

Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Motaha Tahun 2012

Herman

*Staf Pengajar Prodi DIII Keperawatan
STIKES Karya Kesehatan Kendari*

Abstrak

Diabetes mellitus tipe II merupakan penyakit gangguan metabolik terutama metabolisme karbohidrat yang disebabkan oleh berkurangnya hormon insulin dari sel beta pancreas, atau akibat gangguan fungsi insulin, atau keduanya. Kejadian diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Motaha, mulai tahun 2009 jumlah sebanyak 24 orang, selanjutnya tahun 2010 penderitanya sebanyak 27 orang, kemudian terus meningkat di tahun 2011 jumlahnya 32 penderita dan data terakhir yang dihimpun dari Januari – Mei 2012 jumlahnya menjadi 37 penderita. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor risiko pengetahuan, kebiasaan makan dan stres terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II.

Desain penelitian yang digunakan penelitian analitik dengan pendekatan case control. Populasi semua penderita diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Motaha sebanyak 37 responden. Sampel terdiri dari 37 responden kasus dan 37 responden control yang ditarik secara total sampling.

Hasil penelitian ini diolah dengan program komputer SPSS 16.0. Hasil uji Odd Ratio (OR) untuk variabel pengetahuan diperoleh nilai OR = 3,960, variabel kebiasaan makan diperoleh nilai OR = 4,364, variabel stres diperoleh nilai OR = 4,083. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan, kebiasaan makan dan stress merupakan faktor risiko terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II.

Saran peneliti diharapkan agar masyarakat mendapatkan informasi tentang diabetes mellitus tipe II, memperbaiki kebiasaan makan dan mengurangi stres sehingga dapat terhindar dari penyakit diabetes mellitus tipe II yang mana penderitanya mengalami peningkatan tiap tahunnya.

Kata Kunci : Pengetahuan, Kebiasaan Makan, Stres, Diabetes Melitus Tipe II, Faktor Risiko.

Abstrack

Type II diabetes mellitus is a metabolic disorder of carbohydrate metabolism mainly caused by reduced insulin from pancreatic beta cells, or as a result of malfunctioning of insulin, or both. The incidence of diabetes mellitus type II in Puskesmas Motaha, starting in 2009 the number as many as 24 people, then in 2010 the sufferer as many as 27 people, and then continued to increase in 2011 in number 32 of the patient and the latest data collected from January - May 2012 amounts to 37 patients, This study aims to identify the knowledge of risk factors, dietary habits and stress on the incidence of diabetes mellitus type II.

The design study is an analytic study with case control approach. The population of all patients with diabetes mellitus type II in Puskesmas Motaha total of 37 respondents. The sample consisted of 37 respondents and 37 respondents' cases were withdrawn in total control sampling.

The results of this research is processed with SPSS 16.0. The test results Odd Ratio (OR) for variable values obtained knowledge OR = 3.960, eating habits variable values obtained OR = 4.364, stress variable values obtained OR = 4.083. It can be concluded that the knowledge, eating habits and stress are risk factors on the incidence of diabetes mellitus type II. Suggestions researchers expected that people get information about diabetes mellitus type II, improve eating habits and reducing stress so as to avoid diabetes mellitus type II, in which the sufferer has increased each year.

Keywords : Knowledge, Eating Habits, Stress, Diabetes Mellitus Type II, Risk Factors.

PENDAHULUAN

Menurut data organisasi kesehatan dunia, World Health Organization (WHO) memperkirakan jumlah pasien yang menderita diabetes mellitus di dunia pada tahun 2009 sekitar 54 juta (30,7%) penderita, terus mengalami peningkatan di tahun 2010 adalah sekitar 59 juta (33,5%) penderita dan pada tahun 2011 meningkat menjadi 63 juta (35,8%) penderita. Prevalensi diabetes mellitus tahun 2009 di Indonesia 8 juta penduduknya menderita penyakit diabetes. Diperkirakan bahwa pada tahun 2030 prevalensi diabetes mellitus di Indonesia mencapai 21,3 juta orang. Hal ini menjadikan Indonesia menempati peringkat ke-4 di dunia sebagai negara dengan jumlah penduduk penderita diabetes terbesar di dunia setelah India, China dan Amerika Serikat (Soegondo, 2011).

