

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada Bab ini menyajikan hasil penelitian beserta pembahasannya. Penyajian hasil penelitian terdiri atas gambaran lokasi penelitian, data umum, dan data khusus. Gambaran lokasi penelitian memuat informasi mengenai tempat pelaksanaan penelitian. Data umum berisi karakteristik responden yang meliputi nama atau kode responden, kelas, dan jenis kelamin. Sementara itu, data khusus memuat hasil pengukuran variabel penelitian, yaitu *Health Belief Model* (HBM), sikap remaja tentang *Sugar Addiction*, dan risiko Diabetes Melitus, serta hasil analisis hubungan antara *Health Belief Model* (HBM) dan sikap remaja tentang *Sugar Addiction* dengan risiko Diabetes Melitus pada siswa SMK Idhotun Nasyi'in.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

SMK Idhotun Nasyi'in Kalitengah merupakan salah satu sekolah menengah kejuruan swasta yang berada di bawah naungan Yayasan Ki Slamet Lamongan serta berada dalam lingkungan Pondok Pesantren Idhotun Nasyi'in. Sekolah ini beralamat di Jalan Sugihwaras No. 03 RT 03 RW 01, Desa Sugihwaras, Kecamatan Kalitengah, Kabupaten Lamongan, Provinsi Jawa Timur. SMK Idhotun Nasyi'in Kalitengah didirikan pada tanggal 2 Juli 2007 dan telah memperoleh akreditasi A. Sekolah ini

memiliki dua program keahlian, yaitu Desain Komunikasi Visual (DKV) dan Teknik Jaringan Komputer (TKJ).

Dalam menunjang proses pembelajaran, SMK Idhotun Nasyi'in Kalitengah dilengkapi dengan berbagai sarana dan prasarana, di antaranya ruang kelas, ruang kepala sekolah, ruang guru, laboratorium komputer, perpustakaan, Unit Kesehatan Sekolah (UKS), mushala, kantin, lapangan futsal, toilet, serta fasilitas penunjang lainnya yang mendukung kegiatan belajar mengajar dan pengembangan kompetensi peserta didik.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional* dan dilaksanakan pada bulan April sampai dengan Juli 2026 di SMK Idhotun Nasyi'in Kalitengah Lamongan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI yang berjumlah 56 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga seluruh siswa kelas XI dijadikan sebagai responden penelitian dengan jumlah sebanyak 56 responden.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *Health Belief Model* (HBM) dan sikap remaja tentang *Sugar Addiction* dengan risiko Diabetes Melitus pada siswa kelas XI di SMK Idhotun Nasyi'in Kalitengah Lamongan.

4.1.2 Data Umum

Tabel 4. 1 Hasil Data Umum Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

No	Karakteristik Demografi Responden	F	%
1	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	18	32,1%
	Perempuan	38	67,9%
2	Tingkat Pendidikan		
	SD	0	0%
	SMP	0	0%
	SMA/SMK	56	
	Perguruan Tinggi	0	
3	Konsumsi Alkohol		
	Iya	0	0%
	Tidak	56	100%
4	Konsumsi Rokok		
	Iya	6	10,7%
	Tidak	50	89,3%
6	Indeks Massa Tubuh		
	<25 kg/ m ²	35	62,5%
	25-30 kg/m ²	19	33,9%
	>30 kg/m ²	2	3,6%
7	Riwayat Keluarga		
	Iya	25	44,6%
	Tidak	31	55,4%
8	Informasi Sebelumnya		
	Pernah	56	100%
	Tidak Pernah	0	0%
	Total	56	100%

Dari tabel 4.1 sebagian besar dari responden penelitian ini didominasi oleh perempuan, yaitu sebanyak 38 responden (67,9%), yang menunjukkan bahwa karakteristik responden lebih banyak merepresentasikan siswi SMK Idhotun Nasyi'in. dan sebagian besar responden berasal dari jurusan TKJ sebanyak 32 responden (57,1%). Seluruh responden (100%) menyatakan tidak mengonsumsi alkohol, serta

