



Artikel Penelitian

Article history:

Received 27 November, 2023
Revised 30 November 2023
Accepted 1 December 2023

Kata Kunci:

Pengetahuan;
Diabetes; Mahasiswa;
Kota Medan

Keywords:

Knowledge; Diabetes; Students;
Medan City

INDEXED IN

SINTA - Science and
Technology Index
Crossref
Google Scholar
Garba Rujukan Digital: Garuda

CORRESPONDING

Kusnur Kholijah
Fakultas Kesehatan Masyarakat
UIN Sumatera Utara

EMAIL

apt.wahyudi@uinsu.ac.id

OPEN ACCESS

E ISSN 2623-2022

Profil Pengetahuan Mahasiswa di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes

Knowledge Profile of Students in Medan City Regarding Diabetes

Kusnur Kholijah^{1*}, Saharani Saari Dewi²

^{1,2} Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara

Abstrak: Diabetes mellitus (DM) adalah salah satu penyakit kronik yang terjadi pada jutaan orang di dunia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa terhadap penyakit diabetes. Mahasiswa adalah orang yang belajar di perguruan tinggi, baik di universitas, insitusi atau akademi. Mereka yang terdaftar sebagai peserta didik di perguruan tinggi. Penelitian berfokus pada keinginan untuk mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa semester 1 di kota Medan tentang penyakit Diabetes Melitus. Sampel dalam penelitian ini diambil dari mahasiswa semester 1, Fakultas Kesehatan Masyarakat USU, Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia, Fakultas Ilmu Perpustakaan UIN Sumatera Utara, dan Fakultas Manajemen Panca Budi Medan sebanyak 85 orang. Metode penelitian ini menggunakan metode survey dan pengumpulan data-data yang dilakukan dengan kuesioner via google form untuk dianalisis agar dapat mendeskripsikan hasil penelitian tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran pengetahuan mahasiswa di kota Medan termasuk kategori kurang baik dimana 63,5% mahasiswa menjawab soal pengetahuan yang salah dan hanya 36,5 mahasiswa yang menjawab soal dengan benar. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pengetahuan mahasiswa di kota Medan tentang penyakit diabetes termasuk dalam kategori kurang baik (63,5%) dan sikap mahasiswa siswa (81,2%). Kemudian keterampilan mahasiswa tentang penyakit diabetes (51,8%).

Abstract: Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease that affects millions of people worldwide. This study aims to determine the level of knowledge of students about diabetes. This research method uses a survey method and data collection is done by questionnaire via google form to be analyzed in order to describe the results of the study. The results showed that the knowledge of students in Medan city was categorized as poor where 63.5% of students answered the wrong knowledge questions and only 36.5% of students answered the questions correctly. The conclusion of this study is that the knowledge of students in Medan city about diabetes is in the poor category (63,5%) and the attitude of students (81,2%). Then the skills of students about diabetes (51,8%).

Jurnal Kolaboratif Sains (JKS)

Doi: 10.56338/jks.v6i12.4428

Pages: 1670-1678

LATAR BELAKANG

Diabetes Melitus (DM) adalah gangguan metabolik yang ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah yang disebut Hiperglikemia dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein yang disebabkan karena kerusakan dalam produksi insulin dan kerja dari insulin tidak optimal. Yang menimbulkan berbagai komplikasi kronik pada mata, ginjal, saraf dan pembuluh darah. Selain itu penderita diabetes akan terus bergantung pada obat suntik insulin untuk mengontrol gula darahnya agar tetap stabil. Baik dengan menjaga pola makan maupun bantuan obat-obatan (Sitinjak, 2016).