Menurut Depkes (2008), menunjukkan prevalensi pengidap diabetes sekitar 5,7 persen dan Pradiabetes 11,4 persen. Riset tersebut melibatkan 24.417 responden yang tersebar di seluruh Indonesia. Dengan angka prevalensi tersebut, dapat diperkirakan penderita diabetes saat ini (jumlah penduduk 238 juta orang) mencapai sekitar 13,56 juta orang dan penderita pradiabetes sekitar 27,13 juta. Kasus diabetes juga menunjukkan fenomena gunung es, sekitar duapertiga tersembunyi dan hanya sepertiga yang muncul ke permukaan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Selatan, ditemukan bahwa insiden penyakit diabetes mellitus pada tahun 2009 adalah sebanyak 135 penderita. Angka kejadian penyakit tersebut terus mengalami peningkatan yang cukup signifikan, sehingga di tahun 2010 jumlah penderita diabetes mellitus adalah sebanyak 290 penderita. Data yang terakhir dihimpun pada tahun 2011 adalah sebanyak 307 penderita (Dinas Kesehatan Kabupaten Konawe Selatan, 2012).

Diabetes mellitus tipe II dapat mengancam hidup banyak orang karena sebahagian dari mereka tidak menyadari kehadirannya (the silent killer), sehingga tidak pernah melakukan pemeriksaan dan pengobatan untuk mengatasi diabetes mellitus yang dideritanya. Penyebab terjadinya penyakit ini adalah tidak tercukupinya jumlah insulin yang diproduksi oleh pankreas pada sel beta di pulau-pulau langerhans. Insulin ini digunakan untuk proses pengangkutan gula ke dalam sel-sel dan menahan kadar gula agar tidak terlalu tinggi di dalam darah. Kecenderungan terkena diabetes mellitus tipe II dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor (multifaktor) diantaranya usia, riwayat keluarga, kebiasaan makan, berat badan, aktivitas yang kurang dan stres (Tjahjadi, 2010).

Pengetahuan manusia dapat mengembangkan apa yang diketahui dan dapat mengatasi kebutuhan kelangsungan hidup, sehingga akan mempengaruhi seseorang dalam berperilaku. Terbentuk suatu perilaku baru terutama pada orang dewasa dimulai pada domain kognitif dalam arti subyek tahu terlebih dahulu terhadap stimulus yang berupa materi atau obyek diluarnya, sehingga menimbulkan pengetahuan baru dan akan terbentuk dalam sikap maupun tindakan. Bila seorang pasien mempunyai pengetahuan, maka pasien akan dapat memilih alternative yang terbaik bagi dirinya dan cenderung memperhatikan hal-hal yang penting tentang pencegahan diabetes mellitus tipe II seperti melakukan pengaturan pola makan yang benar, berolah raga secara teratur, menjaga peningkatan berat badan, mengurangi stress dan mencari informasi tentang diabetes mellitus tipe II bila ada riwayat keluarga (Karyoso, 2009).

Kebiasaan makan ke arah makanan cepat saji yang dapat menimbulkan tingginya kadar gula darah. Jika seseorang tidak mampu mengontrol kadar gula dalam darah maka akan menderita penyakit diabetes mellitus tipe II dan dapat mengakibatkan komplikasi misalnya terkena stroke, gagal ginjal, jantung, kebutaan dan ganggren. Apabila terjadi komplikasi maka akan menimbulkan kematian. Kebiasaan makan sangat penting untuk diperhatikan bagi seseorang agar terhindar dari

diabetes mellitus tipe II dan untuk menjaga kadar glukosa darah pada batas normal serta menjaga berat badan normal (Sibarani, 2011).

