

## HUBUNGAN PENGETAHUAN SIKAP DAN DUKUNGAN TEMAN SEBAYA TERHADAP PRAKTIK PENCEGAHAN DIABETES MELITUS SEJAK DINI

(STUDI KASUS: SMAN 10 KOTA TASIKMALAYA)

Salma Hazar Azzahra<sup>1</sup>, Sri Maywati<sup>2\*</sup>, Andy Muharry<sup>3</sup>

<sup>123</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Siliwangi, Tasikmalaya

Email : [srimarywati@unsil.ac.id](mailto:srimarywati@unsil.ac.id)

### ABSTRAK

Diabetes melitus adalah penyakit tidak menular kronis yang terjadi karena tubuh tidak mampu memproduksi insulin dengan cukup. Di Puskesmas Mangkubumi, terdapat dua kasus diabetes melitus pada remaja usia 17 tahun yang menandakan DM mulai menyerang kelompok usia sekolah sehingga memerlukan perhatian khusus dalam pencegahan sejak dini. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara pengetahuan sikap dan dukungan teman sebaya terhadap praktik pencegahan diabetes melitus di SMAN 10 Kota Tasikmalaya. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* dan pendekatan deskriptif analitik. Sampel berjumlah 317 responden yang dipilih menggunakan teknik *propotional stratified random sampling* dengan aplikasi *spin wheel* sebagai alat bantu. Data dianalisis menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara pengetahuan terhadap praktik pencegahan DM DM ( $p = 0,142$ ;  $\rho = 0,083$ ), terdapat hubungan antara sikap terhadap praktik pencegahan DM ( $p = 0,003$ ;  $\rho = 0,165$ ), terdapat hubungan antara dukungan teman sebaya terhadap praktik pencegahan DM ( $p = 0,000$ ;  $\rho = 0,195$ ). Disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan terhadap praktik pencegahan DM dan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dan dukungan teman sebaya terhadap praktik pencegahan DM.

**Kata kunci:** Diabetes Melitus, Pengetahuan, Sikap, Dukungan Teman Sebaya, Praktik Pencegahan.

### ABSTRACT

*Diabetes mellitus is a chronic non-communicable disease that occurs when the body is unable to produce enough insulin. At the Mangkubumi Community Health Center, two cases of diabetes mellitus were found in 17-year-old adolescents, indicating that DM is beginning to affect the school-age group, requiring special attention for early prevention. This study aimed to determine the relationship between knowledge, attitudes, and peer support regarding diabetes mellitus prevention practices at SMAN 10, Tasikmalaya City. The method used in this study was a quantitative study with a cross-sectional design and a descriptive-analytical approach. A sample of 317 respondents was selected using proportional stratified random sampling with a spin wheel application as a tool. Data were analyzed using the Spearman Rank test. The results showed no relationship between knowledge and DM prevention practices practices ( $p = 0,142$ ;  $\rho = 0,083$ ), a relationship between attitudes toward diabetes prevention practices ( $p = 0.003$ ;  $\rho = 0.165$ ), and a relationship between peer support and diabetes prevention practices ( $p = 0,000$ ;  $\rho = 0,195$ ). It was concluded that there was no significant relationship between knowledge and DM prevention practices, and there was a significant relationship between attitudes and peer support toward DM prevention practices.*

**Keywords:** Diabetes Mellitus, Knowledge, Attitude, Peer Support, Prevention Practices.

### PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif kini menjadi perhatian utama dalam masalah kesehatan, baik di tingkat nasional maupun global. Salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak menyebabkan masalah kesehatan adalah diabetes melitus. Seseorang dinyatakan menderita diabetes melitus jika hasil pemeriksaan kadar gula darah puasa mencapai 126 mg/dL atau lebih, atau kadar gula darah sewaktu melebihi 200 mg/dL (Lufthiani dkk, 2020). Menurut

*International Diabetes Federation (IDF)* pada tahun 2021 memperkirakan 536,6 juta yang mengidap diabetes melitus, dan jumlah ini diproyeksi pada tahun 2045 akan mencapai hingga 783,2 juta.

