

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular (PTM), penyakit tidak menular adalah penyebab utama kematian di seluruh dunia (Nurhidayah et al., 2020). Secara global, lebih dari 800 juta orang dewasa hidup dengan diabetes, dan prevalensi penyakit ini mengalami peningkatan drastis selama beberapa dekade terakhir karena perubahan gaya hidup, urbanisasi, meningkatnya obesitas, serta faktor risiko lain seperti kurang aktivitas fisik dan pola makan tidak sehat.

Prevalensi Diabetes Melitus (DM) secara global terus meningkat hingga menjadi tiga kali lipat pada tahun 2030. Peningkatan ini sebenarnya telah diprediksi oleh *World Health Organization* (WHO) bahwa pada tahun 2030 akan mencapai 21,3 juta kasus. Menurut *International Diabetes Federation* (IDF) di tahun 2045 akan mencapai 16,7 juta kasus, kondisi Indonesia juga tidak jauh berbeda, angka kejadian yang tinggi tentu saja diikuti dengan beban biaya yang tinggi pula, sehingga diagnosis dini dan tatalaksana yang komprehensif pada penderita diabetes dapat menekan angka morbiditas dan mortalitas (WHO, 2020; IDF, 2025).

Menurut *International Diabetes Federation* tahun 2019, Indonesia masuk kategori ke dalam sepuluh negara terbanyak yang menderita diabetes di dunia, dimana Indonesia menduduki peringkat ke tujuh atau sebanyak 9,3% setelah Negara Brazil (16,8%) dan Meksiko (12,8%) (IDF, 2025). Pada tahun 2020 Indonesia tetap menempati posisi ke tujuh yang menyandang diabetes terbanyak yakni lebih dari 10,8 juta orang, dan diperkirakan akan naik menjadi 16,7 juta pada tahun 2045. Pada tahun 2021 Indonesia berada di posisi kelima dengan jumlah pengidap diabetes sebanyak 19,47 juta, dengan jumlah penduduk sebesar 179,72 juta, ini berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan proporsi individu yang terdiagnosis Diabetes Melitus dari tahun ke tahun (WHO, 2020).

Pada 2024, Indonesia menempati peringkat kelima secara global dalam hal jumlah orang dewasa (usia 20–79 tahun) yang hidup dengan diabetes, dengan estimasi mencapai 20,4 juta jiwa. Angka ini merupakan bagian dari total 215,4 juta penderita di kawasan Pasifik Barat, yang menyumbang lebih dari sepertiga (37%) dari total kasus diabetes global. Prevalensi diabetes di Indonesia untuk kelompok usia 20-79 tahun tercatat sebesar 11,0%, dan setelah disesuaikan dengan struktur usia populasi dunia untuk perbandingan, angkanya sedikit lebih tinggi, yaitu 11,3% (IDF, 2025).

Proyeksi untuk masa depan menunjukkan tren yang mengkhawatirkan, di mana pada 2050, jumlah penderita diabetes di Indonesia diperkirakan akan meningkat menjadi 28,6 juta orang, dengan Indonesia tetap berada di peringkat kelima dunia. Peningkatan prevalensi diabetes memberikan dampak serius terhadap kualitas hidup individu, beban ekonomi kesehatan, serta sistem pelayanan kesehatan. Beban biaya pengobatan penyakit yang berkaitan dengan diabetes dan komplikasinya sangat besar, dan dapat menguras sumber daya rumah tangga maupun anggaran kesehatan nasional (IDF, 2025).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara jumlah estimasi penderita Diabetes Melitus di Provinsi Sumatera Utara tahun 2024 adalah sebanyak 228.679 kasus dan yang mendapat pelayanan kesehatan sebanyak 192.715 kasus (84,27%) sedangkan di Kabupaten Deli Serdang jumlah penderit DM sebanyak 41.050 kasus dengan penderita DM yang mendapatkan pelayanan Kesehatan sesuai standar sebanyak 35.728 (87,04%) (Dinkes Sumut, 2025).

Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan peningkatan glukosa darah (Hiperglikemia) disebabkan karena ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan insulin. Penyakit diabetes mellitus dapat menyebabkan berbagai komplikasi metabolik akut, salah satu metode yang digunakan untuk pencegahan dan perubahan perilaku penderita diabetes adalah dengan memberikan Pendidikan Kesehatan dan promosi Kesehatan yaitu *Health Belief Model* (HBM) (Buana et al., 2023).