Stres adalah penyakit kejiwaan. Pada tahap ringan, stres tidak akan menyebabkan penyakit fisik. Namun, kalau stres tersebut sudah pada tahap berat dan berlangsung terus-menerus, maka penyakit fisik yang kronis dapat muncul. Ini karena sistem kekebalan tubuh berkurang dan terjadi ketidakseimbangan hormon pada orang yang mengalami stres. Stres merupakan salah satu faktor yang dapat berpengaruh terhadap diabetes mellitus karena pada kondisi ini beberapa hormon dilepaskan yang bisa menghambat efek insulin atas sel-sel. Hormon stres (adrenalin dan kortisol) dapat memicu hati untuk menghasilkan lebih banyak gula dalam darah untuk memberikan energi. Hal ini sangat berbahaya karena peningkatan kadar gula (glukosa) bisa membuat seseorang terkena diabetes mellitus (Mumpuni, 2010).

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan case control. Studi penelitian ini, peneliti melakukan pengukuran pada variabel dependen terlebih dahulu (kejadian diabetes mellitus tipe II), sedangkan variabel independen ditelusuri secara retrospektif untuk menentukan ada tidaknya faktor (pengetahuan, kebiasaan makan, stres) yang berpengaruh terhadap variabel dependen (Nursalam, 2008).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Faktor risiko pengetahuan terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II

Pengetahuan manusia dapat mengembangkan apa yang diketahui dan dapat mengatasi kebutuhan kelangsungan hidup, sehingga akan mempengaruhi seseorang dalam berperilaku. Terbentuk suatu perilaku baru terutama pada orang dewasa dimulai pada domain kognitif dalam arti subyek tahu terlebih dahulu terhadap stimulus yang berupa materi atau obyek diluarnya, sehingga menimbulkan pengetahuan baru dan akan terbentuk dalam sikap maupun tindakan. Bila seorang mempunyai pengetahuan, maka akan dapat memilih alternative yang terbaik bagi dirinya dan cenderung memperhatikan hal-hal yang penting tentang faktor-faktor yang mempengaruhi diabetes mellitus dependen insulin seperti pengaturan pola makan yang benar, berolah raga secara teratur dan mengontrol kadar gula darah (Karyoso, 2009).

Tabel 1
Analisis faktor risiko pengetahuan terhadap kejadian penyakit diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Motaha Tahun 2012

Pengetahuan	Status Responden				Total		95%CI		
	Kasus		Kontrol				OR	Low	Upp
	n	%	n	%	N	%			
Kurang	27	36,5	15	20,3	42	56,7	3,960	1,489	10,534
Baik	10	13,5	22	29,7	32	43,3			
Total	37	50	37	50	74	100			

Sumber : Data Primer, 2012

Berdasarkan tabel 4.7 dapat dilihat bahwa dari 37 kelompok kasus yang memiliki pengetahuan kurang terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II adalah sebanyak 27 (36,5%) responden sedangkan yang memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 10 (13,5%) responden. Sementara itu, dari 37 kelompok kontrol yang memiliki pengetahuan kurang terhadap kejadian

diabetes tipe II adalah sebanyak 15 (20,3%) responden dan yang memiliki pengetahuan baik terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II yaitu sebanyak 22 (29,7%) responden.

Berdasarkan uji Odd Ratio (OR) diperoleh nilai OR = 3,960, dimana nilai batas bawah 1,489 dan nilai batas atas 10,534 tidak mencakup nilai 1, sehingga secara statistik dianggap bermakna. Ini berarti bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor risiko terjadinya penyakit diabetes mellitus tipe II. Nilai OR = 3,960 menunjukkan bahwa responden yang mempunyai pengetahuan kurang, berisiko 3 kali lebih besar akan terjadinya diabetes mellitus tipe II bila dibandingkan dengan responden yang mempunyai pengetahuan yang baik terhadap diabetes mellitus tipe II.

Hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Motaha tahun 2012 yang dilakukan terhadap 74 responden menunjukkan bahwa 37 responden kelompok kasus yang memiliki pengetahuan kurang terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II adalah sebanyak 27 (36,5%) responden sedangkan yang memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 10 (13,5%) responden. Dari 37 responden kelompok kontrol, yang memiliki pengetahuan kurang terhadap diabetes mellitus tipe II yaitu sebanyak 15 (20,3%) responden dan yang memiliki pengetahuan baik terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II yaitu sebanyak 22 (29,7%) responden.

