

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN
TERHADAP SIKAP PENCEGAHAN PENYAKIT
DIABETES MELITUS TIPE 2 PADA PESERTA DIDIK SMA**

Skripsi

**Disusun untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan**



Kadek Vicky Cintya Dewi

1304621037

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BIOLOGI
FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

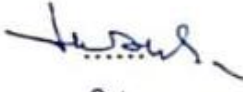
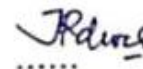
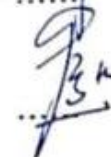
2025

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN TERHADAP SIKAP PENCEGAHAN PENYAKIT DIABETES MELITUS TIPE 2 PADA PESERTA DIDIK SMA

Nama : Kadek Vicky Cintya Dewi

No. Registrasi : 1304621037

Nama		Tanda Tangan	Tanggal
Penanggung Jawab			
Dekan	: <u>Dr. Hadi Nasbey, S.Pd., M.Si.</u> NIP. 197909162005011004		17/8.2025
Wakil Penanggung Jawab			
Wakil Dekan I	: <u>Dr. Meiliasari, S.Pd., M.Sc.</u> NIP. 197905042009122002		17/8.2025
Ketua Penguji	: <u>Prof. Dr. Diana Vivanti Sigit, M.Si.</u> NIP. 196701291998032002		12/8.2025
Sekretaris/ Penguji II	: <u>Fitria Pusparini, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 199004122022032010		12/8.2025
Anggota:			
Pembimbing I	: <u>Dra. Yulilina Retno Dewahrani, M.Biomed.</u> NIP. 196407011997032001		11/8.2025
Pembimbing II	: <u>Dini Safitri, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 198904212023212043		12/8.2025
Penguji Ahli	: <u>Dr. Eka Putri Azrai, S.Pd., M.Si.</u> NIP. 197002061998032001		12/8.2025

Dinyatakan lulus ujian skripsi pada tanggal 31 Juli 2025

LEMBAR PERNYATAAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan terhadap Sikap Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 pada Peserta Didik SMA” yang disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan dari Program Studi Pendidikan Biologi Universitas Negeri Jakarta. Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, yang diselesaikan dengan arahan dan bimbingan dari dosen pembimbing.

Seluruh sumber informasi yang digunakan dalam skripsi ini, baik yang dirujuk dalam teks, maupun yang dikutip dari karya penulis lain yang sudah dipublikasikan, telah dicantumkan dalam daftar pustaka sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa sebagian besar skripsi ini bukan hasil karya saya sendiri, saya bersedia menerima konsekuensi berupa pencabutan gelar akademik serta sanksi lain sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku. Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh tanggung jawab.

Jakarta, 31 Juli 2025



Kadek Vicky Cintya Dewi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Kadek Vicky Cintya Dewi
NIM : 1304621037
Fakultas/Prodi : FMIPA / Pendidikan Biologi
Alamat email : Kadekvicky02@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan terhadap Sikap Pencegahan
Penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Peserta Didik SMA

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis

(Kadek Vicky Cintya Dewi)
nama dan tanda tangan

ABSTRAK

KADEK VICKY CINTYA DEWI. Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan terhadap Sikap Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 pada Peserta Didik SMA. Skripsi, Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Jakarta. Juli 2025.