hampir seluruh tidak memiliki kebiasaan merokok, yaitu sebanyak 50 responden (89,3%). Hasil Indeks Massa Tubuh (IMT) pada siswa SMK Idhotun Nasyi'in menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki IMT kategori normal, yaitu sebesar 76,8% (43 responden). Selain itu, sebagian besar responden tidak memiliki riwayat keluarga diabetes melitus, yaitu sebanyak 31 responden (55,4%). Berdasarkan hasil data mengenai sumber informasi tentang diabetes melitus, diketahui bahwaseluruh responden pernah memperoleh informasi mengenai diabetes melitus melalui berbagai sumber informasi. Berdasarkan hasil kuesioner, sebagian besar responden memperoleh informasi dari lebih dari satu sumber, seperti media sosial, pengalaman pribadi atau keluarga, majalah, serta kegiatan skrining atau penyuluhan. Sementara itu 96,4% (54 responden), dan terdapat 2 responden yang memperoleh informasi hanya dari satu sumber informasi 3,6% (2 Responden). Hal ini menunjukkan bahwa seluruh responden telah memiliki paparan informasi mengenai diabetes melitus dengan sumber informasi yang beragam.

4.1.3 Data Khusus

1. Persepsi *Health Belief Model* Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

Tabel 4. 2 Persepsi *Health Belief Model* Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

No	<i>Health Belief Model</i>	Frekuensi	Presentase%
1.	Rendah	0	0,00%
2.	Sedang	1	1,8%
3.	Tinggi	55	98,2%
Total		56	100%

Tabel tersebut menunjukkan hampir seluruh responden berada pada kategori *Health Belief Model* tinggi, dengan jumlah 55 responden (98,2%), sehingga kategori ini menjadi yang paling dominan.

2. Sikap Remaja Tentang *Sugar Addiction* Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

Tabel 4. 3 Sikap Remaja Tentang *Sugar Addiction* Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

No	Sikap	Frekuensi	Presentase%
1.	Negatif	56	100%
2.	Positif	0	0,00%
Total		56	100%

Tabel tersebut menunjukkan seluruhnya responden memiliki sikap negatif dengan presentase 56 (100%).

3. Risiko Diabetes Melitus Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

Tabel 4. 4 Risiko Diabetes Melitus Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

No	Risiko Diabetes Melitus	Frekuensi	Presentase%
1.	Risiko Rendah	22	39,3%
2.	Risiko Sedang	19	33,9%
3.	Risiko Tinggi	15	26,8%
Total		56	100%

Tabel tersebut menunjukan bahwa hampir setengah responden dengan kategori risiko diabetes melitus risiko rendah, yaitu sebanyak 22 responden (38,3%).

4. Hubungan *Health Belief Model* dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

Tabel 4. 5 Hubungan *Health Belief Model* dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasy'in

HBM	Risiko Diabetes Melitus						Total	
	Risiko Rendah		Risiko sedang		Risiko tinggi		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Rendah	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Sedang	1	1,8%	0	0,0%	0	0,0%	1	100%
Tinggi	21	38,2%	19	34,5%	15	27,3%	55	100%
Total	22	39,3%	19	33,9%	15	26,8%	56	100%
P value = 0,004; Koefisien korelasi (r) = -0,382								

Hasil pada Tabel 4.5 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden, yaitu 98,2% (55 responden), dengan *Health Belief Model* (HBM) kategori tinggi memiliki risiko diabetes melitus rendah sebesar 37,5% (21 responden), risiko diabetes melitus sedang sebesar 33,9% (19 responden), dan risiko diabetes melitus tinggi sebesar 26,8% (15 responden). Sementara itu, sebagian kecil responden, yaitu 1,8% (1 responden), dengan *Health Belief Model*

(HBM) kategori sedang memiliki risiko diabetes melitus rendah. Tidak terdapat responden dengan *Health Belief Model* (HBM) kategori rendah yang memiliki risiko diabetes melitus rendah, sedang, maupun tinggi.

Hasil analisis bivariat menggunakan uji *Spearman Rank* (*Spearman's rho*) melalui program SPSS menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,004. Karena nilai $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Health Belief Model* (HBM) dengan risiko diabetes melitus pada siswa SMK Idhotun Nasyiin Sugihwaras Kalitengah Lamongan. Nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,382 menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi berkekuatan lemah dengan arah hubungan negatif. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik *Health Belief Model* yang dimiliki responden, maka kecenderungan risiko diabetes melitus akan semakin rendah. Sebaliknya, responden dengan *Health Belief Model* yang kurang baik cenderung memiliki risiko diabetes melitus yang lebih tinggi.

