

Gambaran Persepsi Mahasiswa terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran

Ranti Asri Lestari^{1*}, Citra Windani Mambang Sari², Titis Kurniawan³

¹Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

²Keperawatan Komunitas, Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

³Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, Bandung, Indonesia

*Email Korespondensi: rantiasrilestari@gmail.com

ARTICLE INFO

HOW TO CITED:

Lestari, R.A., Sari, C.W.M., & Kurniawan, T. (2018) Gambaran Persepsi Mahasiswa Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* 4(1), 68-76

DOI:

10.17509/jpki.v4i1.12345

ARTICLE HISTORY:

Accepted
July 27, 2017

Revised
April 15, 2018

Published
June 30, 2018

ABSTRAK

Perilaku pencegahan Diabetes Mellitus ditentukan oleh keyakinan dan persepsi seseorang mengenai ancaman kesehatan yang dirasakan. Gaya hidup tidak sehat yang dilakukan oleh mahasiswa cenderung dapat meningkatkan resiko terjadinya Diabetes Mellitus, sehingga perlu dilakukan upaya pencegahan Diabetes Mellitus. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui persepsi mahasiswa terhadap perilaku pencegahan Diabetes Mellitus. Penelitian deskriptif kuantitatif ini melibatkan 242 sampel yang ditentukan menggunakan stratified random sampling. Data dikumpulkan menggunakan instrumen *Health Belief Model* (HBM), yang terdiri dari 5 domain yaitu, persepsi kerentanan dan keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, isyarat melakukan tindakan, dan self-efficacy. Data dianalisis dengan analisis deskriptif (frekuensi dan persentase). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) memiliki persepsi positif terhadap perilaku pencegahan Diabetes Mellitus. Adapun persepsi berdasarkan 5 domain didapatkan seluruh responden (100%) memiliki persepsi positif terhadap manfaat pencegahan Diabetes Mellitus, hampir seluruh responden memiliki persepsi positif terhadap kerentanan dan keseriusan (92,6%), isyarat melakukan pencegahan (98,3%), *self-efficacy* dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus (92,6%), dan lebih dari setengah responden memiliki persepsi positif terhadap hambatan melakukan pencegahan Diabetes Mellitus (59,5%). Walaupun demikian, terdapat kurang dari setengah responden (40,5%) yang memiliki persepsi negatif terhadap hambatan, yang berarti bahwa responden tersebut merasakan adanya hambatan dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus. Dapat disimpulkan bahwa seluruh responden mempersepsikan perlunya melakukan pencegahan Diabetes Mellitus. Namun, adanya hambatan dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus, perlu diadakannya promosi kesehatan yang memotivasi mahasiswa untuk mengatasi hambatan yang dirasakan dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus.

Kata kunci: Diabetes Mellitus, Health-Belief-Model, Mahasiswa, Pencegahan, Persepsi

ABSTRACT

Unhealthy lifestyle undertaken by students tended to increase the risk of Diabetes Mellitus, so there should be the effort to prevent Diabetes Mellitus. Prevention behaviours are determined by belief and perception about perceived of threats. This study aimed to identify student's perception towards prevention behaviour of Diabetes Mellitus. This descriptive quantitative study involved 242 students were taken with stratified random sampling. Data collected by Health Belief Model (HBM) instrument that consisted of 5 domains; perceived susceptibility and severity, preceived benefits, perceived

barriers, cues to action, and self-efficacy. Data analyzed with descriptive analysis (frequency and percentage). Result showed that all of responden (100%) had positive perception towards prevention behaviour of Diabetes Mellitus. The results of the perception based on 5 domains showed that all of responden (100%) had positive perceived benefit, most of responden (92,6%) had positive perceived susceptibility and severity, cues to action (98,3%), self-efficacy (92,6%) and more than half of respondents (59,5%) had positive perceived barriers. However, less than half of responden (40,5%) had negative perceived barriers which indicated that responden felt the barrier of Diabetes Mellitus prevention. To conclude, all of responden perceived necessary to do Diabetes Mellitus prevention. Whereas, there was a barrier in Diabetes Mellitus prevention so, there should be health promotion to motivate students to overcome their perceived of the barrier to perform Diabetes Mellitus prevention.

