

Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Diabetes Melitus Di Posnyandu Lansia Sawocangkring Sidoarjo

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) ialah sebagian penyakit kronis yang umumnya terus menaik, biasanya sering ditemui pada kelompok lansia. Gaya hidup seperti kegiatan fisik, minum alkohol, pola makan, suka merokok, dan kebiasaan lainnya diyakini mempunyai peran signifikan dalam perkembangan penyakit ini, dan memiliki peran penting dalam pencegahan dan pengendalian diabetes melitus pada populasi lansia. Studi ini tujuannya untuk menganalisis korelasi antara gaya hidup dengan kejadian diabetes melitus di Posyandu Lansia Sawocangkring Sidoarjo. Metode studi ini memanfaatkan desain cross-sectional dengan melibatkan 25 responden lansia yang terdaftar di Posyandu Lansia Sawocangkring Sidoarjo yang ditentukan memanfaatkan teknik total sampling. Pengumpulan data dilaksanakan memanfaatkan kuesioner dan pengecekan kadar gula darah. Analisis data memanfaatkan uji man whitney. Hasil penelitian memperlihatkan nilai sebesar 0,003 yang memperlihatkan bahwasanya ada korelasi yang signifikan antara gaya hidup dengan peristiwa diabetes melitus di Posyandu Lansia Sawocangkring Sidoarjo. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi gaya hidup di kalangan lansia untuk mencegah diabetes melitus. Posyandu lansia diharapkan dapat memainkan peran kunci dalam edukasi dan promosi kesehatan dengan mengadakan program-program yang mendorong pola makan sehat, kegiatan fisik yang teratur, serta pengurangan konsumsi alkohol dan kebiasaan merokok. Dengan demikian, peningkatan kualitas hidup dan penurunan kejadian diabetes melitus pada lansia dapat dicapai secara efektif.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Gaya Hidup dan Lansia

The Relationship between Lifestyle and The Incidence Of Diabetes Mellitus at Posyandu For The Elderly in Sawocangkring Sidoarjo

ABSTRAC

Diabetes Mellitus (DM) is a long-term condition that is becoming more common, usually found in the elderly group. Lifestyle such as physical activity, diet, alcohol consumption, smoking habits, and other habits are believed to have a significant role in the development of this disease, and have an important role in preventing and controlling diabetes mellitus in the elderly population. This study aims to analyze the connection between lifestyle and the occurrence of diabetes mellitus at Posyandu for the Elderly in Sawocangkring Sidoarjo. This study method used a cross-sectional design involving 25 elderly respondents registered at Posyandu for the Elderly in Sawocangkring Sidoarjo who were selected using a total sampling technique. Data collection was carried out using questionnaires and checking blood sugar levels. Data analysis used the Man Whitney test. The research results show that the Sig. (2-tailed) of 0.003 indicates that there is a significant relationship between lifestyle and the incidence of diabetes mellitus at Posyandu fot the Elderly in Sawocangkring Sidoarjo. These findings emphasize the importance of lifestyle interventions among the elderly to prevent diabetes mellitus. Posyandu for the elderly is expected to play a key role in health education and promotion by holding programs that encourage healthy eating patterns, regular physical activity, and reducing smoking and alcohol consumption. Thus, enhancing the standard of living and decreasing the occurrence of diabetes mellitus in the elderly can be achieved effectively.

Keywords: Diabetes Melitus, Lifestyle and Elderly