

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronis yang menjadi masalah kesehatan utama di dunia karena dapat menyebabkan komplikasi serius, menurunkan kualitas hidup, meningkatkan angka kesakitan, serta kematian. Menurut IDF Diabetes Atlas, prevalensi diabetes global pada kelompok usia 20–79 tahun mencapai 10,5% atau sekitar 536,6 juta orang pada tahun 2021 dan diperkirakan meningkat menjadi 12,2% atau sekitar 783,2 juta orang pada tahun 2045. Selain itu, pengeluaran global untuk perawatan diabetes diperkirakan mencapai 966 miliar USD pada tahun 2021 dan akan meningkat menjadi 1.054 miliar USD pada tahun 2045.

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang menghadapi peningkatan kasus diabetes melitus yang cukup signifikan. Penyakit ini tidak hanya menyebabkan berbagai komplikasi kesehatan tetapi juga berdampak pada penurunan kualitas hidup penderitanya (Sari, 2021). Di kawasan Asia Tenggara, prevalensi diabetes mencapai 11,3%, dan Indonesia menempati peringkat ketujuh dari sepuluh negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi di dunia. Berdasarkan data World Health Organization (WHO), jumlah penderita diabetes di Indonesia diperkirakan meningkat dari 8,4 juta orang pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta orang pada tahun 2030. Sementara itu, World Diabetes Association memperkirakan jumlah penderita diabetes di Indonesia meningkat dari 9,1 juta pada tahun 2014 menjadi 14,1 juta pada tahun 2035 (Resti & Cahyati, 2022).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2018), prevalensi diabetes melitus di Indonesia mencapai 10,9% dan diperkirakan meningkat menjadi 11,7% pada tahun 2023. Pada kelompok lanjut usia, hanya sebagian kecil penderita yang menjalani pengobatan secara teratur dan melakukan kunjungan rutin ke fasilitas kesehatan. Kepatuhan terhadap pengobatan sangat penting dalam meningkatkan efektivitas terapi dan kualitas hidup penderita diabetes (Almira, Arifin, & Rosida, 2019).

Keberhasilan pengelolaan diabetes juga berkontribusi terhadap peningkatan derajat kesehatan masyarakat secara umum (Desa et al., 2024).

Diabetes melitus merupakan gangguan metabolik yang ditandai dengan tingginya kadar glukosa darah akibat gangguan produksi insulin, gangguan kerja insulin, atau kombinasi keduanya. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi jangka panjang, seperti penyakit kardiovaskular dan neuropati. Secara klinis, seseorang dapat didiagnosis menderita diabetes apabila memiliki gejala khas seperti sering lapar, sering haus, sering buang air kecil, serta hasil pemeriksaan kadar glukosa darah puasa  $\geq 126$  mg/dL atau kadar glukosa darah dua jam setelah tes toleransi glukosa  $\geq 200$  mg/dL (Santi Widiyanti R & Nur, 2020).

Diabetes melitus terdiri atas beberapa jenis, yaitu diabetes melitus tipe 1, tipe 2, diabetes gestasional, dan diabetes monogenik. Diabetes melitus tipe 2 merupakan jenis yang paling banyak ditemukan, yaitu sekitar 90% dari seluruh kasus diabetes, yang disebabkan oleh resistensi insulin atau ketidakmampuan tubuh menggunakan insulin secara efektif (Dutta et al., 2022; American Diabetes Association Professional Practice, 2022). Faktor risiko diabetes terdiri dari faktor yang dapat dikendalikan, seperti obesitas, kurang aktivitas fisik, hipertensi, merokok, dan pola makan tidak sehat, serta faktor yang tidak dapat dikendalikan seperti usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga (Dan, 2025).

Upaya pencegahan dan pengendalian diabetes melitus sangat dipengaruhi oleh perilaku masyarakat. Perubahan perilaku menuju pola hidup sehat memerlukan pengetahuan yang baik mengenai faktor risiko, gejala, serta cara pencegahan penyakit. Pengetahuan yang memadai akan membentuk sikap dan tindakan yang tepat dalam menjaga kesehatan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi penting untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat dalam menjaga kesehatan (Sabil et al., 2024).

Promosi kesehatan merupakan bentuk pendidikan kesehatan yang bertujuan meningkatkan kesadaran dan kemampuan masyarakat dalam menjaga kesehatan. Berbagai media dapat digunakan dalam kegiatan promosi kesehatan, seperti

penyuluhan langsung, video, leaflet, poster, booklet, permainan edukatif, dan aplikasi digital. Penggunaan media yang tepat dapat membantu peserta memahami informasi dengan lebih baik sehingga tujuan edukasi dapat tercapai secara optimal (Fitri & Kurniasari, 2022).

Peningkatan kasus diabetes melitus pada usia produktif menjadi perhatian khusus di Indonesia. Salah satu faktor yang berkontribusi adalah tingginya konsumsi makanan dan minuman manis. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa 61,3% masyarakat mengonsumsi minuman manis lebih dari satu kali per hari. Konsumsi gula berlebih dalam jangka panjang dapat meningkatkan kadar glukosa darah dan risiko terjadinya diabetes melitus. Oleh karena itu, diperlukan upaya edukasi yang mampu meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya pola hidup sehat sebagai langkah pencegahan diabetes melitus (UNAIR News, n.d.).

Berdasarkan permasalahan tersebut, promosi kesehatan melalui berbagai media perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan diabetes melitus. Media penyuluhan langsung, video, dan leaflet memiliki karakteristik yang berbeda dalam menyampaikan informasi sehingga efektivitasnya perlu dibandingkan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas promosi kesehatan menggunakan media penyuluhan langsung, video, dan leaflet dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan diabetes melitus di Desa Tangkahan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Peningkatan jumlah penderita diabetes melitus pada usia produktif di Indonesia menjadi perhatian khusus, terutama akibat tingginya konsumsi makanan dan minuman tinggi gula. Oleh karena itu, diperlukan promosi kesehatan menggunakan media penyuluhan langsung, video, dan leaflet untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pencegahan diabetes melitus. Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat pengetahuan masyarakat tentang pencegahan diabetes melitus sebelum dan sesudah diberikan promosi kesehatan menggunakan media penyuluhan langsung, video, dan leaflet?
2. Apakah terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan masyarakat setelah diberikan promosi kesehatan menggunakan media penyuluhan langsung, video, dan leaflet?
3. Media promosi kesehatan manakah yang paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan diabetes melitus?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui efektivitas promosi kesehatan menggunakan media penyuluhan langsung, video, dan leaflet dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan diabetes melitus.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan masyarakat tentang pencegahan diabetes melitus sebelum dan sesudah promosi kesehatan menggunakan media penyuluhan langsung, video, dan leaflet.
2. Mengetahui media promosi kesehatan yang paling efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan diabetes melitus.
3. Mengetahui perbedaan peningkatan pengetahuan masyarakat berdasarkan media promosi kesehatan yang digunakan.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Bagi Masyarakat**

Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat Desa Tangkahan mengenai pencegahan diabetes melitus melalui promosi kesehatan menggunakan

media penyuluhan langsung, video, dan leaflet sehingga dapat mendorong penerapan pola hidup sehat.

#### **1.4.2 Bagi Instansi**

Menjadi referensi dalam pengembangan kegiatan promosi kesehatan serta bahan pembelajaran dan penelitian selanjutnya mengenai pencegahan diabetes melitus.

#### **1.4.3 Bagi Peneliti**

Menambah wawasan dan pengalaman dalam bidang promosi kesehatan serta meningkatkan kemampuan dalam merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi media edukasi kesehatan seperti penyuluhan, video, dan leaflet.