Keywords: *diabetes mellitus, health-belief-model, perception, prevention, students*

PENDAHULUAN

Diabetes merupakan salah satu penyakit kronis yang perkembangannya sangat cepat dan menjadi masalah kesehatan dunia. World Health Organization WHO (2015) menyatakan bahwa sebanyak 347 juta jiwa di dunia didiagnosa diabetes. Pada tahun 2012, diabetes menjadi penyebab kematian pada 1,5 juta jiwa di dunia. Selain itu pada tahun 2014, 8,5% orang dewasa usia 18 tahun ke atas menderita Diabetes Mellitus (WHO, 2015). Indonesia merupakan salah satu dari 10 besar negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak (Arisman, 2010). Internasional Diabetes Federation IDF (2015) menyatakan bahwa di Indonesia prevalensi kejadian diabetes pada dewasa usia 20-25 tahun adalah 5,8% di tahun 2014.

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 hiperglikemia akibat penurunan kerja pankreas dalam memproduksi insulin (Sirait, Sulistiowati, Sihombing, Kusuma, & Idayani, 2015).

Memiliki orang tua atau saudara kandung yang mengidap diabetes, dapat meningkatkan resiko sebanyak 40% untuk terkena diabetes. Gaya hidup juga menjadi faktor resiko untuk mengidap diabetes, seperti aktivitas olahraga yang kurang dari 3 kali seminggu. Serta berat badan berlebih dengan BMI ≥ 25 kg/m². Kelebihan berat badan 20% meningkatkan resiko dua kali (Arisman, 2010). Menurut WHO (2015)

masalah kesehatan utama penyebab diabetes di dunia adalah kelebihan berat badan, termasuk obesitas dan kurangnya aktivitas fisik.

Upaya penatalaksanaan Diabetes Mellitus tidak hanya berfokus pada penanganan dan pengendalian penyakitnya saja, melainkan harus berfokus juga pada upaya pencegahannya terutama pada populasi yang beresiko. Dalam upaya pencegahan Diabetes Mellitus terdapat beberapa faktor yang berkontribusi yang salah satunya adalah faktor perilaku pencegahan yang dilakukan. Becker dalam Glanz (2008) mengatakan bahwa perilaku kesehatan ditentukan oleh dua keyakinan atau persepsi, yaitu keyakinan mengenai ancaman kesehatan yang dirasakan dan keyakinan mengenai pertimbangan keuntungan dan kerugian dari tindakan kesehatan yang dilakukan.

Penelitian yang dilakukan oleh Fischetti (2015) menjelaskan bahwa ada hubungan antara persepsi resiko diabetes dengan manajemen diet dan aktivitas pada penderita diabetes. Persepsi yang positif akan mempengaruhi seseorang dalam melakukan berbagai upaya pencegahan diabetes. Sedangkan seseorang yang memiliki persepsi yang negatif, cenderung tidak peduli akan status kesehatannya.

Kurangnya perhatian mengenai pencegahan overweight, obesitas dan diabetes pada dewasa muda yang beresiko akan mempengaruhi persepsi resiko pada populasi ini (Bieda, 2009). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Capener dan Gallimore (2014) menyatakan bahwa respondennya yang berusia dewasa muda cenderung tidak merasa khawatir tentang

kesehatannya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dong-Chul, dkk (2008) kepada mahasiswa, didapatkan bahwa para mahasiswa ini cenderung menganggap diabetes sebagai masalah kesehatan yang akan muncul dikemudian hari. Padahal gaya hidup mahasiswa di lingkungan universitas dapat berkontribusi meningkatkan resiko terkena Diabetes Mellitus (Dong-Chul, Torabi, Kaigang, Jhon, Woodcox, & Pereira, 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Nuraliyah, Syam, dan Hendrayati (2014) didapatkan bahwa mahasiswa cenderung melakukan aktivitas fisik yang ringan. Rendahnya aktivitas fisik ini menjadi salah satu faktor yang menyebabkan obesitas dan dapat meningkatkan resiko Diabetes Mellitus di kalangan mahasiswa. Selain itu durasi tidur mahasiswa juga berpengaruh terhadap kejadian overweight dan obesitas yang dapat meningkatkan resiko Diabetes Mellitus. Hal ini disebabkan oleh kesibukan jadwal kuliah, serta tugas dan laporan yang banyak yang mengharuskan mahasiswa untuk begadang (Nuraliyah, Syam, & Hendrayati, 2014). Jadwal kuliah yang ketat juga mengakibatkan mahasiswa sulit menyediakan waktu untuk makan, dan lebih memilih makanan siap saji karena waktu makan yang terbatas, hal tersebut juga dapat meningkatkan resiko Diabetes Mellitus pada mahasiswa (Surjadi, 2013).