Berdasarkan uji Odd Ratio (OR) diperoleh nilai OR = 3,960, dimana nilai batas bawah 1,489 dan nilai batas atas 10,534 tidak mencakup nilai 1, sehingga secara statistik dianggap bermakna. Ini berarti bahwa pengetahuan merupakan salah satu faktor risiko terjadinya penyakit diabetes mellitus tipe II. Nilai OR = 3,960 menunjukkan bahwa responden yang mempunyai pengetahuan kurang, berisiko 3 kali lebih besar akan terjadinya diabetes mellitus tipe II bila dibandingkan dengan responden yang mempunyai pengetahuan yang baik terhadap diabetes mellitus tipe II.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Samiarsih (2010) di Rumah Sakit Dr. Kariadi Semarang, menunjukkan adanya hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian diabetes mellitus tipe II dimana didapatkan hasil P value = 0,00 lebih kecil dari pada $\alpha = 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan memiliki pengaruh terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II. Semakin baik tingkat pengetahuan seseorang maka semakin kecil pula resiko untuk menderita diabetes mellitus tipe II dan sebaliknya, semakin kurang tingkat pengetahuan maka akan semakin besar resiko menderita penyakit tersebut.

Perilaku kesehatan merupakan fungsi dari pengetahuan, sikap dan praktik. Terbentuknya perilaku dari kognitif artinya seseorang tahu dulu terhadap rangsangan atau stimulus yang berupa materi atau objek sehingga memperoleh pengetahuan baru. Terutama setelah mendapatkan materi tentang diabetes mellitus tipe II. Melalui pengetahuan tersebut maka seseorang akan mengindahkan larangan makan makanan yang mengandung karbohidrat yang notabene didalamnya terdapat kadar glukosa. Apabila kadar glukosa meningkat di dalam darah maka seseorang akan menderita diabetes mellitus tipe II. Disamping itu, pengetahuan yang baik terhadap penyakit diabetes mellitus tipe II dapat melakukan pembatasan terhadap makanan yang dapat meningkatkan kadar glukosa darah (Wayan, 2010).

Faktor risiko kebiasaan makan terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II

Kebiasaan makan adalah sebagai cara individu atau kelompok memilih pangan dan konsumsinya sebagai reaksi terhadap pengaruh fisiologis, psikologis, sosial dan budaya (Suhardjo, 2005). Kebiasaan makan adalah cara-cara individu atau kelompok individu dalam memilih, mengkonsumsi dan menggunakan makanan yang tersedia yang didasarkan kepada faktor-faktor social dan budaya dimana ia hidup (Suyatno, 2010).

Tabel 2
 Analisis faktor risiko kebiasaan makan terhadap kejadian penyakit
 diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Motaha
 Tahun 2012

Kebiasaan Makan	Status Responden				Total		95%CI		
	Kasus		Kontrol				OR	Low	Upp
	N	%	n	%	N	%			
Kurang Sehat	24	32,5	11	14,9	35	47,3	4,364	1,644	11,580
Sehat	13	17,5	26	35,1	39	52,7			
Total	37	50	37	50	74	100			

Sumber : Data Primer, 2012

Berdasarkan tabel 4.8 dapat dilihat bahwa dari 37 kelompok kasus yang mempunyai kebiasaan makan kurang sehat terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II adalah sebanyak 24 (32,5%) responden sedangkan yang mempunyai kebiasaan makan yang sehat yaitu sebanyak 13 (17,5%) responden. Sementara itu, dari 37 kelompok kontrol yang memiliki kebiasaan makan kurang sehat terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II adalah sebanyak 11 (14,9%) responden dan yang memiliki kebiasaan makan yang sehat terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II yaitu sebanyak 26 (35,1%) responden.

Berdasarkan uji Odd Ratio (OR) diperoleh nilai OR = 4,364, dimana nilai batas bawah 1,644 dan nilai batas atas 11,580 tidak mencakup nilai 1, sehingga secara statistik dianggap bermakna. Ini berarti bahwa kebiasaan makan merupakan salah satu faktor risiko terjadinya penyakit diabetes mellitus tipe II. Nilai OR = 4,364 menunjukkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan makan kurang sehat, berisiko 4 kali lebih besar akan terjadinya diabetes mellitus tipe II bila dibandingkan dengan responden yang memiliki kebiasaan makan yang sehat terhadap diabetes mellitus tipe II.

Hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Motaha tahun 2012 didapatkan bahwa dari 37 responden kelompok kasus yang mempunyai kebiasaan makan yang kurang sehat terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II adalah sebanyak 24 (32,5%) responden sedangkan yang mempunyai kebiasaan makan yang sehat yaitu sebanyak 13 (17,5%) responden. Sementara itu, dari 37 kelompok kontrol yang memiliki kebiasaan makan kurang sehat terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II adalah sebanyak 11 (14,9%) responden dan yang memiliki kebiasaan makan yang sehat terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II yaitu sebanyak 26 (35,1%) responden.

Berdasarkan uji Odd Ratio (OR) diperoleh nilai OR = 4,364, dimana nilai batas bawah 1,644 dan nilai batas atas 11,580 tidak mencakup nilai 1, sehingga secara statistik dianggap bermakna. Ini berarti bahwa kebiasaan makan merupakan salah satu faktor risiko terjadinya penyakit diabetes mellitus tipe II. Nilai OR = 4,364 menunjukkan bahwa responden yang memiliki kebiasaan makan kurang sehat, berisiko 4 kali lebih besar akan terjadinya diabetes mellitus tipe II bila dibandingkan dengan responden yang memiliki kebiasaan makan yang sehat terhadap diabetes mellitus tipe II.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Devita (2007) di RSUD Tugurejo Semarang, dimana hasil uji statistik didapatkan persentase penyakit diabetes mellitus tipe II dengan kebiasaan makan kurang sehat sebesar 76,00%. Ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dengan penyakit diabetes mellitus tipe II dengan nilai P value = 0,002 lebih kecil dari pada $\alpha = 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa kebiasaan makan memiliki pengaruh terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II. Seseorang yang memiliki kebiasaan makan yang kurang sehat, maka akan semakin besar resiko untuk menderita diabetes mellitus tipe II.

Faktor risiko stres terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II

Menurut Imogene King, stres adalah suatu keadaan yang dinamis yang berlangsung setiap kali manusia berinteraksi dengan lingkungan yang bertujuan memelihara keseimbangan pertumbuhan, perkembangan, dan perbuatan yang meliputi pertukaran energi dan informasi antara individu dan lingkungannya guna mengatur stresor (Tomey dan Alligood, 1998 dalam Asmadi, 2008).

Ketika kita mengalami stres, maka tubuh akan memberikan reaksi yang sifatnya merugikan bagi kesehatan. Sehingga stres dapat berpengaruh terhadap beberapa kejadian penyakit. Ada beberapa reaksi tubuh terhadap stres diantaranya pelepasan beberapa hormon seperti kortison, tiroid, endorfin dari hipotalamus dan gangguan pada organ tubuh (Mumpuni, 2010).

Tabel 3
Analisis faktor risiko stres terhadap kejadian penyakit diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Motaha Tahun 2012

Stres	Status Responden				Total		95%CI		
	Kasus		Kontrol				OR	Low	Upp
	n	%	n	%	n	%			
Berat	21	28,4	9	12,2	30	40,5	4,083	1,512	11.028
Ringan	16	21,6	28	37,8	44	59,5			
Total	37	50	37	50	74	100			

Sumber : Data Primer, 2012

Berdasarkan tabel 4.9 dapat dilihat bahwa dari 37 kelompok kasus yang mengalami stres pada tahap berat terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II adalah sebanyak 21 (28,4%) responden sedangkan yang mengalami stres pada tahap ringan yaitu sebanyak 16 (21,6%) responden. Sementara itu, dari 37 kelompok kontrol yang mengalami stres pada tahap berat terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II adalah sebanyak 9 (12,2%) responden dan yang mengalami stres pada tahap ringan terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II yaitu sebanyak 28 (37,8%) responden.

