

Nama : Donni Pratama

NIM : 1032231111

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Judul : Hubungan Riwayat Keluarga, Pola Makan dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus pada Lansia di Puskesmas Sukadamai

## ABSTRAK

**Latar belakang :** Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit kronis yang sering terjadi pada lansia dan dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius. Faktor risiko utama yang berkontribusi terhadap kejadian DM meliputi riwayat keluarga, pola makan, dan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara riwayat keluarga, pola makan, dan aktivitas fisik dengan kejadian DM pada lansia di Puskesmas Sukadamai.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan metode *cross-sectional*. Sampel penelitian terdiri dari 122 lansia yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) untuk pola makan, *Global Physical Activity Questionnaire* (GPAQ) untuk aktivitas fisik, serta data rekam medis untuk diagnosis DM. Analisis data dilakukan menggunakan uji bivariat untuk melihat hubungan antara variabel independen dan dependen.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dan kejadian DM ( $p < 0,05$ ). Pola makan yang buruk juga berhubungan dengan peningkatan risiko DM ( $p < 0,05$ ). Selain itu, kurangnya aktivitas fisik berkontribusi terhadap kejadian DM pada lansia ( $p < 0,05$ ).

**Kesimpulan :** Kesimpulan dari penelitian ini adalah riwayat keluarga, pola makan, dan aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian DM pada lansia. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi dan intervensi dini dalam mengelola faktor risiko tersebut guna mencegah peningkatan kasus DM pada kelompok lansia.

**Kata kunci :** Diabetes Melitus, Lansia, Riwayat Keluarga, Pola Makan, Aktivitas Fisik.