Sebagai mahasiswa kesehatan tentunya menjadi sangat penting untuk memahami dan menyadari faktor-faktor yang dapat mempengaruhi status kesehatannya. Hal ini menjadi penting karena tentunya mahasiswa kesehatan lebih memahami mengenai masalah kesehatan, serta mampu melakukan manajemen diri dalam upaya pencegahan penyakit, terutama pada mahasiswa yang beresiko. Sebagai mahasiswa kesehatan yang nantinya akan menjadi petugas kesehatan tentunya diharapkan mampu menjadi role model bagi masyarakat dalam memberikan pelayanan kesehatan.

Berdasarkan hal tersebut menjadi penting untuk mengetahui persepsi mahasiswa kesehatan terhadap pencegahan diabetes, karena jika persepsinya negatif, maka mahasiswa cenderung

akan berperilaku kesehatan yang buruk dan nantinya akan mempengaruhi peranannya sebagai *role model* di masyarakat ketika sudah menjadi tenaga kesehatan.

Fakultas Keperawatan merupakan salah satu fakultas kesehatan di Universitas Padjadjaran. Sama dengan mahasiswa lainnya, gaya hidup mahasiswa di Fakultas Keperawatan juga cenderung dapat meningkatkan resiko Diabetes Mellitus, seperti pola makan dan aktivitas fisik. Kebanyakan mahasiswa jarang sarapan pagi karena tidak sempat, hal tersebut dapat mengganggu pola makan mahasiswa dan akan berdampak pada kesehatan. Di Fakultas Keperawatan juga terdapat club olah raga dan fasilitas yang memadai untuk mahasiswa berolah raga, namun tidak semua mahasiswa melakukan aktivitas olah raga. Berdasarkan data yang didapat sebanyak 614 mahasiswa di Fakultas Keperawatan, hanya 15% mahasiswa saja yang mengikuti club olahraga, dan 10% lainnya melakukan aktivitas fisik di luar club olahraga di dalam kampus. Selebihnya jarang melakukan aktivitas fisik secara rutin, dikarenakan jadwal kuliah yang padat, banyaknya tugas, serta jarak rumah dengan kampus yang cukup jauh sehingga para mahasiswa merasa malas untuk melakukan aktivitas fisik seperti olahraga secara teratur. Tidak teraturnya pola makan dan aktivitas fisik tersebut dapat meningkatkan resiko Diabetes Mellitus pada mahasiswa. Hal tersebutlah yang menjadi salah satu hambatan mahasiswa untuk melakukan perilaku kesehatan terutama pencegahan Diabetes Mellitus.

Sebanyak 189 mahasiswa di Fakultas Keperawatan sudah pernah mendapatkan materi dan informasi mengenai Diabetes Mellitus melalui mata kuliah sistem endokrin, namun belum ada data yang menjelaskan bagaimana para mahasiswa kesehatan ini merubah perilaku kesehatannya selama masa pendidikan, atau seberapa sukseskah pendidikan kesehatan yang diterima dalam meningkatkan kesadaran para mahasiswa kesehatan khususnya di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran mengenai perlunya pencegahan diabetes.

Mengetahui bagaimana persepsi mahasiswa

kesehatan mengenai pencegahan diabetes juga dapat membantu untuk menentukan promosi kesehatan yang seperti apa yang akan diberikan sesuai dengan persepsi yang mereka pahami mengenai pencegahan diabetes. Berdasarkan pertimbangan tersebut peneliti ingin mengetahui gambaran persepsi mahasiswa terhadap perilaku pencegahan diabetes.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan terhadap 242 mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran. Sampel ditentukan dengan teknik stratified random sampling untuk menentukan jumlah sampel pada setiap angkatan.

Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner persepsi pencegahan Diabetes Mellitus berdasarkan modifikasi Health Belief Model (HBM) yang dikembangkan dari Solihah, dkk. (2013). Health Belief Model (HBM) merupakan konsep dari pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan yang dikembangkan untuk menjelaskan dan memprediksi perilaku yang berhubungan dengan kesehatan, serta dapat mempengaruhi seseorang dalam melakukan perilaku kesehatan yang terdiri atas 5 komponen yaitu; persepsi kerentanan dan keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan, persepsi isyarat, dan self-efficacy (Glanz, Rimer, & Lewis, 2008). Kuesioner persepsi pencegahan Diabetes Mellitus modifikasi Health Belief Model (HBM) ini terdiri dari 31 pertanyaan dengan menggunakan skala likert. Instrumen telah diujicobakan kepada 20 mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran, didapatkan nilai validitas 0,305 - 0,699 dan nilai alfa cronbach 0,974.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Persepsi Mahasiswa Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

| No | Persepsi | Positif | | Negatif | |
|----|---------------------------------------|---------|-----|---------|---|
| | | f | % | f | % |
| 1 | Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus | 242 | 100 | 0 | 0 |

Pengumpulan data dilakukan dengan mengocok nama-nama mahasiswa melalui absensi untuk menentukan responden.

Responden yang terpilih dikumpulkan dalam satu ruangan, dan diminta kesediaan menjadi responden dengan mengisi lembar persetujuan, selanjutnya responden diperlihatkan mengisi kuesioner. Pengambilan data BMI dilakukan dengan pengukuran berat badan dengan menggunakan timbangan yang peneliti bawa sendiri dan sudah dilakukan kalibrasi.

Analisa data menggunakan interval kelas dan didapatkan persepsi negatif jika skor 31–77,5 dan persepsi positif jika skor 78–124. Adapun untuk skor domain variabel persepsi kerentanan dan keseriusan dikatakan negatif jika skor 7–17,5 positif jika skor 18–28; persepsi manfaat dikatakan negatif jika skor 8–20 positif jika skor 21–32; persepsi hambatan dikatakan negatif 16–24 positif jika skor 6–15; persepsi isyarat dikatakan negatif jika skor 5–12,5 positif jika skor 13–20; self-efficacy dikatakan negatif jika skor 5–12,5 positif jika skor 13–20.

HASIL

Berdasarkan penelitian yang dilakukan kepada 242 responden, diperoleh hasil berikut:

Karakteristik Responden

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (94,2%), tidak memiliki riwayat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Domain Variabel Persepsi Mahasiswa Terhadap Pencegahan Diabetes Mellitus

| No | Persepsi | Positif | | Negatif | |
|----|--|---------|------|---------|------|
| | | f | % | f | % |
| 1 | Keseriusan dan Kerentanan Diabetes Mellitus | 224 | 92,6 | 18 | 7,4 |
| 2 | Manfaat Pencegahan Diabetes Mellitus | 242 | 100 | 0 | 0 |
| 3 | Hambatan Pencegahan Diabetes Mellitus | 144 | 59,5 | 98 | 40,5 |
| 4 | Isyarat Melakukan Pencegahan Diabetes Mellitus | 238 | 98,3 | 4 | 1,7 |
| 5 | Self-Efficacy | 224 | 92,6 | 18 | 7,4 |

orang tua obesitas (88,8%) dan tidak memiliki riwayat orang tua dengan Diabetes Mellitus (81,8%). Sebagian besar responden sudah mempelajari sistem endokrin (78,1%) dan pernah mendapatkan informasi terkait Diabetes Mellitus dan faktor resikonya (99,2%), dan sebagian besar responden memiliki BMI yang normal (72,7%).

Gambaran Persepsi Mahasiswa Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus

Berdasarkan table 1 didapatkan semua responden (100%) memiliki persepsi positif terhadap perilaku pencegahan Diabetes Mellitus. Hal ini mengindikasikan bahwa seluruh responden mempersepsikan kerentanan untuk terkena Diabetes Mellitus, menyadari akan keseriusan penyakit, mempersepsikan adanya manfaat dari pencegahan penyakit, tidak memiliki hambatan dalam melakukan pencegahan penyakit, mempersepsikan adanya dorongan dalam diri untuk melakukan pencegahan, dan yakin dengan kemampuan diri untuk melakukan pencegahan penyakit, sehingga merasa perlu untuk melakukan upaya pencegahan terhadap Diabetes Mellitus.