5. Hubungan Sikap Remaja Tentang *Sugar Addiction* Dengan Risiko Diabetes

Melitus Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasyi'in

Tabel 4. 6 Hubungan Sikap Remaja Tentang *Sugar Addiction* Dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Siswa Kelas XI SMK Idhotun Nasyi'in

Sikap	Risiko Diabetes Melitus						Total	
	Risiko Rendah		Risiko sedang		Risiko tinggi		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Negatif	22	39,3%	19	33,9%	15	26,8%	56	100%
Positif	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%	0	0,0%
Total	22	39,3%	19	33,9%	15	26,8%	56	100%

P value = 0,001; Koefisien korelasi (r) = -0,443

Hasil Tabel 4.6 menunjukkan bahwa seluruh responden, yaitu 100% (56 responden), memiliki sikap negatif tentang *Sugar Addiction* dengan risiko diabetes melitus rendah sebesar 39,3% (22 responden), risiko diabetes melitus sedang sebesar 33,9% (19 responden), dan risiko diabetes melitus tinggi sebesar 26,8% (15 responden). Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh responden dalam penelitian memiliki sikap negatif terhadap pencegahan risiko diabetes melitus, meskipun tingkat risiko diabetes melitus yang dimiliki bervariasi.

Hasil analisis *bivariat* menggunakan uji *Spearman Rank (Spearman's rho)* dengan bantuan program SPSS menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,001. Karena nilai $p < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan risiko diabetes melitus pada siswa SMK Idhotun Nasyiin Sugihwaras Kalitengah Lamongan. Nilai koefisien korelasi sebesar -0,443 menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi berada pada kategori sedang dengan arah

hubungan negatif. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik sikap responden terhadap pencegahan diabetes melitus, maka semakin rendah risiko diabetes melitus yang dimiliki. Sebaliknya, semakin kurang baik sikap responden, maka semakin tinggi kecenderungan risiko diabetes melitus.

4.2 Pembahasan

4.2.1 *Health Belief Model* Pada Siswa SMK Idhotun Nasyi'in

Berdasarkan Tabel 4.2 dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh responden memiliki *Health Belief Model* (HBM) pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 55 responden (98,2%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki *Health Belief Model* (HBM) yang tinggi sehingga menggambarkan kecenderungan keyakinan yang baik terhadap pentingnya upaya pencegahan risiko diabetes melitus akibat konsumsi gula berlebih.. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Istaniya Sumantri (2022) yang menunjukkan bahwa remaja dengan *Health Belief Model* yang baik cenderung memiliki perilaku pencegahan diabetes melitus yang lebih baik. Persamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa *Health Belief Model* berperan dalam membentuk keyakinan remaja untuk menjaga kesehatan dan mengurangi faktor risiko diabetes melitus.

Menurut Murphy, et al. (2020), *Health Belief Model* merupakan teori perilaku kesehatan yang menjelaskan bahwa seseorang akan terdorong melakukan tindakan pencegahan apabila memiliki persepsi bahwa dirinya berisiko mengalami suatu

penyakit (*perceived susceptibility*), memahami tingkat keparahan penyakit tersebut (*perceived severity*), meyakini bahwa tindakan pencegahan memberikan manfaat (*perceived benefits*), mampu mengatasi hambatan yang dihadapi (*perceived barriers*), memperoleh dorongan untuk bertindak (*cues to action*), serta memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menerapkan perilaku sehat (*self-efficacy*). Keenam komponen tersebut saling memengaruhi dalam membentuk perilaku kesehatan individu. Semakin baik persepsi seseorang terhadap keenam komponen tersebut, maka semakin besar kemungkinan individu melakukan perilaku pencegahan untuk mengurangi risiko terjadinya penyakit, termasuk diabetes melitus.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa meskipun hampir seluruh responden memiliki HBM yang tinggi, perilaku pencegahan diabetes melitus tetap perlu diperkuat melalui dukungan lingkungan yang sehat. Hal ini karena perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh keyakinan individu, tetapi juga oleh kebiasaan konsumsi minuman berpemanis, pengaruh teman sebaya, lingkungan keluarga, serta kemudahan memperoleh makanan dan minuman tinggi gula di sekitar remaja. Dengan demikian, tingginya *Health Belief Model* pada penelitian ini merupakan modal penting dalam upaya pencegahan diabetes melitus, namun perlu disertai dengan pembentukan kebiasaan hidup sehat agar keyakinan tersebut dapat diwujudkan menjadi perilaku pencegahan yang nyata.

Didapatkan hasil tabulasi silang jenis kelamin dan HBM menunjukkan bahwa responden perempuan paling banyak berada pada kategori *Health Belief Model* tinggi, yaitu sebanyak 37 responden (97,4%), sedangkan 1 responden (2,6%) termasuk dalam

kategori sedang. Hasil tersebut menggambarkan bahwa hampir seluruh responden perempuan memiliki keyakinan dan persepsi kesehatan yang baik dalam upaya pencegahan diabetes melitus. Temuan ini sejalan dengan penelitian Sari (2023). Yang melaporkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat *Health Belief Model* yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki dalam menerapkan perilaku pencegahan penyakit. Kesamaan hasil tersebut mengindikasikan bahwa perempuan umumnya memiliki kesadaran yang lebih baik terhadap pentingnya menjaga kesehatan serta lebih terdorong untuk menerapkan perilaku yang mendukung pencegahan penyakit. Hal tersebut tercermin dari dominannya responden perempuan yang berada pada kategori *Health Belief Model* tinggi, yaitu sebesar 97,4%.

Didapatkan hasil tabulasi silang Informasi sebelumnya mengenai diabetes melitus dan HBM menunjukkan bahwa seluruh responden sebanyak 56 responden (100%) pernah memperoleh informasi mengenai diabetes melitus. Dari jumlah tersebut, sebanyak 55 responden (98,2%) memiliki HBM dalam kategori tinggi, sedangkan 1 responden (1,8%) memiliki HBM dalam kategori sedang dan tidak terdapat responden dengan HBM kategori rendah. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Jiang et al. (2021) yang menjelaskan bahwa pengetahuan mengenai diabetes dapat memengaruhi perilaku melalui komponen HBM, seperti *perceived susceptibility*, *perceived benefits*, *perceived barriers*, dan *self-efficacy*. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa *cues to action* atau isyarat untuk bertindak memiliki peran dalam mendorong perilaku kesehatan. tingginya HBM pada 55 responden (98,2%) dapat dipengaruhi oleh paparan informasi mengenai diabetes melitus yang telah diterima

seluruh responden. Informasi dari berbagai sumber dapat membantu responden memahami risiko dan dampak diabetes melitus serta pentingnya melakukan pencegahan. Paparan informasi tersebut juga dapat menjadi *cues to action* yang mendukung terbentuknya keyakinan kesehatan yang lebih baik.

4.2.2 Sikap Remaja Tentang *Sugar Addiction* Pada Siswa SMK Idhotun Nasy'in

Tabel 4.3 dapat disimpulkan bahwa seluruh responden memiliki sikap negatif terhadap *Sugar Addiction*, yaitu sebanyak 56 responden (100%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa seluruh responden masih memiliki kecenderungan sikap yang kurang mendukung dalam upaya pencegahan risiko diabetes melitus akibat konsumsi gula berlebih. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Azwar (2016). yang menyatakan bahwa sikap merupakan salah satu faktor yang memengaruhi perilaku pencegahan penyakit, sehingga sikap yang kurang baik dapat menghambat penerapan perilaku hidup sehat. Persamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa pembentukan sikap positif melalui edukasi kesehatan sangat diperlukan agar remaja memiliki kesadaran yang lebih baik dalam membatasi konsumsi gula dan menerapkan perilaku pencegahan diabetes melitus.

Hasil tabulasi silang antara informasi sebelumnya dengan sikap remaja mengenai *Sugar Addiction* menunjukkan bahwa seluruh responden 100% (56 Responden) pernah memperoleh informasi mengenai diabetes melitus. Informasi tersebut diperoleh melalui berbagai sumber, seperti media sosial, skrining kesehatan, majalah atau koran, serta pengalaman pribadi. Paparan informasi dari berbagai sumber

tersebut dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman kepada responden mengenai diabetes melitus serta risiko konsumsi gula berlebih, yang selanjutnya dapat mendukung pembentukan sikap terhadap upaya pencegahan diabetes melitus.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2014). yang menyatakan bahwa informasi merupakan salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan dan pembentukan sikap seseorang. Semakin banyak informasi yang diperoleh, maka semakin baik pemahaman individu sehingga dapat membentuk sikap yang lebih positif terhadap kesehatan. Pendapat tersebut juga didukung oleh *World Health Organization* (2022). yang menyatakan bahwa pemberian informasi dan edukasi kesehatan merupakan strategi penting dalam meningkatkan pengetahuan, membentuk sikap, serta mendorong perubahan perilaku hidup sehat untuk mencegah berbagai penyakit, termasuk diabetes melitus. Hal ini tercermin pada penelitian ini, di mana seluruh responden yang memperoleh informasi mengenai diabetes melitus berada pada kategori sikap negatif, yaitu sebesar 100%.

4.2.3 Risiko Diabetes Melitus Pada Siswa SMK Idhotun Nasyi'in

Berdasarkan Tabel 4.4 dapat disimpulkan bahwa hampir setengah responden memiliki risiko diabetes melitus kategori rendah, yaitu sebanyak 22 responden (39,3%), diikuti kategori risiko sedang 19 responden (33,9%), dan kategori risiko tinggi 15 responden (26,8%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki risiko diabetes melitus yang relatif rendah, meskipun masih terdapat responden yang berada pada kategori risiko sedang dan tinggi sehingga memerlukan

perhatian dalam upaya pencegahan sejak usia remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sitinjak et al (2023). yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja berada pada kategori risiko diabetes melitus rendah berdasarkan instrumen *Finnish Diabetes Risk Score (FINDRISC)*. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa usia remaja umumnya belum memiliki banyak faktor risiko metabolik sehingga sebagian besar masih berada pada kategori risiko rendah. Meskipun demikian, perubahan gaya hidup yang kurang sehat dapat meningkatkan risiko diabetes melitus pada masa mendatang.

Menurut International Diabetes Federation IDF (2022). risiko diabetes melitus dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti indeks massa tubuh, lingkar perut, aktivitas fisik, pola konsumsi makanan, riwayat kadar gula darah, penggunaan obat antihipertensi, serta riwayat diabetes dalam keluarga. Semakin banyak faktor risiko yang dimiliki seseorang, semakin besar kemungkinan berkembangnya diabetes melitus tipe 2. Oleh karena itu, pengendalian faktor-faktor risiko sejak usia remaja menjadi salah satu langkah penting dalam mencegah peningkatan kejadian diabetes melitus di masa dewasa.

Menurut peneliti, sebagian besar responden berada pada kategori risiko rendah karena mayoritas masih berada pada usia remaja, sehingga faktor-faktor risiko seperti obesitas, hipertensi, maupun riwayat hiperglikemia belum banyak ditemukan. Namun demikian, masih terdapat responden yang memiliki risiko sedang dan tinggi. Kondisi tersebut diduga berkaitan dengan kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman tinggi gula, kurangnya aktivitas fisik, serta adanya faktor keturunan atau berat badan

berlebih yang dapat meningkatkan risiko diabetes melitus. Oleh karena itu, edukasi mengenai pola makan sehat, pembatasan konsumsi gula, serta peningkatan aktivitas fisik perlu terus dilakukan agar risiko diabetes melitus pada remaja dapat ditekan sejak

Berdasarkan hasil analisis tabulasi silang antara perilaku konsumsi alkohol dan tingkat risiko Diabetes Melitus (DM), seluruh responden (56 orang atau 100%) tercatat tidak mengonsumsi alkohol. Dari kelompok non-alkoholik tersebut, persentase terbesar berada pada kategori risiko rendah yaitu hampir setengah 22 responden (39,3%), disusul kategori risiko sedang 19 responden (33,9%), dan risiko tinggi 15 responden (26,8%). Sementara itu, pada tabulasi silang variabel kebiasaan merokok, hampir seluruh responden diketahui tidak merokok, yaitu sebanyak 50 responden (89,3%), sedangkan responden yang merokok hanya 6 orang (10,7%). Pada kelompok perokok, tingkat risikonya terbagi rata antara kategori rendah dan sedang (masing-masing 3 orang atau 50,0%) tanpa ada yang tergolong risiko tinggi (0,0%). Adapun pada kelompok non-perokok, persentase tertinggi berada pada kategori risiko rendah sebesar 38,0% (19 responden), diikuti risiko sedang sebesar 32,0% (16 responden), dan risiko tinggi sebesar 30,0% (15 orang).

Temuan ini mengindikasikan bahwa gaya hidup tanpa alkohol serta rendahnya proporsi perokok dalam populasi studi berkontribusi positif terhadap tingginya persentase responden yang berada pada kelompok risiko DM rendah. Kendati demikian, masih munculnya tingkat risiko sedang hingga tinggi pada responden yang tidak merokok maupun tidak minum alkohol memperlihatkan bahwa risiko diabetes melitus tidak semata-mata ditentukan oleh kedua perilaku tersebut. Hal ini menandakan

bahwa kecenderungan terjadinya diabetes melitus bersifat multifaktorial dan turut dipicu oleh interaksi variabel lain seperti pola makan harian, kebiasaan aktivitas fisik, riwayat genetik, serta Indeks Massa Tubuh (IMT) responden.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Saraswati dkk. (2021) yang menyatakan bahwa menghindari paparan rokok dan alkohol berperan penting dalam menjaga sensitivitas insulin serta mencegah gangguan metabolik glukosa. Pandangan ini juga didukung oleh World Health Organization (2022). serta American Diabetes Association (2023). yang menegaskan bahwa meskipun eliminasi kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol merupakan langkah preventif yang sangat krusial, upaya pencegahan dan pengendalian risiko diabetes melitus tetap membutuhkan pendekatan holistik terhadap seluruh faktor risiko perilaku dan lingkungan secara menyeluruh.

Hasil tabulasi silang antara indeks massa tubuh (IMT) dengan risiko diabetes melitus menunjukkan bahwa hampir seluruh responden, yaitu 76,8% (43 responden), memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori normal, dengan risiko diabetes melitus rendah sebesar 26,8% (15 responden), risiko diabetes melitus sedang sebesar 26,8% (15 responden), dan risiko diabetes melitus tinggi sebesar 23,2% (13 responden). Selain itu, sebagian kecil responden, yaitu 12,5% (7 responden), memiliki IMT kategori kurus, yang terdiri atas risiko diabetes melitus rendah sebesar 8,9% (5 responden) dan risiko diabetes melitus sedang sebesar 3,6% (2 responden), sedangkan tidak terdapat responden (0%) dengan risiko diabetes melitus tinggi. Selanjutnya, sebagian kecil responden, yaitu 7,1% (4 responden), memiliki IMT kategori gemuk, dengan risiko diabetes melitus rendah sebesar 3,6% (2 responden), risiko diabetes melitus sedang

sebesar 1,8% (1 responden), dan risiko diabetes melitus tinggi sebesar 1,8% (1 responden). Adapun sebagian kecil responden, yaitu 3,6% (2 responden), memiliki IMT kategori obesitas, dengan risiko diabetes melitus sedang sebesar 1,8% (1 responden) dan risiko diabetes melitus tinggi sebesar 1,8% (1 responden), sedangkan tidak terdapat responden (0%) dengan risiko diabetes melitus rendah. Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa peningkatan Indeks Massa Tubuh berbanding lurus dengan peningkatan risiko terjadinya diabetes melitus. Responden dengan status gizi berlebih $25-30 \text{ kg/m}^2$ terbukti lebih banyak mendominasi kategori risiko tinggi dibandingkan responden dengan IMT normal. Hal ini menunjukkan bahwa akumulasi lemak tubuh dan berat badan berlebih menjadi faktor pemicu signifikan yang memperbesar peluang seseorang mengalami gangguan metabolisme glukosa darah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Puspawati et al (2022). yang mengemukakan bahwa Indeks Massa Tubuh yang melebihi batas normal berkorelasi kuat dengan peningkatan resistensi insulin di dalam jaringan tubuh. Hal ini juga didukung oleh teori dari IDF (2021). serta pandangan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021). yang menegaskan bahwa kelebihan berat badan dan obesitas merupakan salah satu pemicu utama gangguan toleransi glukosa, sehingga penanganan Indeks Massa Tubuh menuju rentang normal menjadi modalitas vital dalam tindakan pencegahan diabetes melitus.

Didapatkan dari hasil tabulasi silang Berdasarkan hasil analisis tabulasi silang antara riwayat penyakit dalam keluarga dengan tingkat risiko Diabetes Melitus (DM),

proporsi responden tanpa riwayat diabetes keluarga mencakup 55,4% (31 orang), sedangkan responden dengan riwayat diabetes keluarga berjumlah 44,6% (25 orang). Dari kelompok yang tidak memiliki riwayat keluarga, sebaran terbanyak menempati kategori risiko rendah yakni 48,4% (15 orang), disusul risiko sedang 35,5% (11 orang), dan risiko tinggi 16,1% (5 orang). Sebaliknya, pada kelompok dengan riwayat diabetes keluarga, persentase dominan justru berada pada rentang risiko tinggi mencapai 40,0% (10 orang), diikuti risiko sedang 32,0% (8 orang), dan risiko rendah 28,0% (7 orang).

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Pradana et al (2021). yang menguraikan bahwa keberadaan hubungan darah derajat pertama dengan penderita diabetes secara bermakna menaikkan probabilitas timbulnya resistensi insulin. Pemikiran tersebut turut diperkuat oleh hasil kajian Soegondo (2020) yang menetapkan riwayat keluarga sebagai salah satu faktor pemicu utama yang bersifat tidak dapat dimodifikasi (*non-modifiable risk factor*), sehingga menuntut individu dengan garis keturunan diabetes untuk menjalankan langkah penapisan (*screening*) serta pencegahan secara lebih ketat sejak dini

4.2.4 Hubungan *Health Belief Model* Dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Siswa SMK Idhotun Nasyi'in

Berdasarkan Tabel 4.5 diketahui bahwa hampir seluruh responden memiliki *Health Belief Model* (HBM) kategori tinggi, yaitu sebanyak 55 responden (98,2%). Dari kelompok tersebut, 21 responden (37,5%) memiliki risiko diabetes melitus kategori rendah, 19 responden (33,9%) memiliki risiko diabetes melitus kategori

sedang, dan 15 responden (26,8%) memiliki risiko diabetes melitus kategori tinggi. Sementara itu, hanya 1 responden (1,8%) yang memiliki *Health Belief Model* kategori sedang. Pada kategori risiko rendah, kondisi ini terlihat pada responden yang memiliki IMT normal, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, serta telah memperoleh informasi sebelumnya mengenai diabetes melitus. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa rendahnya jumlah faktor risiko yang dimiliki berkaitan dengan rendahnya tingkat risiko diabetes melitus. Pada kategori risiko sedang, terdapat responden yang memiliki riwayat keluarga diabetes melitus dan kebiasaan merokok, namun beberapa di antaranya memiliki IMT normal dan HBM kategori tinggi, sehingga tingkat risikonya berada pada kategori sedang. Sedangkan pada kategori risiko tinggi, sebanyak 15 responden (26,8%) memiliki faktor risiko yang lebih banyak, seperti IMT yang lebih tinggi, riwayat keluarga diabetes melitus, kebiasaan merokok, serta faktor gaya hidup lainnya. Adapun 1 responden (1,8%) dengan HBM kategori sedang menunjukkan bahwa keyakinan terhadap kesehatan dan upaya pencegahan diabetes melitus pada responden tersebut belum sebaik sebagian besar responden lainnya.

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank (Spearman's rho) menunjukkan nilai *Sig. (2-tailed)* sebesar 0,004, sehingga nilai $p < 0,05$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara *Health Belief Model* dengan risiko diabetes melitus pada siswa kelas XI SMK Idhotun Nasyi'in. Nilai koefisien korelasi ($r = -0,382$) menunjukkan bahwa hubungan tersebut bersifat negatif dengan kekuatan hubungan lemah. Hal ini menunjukkan

bahwa semakin tinggi *Health Belief Model* yang dimiliki responden, maka kecenderungan risiko diabetes melitus semakin rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Istaniya Sumantri (2022) yang menunjukkan bahwa *Health Belief Model* berhubungan dengan perilaku pencegahan diabetes melitus pada remaja. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa remaja yang memiliki *Health Belief Model* lebih baik cenderung lebih terdorong untuk menerapkan perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan diabetes melitus. Persamaan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa *Health Belief Model* merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membentuk perilaku kesehatan individu.

Menurut Murphy et al. (2020), *Health Belief Model* merupakan teori perilaku kesehatan yang menjelaskan bahwa individu akan lebih terdorong melakukan tindakan pencegahan apabila memiliki keyakinan yang baik terhadap ancaman suatu penyakit, manfaat tindakan pencegahan, serta kemampuan dirinya dalam menerapkan perilaku sehat. Semakin tinggi *Health Belief Model* seseorang, maka semakin besar kecenderungannya untuk melakukan perilaku pencegahan sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya penyakit, termasuk diabetes melitus.