World Health Organization (WHO) memperkirakan pada negara berkembang tahun 2025 akan muncul 80% kasus baru (Diabetes Atlas, 2006). Saat ini, DM di tingkat dunia diperkirakan lebih dari 230 juta, hampir mencapai proporsi 6% dari populasi orang dewasa. Diperkirakan 20 tahun mendatang jumlah penderita DM akan mencapai 350 juta. Setiap 10 detik ada orang yang meninggal terkait dengan DM. DM telah masuk dalam daftar “penyakit Asia”. Tahun 2006 diperkirakan 89 juta penduduk Asia menderita DM. Tercatat 4 dari 5 negara di dunia dengan jumlah penderita DM yang terbesar di Asia, yaitu India sebanyak 32,7 juta, RRC sebanyak 22,6 juta, Pakistan sebanyak 8,8 juta dan Jepang sebanyak 7,1 juta. Angka prevalensi Asia juga meningkat misalnya di Malaysia 8 %, Singapura 10 %, dan Thailand 11,9 % . DM juga menyebar lebih cepat di Asia yang akan mencapai 170 juta, yaitu 100 juta berasal dari India dan RRC. (Jacken, AT, 2007). Peningkatan DM di Indonesia, di Jakarta pada tahun 1993 terdapat 7,7% meningkat menjadi 12,7% tahun 2001. Sedangkan di Makasar pada tahun 1981 terdapat 1,5% meningkat menjadi 7,5% pada tahun 1998 sehingga secara Nasional di Indonesia tahun 2007 lebih dari 2,5 % penduduk Indonesia menyandang DM dengan insidens yang bervariasi berkisar 1,5%-2,3% pada penduduk usia diatas 15 tahun (Depkes RI, 2007). Hasil analisis SP2RS tahun 2000 memperoleh gambaran bahwa penyakit DM menempati urutan Ke-6 sebagai penyebab kematian terbesar di Indonesia yaitu 2,1% dari seluruh penyakit tidak menular (Profil Kesehatan Indonesia, 2007).

Ancaman tersebut disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan penurunan aktivitas fisik (Yazdanpanah et al., 2016). Fenomena gaya hidup masyarakat saat ini cenderung memilih gaya hidup modern yang tidak sehat dan lebih mengutamakan kecepatan serta efisiensi dalam memenuhi kebutuhan dasarnya tanpa menyadari dampak dari gaya hidup tersebut (Trisnawati & Setyorogo, 2013). Perubahan gaya hidup tidak sehat juga terjadi pada kelompok mahasiswa khususnya di kelompok mahasiswa seperti banyak mengkonsumsi makanan dan minuman yang mengandung tinggi gula (Walsh, Taylor, & Brennick, 2018). Hal tersebut merupakan salah satu faktor risiko timbulnya diabetes mellitus.

Banyak faktor yang melatarbelakangi kejadian diabetes. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sirait, dkk (2015) ditemukan bahwa kelompok usia memiliki hubungan dengan kejadian diabetes. Hal ini disebabkan semakin bertambah usia semakin besar resiko terjadi hiper-glikemia akibat penurunan kerja pankreas dalam memproduksi insulin (Sirait, dkk, 2015).

Al-Hussaini & Mustafa (2016) menjelaskan bahwa dengan mempertimbangkan prevalensi diabetes mellitus di masa depan, peningkatan kesadaran diri tentang diabetes mellitus pada mahasiswa keperawatan merupakan hal yang sangat dianjurkan. Apabila individu memiliki kesadaran diri yang tinggi maka individu tersebut.

Kelemahan dan kelebihan diri sendiri, sedangkan Rujul, Vadgama, & Parth (2012) memaparkan bahwa kesadaran diri yang rendah pada individu akan mempengaruhi diri (self care) dan dampak negatif dari diabetes mellitus.

Pengetahuan merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Faktor yang mempengaruhi yaitu pengalaman, tingkat pendidikan, keyakinan,

fasilitas dan sikap yang merupakan reaksi atau respons seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Konsegeran, dkk, 2017).

METODE

Penelitian ini menggunakan metode survey. Metode survey merupakan salah metode penelitian kuantitatif yang penggunaannya adalah untuk memperoleh data saat ini yang menggunakan penyuluhan data dalam bentuk angka. (Teknik pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner via google form. (Wahyudi, 2022). Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui tingkat pengetahuan mahasiswa smester 1 tentang penyakit Diabetes Melitus di kota Medan. Sampel pada penelitian Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat USU, Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia, Fakultas Ilmu Perpustakaan UIN Sumatera Utara, dan Fakultas Manajemen Panca Budi Medan.