Gambaran Persepsi Mahasiswa Terhadap Pencegahan Diabetes Mellitus Berdasarkan Domain Variabel

Table 2 menunjukkan hasil kelima domain variabel persepsi mahasiswa terhadap perilaku pencegahan Diabetes Mellitus, ternyata didapatkan seluruh responden memiliki persepsi positif terhadap manfaat pencegahan Diabetes Mellitus (100%), hampir seluruh responden memiliki persepsi positif terhadap kerentanan dan keseriusan Diabetes Mellitus (92,6%), isyarat melakukan pencegahan Diabetes Mellitus (98,3%), self-efficacy (92,6%) yang berarti hampir seluruh responden memiliki self-efficacy yang tinggi dalam melakukan pencegahan Diabetes mellitus, dan lebih dari setengah responden (59,5%) memiliki persepsi positif terhadap hambatan melakukan pencegahan Diabetes Mellitus. Adapun hasil kurang dari setengah (40,5%) memiliki persepsi negatif terhadap hambatan pencegahan

Diabetes Mellitus, yang berarti kurang setengah dari responden mempersepsikan adanya hambatan dalam upaya pencegahan Diabetes Mellitus.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian, persepsi mahasiswa terhadap perilaku pencegahan Diabetes Mellitus Di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran adalah seluruh responden (100%) memiliki persepsi yang positif terhadap perilaku pencegahan Diabetes Mellitus. Hal tersebut mengindikasikan bahwa seluruh responden berpandangan bahwa Diabetes Mellitus merupakan penyakit serius dan dapat terjadi pada siapa saja terutama pada diri sendiri apabila tidak menjaga kesehatan. Seluruh responden juga merasa bahwa melakukan pencegahan Diabetes Mellitus dapat bermanfaat, serta merasa yakin dan mampu dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus, meskipun ada beberapa hambatan dalam melakukan perilaku kesehatan tersebut.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kim, Ahn, dan No (2012) yang menyatakan bahwa persepsi positif yang dirasakan mahasiswa terhadap kerentanan dan keseriusan, serta manfaat dapat memberikan dampak yang meningkatkan perilaku kesehatan mahasiswa. Begitu pula dengan persepsi hambatan yang dirasakan akan menurunkan perilaku kesehatan. Selanjutnya ketika seseorang merasa dirinya beresiko dan merasakan adanya manfaat dari perilaku pencegahan maka, orang tersebut akan berpartisipasi dalam upaya meningkatkan kesehatannya (Fischetti, 2015).

Adapun pengetahuan dan dukungan yang diberikan oleh keluarga dan orang-orang terdekat dapat mendorong seseorang untuk melakukan pencegahan Diabetes Mellitus (Tafti, Mahmoodabad, Morowatisharifabad, Ardakani, Rezaeipandari, & Lofti, 2015). Selain itu self-efficacy juga berdampak positif untuk meningkatkan perilaku kesehatan seseorang dan berpengaruh terhadap keberhasilan suatu program kesehatan, dalam hal ini adalah perilaku pencegahan Diabetes Mellitus (Vazini & Barati, 2015 dan Tafti, dkk, 2015).

Gambaran Persepsi Mahasiswa terhadap Kerentanan dan Keseriusan Diabetes Mellitus

Berdasarkan hasil penelitian dari total 242 responden, didapatkan sebanyak (92,6%) bahwa mereka menyadari kerentanan dan bahaya dari Diabetes Mellitus. Temuan dari penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Capener & Gallimore (2014) dan penelitian yang dilakukan oleh Dong-Chul, dkk. (2008) yang menyatakan bahwa populasi dewasa muda cenderung tidak merasa khawatir akan kesehatannya dan menganggap Diabetes Mellitus sebagai masalah kesehatan yang akan timbul dimasa mendatang. Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Al-Mutairi, dkk. (2015) yang menemukan bahwa kelompok remaja dan dewasa muda cenderung merasa tidak rentan untuk terkena Diabetes Mellitus, hal ini disebabkan pada kelompok tersebut memiliki pengetahuan yang rendah mengenai Diabetes Mellitus dan komplikasinya.

Menjelaskan hasil temuan penelitian ini, dikarenakan hampir seluruh responden pada penelitian ini sudah pernah mendapatkan informasi terkait Diabetes Mellitus dan faktor resikonya, sehingga hampir seluruh responden merasa memiliki kerentanan yang tinggi untuk terkena Diabetes Mellitus. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vazini dan Barati (2015) yang menyatakan bahwa seiring dengan meningkatnya rasa kerentanan dan keseriusan cenderung meningkat pula upaya pencegahan dan manajemen penyakit.