Menurut peneliti, hubungan negatif antara *Health Belief Model* dengan risiko diabetes melitus menunjukkan bahwa semakin tinggi HBM, cenderung semakin rendah risiko diabetes melitus. Hal ini dapat berkaitan dengan dorongan untuk menerapkan gaya hidup sehat, seperti membatasi konsumsi gula dan meningkatkan aktivitas fisik. Namun, hubungan yang lemah menunjukkan bahwa risiko diabetes melitus juga

dipengaruhi faktor lain, seperti IMT, riwayat keluarga, aktivitas fisik, pola makan, dan faktor biologis.

4.2.5 Hubungan Sikap Remaja Tentang *Sugar Addiction* Dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Siswa SMK Idhotun Nasyi'in

Berdasarkan Tabel 4.6 diketahui bahwa dari 56 responden (100%), seluruh responden memiliki sikap negatif terhadap *Sugar Addiction*. Dari jumlah tersebut, 22 responden (39,3%) memiliki risiko diabetes melitus kategori rendah, 19 responden (33,9%) memiliki risiko diabetes melitus kategori sedang, dan 15 responden (26,8%) memiliki risiko diabetes melitus kategori tinggi. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa meskipun seluruh responden memiliki sikap negatif, tingkat risiko diabetes melitus yang dimiliki bervariasi. Risiko rendah pada 22 responden (39,3%) berkaitan dengan lebih sedikitnya faktor risiko, seperti IMT normal, tidak merokok, tidak mengonsumsi alkohol, dan aktivitas fisik yang cukup. Risiko sedang pada 19 responden (33,9%) berkaitan dengan adanya beberapa faktor risiko, seperti riwayat keluarga diabetes melitus atau kebiasaan merokok. Sementara itu, risiko tinggi pada 15 responden (26,8%) berkaitan dengan lebih banyaknya faktor risiko, seperti IMT lebih tinggi, riwayat keluarga diabetes melitus, kebiasaan merokok, dan kurangnya aktivitas fisik. Hal ini menunjukkan bahwa sikap terhadap *Sugar Addiction* bukan satu-satunya faktor yang menentukan risiko diabetes melitus, karena risiko juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya.

Hasil analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank (Spearman's rho) menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,001, sehingga nilai $p < 0,05$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_1 diterima, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara sikap remaja tentang *Sugar Addiction* pada tahap pre-test dengan risiko diabetes melitus pada siswa kelas XI SMK Idhotun Nasyi'in. Nilai koefisien korelasi ($r = -0,443$) menunjukkan bahwa hubungan tersebut bersifat negatif dengan kekuatan hubungan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik skor sikap remaja terhadap pencegahan *Sugar Addiction*, maka kecenderungan risiko diabetes melitus semakin rendah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Nugraheni dan Isfandiari (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara sikap dengan upaya pencegahan diabetes melitus tipe 2. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa individu yang memiliki sikap yang lebih baik cenderung memiliki perilaku pencegahan yang lebih baik dalam mengurangi faktor risiko diabetes melitus. Persamaan hasil tersebut menunjukkan bahwa sikap merupakan salah satu faktor yang berperan dalam membentuk perilaku kesehatan.

Menurut Notoatmodjo (2021), sikap merupakan respons tertutup atau kecenderungan seseorang dalam memberikan penilaian terhadap suatu objek yang dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, lingkungan, media informasi, dan budaya. Sikap menjadi salah satu faktor predisposisi yang memengaruhi perilaku kesehatan. Meskipun belum diwujudkan dalam tindakan, sikap yang baik akan mendorong individu untuk lebih siap menerapkan perilaku hidup sehat.

Menurut peneliti, masih ditemukannya responden dengan sikap negatif menunjukkan bahwa sebagian remaja belum memiliki kecenderungan sikap yang baik dalam mencegah *Sugar Addiction* dan risiko diabetes melitus. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh kurangnya pemahaman mengenai dampak konsumsi gula berlebih, kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman tinggi gula, pengaruh teman sebaya, serta gaya hidup yang menjadikan konsumsi makanan dan minuman manis sebagai kebiasaan sehari-hari. Meskipun demikian, hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara sikap dengan risiko diabetes melitus, yang mengindikasikan bahwa semakin positif sikap remaja terhadap pencegahan *Sugar Addiction*, maka kecenderungan risiko diabetes melitus akan semakin rendah. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi kesehatan secara berkelanjutan untuk membentuk sikap yang lebih positif sehingga mampu mendukung penerapan perilaku hidup sehat dan menurunkan risiko diabetes melitus pada remaja.