Di Indonesia, Riskesdas 2018 umur  $\geq 15$  tahun prevalensi diabetes melitus mengalami peningkatan dari tahun 2013 1,5% menjadi 2,0% di tahun 2018. Provinsi Jawa Barat memiliki pada kelompok umur  $\geq 15$  tahun sebesar 1,7%, dan di Kota Tasikmalaya DM Puskesmas Mangkubumi tercatat sebanyak 985 jiwa pada usia produktif dan memiliki dua kasus yang menderita diabetes melitus. menunjukkan bahwa meskipun jumlah kasus pada remaja relatif sedikit, kemunculannya di beberapa wilayah puskesmas menandakan bahwa diabetes melitus mulai menyerang kelompok usia sekolah sehingga memerlukan perhatian khusus dalam pencegahan sejak dini.

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang kasusnya terus meningkat secara global. Berbagai faktor berkontribusi terhadap tingginya angka kejadian DM, seperti obesitas, aktivitas fisik yang rendah, riwayat keluarga, hipertensi, serta rendahnya pemahaman masyarakat mengenai risiko dan pencegahannya. Kurangnya pengetahuan mengenai DM seringkali menyebabkan deteksi dini tidak dilakukan secara optimal (Manuntung, 2019). Pada remaja, tren kenaikan kasus DM semakin terlihat dan dipengaruhi oleh pola hidup yang kurang sehat, termasuk kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji atau street food di lingkungan sekolah (Qifti et al., 2020; Silalahi, 2019).

Pengetahuan menjadi komponen penting yang dapat mempengaruhi bagaimana seseorang bersikap dan bertindak dalam mencegah penyakit. Individu dengan pengetahuan yang baik mengenai DM cenderung lebih mudah mengadopsi perilaku hidup sehat dan mempertahankan kebiasaan pencegahan (Bachtiar, 2019). Selain pengetahuan, sikap juga berperan dalam menentukan kecenderungan perilaku seseorang. Sikap yang positif terhadap pencegahan penyakit terbukti berkaitan dengan meningkatnya praktik kesehatan yang baik (Andriani & Wirjatmadi, 2020; Ariani et al., 2022).

Di samping faktor individu, lingkungan sosial remaja—khususnya teman sebaya—memiliki pengaruh besar dalam pembentukan kebiasaan. Pada masa remaja, interaksi dengan teman sebaya lebih dominan dibandingkan keluarga, sehingga pola hidup yang diterapkan dalam kelompok pertemanan dapat mempengaruhi keputusan kesehatan seseorang. Remaja yang berada di lingkungan teman sebaya dengan perilaku hidup sehat cenderung menunjukkan praktik pencegahan penyakit yang lebih baik (Dewi & Astuti, 2023).

Temuan survei awal pada 34 responden (10% dari total sampel penelitian) menunjukkan adanya ketimpangan antara dukungan eksternal dan faktor internal. Variabel pengetahuan berada pada kategori cukup (68%), sedangkan sikap (53%) dan dukungan teman sebaya (54%) masih tergolong rendah. Sementara itu, akses informasi kesehatan (78%), ketersediaan fasilitas kesehatan sekolah (81%), dan dukungan keluarga (82%) berada pada kategori baik. Hasil ini mengindikasikan bahwa meskipun dukungan eksternal tersedia dengan baik, hambatan utama justru terletak pada aspek internal remaja seperti sikap dan pengaruh sosial yang belum mendukung perilaku pencegahan DM.

Melihat kondisi tersebut, diperlukan kajian lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi praktik pencegahan DM sejak dini pada remaja. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan pengetahuan, sikap, dan dukungan teman sebaya terhadap praktik pencegahan diabetes melitus pada siswa di SMAN 10 Kota Tasikmalaya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan desain *deskriptif analitik* menggunakan rancangan studi *Cross Sectional* untuk menilai hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap praktik pencegahan DM. Sampel penelitian berjumlah 317 responden dengan teknik *propotional stratified random sampling* agar setiap strata terwakili sesuai dengan perbandingan jumlahnya dalam populasi. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *simple random sampling* dengan aplikasi *spin wheel* sebagai alat bantu pengambilan secara acak pada masing-masing strata. Analisis data meliputi analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi setiap variabel, serta analisis bivariat menggunakan uji *Rank Spearman* untuk mengetahui hubungan antar variabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisis Univariat

#### 1. Pengetahuan Responden

Analisis univariat mengenai distribusi frekuensi kategori pengetahuan responden di SMAN 10 Kota Tasikmalaya Tahun 2025 adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori Pengetahuan Responden SMAN 10 Kota Tasikmalaya 2025

Kategori Pengetahuan	F	%
Baik	183	57,7
Cukup	128	40,4
Kurang	6	1,9
<b>Jumlah</b>	<b>317</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan mayoritas siswa-siswi SMAN 10 Kota Tasikmalaya tahun 2025 memiliki pengetahuan baik sebanyak 183. Pengetahuan cukup 128 orang, dan 6 orang dengan pengetahuan kurang.