Penelitian dilaksanakan pada Oktober - Desember 2023. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa jurusan kesehatan dan non kesehatan di kota Medan semester 1. Teknik sampling yang digunakan adalah non-probability sampling dengan cara Purposive Sampling. Pertama di kumpulkan semua data mahasiswa semester 1 di setiap universitas yang tertera diatas, lalu dibagikan link tersebut menjadi responden dan kuisisioner sejumlah 85 mahasiswa, diantaranya 35 responden untuk Fakultas Kesehatan Masyarakat USU, 25 responden untuk Institut Kesehatan Helvetia, 12 responden untuk Fakultas Ilmu Perpustakaan UIN Sumatera Utara, 13 responden untuk Fakultas Manajemen Panca Budi Di kota Medan yang bersedia menjadi responden. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah kuisisioner menggunakan google form dengan pertimbangan efektivitas dan efesiensi pengumpulan data. Kuisisioner tersebut berisi 10 pertanyaan yang terdiri dari pengetahuan, sikap dan keterampilan. Tingkat pengetahuan dianggap sangat baik jika jawaban benar 80-100%, baik 60-79,99%, cukup baik 40-59,99%, kurang baik 20-39,99% dan sangat tidak baik 0 – 19,99%. Gambaran pengetahuan dan upaya responden selanjutnya dianalisa berdasarkan persentase jumlah responden yang menjawab pertanyaan dengan tepat.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) Merupakan mahasiswa di kota Medan. 2) Merupakan mahasiswa semester 1. 3) Berumur 17-18 tahun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pertanyaan Pengetahuan: Pola makan yang tidak sehat diusia muda, bukan penyebab dari timbulnya DM

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

Kategori	Jumlah	Persentase
Benar	31	36,5%
Salah	54	63,5%
Total	85	100%

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sari dan Isnawati, 2018), yang membahas tentang menjaga pola makan untuk mencegah penyakit diabetes. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mahasiswa tentang penyakit Diabetes Melitus (Wahyudi, 2022). Dalam tabel 1 penelitian ini responden yang memiliki pengetahuan rendah tentang "pola makan yang tidak sehat diusia muda,bukan penyebab dari timbulnya DM" 31 responden sekitar 36,5% dimana 13 responden berasal dari kampus UINSU(ilmu perpustakaan), 4 responden dari kampus USU(kesehatan masyarakat), 8 responden dari kampus Panca Budi(manajemen), dan 6 dari kampus INKES(kesehatan masyarakat), jadi faktor yang mempengaruhi pengetahuan mahasiswa terkait penyakit diabetes dapat dilihat dari pembahasan diatas bahwasannya pengetahuan mahasiswa tergantung pada jurusan yang diambil, terlihat diatas jarak antara pengetahuan mahasiswa non kesehatan masyarakat lebih banyak yang kurang paham dibanding yang kesehatan masyarakat. Sedangkan responden yang memiliki

pengetahuan yang cukup tentang pembahasan tersebut 54 responden sekitar 63,5% yang menerapkan pola makan sehat. Termasuk responden yang berasal dari Kampus UINSU, USU, Panca Budi, dan INKES sebagian sudah memahami tentang pentingnya menjaga pola makan yang sehat untuk mencegah penyakit diabetes. Telah dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Sari&Isnawati,2018) dalam penelitiannya seluruh mahasiswa 80 responden hampir memiliki kesadaran dalam menjaga pola makan yang sehat dan teratur, sudah dipastikan penelitian yang dilakukan oleh (Sari&Isnawati,2018) jauh lebih baik dibanding penelitian saat ini (2023).