Penderita diabetes melitus di Puskesmas Batang Kuis tiap tahun selalu meningkat, tahun 2025 jumlah penderita DM sebanyak 503 kasus dan kasus DM di bulan Januari – April 2026 sebanyak 99 kasus. Tingginya angka kesakitan karena diabetes melitus di wilayah kerja Puskesmas Batang Kuis akan dapat menyebabkan kualitas hidup yang buruk, kesulitan dalam fungsi social dan fisik serta meningkatkan angka morbiditas dan mortalitas akibat

komplikasi-komplikasi yang ditimbulkannya. Untuk mencegah dan menurunkan angka kejadian diabetes melitus, tenaga Kesehatan perlu bekerjasama dengan masyarakat melalui kader Kesehatan dengan memberikan Pendidikan Kesehatan.

Puskesmas sebagai fasilitas layanan kesehatan primer memiliki peran penting dalam upaya *promotif dan preventif*, termasuk edukasi kesehatan untuk masyarakat berisiko tinggi. Namun, efektivitas program edukasi sering kali dipengaruhi oleh pendekatan yang digunakan dalam menyampaikan pesan perilaku sehat. Banyak individu yang memiliki pengetahuan tentang diabetes tetapi belum menunjukkan perilaku pencegahan yang konsisten (Harun et al., 2025).

Salah satu metode yang digunakan dalam pendidikan kesehatan dan promosi kesehatan adalah *Health Belief Model* (HBM) yang merupakan modifikasi perilaku kesehatan dengan menanamkan keyakinan pribadi atau persepsi tentang penyakit dan strategi yang tersedia untuk mengurangi terjadinya penyakit diabetes mellitus (Megawaty & Syahrul, 2017). *Health Belief Model* terdapat lima dimensi yang dapat menggambarkan bagaimana keyakinan individu terhadap suatu perilaku sehat, model HBM seperti *perceived susceptibility* (kerentanan), *perceived severity* (keparahan), *perceived benefits* (manfaat), dan *perceived barriers* (hambatan), serta bagaimana faktor-faktor tersebut memengaruhi perilaku pencegahan dan pengelolaan diabetes pada pasien (Rizqi, 2018).

Berdasarkan fenomena di atas, tingginya angka kejadian Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Batang Kuis serta masih belum optimalnya perilaku pencegahan diabetes menunjukkan perlunya upaya edukasi kesehatan yang lebih efektif dan terarah. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui efektivitas edukasi berbasis *Health Belief Model* terhadap perilaku pencegahan Diabetes Melitus di Puskesmas Batang Kuis.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana efektivitas edukasi berbasis *Health Belief Model* terhadap perilaku pencegahan Diabetes Melitus di Puskesmas Batang Kuis.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian adalah untuk mengetahui perilaku pencegahan Diabetes Melitus sebelum dan sesudah diberikan edukasi berbasis *Health Belief Model* (HBM) di Puskesmas Batang Kuis.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis perilaku pencegahan diabetes melitus sebelum diberikan edukasi berbasis *Health Belief Model* (HBM) di Puskesmas Batang Kuis.
2. Menganalisis perilaku pencegahan diabetes melitus sesudah diberikan edukasi berbasis *Health Belief Model* (HBM) di Puskesmas Batang Kuis.
3. Menganalisis perbedaan skor perilaku pencegahan diabetes melitus sebelum dan sesudah diberikan edukasi berbasis *Health Belief Model* (HBM) di Puskesmas Batang Kuis.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan masyarakat, khususnya terkait penerapan *Health Belief Model* (HBM) dalam upaya pencegahan Diabetes Melitus. Hasil penelitian ini dapat memperkaya kajian teoritis mengenai hubungan antara edukasi kesehatan berbasis HBM dengan perubahan perilaku pencegahan penyakit tidak menular, serta menjadi referensi ilmiah bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji intervensi edukasi kesehatan berbasis model perilaku.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi Puskesmas Batang Kuis sebagai bahan masukan dalam perencanaan dan pelaksanaan program edukasi kesehatan yang lebih efektif, khususnya dalam upaya promotif dan preventif pencegahan Diabetes Melitus. Melalui penerapan edukasi berbasis *Health Belief Model*, puskesmas dapat mengembangkan strategi edukasi yang lebih terarah dan berfokus pada perubahan perilaku masyarakat, sehingga program yang dilaksanakan tidak hanya meningkatkan pengetahuan, tetapi juga mampu mendorong perilaku pencegahan diabetes secara berkelanjutan.

Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kesehatan yang sistematis dan berbasis teori perilaku, sehingga pesan kesehatan yang disampaikan lebih mudah dipahami dan diterapkan oleh

masyarakat. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran, motivasi, dan kemampuan individu dalam menerapkan perilaku pencegahan Diabetes Melitus, seperti pengaturan pola makan sehat, peningkatan aktivitas fisik, serta pemeriksaan kesehatan secara rutin. Dengan demikian, upaya pencegahan Diabetes Melitus dapat dilakukan secara lebih optimal untuk menurunkan risiko komplikasi dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat.