

**SKRIPSI**

**GAMBARAN GAYA HIDUP MAHASISWA KESEHATAN UNIVERSITAS  
ANDALAS DENGAN RIWAYAT KELUARGA DIABETES MELITUS**

**Penelitian Keperawatan Medikal Bedah**



**Prof. Hema Malini, S. Kp., MN., Ph. D.**

Pembimbing Pendamping

**Ns. Mulyanti Roberto Muliantino, S. Kep., M. Kep.**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**JULI 2024**

FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
JULI 2024

Nama : Memel Meiyuni

NIM : 2011310334

Gambaran Gaya Hidup Mahasiswa Kesehatan Universitas Andalas dengan  
Riwayat Keluarga Diabetes Melitus

**ABSTRAK**

Gaya hidup sehat berperan penting dalam menurunkan risiko kejadian Diabetes Melitus (DM), terutama melalui aktivitas fisik, pola makan, dan perilaku kesehatan yang baik. Meskipun mahasiswa kesehatan diasumsikan memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang kesehatan, gaya hidup yang tidak sehat masih ditemukan. Mahasiswa kesehatan yang memiliki riwayat keluarga DM memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan penyakit ini, sehingga penting untuk memahami gaya hidup mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran gaya hidup mahasiswa kesehatan Universitas Andalas yang memiliki riwayat keluarga dengan DM. DM adalah penyakit kronis dengan prevalensi yang dipengaruhi oleh faktor genetik dan lingkungan, sehingga penting untuk memahami bagaimana riwayat keluarga dengan DM memengaruhi kebiasaan hidup mahasiswa kesehatan. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan teknik *non probability sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner gaya hidup dengan jumlah sampel 120 responden mahasiswa kesehatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 20 tahun (37,5%) dan berasal dari angkatan 2022 (53,3%). Sebagian besar responden memiliki gaya hidup sehat (85,0%), dengan persentase aktivitas fisik baik (60,0%), diet baik (75,8%), dan perilaku kesehatan baik (89,2%). Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa kesehatan dengan riwayat keluarga DM secara umum memiliki gaya hidup yang sehat.

Kata kunci : gaya hidup, aktivitas fisik, diet, mahasiswa, riwayat keluarga

Daftar Pustaka : 81 (2008-2024)

FACULTY OF NURSING  
UNIVERSITY OF ANDALAS  
JULY 2024  
Name: Memel Meiyuni  
NIM : 2011310334

*Lifestyle Overview of Andalas University Health Students with a Family History  
of Diabetes Mellitus*

**ABSTRACT**

*A healthy lifestyle plays an important role in reducing the risk of Diabetes Mellitus (DM) incidence, especially through physical activity, diet, and good health behaviors. Although health students are assumed to have better knowledge about health, unhealthy lifestyles are still found. Health students who have a family history of DM have a higher risk of developing the disease, so it is important to understand their lifestyle. This study aims to determine the lifestyle of Andalas University health students who have a family history of DM. DM is a chronic disease with a prevalence that is influenced by genetic and environmental factors, so it is important to understand how a family history of DM affects the lifestyle habits of health students. This study used a descriptive design with non probability sampling technique. Data were collected using a lifestyle questionnaire with a sample size of 120 health student respondents. The results showed that most respondents were 20 years old (37.5%) and came from the class of 2022 (53.3%). Most respondents had a healthy lifestyle (85.0%), with a percentage of good physical activity (60.0%), good diet (75.8%), and good health behavior (89.2%). This study shows that health students with a family history of DM generally have a healthy lifestyle.*

*Key words: Keywords: lifestyle, physical activity, diet, university students, family history*

*Bibliography: 81 (2008-2024)*