Pertanyaan Pengetahuan: Pola makan yang baik merupakan salah satu tindakan pencegahan dari penyakit DM.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

HASIL	FREKUENSI	PERSEN
Benar	80	94,1%
Salah	5	5,9%
Total	85	100%

Berdasarkan penelitian (Ernia, R., Muslim., Nabil, M., & Yahya, M. F. A. (2022), yang membahas perilaku pola makan sehat untuk mengurangi resiko Diabetes pada mahasiswa di kota Medan. Dalam tabel 2 penelitian ini responden yang menerapkan pola makan yang baik berkisaran 80 responden (94,1%), dibandingkan dengan responden yang lebih memilih hidup bebas dengan tidak menjaga pola makan, cukup sedikit hanya berkisaran 5 responden (5,9%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa di kota Medan yang berasal dari kampus UINSU, USU, Panca Budi, dan INKES memiliki kesadaran akan pentingnya menjaga dan memilih makanan yang sehat bergizi. Dalam ke 4 kampus diatas yang paling baik penerapan pola makannya yaitu kampus USU (kesehatan masyarakat) dan INKES (kesehatan masyarakat), lagi dan lagi pengetahuan tinggi dicapai oleh mahasiswa jurusan kesehatan masyarakat. Namun ada juga faktor yang mempengaruhi mahasiswa dalam menjaga pola makan, kadang mahasiswa lebih suka makan makanan siap saji yang belum tentu baik dikonsumsi untuk tubuh, dengan adanya penelitian ini kita bisa tau seberapa banyak mahasiswa di kota medan yang belum menerapkan hidup sehat yang untungnya sudah diteliti hanya sedikit 5 orang yang tidak peduli dengan kesehatan melainkan lebih terfokus pada kenikmatannya. Perbandingan dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Ernia, R., Muslim., Nabil, M., & Yahya, M. F. A. (2022), pola hidup yang dominan menjadi pencetus DMT2 ialah pola makan dan aktivitas fisik, kondisi inilah yang menjadi ide penelitian pemeliharaan pola hidup dan pencegahan penyakit diabetes, maka dari itu penelitian ini sangat cocok diambil dari penelitian tersebut.

Pertanyaan Pengetahuan: Mengkonsumsi makanan siap saji secara terus menerus dapat mengakibatkan resiko terjadinya DM

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

HASIL	FREKUENSI	PERSEN
Benar	77	90,6%
Salah	8	9,4%
Total	85	100%

Berdasarkan hasil penelitian (Priwahyuni Y. 2016), yang membahas faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan Siap Saji (Fast Food) pada Mahasiswa di kota Medan. Dalam tabel 3 penelitian ini responden yang melakukan pemilihan makanan cepat saji dengan baik lebih tinggi yaitu sekitar 77 responden (90,6%), dibandingkan dengan responden yang melakukan pemilihan makanan

cepat saji yang kurang baik sekitar 8 responden (9,4%). Konsumsi makanan siap saji sebagai sumber utama yang menjadi kebiasaan dan budaya di kalangan mahasiswa karena dianggap praktis, mudah, dan sesuai dengan gaya hidup mahasiswa masa kini. Padahal mengonsumsi makanan siap saji yang berjangka panjang berdampak peningkatan degeneratif seperti jantung, diabetes dan tekanan darah tinggi. Pengetahuan bahaya makanan siap saji bagi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa melalui edukasi kesehatan Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa di kota Medan memiliki kesadaran akan pentingnya menjaga dan memilih makanan yang sehat bergizi. Sedangkan perbandingan dalam penelitian Priwahyuni, Y terdapat peningkatan pengetahuan mahasiswa setelah dilakukan edukasi yaitu 58% menjadi 82%. Dengan bertambahnya pengetahuan diharapkan mampu mendorong mahasiswa untuk lebih baik dalam memilih makanan yang bergizi.

Pertanyaan Sikap: Saya harus menjaga pola makan ketika kadar gula darah saya tinggi.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

HASIL	FREKUENSI	PERSEN
Benar	19	18,8%
Salah	66	81,2%
Total	85	100%

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Susanti, S., & Bistara, D. N. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 3(1), 29. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.34>. Dalam tabel 4 penelitian ini responden yang memiliki pengetahuan rendah tentang "Harus menjaga pola makan ketika kadar gula darah tinggi" 19 responden sekitar 18,8%. Sedangkan responden yang memiliki pengetahuan yang cukup tentang pembahasan tersebut 66 responden sekitar 81,2% yang menjaga kadar gula tinggi. Pada dasarnya seorang pengidap diabetes harus menjaga kadar gula darah setiap selesai makan agar gula yang ada didalam tubuh tidak semakin bertambah, sebab diabetes tidak dapat disembuhkan hanya dapat dicegah melalui suntik insulin, jadi pada intinya jagalah kadar gula setiap saat tidak hanya pengidap diabetes namun yang tidak terkena pun harus menjaganya agar tidak terkena diabetes nantinya dan jangan tunggu sudah tinggi baru dijaga, faktor yang mempengaruhi mahasiswa saat ini yaitu banyaknya makanan yang manis dan berkadar gula tinggi, apalagi pengidap terbanyak diabetes adalah mahasiswa akibat kurangnya menjaga kadar gula dan memilih makanan yang baik.

