

Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus Di UPTD Puskesmas Panarung Kota Palangka Raya

Septi Marlina¹, Melisa Frisilia², Merry Delyka³

^{1,2,3} Universitas Eka Harap

Email: septimarlina08@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit tidak menular yang menjadi masalah kesehatan global dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data tahun 2024 tercatat 560 kasus dan meningkat pada tahun 2025 menjadi 772 kasus diabetes melitus di UPTD Puskesmas Panarung Kota Palangka Raya. Jika tidak dicegah dan ditangani sejak dini, penyakit ini berpotensi menimbulkan berbagai komplikasi serius. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang sangat berperan dalam pembentukan perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada masyarakat. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada pengunjung UPTD Puskesmas Panarung Kota Palangka Raya. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pengunjung UPTD Puskesmas Panarung dengan jumlah sampel sebanyak 99 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan analisis data menggunakan uji *Chi Square*. **Hasil:** Hasil uji *Chi Square* didapatkan ($p = 0,000 < \alpha = 0,05$). Hal itu berarti ada hubungan pengetahuan pengunjung dengan perilaku pencegahan diabetes melitus di UPTD Puskesmas Panarung Kota Palangka Raya. **Kesimpulan :** Pengunjung yang memiliki pengetahuan baik tentang Diabetes Melitus cenderung telah menerapkan sebagian besar perilaku pencegahan Diabetes Melitus seperti mengatur pola makan sehat, rutin melakukan aktivitas fisik, dan memeriksakan kadar gula darah secara berkala. Oleh karena itu, upaya meningkatkan pengetahuan masyarakat terkait Diabetes Melitus melalui promosi kesehatan harus semakin ditingkatkan, agar pengunjung mendapatkan pemahaman lebih mendalam dan pengetahuan yang lebih luas tentang pencegahan Diabetes Melitus sehingga mampu menerapkan perilaku pencegahan secara tepat dan konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Pengetahuan, Perilaku Pencegahan, Pengunjung

Abstract

Background : Diabetes Mellitus is one of the non-communicable diseases that has become a global health problem, with a prevalence that continues to increase every year. Based on data from 2024, there were 560 cases and this increased to 772 cases in 2025 at UPTD Puskesmas Panarung, Palangka Raya. If not prevented and managed early, this disease has the potential to cause various serious complications. Knowledge is a predisposing factor that plays a significant role in shaping Diabetes Mellitus prevention behavior in the community. **Objective :** To determine the correlation between knowledge and Diabetes Mellitus prevention behavior among visitors of UPTD Puskesmas Panarung, Palangka Raya. **Method :** This research used an analytic quantitative design with a cross-sectional approach. The population consisted of all visitors at UPTD Puskesmas Panarung, with a sample of 99 respondents selected using accidental sampling technique. The data were collected using a questionnaire and analyzed using the Chi-Square test. **Results :** The Chi-Square test results obtained ($p = 0.000 < \alpha = 0.05$), meaning there was a significant correlation between visitors' knowledge and Diabetes Mellitus prevention behavior at UPTD Puskesmas Panarung, Palangka Raya City. **Conclusion :** Visitors with good knowledge of Diabetes Mellitus tend to have implemented most Diabetes Mellitus prevention behaviors, such as maintaining a healthy diet, engaging in regular physical activity, and periodically checking blood sugar levels. Therefore, efforts to improve community knowledge regarding Diabetes Mellitus through health promotion must be further enhanced, so that visitors gain a deeper understanding and broader knowledge about Diabetes Mellitus prevention, enabling them to apply prevention behaviors appropriately and consistently in daily life.

Keywords : Diabetes Melitus, Knowledge, Prevention Behavior, Visitors

1. PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit metabolik kronis akibat kegagalan pankreas memproduksi insulin secara cukup atau ketidakmampuan tubuh menggunakan insulin secara efektif, sehingga kadar glukosa darah meningkat (hiperglikemia) dan dapat merusak berbagai organ. Organisasi Kesehatan Dunia melaporkan bahwa jumlah orang yang hidup dengan diabetes meningkat secara global, dan diabetes dapat menyebabkan kebutaan, gagal ginjal, serangan jantung, stroke, serta amputasi ekstremitas bawah. Pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, pemeliharaan berat badan normal, dan menghindari penggunaan tembakau merupakan langkah penting untuk mencegah atau menunda diabetes tipe 2.

