikap yang mereka miliki. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Angelina, et al (2022) didapatkan responden sudah memiliki pengetahuan baik dan sikap baik (86,3%) dalam pencegahan diabetes. Responden dengan pengetahuan tentang diabetes melitus yang baik dapat meningkatkan sikap positif mengenai diabetes melitus dibandingkan dengan yang tidak memiliki pengetahuan. Tingkat pendidikan juga berperan, di mana responden dengan pendidikan rendah biasanya memiliki keterbatasan akses terhadap informasi yang beragam, sehingga pemahaman mereka terkait pengelolaan diabetes melitus menjadi kurang. Selain itu, faktor lingkungan dan budaya juga dapat memengaruhi sikap responden.¹⁷

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan mengenai hubungan sikap dengan perilaku peserta prolanis tentang diabetes melitus didapatkan mayoritas responden yang memiliki sikap baik juga memiliki perilaku baik sebanyak 2 orang (16,6%). Responden dengan sikap cukup didapatkan 3 responden (35%) dengan perilaku cukup juga. Sementara itu, responden dengan sikap kurang terbagi kedalam dua kategori perilaku, yaitu cukup sebanyak 1 orang (8,3%) dan kurang sebanyak 5 orang (41,6%). Uji korelasi Rank Spearman menghasilkan nilai $p = 0,002$ yang menandakan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap responden ($p < 0,05$). Selain itu, nilai koefisien korelasi (r) = 0,777 menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara kedua variabel, yang berarti semakin baik sikap seseorang maka semakin baik pula perilakunya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yasin Z, et al (2023), diperoleh hasil bahwa 15 responden (35,7%) memiliki sikap baik dan 22 responden memiliki sikap cukup, di mana keduanya menunjukkan perilaku yang cukup baik dalam penanganan diabetes melitus, seperti mengatur pola makan, melakukan kontrol rutin, dan merawat kaki. Sikap dan perilaku pasien terhadap penyakit diabetes melitus yang dialaminya dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan, usia, dan kepercayaan diri dalam menghadapi masalah. Pengetahuan menjadi salah satu faktor dominan yang berperan penting dalam membentuk sikap, karena pasien dengan pengetahuan yang baik cenderung memiliki sikap yang baik pula dalam menangani dan mengontrol kesehatannya.¹⁸

Hasil penelitian yang sudah dilaksanakan mengenai hubungan pengetahuan dengan perilaku peserta prolanis tentang diabetes melitus didapatkan responden yang memiliki sikap baik juga memiliki perilaku baik sebanyak 1 orang (8,3%). Responden dengan pengetahuan cukup didapatkan 1 responden (8,3%) dengan perilaku baik juga. Sementara itu, mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang yang terbagi kedalam dua kategori perilaku, yaitu cukup sebanyak 3 orang (25%) dan

kurang sebanyak 5 orang (41,6%). Hasil uji korelasi Rank Spearman memperoleh nilai $p = 0,026$, yang menandakan adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dan sikap responden ($p < 0,05$). Nilai koefisien korelasi ($r = 0,677$) mengindikasikan hubungan kuat dan positif antara kedua variabel, artinya semakin tinggi pengetahuan seseorang, semakin baik pula perilakunya. Hasil ini sejalan dengan penelitian Kalsum U, et al. (2023) yang menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan pengetahuan baik juga memiliki perilaku baik (87,5%).

Individu yang memiliki pengetahuan akan mampu mengetahui apa yang dibutuhkan, sekaligus memecahkan kebutuhan hidupnya. Pengetahuan masyarakat tentang diabetes menjadi syarat bagi individu dan masyarakat untuk melakukan perilaku pencegahan penyakit diabetes melitus dan memegang peranan penting dalam menentukan keseluruhan perilaku, karena akan membentuk suatu keyakinan yang mempersepsikan realitas serta memberikan dasar untuk pengambilan keputusan. Pengetahuan tentang diabetes melitus, gejala, faktor risiko, pola makan, dan diagnosis diabetes melitus mempengaruhi seseorang dalam melaksanakan praktik pencegahan diabetes melitus.¹⁹



Gambar 1. Kegiatan Penyebaran Kuesioner dan Intervensi Edukasi dengan Poster

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa responden terdiri dari 12 peserta aktif Prolanis di Kelurahan Kuningan, mayoritas adalah perempuan (75%) dan lansia (57,33%), dengan latar belakang pendidikan terbatas dan sebagian besar sudah tidak bekerja (83,33%). Tingkat pengetahuan responden tentang diabetes melitus tergolong rendah, di mana sebagian besar memiliki pengetahuan kurang (66,66%), yang berdampak pada pemahaman mereka terhadap pentingnya menjalani gaya hidup sehat. Sikap responden bervariasi, dengan proporsi terbesar berada pada kategori cukup dan kurang (masing-masing 42,66%), yang mencerminkan rendahnya pemahaman terhadap edukasi yang telah diberikan. Meskipun demikian, perilaku