Pertanyaan Sikap: Kadar gula darah meningkat sesuai dengan usia adalah hal yang wajar.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

HASIL	FREKUENSI	PERSEN
Benar	56	71,8%
Salah	29	28,2%
Total	85	100%

Berdasarkan penelitian (Indah Fitriyani, Achmad Kusyairi, Sunanto, Hubungan pola makan dengan kadar glukosa pada lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di puskesmas Pajarakan Probolinggo, *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*: Vol. 2 No. 7 (2023). Dalam tabel 5 penelitian ini banyak responden yang menyadari bahwa kadar gula terus meningkat mengikuti usia yang berkelanjutan berkisaran 56 responden (71,8%), sedangkan responden yang masih ragu-ragu akan hal tersebut berkisaran 29 responden (28,2%). Padahal nyatanya kadar gula meningkat sesuai kita mengonsumsi makanan manis, tidak hanya pada kelanjutan usia, bahkan anak remaja pun sudah ada yg terkena diabetes, jadi diabetes tidak memandang umur melainkan cara kita menjaga kadar gula tubuh kita, meskipun pertanyaan tersebut ada benarnya sebab peningkatan ukuran kadar gula akan terus meningkat mengikuti umur kita jadi sebisa mungkin di usia dini dibiasakan mengurangi makanan yang mengandung lebih banyak manis. Hal ini dapat mempengaruhi kesehatan jasmani pada mahasiswa

maupun orang dewasa lainnya. Mahasiswa percaya bahwasannya memang benar adanya kalau kadar gula terus meningkat sesuai dengan bertambahnya usia.

Pertanyaan Sikap: Diabetes melitus yang tidak ditanggulangi akan sembuh dengan sendirinya.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

HASIL	FREKUENSI	PERSEN
Benar	11	12,9%
Salah	74	87,1%
Total	85	100%

Berdasarkan (Utami Cahyaningtyas, & Rini Werdiningsih. (2022) membahas Faktor Lama Penyembuhan Diabetes. Pada tabel 6 di atas jumlah mahasiswa yang yakin akan kesembuhan penyakit diabetes berjumlah 11 responden (12,9%), sedangkan mahasiswa yang tinggi pengetahuan akan berfikir kalau diabetes tidak dapat disembuhkan 74 responden. Bahwa kenyataannya memang diabetes itu tidak dapat disembuhkan seperti yang sudah dijelaskan pada soal nomor 4, diabetes hanya bisa dicegah namun tidak dapat disembuhkan total, pencegahan dan pemberentihan kenaikan kadar gula itu dilakukan dengan slalu mengecek kadar gula setiap selesai makan, obat yang dapat mencegah kadar gula tersebut dengan slalu disuntikkan insulin, sebab pengidap diabetes akan sedikit menghasilkan insulin, oleh karena itu butuh slalu penyuntikan insulin ke dalam tubuh secara terus menerus, dalam penelitian ini sikap mahasiswa sudah bagus terhadap penyembuhan diabetes, mereka tahu bahwa diabetes tidak dapat sembuh, faktor yang mempengaruhi pengetahuan mahasiswa terkait soal di atas yaitu kurangnya pengetahuan mahasiswa non kesehatan dalam penyakit diabetes yang memang seharusnya tidak dapat disembuhkan. Dalam penelitian Utami Cahyaningtyas juga mengatakan bahwa penyakit diabetes memang tidak bisa disembuhkan melainkan dapat dicegah.