#### 2. Sikap Responden

Analisis univariat mengenai distribusi frekuensi kategori sikap responden di SMAN 10 Kota Tasikmalaya Tahun 2025 adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi berdasarkan kategori Sikap Responden SMAN 10 Kota Tasikmalaya 2025

Kategori Sikap	F	%
Baik	186	58,7
Cukup	126	39,7
Kurang	5	1,6
<b>Jumlah</b>	<b>317</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan sebagian besar siswa-siswi SMAN 10 Kota Tasikmalaya tahun 2025 memiliki sikap baik sebanyak 58,7%, sedangkan sikap yang kurang mendukung hanya didapatkan 1,6% saja.

#### 3. Dukungan Teman Sebaya Responden

Analisis univariat mengenai distribusi frekuensi kategori dukungan teman sebaya responden di SMAN 10 Kota Tasikmalaya Tahun 2025 adalah sebagai berikut.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori Dukungan Teman Sebaya Responden SMAN 10 Kota Tasikmalaya 2025

Kategori Kepatuhan	F	%
Baik	121	38,2
Cukup	195	61,5
Kurang	1	,3
<b>Jumlah</b>	<b>317</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan mayoritas siswa-siswi SMAN 10 Kota Tasikmalaya tahun 2025 memiliki dukungan teman sebaya yang cukup sebanyak 195. Sebanyak 1 orang memiliki dukungan yang kurang, dan hanya sebanyak 121 orang memiliki kepatuhan yang baik.

#### 4. Praktik Pencegahan DM

Analisis univariat mengenai distribusi frekuensi kategori praktik pencegahan DM responden di SMAN 10 Kota Tasikmalaya Tahun 2025 adalah sebagai berikut.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kategori Praktik Pencegahan DM Responden SMAN 10 Kota Tasikmalaya 2025

Kategori Kepatuhan	F	%
Baik	40	12,7
Cukup	256	46,7
Kurang	21	49,1
<b>Jumlah</b>	<b>317</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel diatas didapatkan mayoritas siswa-siswi SMAN 10 Kota Tasikmalaya tahun 2025 memiliki praktik pencegahan yang cukup sebanyak 256. Sebanyak 40 orang memiliki praktik pencegahan yang baik, dan hanya sebanyak 21 orang memiliki praktik pencegahan DM yang kurang.

#### B. Analisis Bivariat

Analisis bivariat antara variabel pengetahuan dengan variabel praktik pencegahan DM dengan menggunakan uji *Rank Spearman*. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5. Hasil Analisis Hubungan variabel bebas dengan Praktik Pencegahan Diabetes Melitus di SMAN 10 Kota Tasikmalaya

Variabel Bebas	Correlation coefficient	Sig. (2-tailed)
Pengetahuan	0,083	0,142
Sikap	0,165	0,003
Dukungan teman sebaya	0,195	0,000

##### 1. Hubungan Pengetahuan Terhadap Praktik Pencegahan DM

Berdasarkan Tabel 5 diatas setelah dilakukan uji korelasi menggunakan Spearman's rho, diperoleh hasil  $p$  value = 0.142 yang berarti nilai  $p$  value  $> \alpha$  (0,05) sehingga  $H_0$  ditolak maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan responden dengan praktik pencegahan yang mereka lakukan.

Hasil analisis statistic di atas menunjukkan tidak ada hubungan yang artinya bahwa pengetahuan yang baik belum tentu diikuti dengan perilaku atau praktik pencegahan yang baik. Dengan kata lain, pengetahuan saja tidak cukup untuk mendorong tindakan nyata dalam mencegah diabetes. Kondisi ini sejalan dengan teori Lawrence Green dalam model *PRECEDE-PROCEED*, yang menyebutkan bahwa perilaku kesehatan

dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu faktor predisposisi (*predisposing factors*) seperti pengetahuan dan sikap, faktor pemungkin (*enabling factors*) seperti ketersediaan sarana dan fasilitas, serta faktor penguat (*reinforcing factors*) seperti dukungan dari teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekitar. Dengan demikian, meskipun siswa memiliki pengetahuan yang baik, tetapi jika faktor pemungkin dan penguat belum mendukung, maka perilaku pencegahan tidak akan terbentuk secara optimal.

