

Abstrak

GAMBARAN GAYA HIDUP PADA INDIVIDU DENGAN FAKTOR RISIKO HEREDITER DIABETES MELLITUS TIPE II DI KECAMATAN KALIMANAH

Hutomo Wahyu Arifin¹, Asep Iskandar², Rahmi Setiyani³

Latar belakang: Diabetes mellitus merupakan penyakit hereditas atau penyakit yang dapat diturunkan dari keluarga yang menderita diabetes. Individu dengan riwayat keluarga diabetes memiliki risiko 75% lebih besar terkena DM tipe II. Meskipun riwayat keluarga sangat berpengaruh dengan kejadian DM tipe II, namun kejadiannya dapat dicegah dengan pengendalian faktor risiko seperti perubahan gaya hidup.

Tujuan: Mengetahui gambaran gaya hidup pada individu dengan faktor risiko hereditas diabetes mellitus tipe II di Kecamatan Kalimantan.

Metodologi: Desain penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif. Sampel berjumlah 42 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Gaya hidup diukur menggunakan *Healthy Lifestyle for University* dan *Student Lifestyle Questionnaire*. Data dianalisis menggunakan uji univariat.

Hasil: Rata-rata skor gaya hidup pada semua indikator sebesar $103,88 \pm 7,639$ dengan nilai rata-rata item tertinggi pada indikator perilaku kesehatan yang berisiko dan rata-rata terendah pada indikator latihan fisik. Gaya hidup berdasarkan kategori usia, jenis kelamin, pendidikan, dan pekerjaan cenderung bervariasi.

Kesimpulan: Individu dengan faktor risiko hereditas DM tipe II masih perlu untuk meningkatkan pengelolaan gaya hidupnya.

Kata Kunci: Gaya hidup, faktor risiko hereditas, Diabetes Mellitus tipe II

¹Mahasiswa Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

^{2,3}Dosen Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman

Abstract

DESCRIPTION OF LIFESTYLE IN INDIVIDUALS WITH THE RISK FACTORS FOR HEREDITARY DIABETES MELLITUS TYPE II IN KALIMANAH DISTRICT

Hutomo Wahyu Arifin¹, Asep Iskandar², Rahmi Setiyani³

Background: Diabetes mellitus is a metabolic disorder that can be passed down from parents to child. Individuals with a family history of diabetes have a 75% greater risk of developing type II diabetes. Although family history might play a role, the incidence of type II DM can be prevented by controlling the risk factors through lifestyle changes.

Objective: To describe lifestyle in individuals with hereditary risk factors for type II diabetes mellitus in Kalimantan District.

Methodology: This research used a descriptive quantitative design. The sample consisted of 42 people who met the inclusion and exclusion criteria. Lifestyle was measured using a modified Healthy Lifestyle for University and Student Lifestyle Questionnaire. Data were analyzed using univariate test.

Results: The average score on all lifestyle indicators was 103.88 ± 7.639 with the highest one on the risky health behavior indicator and the lowest on the physical exercise indicator. Lifestyles indicator score according to age, gender, education, and occupation categories tend to vary.

Conclusion: Individuals with hereditary risk factors for type II diabetes still need to improve their lifestyle.

Keywords: Lifestyle, hereditary risk factors, Diabetes Mellitus type II

¹Student of Nursing Department, Faculty of Health Sciences, Universitas Jenderal Soedirman

^{2,3}Lecturers of Nursing Department, Faculty of Health Sciences, Universitas Jenderal Soedirman