Pertanyaan Keterampilan: Saya memeriksakan gula darah minimal 1x dalam satu bulan.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

HASIL	FREKUENSI	PERSEN
Benar	42	48,2%
Salah	43	51,8%
Total	85	100%

Berdasarkan penelitian (Semiardji, G., 2013), yang membahas penatalaksanaan Diabetes Melitus. Dalam tabel 7 membahas "Sebaiknya memeriksa gula darah minimal 1x sebulan. Frekuensi perbandingannya cukup dekat yang dimana responden yang tidak memeriksa gula darah berkisaran 43 responden (51,8%), sedangkan responden yang memeriksa kadar gulanya berkisaran 42 responden (48,2%). Sebaiknya memeriksakan kadar gula minimal sebulan 4 kali/=seminggu sekali dengan begitu kita tahu apakah kadar gula kita semakin meningkat atau justru malah menetap agar pencegahan terjadinya penyakit diabetes dapat diminimalisir oleh pengecekan rutin. Faktor yang mempengaruhi mahasiswa kadang mahasiswa suka malas untuk memeriksakan kadar gula nya dikarenakan badan slalu sehat dan tidak ada tanda"diabetes. Kita tidak bisa sepele dengan penyakit satu ini karena sebisa mungkin harus dicegah. Ternyata dalam keterampilan ini mahasiswa masih kurang dalam pengetahuan cek kadar gula yang baik, oleh karena itu dengan penelitian ini dapat menambah wawasan mahasiswa.

Pertanyaan Keterampilan: Setiap hari saya makan lauk pauk dan sayur.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

HASIL	FREKUENSI	PERSEN
Benar	78	89,4%
Salah	7	10,6%
Total	85	100%

Berdasarkan penelitian MR Pamungkas (2022) tentang pengaruh kualitas makanan. (Cox Dan Anderson, 2004 membahas tentang pentingnya memilih makanan yang bergizi dan sehat. Dalam penelitiannya sebagai subjek diambil dari usia 26-35 tahun sekitar(56,7%), pada derajat SMA 35%, ibu rumah tangga 65%, setelah diberi penyuluhan terjadi peningkatan sebesar 75,8% pengetahuan dalam pentingnya makanan yang berserat. Sedangkan dalam tabel 8 penelitian ini ternyata jumlah responden yang selalu menjaga pola makan sehat berjumlah 78 responden (89,4%), sedangkan yang tidak suka makan lauk pauk berjumlah sedikit hanya 7 responden (10,6%). Hal ini dapat dilihat bahwasannya dalam penelitian ini banyak mahasiswa dari jurusan kesehatan masyarakat yang menerapkan hidup sehat dengan memakan makanan yang sehat, yaitu dari kampus USU (35) responden dan INKES (30) responen, sementara itu sisanya berasal dari kampus non kesehatan yang mungkin pengetahuan dan keterampilannya masih kurang dalam pemahana ini. Makanan berserat baik untuk jangka panjang, dan untuk bekal kesehatan dimasa yang akan datang. Saat ini mahasiswa sudah banyak pengetahuan tentang pentingnya makan makanan yang berserat selain dapat menyehatkan tubuh juga dapat memperkuat tubuh, namun kadang faktor yang mempengaruhi mahasiswa datang dari teman karena hasutan teman yang tidak suka makan sayur jadi ikut-ikutan tidak makan sayur, banyak mahasiswa yang tidak suka sayur dan banyak juga mahasiswa yang suka sayur. Dalam penelitian ini dominan banyak mahasiswa yang makan sayur-sayuran.

Pertanyaan Keterampilan: Saya berolahraga minimal satu kali dalam seminggu.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Profil Pengetahuan Mahasiswa Di Kota Medan Tentang Penyakit Diabetes.