Hal ini terlihat dari hasil uji frekuensi yang menunjukkan bahwa meskipun mayoritas responden menjawab benar pada pertanyaan pengetahuan dasar mengenai DM, tetapi pada bagian pertanyaan yang menilai kemampuan menerapkan tindakan pencegahan (aplikasi) seperti mengatur pola makan, melakukan aktivitas fisik, dan membatasi konsumsi gula, sebagian responden tidak konsisten menerapkannya. Temuan ini diperkuat oleh hasil uji korelasi yang menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara pengetahuan dengan praktik pencegahan, sehingga pengetahuan yang dimiliki belum cukup berpengaruh pada perilaku nyata mereka. Hal tersebut juga yang menyebabkan informasi yang mereka miliki belum cukup kuat untuk mendorong perubahan perilaku pencegahan diabetes secara konsisten. Pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh pendidikan, informasi yang diterima, lingkungan, serta tahap perkembangan usia. Remaja berada pada fase perkembangan sosial yang kuat sehingga perilaku mereka lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan dan teman sebaya dibandingkan oleh pengetahuan kesehatan yang dimiliki.

Pengetahuan menjadi faktor penting karena melalui pemahaman yang tepat, pasien dapat menyadari bahwa hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengobatan jangka panjang dan tidak boleh dihentikan meskipun tidak ada gejala. Pasien dengan pengetahuan baik umumnya memahami bahwa hipertensi dapat menyebabkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung apabila tidak ditangani secara benar. Pemahaman tersebut menumbuhkan sikap kewaspadaan dan mendorong perilaku disiplin dalam mengonsumsi obat secara teratur (Hutagalung, 2021). Sebaliknya, pasien dengan pengetahuan kurang sering kali memiliki persepsi yang keliru, seperti anggapan bahwa obat hanya perlu diminum ketika muncul keluhan atau keyakinan bahwa hipertensi tidak berbahaya. Kondisi ini menyebabkan ketidakpatuhan yang berdampak pada tekanan darah yang sulit dikendalikan.

Dengan demikian, bahwa untuk melakukan perubahan perilaku pencegahan DM tidak cukup hanya dengan edukasi saja, agar perubahan perilaku memperoleh hasil yang lebih baik, edukasi dapat dikombinasikan dengan intervensi yang melibatkan peningkatan keterampilan, insentifisasi, dan kontak yang intens dengan individu yang dilaksanakan dalam jangka waktu yang relatif lama (Marpaung dan Hikoyang 2023)

## 2. Hubungan Sikap Terhadap Praktik Pencegahan DM

Berdasarkan Tabel 5 di atas setelah dilakukan uji korelasi menggunakan Spearman's rho, diperoleh hasil  $p$  value = 0.003 yang berarti nilai  $p$  value <  $\alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan praktik pencegahan DM. Pada hasil nilai korelasi diperoleh 0.165, dimana menurut tabel nilai korelasi menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat positif sangat lemah. Hubungan positif ini menunjukkan semakin baik sikap responden terhadap pencegahan DM, maka praktik pencegahan yang dilakukan juga cenderung lebih baik, meskipun kekuatan hubungannya tidak terlalu besar.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa–siswi SMAN 10 Kota Tasikmalaya memiliki sikap yang cenderung positif terhadap upaya

pencegahan diabetes melitus. Secara statistik, hasil uji Spearman's rho menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sikap dengan praktik pencegahan diabetes ( $p$  value = 0.003). Nilai korelasi positif sebesar 0,165 menggambarkan bahwa semakin positif sikap responden, maka praktik pencegahan yang mereka lakukan cenderung lebih baik. Meskipun kekuatan hubungan ini tergolong sangat lemah, pola hubungan positif tetap menunjukkan bahwa sikap menjadi salah satu faktor yang berperan dalam mendorong perilaku kesehatan pada remaja. Dapat diartikan bahwa semakin positif sikap responden, maka semakin baik pula praktik pencegahan yang mereka lakukan.