Gambaran Persepsi Mahasiswa Terhadap Manfaat Pencegahan Diabetes Mellitus

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh responden (100%) menyadari manfaat pencegahan Diabetes Mellitus. Seluruh responden setuju bahwa melakukan pencegahan Diabetes Mellitus akan berpengaruh terhadap kondisi kesehatan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al-Mutairi (2015) responden yang merasakan adanya manfaat dalam melakukan perilaku sehat, mengindikasikan mereka percaya bahwa perilaku pencegahan merupakan kunci utama

untuk terhindar dari Diabetes Mellitus. Sesuai dengan hal tersebut, dengan mempertimbangkan manfaat yang dirasakan, akan menjadi dasar bagi seseorang untuk melakukan tindakan kesehatan khususnya dalam pencegahan Diabetes Mellitus (Glanz, Rimer, & Lewis, 2008).

Gambaran Persepsi Mahasiswa Terhadap Hambatan Pencegahan Diabetes Mellitus

Temuan lain dari penelitian ini adalah kurang dari setengah responden (40,5%) memiliki persepsi negatif terhadap hambatan melakukan pencegahan Diabetes Mellitus, yang berarti mempersepsikan adanya hambatan dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus. Hasil analisis item yang menjadi hambatan dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus adalah lebih dari setengah responden (62,8%) beranggapan bahwa mereka tidak memiliki waktu untuk berolahraga, mengatur pola makan sulit dilakukan, serta beranggapan bahwa menjaga berat badan sulit dilakukan. Hal tersebut dikarenakan jadwal kuliah yang padat sehingga responden cenderung tidak memiliki waktu untuk berolahraga, dan banyaknya tugas yang harus dikerjakan menyebabkan responden sulit untuk mengatur dan mengontrol pola makan.

Adapun lebih dari setengah responden (59,5%) memiliki persepsi positif terhadap hambatan melakukan pencegahan Diabetes Mellitus, yang berarti mempersepsikan tidak ada hambatan dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus meskipun jadwal kuliah padat ataupun tugas yang banyak. Persepsi hambatan inilah yang salah satunya dapat mempengaruhi seseorang dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus. Hal ini bergantung bagaimana seseorang mempersepsikan kegiatan atau aktivitas tersebut dapat menjadi hambatan atau tidak bagi dirinya dalam melakukan pencegahan Diabetes Mellitus.

Menurut Ayele, dkk. (2012) mengemukakan bahwa responden yang memiliki persepsi hambatan yang sedang akan menunjukkan perilaku yang lebih baik dalam upaya perawatan diri maupun pencegahan penyakit, begitu pula sebaliknya. Pendapat yang sama juga dikemuka-

kan oleh Hartzler, dkk. (2014) bahwa orang yang merasakan hambatan yang tinggi, biasanya akan cenderung memiliki pencegahan penyakit dan manajemen diri yang buruk.

Tingginya hambatan yang dirasakan juga menjadi salah satu kendala bagi populasi yang beresiko dalam upaya melakukan pencegahan Diabetes Mellitus (Ayele, Abebe, Tilahun, Tesfa, & Girma, 2012). Sehingga persepsi hambatan yang dirasakan akan menghambat seseorang dalam melakukan perilaku kesehatan, khususnya pencegahan Diabetes Mellitus.

Gambaran Isyarat Melakukan Pencegahan Diabetes Mellitus

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki persepsi positif terhadap isyarat melakukan pencegahan Diabetes Mellitus. Hal yang menjadi dasar dalam isyarat melakukan perilaku kesehatan yaitu adanya hal-hal yang mendorong seseorang untuk merubah perilaku, seperti media massa, keluarga, teman, dan petugas kesehatan.

Hal tersebut dibuktikan dengan hasil analisis item yang didapatkan bahwa hampir seluruh responden (94,6%) menyatakan informasi yang didapatkan dari media massa dan (97,9%) setelah berkonsultasi dengan petugas kesehatan, mendorong responden untuk melakukan pencegahan Diabetes Mellitus.