HASIL	FREKUENSI	PERSEN
Benar	62	83,5%
Salah	23	16,5%
Total	85	100%

Berdasarkan penelitian Dolongseda, F. V., Masi, G. N. M., & Bataha, Y. B. (2017). Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Poli Penyakit Dalam Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado. E-Journal Keperawatan (E-Kp), 5(1), 1–8. Aktifitas fisik berdampak terhadap aksi insulin pada orang yang beresiko diabetes melitus. Kurangnya aktivitas merupakan salah satu faktor yang ikut berperan menyebabkan resistensi insulin pada diabetes sedangkan pola makan tingkah laku manusia dalam memenuhi kebutuhan hidup. Dengan melalui tabel 9 diatas, penelitian ini dapat dibandingkan dengan penelitian sebelumnya yaitu menghasilkan lebih banyak mahasiswa yang aktif berolahraga berkisaran 62 responden (83,5%), sedangkan 23 responden (16,5%) masih jarang berolahraga dalam seminggu. Ketika mahasiswa jarang berolahraga tulang-tulang tubuh akan lebih mudah keropos dan tidam tahan lama. Hal ini dapat diberitahukan untuk seluruh mahasiswa agar rajin berolahraga untuk kesehatan tubuh, bangkitkan semangat untuk hidup sehat kedepannya. Namun faktornya kadang mahasiswa malas untuk memulainya. Akan tetapi dalam penelitian ini sangat baik karena mahasiswa dikota medan dengan 4 kampus tersebut sudah mengetahui akan pentingnya berolahraga.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwasannya kita harus menjaga pola makan dan kadar gula agar terhindar dari penyakit diabetes yang kapan saja bisa terjadi pada remaja maupun dewasa. Jika diusia muda kita tidak menjaganya, kemungkinan besar diusia lanjut kita akan terkena diabetes. Sedangkan pada tabel 4,5, dan 6 lebih menjuru kepada sikap kita terhadap pencegahan penyakit diabetes

berupa slalu ngecek kadar gula kita seminggu sekali ataupun sebulan 4 kali agar kita tau sudah sebanyak apa kadar gula yang kita kandung dalam tubuh. Sedangkan pada tabel 7,8, dan 9 menjuru kepada aktivitas dapat berupa mengatur pola hidup, rajin berolahraga, menjaga kadar gula berlebih, mengonsumsi makanan yang bergizi dan lain sebagainya. Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa banyak mahasiswa di kota medan melalui 4 kampus yaitu kampus USU, UINSU, Panca Budi dan INKES yang paham tentang penyakit diabetes dan meminimalisir penambahan jumlah pengidap diabetes yang saat ini banyak dialami oleh seorang mahasiswa. Dengan penelitian ini mahasiswa bisa lebih memahami penyakit diabetes dan menambah wawasan. Dalam perbandingan ini jawaban mahasiswa terkait pengetahuan, sikap, dan keterampilan penelitian ini bisa dibilang cukup baik karena hampir semua penerapannya dimayoritaskan oleh yang paham tentang penyakit diabetes. Tidak hanya paham mahasiswa juga menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, dalam jawaban responden pengetahuannya cukup baik bahkan lebih baik dari pada sikap, akan tetapi yang dibutuhkan ketiganya yaitu memiliki pengetahuan, menerapkan sikap, dan memiliki keterampilan dalam menjaga kesehatan. Jika ketiganya tidak berikatan maka akan sulit untuk mahasiswa disebut sempurna dalam pemahamannya mengenai penyakit diabetes.

Komponen kimia tanaman Mahkota Dewa telah banyak dipelajari mencakup senyawa metabolit sekunder seperti alkaloid, flavonoid, tanin, saponin, dan polifenol. Senyawa ini diyakini memainkan peran dalam aktivitas farmakologis dari tanaman.

Beberapa penelitian telah dilakukan guna mengevaluasi aktivitas farmakologis dari tanaman Mahkota Dewa. Beberapa aktivitas farmakologis yang terkait dengan tanaman ini mencakup sifat anti-inflamasi, antioksidan, antikanker, antidiabetes, dan imunomodulator. Senyawa aktif yang ada di tanaman ini telah menarik minat untuk penelitian lebih lanjut untuk memahami potensi terapeutik mereka dan mungkin mengembangkan obat-obatan baru.