Hasil ini sesuai dengan teori Ajzen (2005) yang menjelaskan bahwa sikap merupakan penilaian seseorang terhadap suatu perilaku, apakah memberikan manfaat atau tidak. Ketika seorang remaja menilai bahwa menerapkan pola makan sehat dan rutin beraktivitas fisik membawa dampak positif bagi kesehatannya, maka ia akan menerapkan sikap yang mendukung perilaku tersebut. Pendapat ini sejalan dengan Notoatmodjo (2018) yang menyatakan bahwa sikap merupakan kesiapan seseorang dalam memberikan respon terhadap suatu objek berdasarkan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki. Dilihat dari sebagian besar siswa dalam penelitian ini juga memiliki pengetahuan yang baik tentang diabetes, maka sikap positif yang muncul merupakan bentuk keselarasan antara apa yang mereka ketahui dengan persepsi mereka terhadap pentingnya pencegahan.

Jika dikaitkan dengan tingkatan sikap menurut teori, siswa-siswi ini sudah berada pada tahap merespon hingga menghargai. Hal ini terlihat dari bagaimana mereka menanggapi dan menyetujui pernyataan-pernyataan terkait pencegahan DM, serta mulai berusaha menerapkan kebiasaan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Sikap baik seseorang terhadap pentingnya aktivitas fisik dan menjaga pola makan sehat terkait pencegahan diabetes melitus cenderung menyebabkan penerapan praktik pencegahan diabetes melitus. Penelitian lain yang dilakukan oleh Arifa dan Wijayanti (2023) menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara sikap responden dengan praktik pencegahan diabetes melitus. Sikap berperan dalam memengaruhi individu saat mengambil tindakan pencegahan, di mana responden dengan sikap positif cenderung memiliki pemahaman dan penghayatan yang lebih baik dalam menerapkan perilaku pencegahan diabetes melitus. Sebaliknya, responden yang menunjukkan sikap kurang baik umumnya memiliki kecenderungan rendah dalam melaksanakan upaya pencegahan diabetes melitus.

### **3. Hubungan Dukungan Teman Sebaya Terhadap Praktik Pencegahan DM**

Hasil uji korelasi menggunakan Spearman's rho, diperoleh hasil  $p$  value = 0.000 yang berarti nilai  $p$  value <  $\alpha$  (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan praktik pencegahan yang dilakukan oleh responden. Pada hasil nilai korelasi diperoleh 0.197, dimana hal ini menunjukkan bahwa hubungan tersebut bersifat positif sangat lemah. Hubungan positif berarti bahwa semakin tinggi dukungan yang diterima dari teman sebaya, maka praktik pencegahan yang dilakukan responden juga cenderung lebih baik. Namun karena nilai korelasinya rendah, kekuatan hubungannya masih tergolong lemah.

Maka semakin baik dukungan yang diterima seorang remaja dari teman sebayanya, maka kecenderungan mereka untuk melakukan tindakan pencegahan diabetes juga meningkat. Hal ini sesuai dengan data frekuensi pada penelitian, di mana sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan teman sebaya yang berada pada kategori cukup.

Dukungan dari teman sebaya dapat membantu remaja lebih mudah menerapkan kebiasaan hidup sehat melalui beberapa mekanisme, seperti memberi motivasi, membentuk kebiasaan kelompok, dan berbagi informasi secara informal. Ketika teman

sebaya saling mengajak untuk makan makanan yang lebih sehat, mengingatkan agar tidak mengonsumsi minuman manis, atau berolahraga bersama, maka perilaku tersebut dapat mendorong remaja untuk lebih konsisten melakukan langkah-langkah pencegahan diabetes mellitus.

Menurut Mead, Hilton & Curtis (2001) dukungan teman sebaya merupakan bentuk bantuan dua arah dengan dasar saling menghormati dan saling menolong. Salomon (2004) juga menekankan bahwa dukungan dari teman sebaya dapat membuat seseorang menjadi pribadi yang lebih baik karena adanya pertukaran pengalaman serta motivasi untuk berubah. Namun dalam penelitian ini, bentuk dukungan tersebut belum berjalan optimal. Banyak siswa belum memanfaatkan teman sebagai tempat berbagi informasi atau sebagai sumber motivasi untuk menjaga kesehatan. Seperti yang dijelaskan Masduki dan Warsah (2020), teman sebaya seharusnya dapat menjadi tempat remaja memperoleh informasi tambahan yang tidak selalu diberikan oleh keluarga.