International Diabetes Federation (IDF) 2021 menyebutkan Indonesia berada di posisi ke-5 dengan jumlah pengidap DM sebanyak 19,47 juta yang mayoritasnya adalah DM tipe 2. Data Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) menunjukkan adanya pergeseran usia penderita DM ke usia yang lebih muda yang disebabkan oleh pola makan tidak sehat. Sikap pencegahan DM tipe 2 dipengaruhi beberapa faktor yaitu pengetahuan, keluarga, dan pola makan. Penelitian ini relevan dengan CP Kurikulum Merdeka fase F yang menekankan pemahaman konsep, penerapan biologi dalam kehidupan sehari-hari, khususnya ATP sistem ekskresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan pola makan terhadap sikap pencegahan penyakit diabetes melitus tipe 2 pada peserta didik SMA. Ini merupakan penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Jumlah sampel sebanyak 101 peserta didik di SMAN 70 Jakarta. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan *simple random sampling*. Data penelitian diperoleh melalui tes objektif dan kuesioner. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang lemah pengetahuan terhadap sikap pencegahan DM tipe 2 pada peserta didik SMA, terdapat hubungan positif yang sedang pola makan terhadap sikap pencegahan DM tipe 2 pada peserta didik SMA, terdapat hubungan positif yang sedang pengetahuan dan pola makan terhadap sikap pencegahan DM tipe 2 pada peserta didik SMA. Guru dapat mengintegrasikan hasil penelitian ini dalam pembelajaran dan modul ajar, sehingga peserta didik semakin memahami dan termotivasi untuk memperbaiki pola makan, melakukan perubahan gaya hidup, dan membentuk sikap pencegahan DM tipe 2 yang lebih baik.

Kata Kunci: diabetes melitus tipe 2, pengetahuan, pola makan, sikap pencegahan

ABSTRACT

KADEK VICKY CINTYA DEWI. *The Relationship between Knowledge and Dietary Patterns toward Type 2 Diabetes Mellitus Attitudes Prevention in High School Students. Thesis, Biology Education Study Program, Faculty of Mathematics and Natural Sciences, Universitas Negeri Jakarta. July 2025.*

The International Diabetes Federation (IDF) in 2021 stated that Indonesia ranks fifth with 19.47 million people with diabetes, the majority of whom are type 2 diabetes. Data from the Indonesian Pediatrician Association (IDAI) shows a shift in the age of diabetes sufferers to younger ages due to unhealthy diets. Attitudes towards preventing type 2 diabetes are influenced by several factors, namely knowledge, family, and diet. This research is relevant to the Independent Curriculum learning outcomes phase F, which emphasizes conceptual understanding and the application of biology in everyday life, particularly the reference learning objectives excretory system. This study aims to determine the relationship between knowledge and diet and attitudes towards preventing type 2 diabetes mellitus in high school students. This is a correlational study with a quantitative approach. The sample size was 101 students at SMAN 70 Jakarta. Sampling was carried out using simple random sampling. Research data were collected through objective tests, questionnaires, and documentation of the teaching module. The results show that there is a weak positive relationship between knowledge and attitudes towards preventing type 2 diabetes mellitus in high school students, and a moderate positive relationship between eating patterns and attitudes towards preventing type 2 diabetes mellitus in high school students. Teachers can integrate the results of this study into learning and teaching modules, so that students increasingly understand and are motivated to improve their eating patterns, make lifestyle changes, and form better attitudes towards preventing type 2 diabetes mellitus.

Keywords: *dietary patterns, knowledge, preventive attitudes, type 2 diabetes mellitus*

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya sehingga skripsi berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Pola Makan terhadap Sikap Pencegahan Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 pada Peserta Didik SMA” dapat terselesaikan dengan baik. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Biologi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Negeri Jakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari doa, dukungan, bantuan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Dengan penuh rasa hormat dan ketulusan hati penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