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO, 2024), terdapat 422 juta individu di seluruh dunia menderita Diabetes Melitus, dengan 1,6 juta kematian akibat diabetes pada tahun 2021. *International Diabetes Federation* (IDF, 2021) mencatat Indonesia berada di posisi kelima negara dengan penderita diabetes melitus terbanyak di dunia, yaitu sebanyak 19,5 juta jiwa, dan memproyeksikan jumlah penderita secara global akan meningkat menjadi 783 juta pada tahun 2045.

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat angka kejadian DM pada penduduk usia ≥ 15 tahun mencapai 11,7%, naik dari 10,9% pada Riskesdas 2018 (Kemenkes RI, 2023). Di tingkat provinsi, jumlah penderita DM di Kalimantan Tengah tercatat sebanyak 33.846 orang pada tahun 2024 dengan prevalensi 1,4%.

Di Kota Palangka Raya, jumlah penderita DM tercatat 5.620 kasus pada tahun 2023 dan meningkat menjadi 6.060 kasus pada tahun 2024. Di wilayah kerja UPTD Puskesmas Panarung secara khusus, jumlah penderita DM meningkat dari 520 orang pada tahun 2023 menjadi 560 orang pada tahun 2024, dan kembali meningkat menjadi 772 orang pada tahun 2025, sementara capaian pelayanan kesehatan sesuai standar justru menurun dari 100% pada tahun 2023 menjadi 93,04% pada tahun 2024.

Pengetahuan merupakan salah satu domain dasar dalam pembentukan perilaku. Individu yang memahami faktor risiko, gejala, komplikasi, dan cara pencegahan diabetes lebih memungkinkan untuk mengenali risiko dan mengambil tindakan pencegahan secara tepat.

Hasil survei pendahuluan terhadap 10 pengunjung UPTD Puskesmas Panarung menunjukkan bahwa 4 responden (40%) memiliki pengetahuan kurang tentang DM dan 6 responden (60%) menunjukkan perilaku pencegahan yang kurang optimal. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya penelitian untuk menguji apakah tingkat pengetahuan berkaitan dengan perilaku pencegahan DM pada pengunjung puskesmas. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada pengunjung UPTD Puskesmas Panarung Kota Palangka Raya.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross sectional*, yaitu pengumpulan data variabel independen (pengetahuan) dan variabel dependen (perilaku pencegahan Diabetes Melitus) dilakukan secara bersamaan pada satu waktu tertentu. Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas Panarung, Kecamatan Pahandut, Kota Palangka Raya pada tanggal 02-08 Juni 2026.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pengunjung yang datang ke UPTD Puskesmas Panarung pada periode Februari-April 2026, yaitu sebanyak 5.456 pengunjung. Besar sampel dihitung menggunakan rumus *Slovin* dengan nilai *margin of error* 0,1 (10%), sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 99 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Non-Probability Sampling* jenis *accidental sampling*, yaitu responden dipilih

berdasarkan faktor kebetulan bertemu dengan peneliti di lokasi penelitian dan memenuhi kriteria inklusi, meliputi berusia ≥ 18 tahun, mampu membaca, menulis, dan berkomunikasi dengan baik, serta bersedia menjadi responden dengan menandatangani lembar *informed consent*.

Instrumen pengetahuan diadopsi dari kuesioner Arifa dan Wijayanti (2024) berupa 24 pertanyaan tertutup dengan jawaban benar/salah, sedangkan instrumen perilaku pencegahan diadopsi dari kuesioner Laurina dkk. (2025) berupa pernyataan *favourable* dan *unfavourable* dengan skala ordinal (Rutin, Sering, Kadang-kadang, Tidak pernah). Kedua variabel dikategorikan menjadi tiga tingkatan, yaitu Baik (76%-100%), Cukup (56%-75%), dan Kurang (<56%) berdasarkan skor total yang diperoleh masing-masing responden.

