

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG POLA MAKAN REMAJA YANG MEMILIKI RIWAYAT KELUARGA DIABETES MELITUS DI UPTD PUSKESMAS KUTA UTARA

I Putu Yogi Arya Darmawan¹, Theresia Anita Pramesti², Ketut Lisnawati³

Program Studi Sarjana Keperawatan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Medika Bali

E-mail: yogiarya004@gmail.com

ABSTRAK

Remaja yang memiliki riwayat keluarga diabetes melitus merupakan kelompok berisiko tinggi untuk mengalami diabetes melitus, terutama apabila tidak didukung dengan pengetahuan yang memadai mengenai pola makan sehat. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan tentang pola makan remaja yang memiliki riwayat keluarga diabetes melitus di UPTD Puskesmas Kuta Utara. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang memiliki riwayat keluarga diabetes melitus di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Utara, dengan jumlah sampel sebanyak 105 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur tingkat pengetahuan responden mengenai pola makan. Analisis data dilakukan secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden didominasi oleh remaja berjenis kelamin perempuan sebanyak 59 responden (64,2%), dengan mayoritas usia berada pada rentang 14-15 tahun sebanyak 66 responden (62,9%). Berdasarkan tingkat pengetahuan tentang pola makan, sebagian besar responden berada pada kategori baik sebanyak 76 responden (72,4%), diikuti kategori cukup sebanyak 19 responden (18,1%), dan kategori kurang sebanyak 10 responden (9,5%). Tingginya proporsi tingkat pengetahuan kategori baik menunjukkan bahwa sebagian besar remaja telah memiliki pemahaman yang baik mengenai pola makan sehat sebagai upaya pencegahan diabetes melitus. Masih terdapat sebagian remaja dengan tingkat pengetahuan cukup dan kurang, yang menunjukkan perlunya peningkatan edukasi gizi secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Remaja, Pola Makan, Pengetahuan, Diabetes Melitus