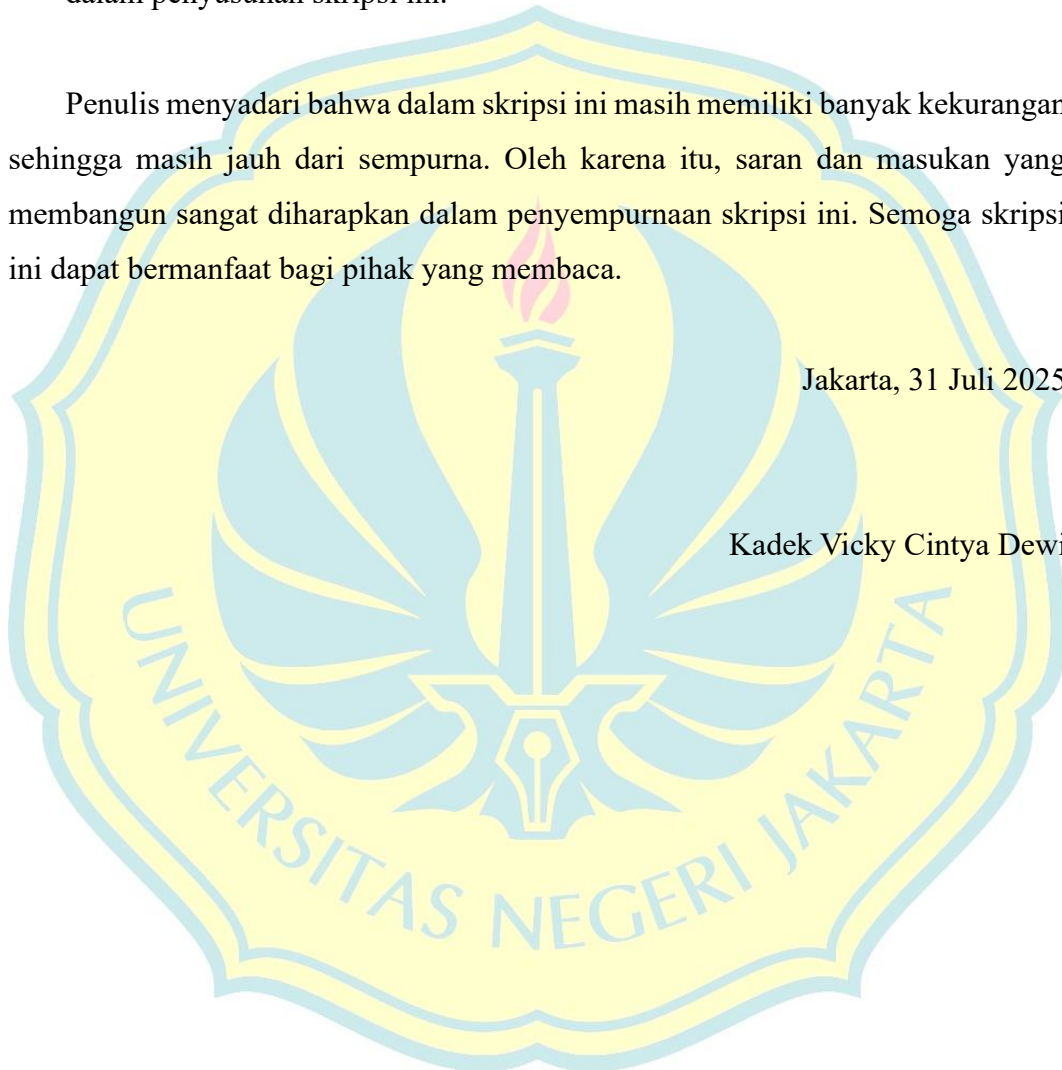
1. Ade Suryanda, M.Si. selaku ketua Program Studi Pendidikan Biologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Prof. Dr. Diana Vivanti Sigit, M.Si. selaku ketua penguji yang telah memberikan saran dan masukan yang membangun.
3. Dra. Yulilina Retno Dewahrani, M.Biomed. selaku pembimbing I serta Dini Safitri, S.Pd., M.Pd. selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, serta kesabaran dalam memberikan bimbingan, saran, dan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Dr. Eka Putri Azrai, S.Pd., M.Si. selaku penguji I sekaligus dosen pembimbing akademik serta Fitria Pusparini, S.Pd., M.Pd. selaku penguji II yang telah memberikan saran dan masukan yang membangun.
5. Seluruh dosen dan staf di Program Studi Pendidikan Biologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan motivasi yang sangat berharga.
6. Mulyanto S. Pd. selaku kepala SMAN 70 Jakarta, Laila Qadarsih, S.Si., Anwar, M.Pd. dan Norma Melinda Thamrin, S.Si selaku guru biologi, staf tata usaha, serta peserta didik kelas peminatan biologi tahun ajaran 2024/2025 atas kesempatan dan kerja sama selama pelaksanaan penelitian.