Data yang telah terkumpul diolah melalui tahapan *editing*, *coding*, *scoring*, dan *tabulating* menggunakan Microsoft Excel dan SPSS. Analisis data dilakukan dengan dua tahap, yaitu analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel, serta analisis bivariat menggunakan uji *Chi-Square* untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus, dengan kriteria kemaknaan 5% atau nilai alpha (0,05).

Penggunaan uji *Chi-Square* pada penelitian ini telah memenuhi syarat, yaitu kedua variabel berskala ordinal, jumlah sampel telah memenuhi syarat minimal 40 responden, serta sel dengan nilai *expected frequency* kurang dari 5 tidak melebihi 20% dari keseluruhan sel pada tabel silang. Apabila nilai $p < \alpha$ (0,05), maka H1 diterima dan H0 ditolak, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada pengunjung UPTD Puskesmas Panarung.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Laki-laki	40	40,4
2.	Perempuan	59	59,6
	Total	99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin paling banyak adalah perempuan sebanyak 59 responden (59,6%) dan yang paling sedikit adalah laki-laki sebanyak 40 responden (40,4%). Kondisi ini sejalan dengan karakteristik pekerjaan responden pada penelitian ini yang didominasi oleh kategori tidak bekerja/Ibu Rumah Tangga, sehingga perempuan memiliki waktu yang lebih fleksibel untuk berkunjung ke fasilitas pelayanan kesehatan dibandingkan laki-laki yang sebagian besar berperan sebagai pencari nafkah utama keluarga dengan waktu kerja yang lebih terikat.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	18–25 tahun (dewasa muda)	28	28,3
2.	26–35 tahun (dewasa awal)	22	22,2
3.	36–45 tahun (dewasa tengah)	26	26,3
4.	>45 tahun (dewasa akhir)	23	23,2
	Total	99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan usia paling banyak adalah kelompok usia 18-25 tahun (dewasa muda) sebanyak 28 responden (28,3%) dan yang paling sedikit adalah kelompok usia 26-35 tahun (dewasa awal) sebanyak 22 responden (22,2%). Kelompok usia produktif rentan mengalami perubahan gaya hidup dan pola makan yang kurang sehat, sehingga berisiko terhadap kejadian Diabetes Melitus apabila tidak diimbangi dengan pengetahuan dan perilaku pencegahan yang baik (Angelina & Herwanto, 2022).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	SD/Sederajat	5	5,1
2.	SMP/Sederajat	20	20,2
3.	SMA/Sederajat	43	43,4
4.	Diploma/Sarjana/Pascasarjana	31	31,3
Total		99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan terakhir paling banyak adalah SMA/Sederajat sebanyak 43 responden (43,4%) dan yang paling sedikit adalah SD/Sederajat sebanyak 5 responden (5,1%). Pendidikan turut memengaruhi kemampuan responden dalam menerima dan memahami informasi kesehatan, termasuk informasi mengenai pencegahan Diabetes Melitus, sehingga semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang cenderung semakin mudah pula dalam mengakses dan memahami informasi kesehatan yang diterima (Rahmawati & Maulida, 2023).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Tidak bekerja/IRT	35	35,4
2.	PNS/TNI/POLRI	13	13,1
3.	Karyawan swasta	21	21,2
4.	Wiraswasta/pedagang	15	15,2
5.	Petani/buruh	4	4,0
6.	Mahasiswa	11	11,1
Total		99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan paling banyak adalah kategori tidak bekerja/Ibu Rumah Tangga sebanyak 35 responden (35,4%) dan yang paling sedikit adalah petani/buruh sebanyak 4 responden (4%). Kondisi ini menunjukkan bahwa responden dengan status tidak bekerja/Ibu Rumah Tangga memiliki waktu yang lebih fleksibel untuk berkunjung ke fasilitas pelayanan kesehatan dibandingkan dengan responden yang bekerja pada sektor lain dengan waktu kerja yang lebih terikat.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Riwayat Anggota Keluarga Menderita DM