Berdasarkan uji Odd Ratio (OR) diperoleh nilai OR = 4,083, dimana nilai batas bawah 1,512 dan nilai batas atas 11.028 tidak mencakup nilai 1, sehingga secara statistik dianggap bermakna. Ini berarti bahwa stres merupakan salah satu faktor risiko terjadinya penyakit diabetes mellitus tipe II. Nilai OR = 4,083 menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres pada tahap yang berat, berisiko 4 kali lebih besar akan terjadinya diabetes mellitus tipe II bila dibandingkan dengan responden yang mengalami stres pada tahap ringan terhadap diabetes mellitus tipe II.

Hasil penelitian di wilayah kerja Puskesmas Motaha tahun 2012 yang dilakukan terhadap 74 responden menunjukkan bahwa 37 responden kelompok kasus yang mengalami stres berat adalah sebanyak 21 (28,4%) responden sedangkan yang mengalami stres ringan yaitu sebanyak 16 (21,6%) responden. Dari 37 responden kelompok kontrol, yang mengalami stres berat terhadap diabetes mellitus tipe II yaitu sebanyak 9 (12,2%) responden dan yang mengalami stress ringan terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II yaitu sebanyak 28 (37,8%) responden.

Berdasarkan uji Odd Ratio (OR) diperoleh nilai OR = 4,083, dimana nilai batas bawah 1,512 dan nilai batas atas 11,028 tidak mencakup nilai 1, sehingga secara statistik dianggap bermakna. Ini berarti bahwa stres merupakan salah satu faktor risiko terjadinya penyakit diabetes mellitus tipe II. Nilai OR = 4,083 menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres berat, berisiko 4 kali lebih besar akan terjadinya diabetes mellitus tipe II bila dibandingkan dengan responden yang mengalami stres ringan terhadap diabetes mellitus tipe II.

Hasil penelitian ini senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2011) di Kota Padang, menunjukkan adanya pengaruh antara stres dengan kejadian diabetes mellitus tipe II dimana didapatkan hasil $OR = 3,850$, menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres berat berisiko 3 kali lebih besar terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II dibandingkan dengan responden yang mengalami stres ringan. Nilai $P = 0,007$ lebih kecil dari pada $\alpha = 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa stres memiliki pengaruh terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II. Semakin ringan stress yang dialami, maka semakin kecil pula risiko terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II.

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Motaha tahun 2012, dapat disimpulkan bahwa pengetahuan, kebiasaan makan dan stress merupakan faktor risiko terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II

SARAN

Bagi Puskesmas Motaha sebagai tempat pelayanan kesehatan disarankan agar selalu memberikan penyuluhan kesehatan tentang diabetes mellitus tipe II kepada para pengunjung rumah sakit baik yang sudah menderita atau pun yang tidak menderita agar dapat dicegah dan melakukan identifikasi secara dini terhadap kejadian penyakit. Bagi perawat yang bekerja di Puskesmas Motaha disarankan agar selalu memberikan informasi yang jelas tentang penyakit diabetes mellitus tipe II, termasuk cara pencegahannya. Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar mengidentifikasi faktor-faktor yang lain yang diduga memiliki hubungan atau pengaruh terhadap kejadian diabetes mellitus tipe II dengan jumlah sampel yang lebih banyak agar hasil yang dicapai lebih berkualitas dan representative. Bagi masyarakat disarankan agar lebih meningkatkan pengetahuan mengenai penyakit diabetes mellitus tipe II, menjaga kebiasaan makan dan mengurangi stres agar terhindar dari penyakit diabetes mellitus tipe II.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim, 2009, *Pedoman Penulisan Skripsi*, STIKES Mandala Waluya Kendari
- Anwar Risa, 2007, *Gaya Hidup Terhadap Diabetes Melitus*, (online), (<http://www.seputar-indonesia.com>, 10 Februari 2012).
- Almatsier Sunita, 2006, *Penuntun Diet*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Arum Eria, 2011, *7 Faktor Risiko Diabetes Melitus*, (online), (<http://www.hidupkusehat.com>, 05 Februari 2012).
- Asmadi, 2008, *Konsep Dasar Keperawatan*, EGC, Jakarta.
- Baradero Mary dkk, 2009, *Seri Asuhan Keperawatan Klien Gangguan Endokrin*, EGC, Jakarta.
- BPS Konsel, 2012, *Jumlah Penduduk Kabupaten Konawe Selatan*
- Depkes, 2008, *Waspada Diabetes Mellitus*, (online), (<http://www.pantonanews.com>, 27 Juni 2012).
- Donna Angelina, 2011. *Cegah Diabetes dengan Pola Makan Seimbang*, (online), (www.tipsku.info, 10 Februari 2012).
- Efendi, 2008, *Metode Penelitian Survei*, PT. Pustaka Indonesia, Jakarta.
- Hidayat Alimul Aziz A, 2008, *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*, Salemba Medika, Jakarta.
- Hidayat Alimul Aziz A, 2010, *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*, Health Book Publishing, Surabaya.
- Karyoso, 2009, *Perlunya Pasien Dalam Memahami Diabetes Melitus*, (online), (<http://www.medicastore.com>, 04 Juni 2012).

