

RINGKASAN

**Universitas Muslim Indonesia
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Peminatan Epidemiologi**

**Putri Zakira
14120220061**

‘Hubungan Karakteristik Individu dan Gaya Hidup (Aktivitas Fisik, Stres, dan Pola Konsumsi Makanan Ultra-Proses) dengan Kejadian DM Tipe II di Puskesmas Rappokalling Kota Makassar Tahun 2026’

Kondisi patologis jangka panjang yang melibatkan kegagalan regulasi metabolisme tubuh secara sistemik merupakan definisi utama dari diabetes melitus tipe 2, dimana prevalensinya terus meningkat di tingkat global maupun nasional. Faktor risiko DM Tipe II dipengaruhi oleh karakteristik individu, Selain dipicu oleh elemen yang tidak dapat dikendalikan seperti riwayat keluarga, jenis kelamin, dan usia, prevalensi penyakit ini juga sangat terkait dengan gaya hidup yang dapat dimodifikasi secara klinis, termasuk aktivitas fisik yang kurang, stres, dan preferensi terhadap makanan ultra-proses. Tujuan utama dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan yang terdapat antara karakteristik individu dan gaya hidup dengan kejadian DM Tipe II pada masyarakat di wilayah kerja Puskesmas Rappokalling Kota Makassar. Pendekatan observasional analitik dengan rancangan potong lintang (cross-sectional) diimplementasikan dalam penelitian ini guna mengamati variabel secara simultan.

Subjek yang menjadi populasi dalam penelitian ini mencakup pasien yang telah mencapai usia dewasa minimal 18 tahun di wilayah kerja Puskesmas Rappokalling, dalam upaya menjaga validitas data, sampel dipilih secara selektif melalui penerapan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Pengumpulan data diterapkan melalui kuesioner GPAQ untuk aktivitas fisik, DASS-21 untuk stres, dan FFQ untuk pola konsumsi makanan ultra-proses, serta data rekam medis untuk identifikasi kejadian DM Tipe II. Tahapan pengolahan data mencakup deskripsi univariat serta analisis bivariat, di mana uji statistik Chi-square diterapkan guna mengevaluasi signifikansi korelasi antara variabel independen dengan prevalensi DM Tipe II.

Temuan studi ini mengonfirmasi adanya hubungan bermakna secara statistik antara faktor usia ($p < 0,001$) dan jenis kelamin ($p < 0,026$) dengan kejadian DM Tipe II. Sementara itu riwayat keluarga tidak menunjukkan hubungan yang bermakna terhadap kejadian DM Tipe II ($p = 0,747$). Selain itu, variabel gaya hidup juga berperan penting, di mana aktivitas fisik ($p < 0,001$), stres ($p < 0,001$), dan pola konsumsi makanan ultra-proses ($p < 0,001$) memiliki hubungan bermakna dengan kejadian DM Tipe II.

Berdasarkan temuan penelitian, karakteristik individu dan gaya hidup sehat memiliki kontribusi bermakna terhadap risiko metabolik. Oleh sebab itu, intervensi pencegahan harus difokuskan pada edukasi masyarakat untuk mengadopsi aktivitas fisik aktif secara konsisten, manajemen stres yang terintegrasi, serta pemutakhiran pola makan dengan meminimalisir konsumsi produk pangan ultra-proses..

Kata Kunci : *Aktivitas Fisik, Stres, Makanan Ultra-Proses, DM Tipe II*