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Ada	31	31,3
2.	Tidak ada	68	68,7
Total		99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan riwayat anggota keluarga menderita Diabetes Melitus paling banyak adalah tidak memiliki riwayat keluarga sebanyak 68 responden (68,7%) dan yang memiliki riwayat keluarga menderita Diabetes Melitus sebanyak 31 responden (31,3%). Riwayat keluarga merupakan salah satu faktor risiko yang tidak dapat diubah dalam kejadian Diabetes Melitus, sehingga responden dengan riwayat keluarga positif perlu lebih waspada dan proaktif dalam menerapkan perilaku pencegahan (WHO, 2024).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Medapatkan Informasi DM

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Pernah	43	43,4
2.	Tidak Pernah	56	56,6
	Total	99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan status mendapatkan informasi tentang Diabetes Melitus paling banyak adalah tidak pernah mendapatkan informasi sebanyak 56 responden (56,6%) dan yang pernah mendapatkan informasi sebanyak 43 responden (43,4%). Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum pernah terpapar informasi kesehatan terkait Diabetes Melitus, sehingga turut berkontribusi terhadap masih rendahnya tingkat pengetahuan responden mengenai penyakit tersebut.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sumber Informasi

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Tidak pernah	56	56,6
2.	Tenaga kesehatan/dokter/perawat	19	19,2
3.	Penyuluhan di Puskesmas/Posyandu	11	11,1
4.	Media sosial/internet	13	13,1
	Total	99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan sumber informasi tentang Diabetes Melitus paling banyak mendapat informasi paling banyak bersumber dari tenaga kesehatan/dokter/perawat sebanyak 19 responden (19,2%), dan paling sedikit adalah informasi dari penyuluhan di Puskesmas/Posyandu sebanyak 11 responden (11,1%). Tenaga kesehatan masih menjadi sumber informasi utama bagi responden yang pernah mendapat informasi, namun secara keseluruhan paparan informasi kesehatan pada responden penelitian ini masih tergolong minim (Khairunnisa et al., 2021).

Analisis Univariat

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan tentang Diabetes Melitus

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Baik	12	12,1
2.	Cukup	40	40,4
3.	Kurang	47	47,5
	Total	99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang Diabetes Melitus paling banyak berada pada kategori kurang, sebanyak 47 responden (47,5%), dan paling sedikit adalah kategori baik, sebanyak 12 responden (12,1%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum sepenuhnya memahami aspek pengertian, penyebab, faktor risiko, gejala, komplikasi, dan cara pencegahan Diabetes Melitus secara menyeluruh.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus

No.	Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Baik	14	14,1
2.	Cukup	42	42,4
3.	Kurang	43	43,4
	Total	99	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku pencegahan Diabetes Melitus paling banyak berada pada kategori kurang, sebanyak 43 responden (43,4%), dan paling sedikit adalah kategori baik, sebanyak 14 responden (14,1%). Hasil ini menunjukkan bahwa upaya pencegahan Diabetes Melitus pada sebagian besar responden, meliputi pengaturan pola makan, aktivitas fisik, pengendalian berat badan, penghindaran kebiasaan merokok, serta pemeriksaan kadar gula darah, masih belum diterapkan secara optimal, sejalan dengan kondisi pengetahuan responden pada penelitian ini yang juga sebagian besar masih tergolong kurang.

Analisis Bivariat

Tabel 10. Tabulasi silang Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus

Pengetahuan	Perilaku Pencegahan DM			Total	P-value
	Baik	Cukup	Kurang		
Baik	7 58,3%	5 41.7%	0 0%	12 12%	0,000
Cukup	1 2,5%	30 75%	9 22,5%	40 40%	
Kurang	6 12,8%	7 14.9%	34 72,3%	47 47%	
Total	14 14,1 %	42 42,4%	43 43,4%	99 100%	

Keterangan : Uji *Chi-Square*

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa dari 47 responden dengan pengetahuan kurang, sebagian besar (72,3%) juga memiliki perilaku pencegahan kurang, sedangkan dari 40 responden dengan pengetahuan cukup, sebagian besar (75,0%) memiliki perilaku pencegahan cukup, dan dari 12 responden dengan pengetahuan baik, sebagian besar (58,3%) memiliki perilaku pencegahan baik pula. Pola ini menunjukkan adanya hubungan yang searah antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus, yaitu semakin baik pengetahuan responden maka semakin baik pula perilaku pencegahan yang diterapkan.

Pembahasan

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, hasil uji statistik yaitu menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh nilai $\chi^2 = 57,162$ dengan *p value* = 0,000 atau $p < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada pengunjung di UPTD Puskesmas Panarung Kota Palangka Raya. Hal ini didukung oleh hasil tabulasi silang yang menunjukkan pola hubungan searah, yaitu dari 47 responden dengan pengetahuan kurang, sebagian besar (72,3%) juga memiliki perilaku pencegahan kurang, dan dari 40 responden dengan pengetahuan cukup, sebagian besar (75,0%) memiliki perilaku pencegahan cukup pula.

Pengetahuan tentang Diabetes Melitus pada penelitian ini diukur melalui beberapa indikator, meliputi pemahaman mengenai pengertian, penyebab, faktor risiko, gejala, komplikasi, dan cara pencegahan Diabetes Melitus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (47,5%) berada pada kategori pengetahuan kurang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar pengunjung UPTD Puskesmas Panarung belum sepenuhnya memahami keenam aspek tersebut secara menyeluruh. Kondisi ini turut memengaruhi kemampuan pengunjung dalam mengenali risiko dirinya terhadap Diabetes Melitus serta dalam menentukan langkah pencegahan yang tepat untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada penelitian ini diukur melalui beberapa indikator, meliputi pengaturan pola makan sehat, aktivitas fisik secara teratur, pengendalian berat badan, menghindari kebiasaan merokok, serta pemeriksaan kadar gula darah secara rutin. Hampir setengah responden (43,4%) berada pada kategori perilaku pencegahan kurang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar pengunjung UPTD Puskesmas Panarung belum sepenuhnya menerapkan kelima indikator tersebut secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini sejalan dengan rendahnya tingkat pengetahuan responden, mengingat pemahaman yang belum memadai mengenai risiko dan cara pencegahan Diabetes Melitus turut membatasi kemampuan pengunjung dalam menentukan langkah pencegahan yang tepat.

Pengetahuan merupakan domain pertama dan paling mendasar dalam pembentukan perilaku seseorang menurut Teori Perilaku Kesehatan yang dikemukakan oleh Notoatmodjo, di mana tindakan yang dilandasi pengetahuan yang baik cenderung lebih bertahan lama dan konsisten dibandingkan tindakan tanpa dasar pengetahuan yang kuat (Notoatmodjo dalam Khairunnisa *et al.*, 2021). Menurut teori *Lawrence Green* (1980), pengetahuan termasuk dalam faktor predisposisi yang menjadi dasar terbentuknya perilaku; tanpa pemahaman risiko yang benar, seseorang cenderung abai terhadap upaya pencegahan penyakit (Permatasari *et al.*, 2021).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muflihah dan Nisa (2024), individu dengan pengetahuan yang luas tentang Diabetes Melitus lebih mudah menerima dan mengolah informasi baru yang sesuai fakta, sehingga lebih terdorong menerapkan perilaku pencegahan yang baik dan mempertahankan pola hidup sehat. Penelitian ini juga sejalan dengan Angelina dan Herwanto (2022) serta Kalsum dkk. (2023) yang menemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus, di mana masyarakat dengan pengetahuan baik cenderung memiliki perilaku pencegahan yang lebih optimal dibandingkan masyarakat dengan pengetahuan kurang.