responden relatif baik, ditunjukkan dengan kebiasaan rutin berolahraga, memeriksa kadar gula darah, dan menghindari makanan manis. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara pengetahuan dengan sikap ($p = 0,004$; $r = 0,763$), pengetahuan dengan perilaku ($p = 0,003$; $r = 0,777$), serta sikap dengan perilaku ($p = 0,026$; $r = 0,677$), yang mengindikasikan bahwa peningkatan pengetahuan dapat memperbaiki sikap dan perilaku. Intervensi edukasi melalui media poster terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta Prolanis tentang pentingnya gaya hidup sehat pada penderita diabetes melitus, dari 53,64% menjadi 89,09%.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] A. Azriful, Y. Adnan, E. Bujawati, S. Alam, dan N. Nildawati, "Mengungkap Fakta Faktor Risiko Diabetes Melitus di Indonesia," *Media Penelit. dan Pengemb. Kesehat.*, vol. 34, no. 4, hal. 814-823, 2024.
- [2] M. K. Murtiningsih, K. Pandelaki, dan B. P. Sedli, "Gaya Hidup sebagai Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2," *e-CliniC*, vol. 9, no. 2, hal. 328-333, 2021.
- [3] B. Tridjaja, N. P. Yati, dan M. Faizi, *Konsensus Nasional Pengelolaan Diabetes Melitus Tipe-1 Edisi Ketiga*, Jakarta: PB PERKENI, 2015.
- [4] I. A. Gustawi, D. Norviati, dan R. W. Alibasyah, "Pengaruh Tingkat Pengetahuan tentang Diabetes Melitus (DM) Tipe 2 dan Sosial Ekonomi terhadap Gaya Hidup Penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Jalan Kembang Kota C," *Tunas Med. J. Kedokt. Kesehat.*, vol. 6, no. 2, hal. 103-107, 2020.
- [5] K. R. Widiyari, I. M. K. Wijaya, dan P. A. Suputra, "Diabetes Melitus Tipe 2: Faktor Risiko, Diagnosis, Dan Tatalaksana," *Ganesha Med.*, vol. 1, no. 2, hal. 114-120, 2021.
- [6] I. P. Suiraka, C. J. K. Ekawati, E. S. Putra, F. Lundy, I. N. Gejir, Saimi, et al., *Promosi Kesehatan*, edisi pertama, Batam, Indonesia: CV. Rey Media Grafika, 2024.
- [7] E. Leonita dan N. Jalinus, "Peran Media Sosial Dalam Upaya Promosi Kesehatan: Tinjauan Literatur," *INVOTEK J. Inov. Vokasional dan Teknol.*, vol. 18, no. 2, hal. 25-34, 2018.
- [8] S. Soelistijo, *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021*, edisi pertama, Jakarta: PB PERKENI, 2021.
- [9] V. Kumar, A. K. Abbas, dan J. C. Aster, *Robbins and Cotran Pathologic Basis of Disease*, edisi ke-9, Canada: Elsevier Saunders, 2015.
- [10] N. A. Elsayed, G. Aleppo, V. R. Aroda, R. R. Bannuru, F. M. Brown, D. Bruemmer, et al., "Classification and Diagnosis of Diabetes: Standards of Care in Diabetes," *Diabetes Care*, vol. 46, Supplement_1, hal. S19-S40, Jan. 2023.
- [11] S. Silbernagl dan F. Lang, *Color Atlas of Pathophysiology*, Thieme, 2016, hal. 223.
- [12] R. Paleva, "Mekanisme Resistensi Insulin Terkait Obesitas," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 10, no. 2, hal. 354-358, 2019.

-
- [13] R. R. Jinan dan W. Dewi, "Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Tentang Jamban Sehat Di RW 05 Kelurahan Sukajaya Wilayah Kerja PKM Pembangunan Tahun 2020," *J. Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, vol. 5, no. 1, 2021.
- [14] M. Romadhon, R. Wulandari, Y. Rimbawati, R. Amalia, dan R. Gustina, *Buku Ajar: Promosi Kesehatan*, Indramayu: Penerbit Adab, 2024.
- [15] J. Pane, I. Derang, dan A. E. Mendrofa, "Gambaran Health Seeking Behavior Pada Penderita Diabetes Melitus," *J. Keperawatan*, vol. 14, hal. 987-998, 2022. [Online]. Available: <http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/476/400>
- [16] C. Windani dan U. Rosidin, "Kemandirian Pasien Diabetes Melitus Tipe II dalam Pengelolaan Penyakit di Puskesmas Tarogong," *J. Kesehat. dan Kebidanan Nusantara*, vol. 1, no. 2, hal. 75-81, 2023.
- [17] F. Angelina dan V. Herwanto, "Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Dan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe-2 Pada Kelompok Usia Produktif," *J. Muara Med. dan Psikol. Klin.*, vol. 2, no. 2, hal. 120-126, 2022.
- [18] N. Huzaimah dan A. Filani, "Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Self Care Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Selama Pandemi Di Desa Kalianget Barat," *J. PIKes Penelit. Ilmu Kesehat.*, vol. 4, no. 1, hal. 35-46, 2023.
- [19] U. Kalsum, Y. Safitri, F. Susanti, J. Jamiatun, dan A. T. Nugraha, "Hubungan Pengetahuan terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 pada Masyarakat di RT 09 RW 01 Kelurahan Bambu Apus Cipayung Jakarta Timur Tahun 2022," *J. Bid. Ilmu Kesehat.*, vol. 13, no. 3, hal. 236-243, 2023.