Selain itu, sebagian besar responden (88,8%) mempersepsikan bahwa dukungan yang diberikan oleh keluarga dan teman mendorong responden untuk melakukan pencegahan Diabetes Mellitus. Isyarat ini nantinya akan menghasilkan sebuah tindakan nyata jika seseorang yakin dan benar-benar ingin melakukan perubahan atau pencegahan Diabetes Mellitus.

Sejalan dengan hal tersebut penelitian yang dilakukan oleh Tafti, dkk. (2015) didapatkan bahwa pendidikan dan pengetahuan yang dimiliki akan meningkatkan perilaku kesehatan seseorang. Selain itu didapatkan pula bahwa interaksi dan dukungan yang diberikan keluarga maupun orang terdekat memberikan efek positif terhadap isyarat melakukan pencegahan

Diabetes Mellitus.

Gambaran Self-Efficacy Pencegahan Diabetes Mellitus

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (92,6%) memiliki self-efficacy atau keyakinan diri positif terhadap perilaku pencegahan Diabetes Mellitus. Hal ini berarti sebagian besar responden memiliki keyakinan dan kemampuan yang tinggi dalam mengatasi semua hambatan yang dirasakan, serta melakukan pencegahan Diabetes Mellitus. Self-efficacy merupakan faktor yang berhubungan langsung dengan perilaku seseorang.

Menurut Vazini dan Barati (2015) menjelaskan bahwa dampak positif self-efficacy ini meningkatkan perilaku kesehatan, serta menjadi faktor penting yang dibutuhkan untuk mengatasi hambatan yang ada. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tafti, dkk. (2015) yang menyatakan bahwa self-efficacy merupakan prediktor terkuat dalam perilaku kesehatan diri. Self-efficacy ini menjadi unsur paling berpengaruh terhadap keberhasilan program promosi kesehatan, yang dalam hal ini adalah pencegahan Diabetes Mellitus.

Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh oleh Vahidi, dkk. (2015) dalam penelitiannya yang menyatakan bahwa self-efficacy dan ancaman yang dirasakan dapat mempengaruhi perilaku kesehatan seseorang.

Hasil analisis item ditemukan bahwa sebagian besar responden yakin pada 4 item pernyataan yang diantaranya adalah “mampu melakukan program pencegahan Diabetes Mellitus”, “mendapatkan informasi terkait pencegahan Diabetes Mellitus”, “memilih jenis makanan sehat untuk program diet”, dan “mampu menjalani pola hidup sehat”. Namun kurang dari setengah responden (40,1%) tidak yakin mampu untuk melakukan olahraga secara teratur (2-3 kali dalam seminggu selama 30 menit), hal tersebut dikarenakan dengan jadwal kuliah responden yang padat, sehingga tidak memiliki waktu untuk berolahraga.

Pada temuan ini kurang dari setengah responden (41,3%) merasakan adanya hambatan,