Secara umum, Mahkota Dewa menunjukkan potensi sebagai sumber senyawa bioaktif yang dapat digunakan dalam pengembangan obat-obatan baru atau suplemen kesehatan. Namun, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami mekanisme yang mendasari dan efek samping apa pun yang terkait dengan penggunaan tanaman ini dalam konteks medis.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua mahasiswa yang kami pilih dari 4 kampus tersebut di kota Medan untuk menjadi responden kami dalam penelitian ini dan juga yang sudah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Hussaini, M., & Mustafa, S. (2016). Adolescents' knowledge and awareness of diabetes mellitus in Kuwait. *Alexandria Journal of Medicine*, 52(1), 61-66. <https://doi.org/10.1016/j.ajme.2015.04.001>
- Asri Lestari, R., Mambang Sari, C. W., & Kurniawan, T. (2018). Gambaran persepsi mahasiswa terhadap perilaku pencegahan diabetes mellitus di fakultas keperawatan Universitas Padjadjaran.
- Atmadani, R. N. (2021). Analisa Tingkat Pengetahuan dan Sikap Mahasiswa Farmasi Tingkat Akhir terhadap Penyakit Diabetes mellitus. *Lambung Farmasi: Jurnal Ilmu Kefarmasian*, 2(1), 25-31.
- Aulya, S., & Sukarni, M. (2018). HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN SIKAP TERHADAP PERILAKU DALAM UPAYA PENCEGAHAN DIABETES MELITUS PADA MASYARAKAT KOTA PONTIANAK
- Dolongseda, F. V., Masi, G. N. M., & Bataha, Y. B. (2017). Hubungan Pola Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Poli Penyakit Dalam

- Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado. E-Journal Keperawatan (E-Kp), 5(1), 1–8.
- (Indah Fitriyani, Achmad Kusyairi, Sunanto, Hubungan pola makan dengan kadar glukosa pada lansia penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di puskesmas Pajarakan Probolinggo, Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia: Vol. 2 No. 7 (2023).
- Rujul, D., Vадgama, P., & Parth, D. (2012). Effect of Awareness of Diabetes on Clinical Outcomes of Diabetes: An Observational Study at A Private Hospital In Gujarat. National Journal of Medical Research, 2(493-496).
- Sari dan Isnawati, (2018). Menjaga pola makan untuk mencegah penyakit diabetes.
- Sirait, A. M., Sulistiowati, E., Sihombing, M., Kusuma, A., & Idayani, S. (2015). Insiden dan Faktor Resiko Diabetes Melitus Pada Orang Dewasa Di Kota Bogor Studi Kohor Prospektif Faktor Resiko Penyakit Tidak Menular. Buletin Penelitian Sistem Kesehatan Vol. 18, hlm. 151-160.
- Surjadi, C. (2013). Globalisasi dan Pola Makan Mahasiswa: Studi Kasus di Jakarta. CDK-205 Vol 40 no 6, hlm,416-421.
- Susanti, S., & Bistara, D. N. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. Jurnal Kesehatan Vokasional, 3(1), 29. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.3408>
- Wahyudi, W. (2022). GAMBARAN PENGETAHUAN DAN UPAYA SWAMEDIKASI MAHASISWA FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UIN SUMATERA UTARA MEDAN. Jurnal Penelitian Farmasi & Herbal, 5(1), 99-106.
- Yudiana, M., Kosasih, C. E., & Harun, H. (2019). Gambaran kesadaran diri diabetes mellitus mahasiswa fakultas keperawatan universitas padjdajaran. Jurnal Keperawatan. Vol, 10(2).
- (Ernia, R., Muslim., Nabil, M., & Yahya, M. F. A.(2022), yang membahas perilaku pola makan sehat untuk mengurangi resiko Diabetes pada mahasiswa dikota Medan.
- Priwahyuni Y. 2016), yang membahas faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan Siap Saji (Fast Food) pada Mahasiswa di kota Medan.
- (Utami Cahyaningtyas, & Rini Werdiningsih. (2022) membahas Faktor Lama Penyembuhan Diabetes.
- (Semiardji, G., 2013), yang membahas penatalaksanaan Diabetes Melitus.
- Cox Dan Anderson, 2004 membahas tentang pentingnya memilih makanan yang bergizi dan sehat.
- MR Pamungkas (2022) tentang Pengaruh Kualitas Makanan
- Wahyudi, (2022) Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan mahasiswa tentang penyakit Diabetes Melitus.
- Wahyudi. (2022). Teknik pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner via google form