Selain itu, seperti pendapat Akasyah & Efendi (2020), dukungan dari teman dapat membantu individu mengatasi masalah dan meningkatkan ketahanan diri. Namun temuan penelitian ini menunjukkan bahwa manfaat tersebut belum dimaksimalkan para siswa, karena dukungan yang diterima masih rendah sehingga belum berkontribusi besar pada pembentukan perilaku pencegahan penyakit.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Tidak terdapat hubungan signifikan antara pengetahuan dengan praktik pencegahan diabetes melitus di SMAN 10 Kota Tasikmalaya, dengan sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik mengenai diabetes melitus dan upaya pencegahannya.
2. Terdapat hubungan signifikan antara sikap dengan praktik pencegahan diabetes melitus di SMAN 10 Kota Tasikmalaya dengan frekuensi menunjukkan mayoritas responden memiliki sikap baik terhadap pencegahan DM, namun belum memiliki dampak kuat pada praktik pencegahan.
3. Terdapat hubungan signifikan antara dukungan teman sebaya dengan perilaku merokok remaja di SMAN 10 Kota Tasikmalaya dengan frekuensi dukungan teman sebaya dengan kategori cukup, dan dukungan teman sebaya belum memiliki dampak kuat pada praktik pencegahan.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan siswa lebih aktif mencari informasi tentang diabetes melitus dan cara pencegahannya melalui sumber yang valid seperti penyuluhan kesehatan, buku, atau media edukasi yang telah disediakan baik dari media sosial, fasilitas kesehatan, maupun sekolah. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel lain yang mungkin lebih berpengaruh terhadap praktik pencegahan DM, seperti motivasi, atau persepsi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ajzen, I. (2005) *Attitudes, Personality and Behavior*. 2nd edn. Milton: Open University Press. doi:10.4236/als.2014.23015
- Aksyah, W., & Efendi, F (2020). Peran Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Ketahanan Psikologis Remaja Yang Mengalami Konflik. *Nursing Sciences Journal*, 4(2) 107. <https://doi.org/10.30737/nsj.v4i2.433>

- Andriani, R. & Wirjatmadi, B. (2020) *Ilmu Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Bachtiar, V. (2019) 'Peran Pengetahuan dalam Pembentukan Sikap Remaja terhadap Gaya Hidup Sehat', *Jurnal Psikologi*, 11(1), pp. 33–39.
- International Diabetes Federation (IDF) (2021) *IDF Diabetes Atlas: 10th Edition*. Available at: <https://diabetesatlas.org> (Accessed: June 2025)
- Kassahun CW, Mekonen AG.(2017) Knowledge, attitude, practices and their associated factors towards diabetes mellitus among non-diabetes community members of Bale Zone administrative towns, South East Ethiopia: A cross-sectional study. *PLoS ONE*. 2017;12(2):e0170040. doi:10.1371/journal.pone.0170040
- Kassahun CW, Mekonen AG.(2017) Knowledge, attitude, practices and their associated factors towards diabetes mellitus among non-diabetes community members of Bale Zone administrative towns, South East Ethiopia: A cross-sectional study. *PLoS ONE*. 2017;12(2):e0170040. doi:10.1371/journal.pone.0170040
- Lufthiani, I., Sugiharti, S. & Mahardika, M. (2020) 'Hubungan Pengetahuan tentang DM dengan Perilaku Pencegahan Komplikasi DM pada Lansia di Puskesmas Jetis II Bantul', *Jurnal Kesehatan*, 11(1), pp. 12–18.
- Manuntung, A. (2019) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap dengan Pola Makan sebagai Faktor Risiko Diabetes Melitus', *Jurnal Keperawatan Florence*, 2(1), pp. 21–27.
- Marpaung, Y.M. and Hiko, V.F.D., 2023. Upaya Peningkatan Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus pada Dewasa Muda di Wilayah Perkotaan. *J Kreat Pengabdian Kpd Masy*, 6, pp.881-894.
- Masduki, Y. dan I. Warsah. 2020. *Psikologi Agama*. Tunas Gemilang Press. Palembang. 348 hal.
- Mead, S., Hilton, D. & Curtis, L. (2001). *Peer Support: A Theoretical Perspective*. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), pp. 134–141.
- Mead, S., Hilton, D. & Curtis, L. (2001). *Peer Support: A Theoretical Perspective*. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 25(2), pp. 134–141.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 234 hal
- Qifti, S. R., Alawiyah, T. & Rizky, M. (2020) 'Hubungan Pola Makan Fast Food dengan Risiko Penyakit Degeneratif pada Remaja', *Jurnal Gizi Indonesia*, 8(2), pp. 67–73.
- Solomon, P. (2004). *Peer Support/Peer Provided Services: Underlying Processes, Benefits, and Critical Ingredients*. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 27(4), pp. 392–401.