Sebagian besar (47,5%) responden pada penelitian ini memiliki pengetahuan yang masih kurang, sehingga hal ini turut memberikan pengaruh terhadap masih rendahnya perilaku pencegahan Diabetes Melitus yang diterapkan, terbukti dengan hasil uji analisis yang bermakna ($p < 0,05$). Oleh sebab itu, untuk meningkatkan dan mempertahankan pengetahuan serta

perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada pengunjung UPTD Puskesmas Panarung, promosi kesehatan perlu dilaksanakan secara dinamis dengan media dan metode yang bervariasi serta mampu mendorong keaktifan pengunjung selama proses edukasi berlangsung. Dengan adanya keaktifan tersebut, diharapkan tujuan promosi kesehatan dapat tercapai secara optimal dan tepat sasaran.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang Diabetes Melitus pada pengunjung di UPTD Puskesmas Panarung Kota Palangka Raya sebagian besar berada pada kategori kurang, yaitu sebanyak 47 responden (47,5%). Perilaku pencegahan Diabetes Melitus juga hampir setengahnya berada pada kategori kurang, yaitu sebanyak 43 responden (43,4%), yang menunjukkan bahwa pengunjung belum sepenuhnya menerapkan upaya pencegahan secara konsisten, seperti pengaturan pola makan sehat, aktivitas fisik teratur, dan pemeriksaan kadar gula darah secara rutin.

Hasil uji Chi-Square menunjukkan nilai $\chi^2 = 57,162$ dengan p value = 0,000 atau $p < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada pengunjung di UPTD Puskesmas Panarung Kota Palangka Raya. Temuan ini menunjukkan pentingnya peningkatan pengetahuan melalui promosi kesehatan yang dilakukan secara berkelanjutan agar pengunjung mampu menerapkan perilaku pencegahan Diabetes Melitus secara lebih konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] World Health Organization, "Diabetes," World Health Organization, 2024. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- [2] International Diabetes Federation, *IDF Diabetes Atlas*, 10th ed. Brussels, Belgium: International Diabetes Federation, 2021.
- [3] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Survei Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta, Indonesia: Kementerian Kesehatan RI, 2023.
- [4] F. Angelina and V. Herwanto, "Hubungan antara pengetahuan dengan sikap dan perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe-2 pada kelompok usia produktif," *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, vol. 2, no. 2, pp. 120–126, 2022, doi: 10.24912/jmmpk.v2i2.23689.
- [5] M. Rahmawati, "Hubungan usia, pengetahuan, tingkat pendidikan dengan kepatuhan protokol kesehatan," *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 14, no. 1, pp. 145–158, 2023, doi: 10.22487/preventif.v14i1.335.
- [6] Z. Khairunnisa, R. Sofia, and S. Magfirah, "Hubungan karakteristik dan tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan COVID-19 pada masyarakat Desa Paya Bujok Blang Pase Kota Langsa," *AVERROUS: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Malikussaleh*, vol. 6, no. 1, pp. 1–14, 2021, doi: 10.29103/averrous.v7i1.4395.
- [7] D. I. Muflihah and A. A. Nisa, "Faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan Diabetes Mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang," *DIAGNOSA: Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan*, vol. 2, no. 3, pp. 13–25, 2024, doi: 10.59581/diagnosa-widya karya.v2i3.3883.
- [8] I. Permatasari, S. Handajani, and S. Sulandjari, "Faktor perilaku higiene sanitasi makanan pada penjamah makanan pedagang kaki lima," *Jurnal Tata Boga*, vol. 10, no. 2, pp. 223–233, 2021.

- [9] U. Kalsum, Y. Safitri, F. Susanti, Jamiatun, and 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,” **Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan**, vol. 13, no. 3, pp. 236–243, 2023, doi: 10.52643/jbik.v13i3.3442.
- [10] N. D. Arifa and A. C. Wijayanti, “Hubungan pengetahuan dan sikap dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Sibela,” Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2023.
- [11] D. Laurina, C. E. F. Tjomiadi, A. Irawan, and M. Basit, “Hubungan persepsi dengan perilaku pencegahan Diabetes Melitus pada siswa,” **Jurnal Keperawatan Jiwa**, vol. 13, no. 2, pp. 135–144, 2025, doi: 10.26714/jkj.13.1.2025.135-144.