namun hampir seluruh responden memiliki self-efficacy yang tinggi (92,6%). Dalam hal ini menandakan bahwa hampir seluruh responden merasa yakin dapat mengatasi segala hal yang menjadi hambatan dalam upaya pencegahan Diabetes Mellitus.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian kepada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran yang berjumlah 242 orang, seluruh responden (100%) memiliki persepsi yang positif terhadap pencegahan Diabetes Mellitus. Adapun hasil penelitian berdasarkan domain variabel didapatkan hasil, seluruh responden (100%) memiliki persepsi positif terhadap manfaat pencegahan Diabetes Mellitus, dan hampir seluruh responden memiliki persepsi positif terhadap kerentanan dan keseriusan (92,6%), isyarat melakukan pencegahan (98,3%), self-efficacy pencegahan Diabetes Mellitus (92,6%) dan lebih dari setengah responden (59,5%) memiliki persepsi positif terhadap hambatan pencegahan Diabetes Mellitus. Walaupun demikian kurang dari setengah responden (40,5%) memiliki persepsi negatif terhadap hambatan pencegahan Diabetes Mellitus, yang berarti responden tersebut mempersepsikan adanya hambatan dalam upaya melakukan pencegahan Diabetes Mellitus, sehingga perlu adanya program promosi kesehatan yang lebih fokus pada upaya mengatasi hambatan yang dirasakan agar memotivasi mahasiswa dalam perilaku pencegahan Diabetes Mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mutairi, R., Bawazir, A. A., Ahmed, A. E., & Jradi, H. (2015). Health Belief Related to Diabetes Mellitus Prevention among Adolescents in Saudi Arabia. *Sultan Qaboos University Med Journal*, hlm.398-404.
- Arisman. (2010). *Obesitas, Diabetes Mellitus, & Dislipidemia : Konsep, Teori, dan Penanganan Aplikatif*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Ayele, K., Abebe, L., Tilahun, T., Tesfa, B., & Girma, E. (2012). Self Care Behavior among Patients with Diabetes in Harari, Eastern Ethiopia: The Health Belief Model Perspective. *PLoS ONE* Volume 7, hlm.1-6.
- Bieda, J. (2009). *Perceptions of Risk For The Development of Type 2 Diabetes in African-American Women With Gestational Diabetes. (Disertasi)*. The University Of Michigan, USA.
- Capener, E., & Gallimore, K. (2014). Knowledge and Perception of Consequences of Type 2 Diabetes : A Cross-Sectional Study. *European Journal of Nutrition & Food Safety*, hlm.261-262.
- Dong-Chul, S., Torabi, M. R., Kaigang, L., Jhon, P. M., Woodcox, S. G., & Perera, B. (2008). Perceived Susceptibility To Diabetes And Attitudes Towards Preventing Diabetes Among College Students At A Large Midwestern University. *American Journal of Health Studies*, hlm.143-150.
- Fischetti, N. (2015). Correlates among Perceived Risk for Type 2 Diabetes Mellitus, Physical Activity, and Dietary Intake in Adolescents. *Continuing Nursing Education CNE*, hlm.126-131.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Lewis, F. M. (2008). *Health Behavior and Health Education* Ed. 3. USA: Jossey-Bass.
- Hartzler, M. L., Chen, A. M., Murphy, B. L., & Rodewald, S. J. (2014). Evaluation of Jamaican Knowledge of Diabetes and Health Beliefs. *Christian Journal for Global Health*, hlm.19-28.
- Internasional Diabetes Federation. (2015). *Diabetes In Indonesia*. Retrieved Januari 24, 2016. (Online). Diunduh dari <https://www.idf.org/membership/wp/indonesia>
- Kim, H. S., Ahn, J., & No, J. K. (2012). Applying the Health Belief Model to college students' health behavior. *Nutrition Research and Practice*, hlm.551-558.
- Nuraliyah, Syam, A., & Hendrayati. (2014). *Aktivitas Fisik dan Durasi Tidur Pada Penderita Overweight dan Obesitas Mahasiswa Universitas Hasanuddin*. Repository Unhas, hlm.1-11.

- 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.
- Solihah, S. N., Sari, C. W., & Yamin, A. (2013). *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Perawatan Diri Pasien DM Tipe 2 Di Poliklinik Endokrin RSUP Hasan Sadikin Bandung*. (Skripsi). Universitas Padjadjaran, Jatinangor.
- Surjadi, C. (2013). Globalisasi dan Pola Makan Mahasiswa: Studi Kasus di Jakarta. *CDK-205* Vol 40 no 6, hlm.416-421.
- Tafti, A. D., Mahmoodabad, S. S., Morowatisharifabad, M. A., Ardakani, M. A., Rezaeipandari, H., & Lofti, M. H. (2015). Determinans od Self-Care in Diabetic Patients Based on Health Belief Model. *Global Journal Health Science* Vol. 7, hlm.33-42.
- Vahidi, S., Shahmirzadi, S. E., Shojaeizadeh, D., Haghani, H., & Nikpour, S. (2015). The effect of an Educational Program Based on the Health Belief Model on Self-Efficacy among Patients with Type 2 Diabetes Referred to the Iranian Diabetes Association in 2014. *Journal of Diabetes Mellitus*, hlm.181-189.
- Vazini, H., & Barati, M. (2015). The Health Belief Model and Self-Care Behaviors among Type 2 Diabetic Patients. *Iranian Journal Of Diabetes and Obesity* Volume 6, hlm.107-113.
- WHO. (2015). *10 Facts About Diabetes*. (Online). Diunduh dari <http://www.who.int/features/factsfile/diabetes/facts/en>
- WHO. (2015). *10 Facts on Obesity*. (Online). Diunduh dari <http://www.who.int/features/factfiles/obesity/facts/en>
- WHO. (2015). *Diabetes*. (Online). Diunduh dari <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs312/en/>