

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini berada di Desa Kalisari, Kecamatan Kradenan, Kabupaten Grobogan, Provinsi Jawa Tengah, yang secara wilayah berbatasan langsung dengan desa-desa lain di Kecamatan Kradenan dan merupakan salah satu desa di daerah pedesaan Kabupaten Grobogan. Fasilitas kesehatan yang tersedia di desa Kalisari meliputi Posyandu (Pos Kesehatan Terpadu) yang beroperasi di setiap dusun dan akses ke Puskesmas, pusat layanan kesehatan primer regional.

Secara administratif, Desa Kalisari terbagi menjadi lima dusun, yaitu Dusun Kalisari, Dusun Sambongharjo, Dusun Pulorejo, dan Dusun Tegalwarung. Wilayah Desa Kalisari berbatasan dengan Desa Banjardowo pada sisi timur, Desa Banjarsari pada sisi selatan, Desa Kuwu pada sisi barat, serta Desa Sendangrejo pada sisi utara.

Populasi sasaran untuk penelitian ini terdiri dari remaja (15-19 tahun) dari desa Kalisari, yang tersebar di lima dusun. Jumlah seluruh remaja berusia 15-19 tahun di Desa kalisari sendiri berjumlah 591. Dengan menggunakan teknik pengambilan sampel proporsional dengan rumus Slovin, 85 remaja dipilih sebagai peserta penelitian, dengan sampel yang didistribusikan secara proporsional dari setiap dusun untuk memastikan representasi yang adil.

Penelitian ini dilakukan selama 14 hari, dari tanggal 7 hingga 20 Mei 2026, menggunakan desain observasional *cross-sectional*. Data dikumpulkan secara langsung dengan cara membagikan kuesioner kepada remaja yang berpartisipasi

di masing-masing dusun. Kuesioner tersebut mencakup alat untuk mengukur *sedentary lifestyle* dan skrining faktor risiko diabetes melitus, yang disesuaikan dengan karakteristik dan pemahaman remaja yang berpartisipasi di Desa Kalisari.

B. Hasil Penelitian

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi dan Presentase Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Indeks Massa Tubuh (IMT), dan Riwayat DM pada Keluarga.

Karakteristik	Frekuensi (<i>f</i>)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	42	49
Perempuan	43	51
Usia (Tahun)		
15 Tahun	20	24
16 Tahun	17	20
17 Tahun	25	29
18 Tahun	14	16
19 Tahun	9	11
Indeks Massa Tubuh (IMT)		
≤ 25	52	61
25-30	20	24
≥ 30	13	15
Riwayat DM pada Keluarga		
Tidak Ada	58	68
Kerabat Tingkat Pertama	9	21
Kerabat Tingkat Kedua	18	11

Berdasarkan tabel 4.1 di atas, dari 85 responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini, jumlah responden perempuan sedikit lebih banyak dibandingkan laki-laki, yaitu sebanyak 43 responden (51%). Ditinjau dari karakteristik usia, kelompok usia dengan jumlah terbanyak yaitu usia 17 tahun sebanyak 25 responden (29%), sementara

kelompok usia paling sedikit adalah usia 19 tahun sebanyak 9 responden (11%) Sedangkan berdasarkan karakteristik IMT, lebih dari separuh responden memiliki berat badan normal sebanyak 52 responden (61%), tidak sedikit pula yang masuk kategori *overweight* sebanyak 20 responden (24%). Adapun terkait Riwayat DM dalam keluarga, mayoritas responden tidak memiliki riwayat tersebut sebanyak 58 responden (68%), sedangkan sisanya sebanyak 27 responden (32%) memiliki anggota keluarga baik dari kerabat tingkat pertama maupun tingkat kedua yang pernah menderita diabetes melitus.

b. *Sedentary Lifestyle*

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi *Sedentary Lifestyle* pada Remaja di Desa Kalisari

Sedentary Lifestyle	<i>f</i>	%
Rendah	8	9,4
Sedang	17	20,0
Tinggi	60	70,6
Total	85	100

Tabel 4.2 memperlihatkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori *sedentary lifestyle* tinggi, yakni menghabiskan lebih dari 5 jam per hari untuk kegiatan sedentari, dengan jumlah 60 responden (70,6%). Di sisi lain, kategori sedang tercatat pada 17 responden (20,0%), sedangkan kategori rendah menjadi yang paling sedikit dengan hanya 8 responden (9,4%) dari total 85 responden

c. Risiko Diabetes Melitus

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Risiko Diabetes Melitus pada Remaja di Desa Kalisari

Risiko Diabetes Melitus	<i>f</i>	%
Rendah	44	51,8
Sedikit Meningkat	19	22,4
Sedang	13	15,3
Tinggi	9	10,6
Sangat Tinggi	0	0
Total	85	100

Berdasarkan tabel 4.3 di atas, lebih dari separuh responden berada dalam kategori risiko rendah, yaitu 44 responden (51,8%). Namun, proporsi responden dengan peningkatan risiko tetap cukup signifikan untuk diperhatikan. Sebanyak 19 responden (22,4%) berada dalam kategori sedikit meningkat, diikuti oleh 13 responden (15,3%) dalam kategori sedang, dan 9 responden (10,6%) dalam kategori tinggi. Jika ketiga kategori ini dijumlahkan, terdapat 41 responden (48,2%) yang menunjukkan peningkatan risiko diabetes melitus dengan berbagai tingkat, angka yang hampir sama dengan kelompok risiko rendah dan tidak boleh diremehkan.

2. Analisa Bivariat

Tabel 4.4 Hubungan *Sedentary Lifestyle* dengan Tingkat Risiko Diabetes Melitus pada Remaja di Desa Kalisari

Sedentary Lifestyle	Tingkat Risiko Diabetes Melitus					%	pvalue	r
	Rendah	Sedikit Meningkat	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi			
	%	%	%	%	%	%		
Rendah	8,2	0	1,2	0	0	9,4		
Sedang	14,1	2,4	3,5	0	0	20,0	0,005	0,304
Tinggi	29,4	20,0	10,6	10,6	0	70,6		
Total	51,7	22,4	15,3	10,6	0	100%		

Dari 85 responden yang dianalisis secara statistik, sebagaimana tersaji pada Tabel 4.4, diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,005 dan koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,304. Karena nilai *p-value* tersebut lebih kecil dari batas signifikansi $\alpha = 0,05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara *sedentary lifestyle* dengan tingkat risiko diabetes melitus pada responden yang diteliti. Sedangkan angka koefisien korelasi 0,304 mengindikasikan bahwa kekuatan hubungan kedua variabel tergolong lemah meskipun arahnya positif atau dengan kata lain, semakin tinggi tingkat *sedentary lifestyle* yang dijalani seseorang, semakin besar pula kecenderungan risiko diabetes melitus yang dialaminya.