7. Orang tua dan saudara penulis yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan kepada penulis baik moral maupun materi.
8. Sahabat dan teman-teman seperjuangan: Annisa, Linda, Diva, Shofa, Syifa, dan PBA 2021 yang senantiasa saling mendukung dan memotivasi satu sama lain.
9. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, namun memiliki peran besar dalam membantu penulis, baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan sehingga masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, saran dan masukan yang membangun sangat diharapkan dalam penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pihak yang membaca.

Jakarta, 31 Juli 2025

Kadek Vicky Cintya Dewi



DAFTAR ISI

	Halaman
PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PERNYATAAN SKRIPSI	iii
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Deskripsi Konseptual	7
B. Hasil Penelitian yang Relevan	17
C. Kerangka Berpikir	18
D. Hipotesis Penelitian	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	20
A. Tujuan Operasional Penelitian	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian	20
C. Metode Penelitian	20
D. Populasi dan Sampel	21
E. Teknik Pengumpulan Data	21
F. Instrumen Penelitian	21
G. Hipotesis Statistik	26

H. Teknik Analisis Data	27
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	29
A. Deskripsi Data.....	29
B. Pengujian Persyaratan Analisis	33
C. Pengujian Hipotesis.....	35
D. Pembahasan Hasil Penelitian	38
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	51
A. Kesimpulan	51
B. Implikasi.....	51
C. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	58
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	96



DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Kisi-kisi Instrumen Pengetahuan DM Tipe 2.....	22
2. Kriteria Pengujian Reliabilitas Instrumen.....	23
3. Kisi-kisi Instrumen Pola Makan	24
4. Kisi-kisi Instrumen Sikap Pencegahan DM Tipe 2.....	25
5. Hasil Deskripsi Data	29
6. Hasil Uji Normalitas	33
7. Hasil Uji Homogenitas.....	34
8. Hasil Uji Linearitas	34
9. Hasil Uji Multikolinearitas.....	35



DAFTAR GAMBAR

No	Halaman
1. Skema Kerangka Berpikir	19
2. Desain Penelitian antara Pengetahuan dan Pola Makan terhadap Sikap Pencegahan Penyakit DM tipe 2 pada Peserta Didik SMA	20
3. Distribusi Frekuensi Nilai Pengetahuan DM Tipe 2	29
4. Distribusi Interpretasi Nilai Pengetahuan DM Tipe 2	30
5. Distribusi Frekuensi Nilai Persepsi Pola Makan	31
6. Distribusi Interpretasi Nilai Persepsi Pola Makan	31
7. Distribusi Frekuensi Nilai Sikap Pencegahan DM Tipe 2	32
8. Grafik Distribusi Interpretasi Nilai Sikap Pencegahan DM Tipe 2	33
9. Model Regresi Linier Sederhana antara Pengetahuan terhadap Sikap Pencegahan DM tipe 2	36
10. Model Regresi Sederhana antara Pola makan terhadap Sikap Pencegahan DM tipe 2	37
11. Pengambilan Data	93

DAFTAR LAMPIRAN

No	Halaman
1. Penghitungan Jumlah Sampel	58
2. Instrumen Penelitian.....	59
3. Data Hasil Uji Coba	74
4. Perhitungan Distribusi Frekuensi	78
5. Hasil Data Penelitian.....	80
6. Syarat-Syarat Pengujian Hipotesis	84
7. Hasil Pengujian Hipotesis	90
8. Dokumentasi Penelitian	93
9. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	94
10. Surat Keterangan Pelaksanaan Penelitian	95