- Kirana Ann Lisa, 2011, *Awas Diabetes, Asam Urat & Kolesterol*, Syura Media Utama, Jawa Tengah.
- Mumpuni Yekti, 2010, *Cara Jitu Mengatasi Stres*, Andi Offset, Yogyakarta.
- Notoatmodjo S, 2005, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT. Rineka Cipta, Jakarta
- Ramaiah, S. 2008. *Cara Mengetahui Gejala Diabetes dan Mendeteksinya Sejak Dini*, Kelompok Gramedia : Jakarta.
- Setiadi, 2007, *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Sibarani R, 2011. *Pola Makan Penderita Diabetes Mellitus*, (online), (<http://www.usu.ac.id>, 10 Februari 2012).
- Soegondo Sidartawan, dkk, 2005, *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu*, Balai Penerbit FKUI, Jakarta.
- Soegondo Sidartawan, dkk. 2007. *Diabetes, The Sillent Killer*, (online), (<http://www.medicastore.com>, 10 Februari 2012).
- Soeryoko Hery, 2011, 25 *Tanaman Obat Ampuh Penakluk Diabetes Mellitus*, Andi Offset, Yogyakarta.
- Soegondo Sidartawan, 2011, *Diabetes Insipidus*, (online), (<http://www.medicastore.com>, 06 Februari 2012).
- Sumanto Agus, 2009, *Tetap Langsing & Sehat Dengan Terapi Diet*, Agromedia Pustaka, Jakarta.
- Sunaryo, 2004, *Psikologi Untuk Keperawatan*, EGC, Jakarta.
- Sutedjo Y. A, 2010, *5 Strategi Penderita Diabetes Melitus Berusia Panjang*, Kanisius, Yogyakarta.
- Suyatno, 2010. *Kebiasaan Makan dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi*, (online), (<http://www.usu.ac.id>, 10 Februari 2012).
- Tampubolon F, 2011, *Pola Makan Sehat & Seimbang*, (online), (<http://www.usu.ac.id>, 10 Februari 2012).
- Tjahjadi Vicynthia, 2010, *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer Diabetes*, Pustaka Widyamara, Semarang.
- Tjokroprawira Askandar, 2011, *Panduan Lengkap Pola Makan Untuk Penderita Diabetes*, Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
- Utami Fadillah, 2010, *Hidup Sehat Bebas Diabetes & Asam Urat*, Genius Publisher, Yogyakarta.
- Utami Roro, 2011, *Faktor –Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe II Pada Orang Dewasa Di Kota Padang Panjang Tahun 2011*, (online), (<http://repository.unand.ac.id>, 31 Juli, 2012).
- Wayan A, M. Dewi, 2010, *Teori Dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Manusia*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Wirakusumah Emma S, 2008, *202 Jus Buah & Sayuran Untuk Menjaga Kesehatan & Kebugaran*, Penebar Swadaya, Jakarta.
- Yunia Irna, 2007, *Mau Tahu Lebih Jauh Tentang Diabetes ?*, (online), (<http://www.promokesehatan.com>, 10 Februari 2012).