

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) adalah penyakit yang tidak bisa ditularkan dari satu individu ke individu lainnya, dengan perkembangan yang berlangsung perlahan dalam jangka waktu yang panjang (kronis) (Kementerian Kesehatan RI, 2015). PTM kini menjadi salah satu tantangan utama dalam kesehatan masyarakat di dunia, termasuk di Indonesia. Salah satu penyakit tidak menular yang saat ini menjadi perhatian adalah diabetes melitus.

Diabetes melitus (DM) adalah suatu penyakit kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah (glukosa) akibat ketidakmampuan tubuh dalam menghasilkan insulin yang cukup atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif. DM memiliki risiko tinggi pada kelompok usia 15 sampai 60 tahun. Berdasarkan International Diabetes Federation (2021), DM menjadi salah satu penyebab kematian yaitu sebesar 6,7 juta jiwa atau 1 kematian setiap 5 detik. Pada tahun 2021, Indonesia menempati posisi kelima dengan 19,47 juta penyandang DM setelah Tiongkok, India, Pakistan dan Amerika Serikat.

Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi DM pada penduduk umur ≥ 15 tahun di Indonesia sebesar 11,7%. Angka ini menunjukkan adanya peningkatan prevalensi DM berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah yang cukup signifikan dibandingkan dengan hasil Riskesdas

tahun 2018 yaitu sebesar 10,9%. Selain itu, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 juga mencatat terdapat tiga provinsi di Indonesia dengan prevalensi DM tertinggi berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur ≥ 15 tahun adalah DKI Jakarta (3,9%), DI Yogyakarta (3,6%), dan Kalimantan Timur (3,1%). Berdasarkan Profil Kesehatan DI Yogyakarta tahun 2022, tercatat bahwa jumlah penderita DM mencapai 78.004 orang, menempatkan DM sebagai penyakit dengan prevalensi tertinggi kedua setelah hipertensi. Sleman merupakan salah satu kabupaten di DI Yogyakarta yang memiliki jumlah penderita DM tertinggi yaitu sebanyak 27.192 orang dibandingkan dari 4 kabupaten lainnya (Dinkes, 2022).

DM kini tidak hanya menyerang orang dewasa, tetapi juga semakin banyak ditemukan pada remaja. Hal ini berkaitan dengan perubahan gaya hidup seperti sering mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*), mengonsumsi makanan yang manis serta kurangnya aktivitas fisik (Ulya *et al.*, 2023). Hal ini sejalan dengan hasil *Global School-Based Student Health Survey* (GSHS) Indonesia 2023, menunjukkan bahwa 44% anak usia 13-17 tahun mengonsumsi minuman manis ≥ 1 per hari selama 7 hari, dan 76,2% remaja tidak melakukan aktivitas fisik minimal 60 menit per hari selama 7 hari. Selain itu, remaja dengan riwayat keluarga penderita DM memiliki risiko lebih tinggi mengalami penyakit tersebut. Rendahnya pengetahuan tentang penyakit DM juga dapat meningkatkan angka kejadian DM (Angelina and Herwanto, 2022).

Pencegahan DM sejak dini menjadi langkah penting terutama pada remaja yang sedang berada dalam masa transisi menuju dewasa. Kebiasaan hidup sehat yang ditanamkan sejak remaja akan berpengaruh terhadap kesehatan di masa depan. Rendahnya pengetahuan dan sikap remaja mengenai gizi dan risiko DM membuat remaja cenderung mengabaikan pola hidup sehat. Dalam era digital saat ini, remaja SMA usia 15-18 tahun termasuk dalam generasi Z yang terhubung dengan penggunaan teknologi, khususnya internet. Berdasarkan hasil Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) 2024, penggunaan internet di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya, diperkirakan mencapai 221 juta pengguna pada tahun 2024. Gen Z yang lahir antara tahun 1997-2012 menjadi kontributor terbesar dengan persentase mencapai 34,4% dari total pengguna internet. Meski demikian, kesadaran terhadap pentingnya literasi informasi dan pemanfaatan internet untuk edukasi masih rendah (Wiratami *et al*, 2023).

Seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi digital, media digital kini dapat dimanfaatkan sebagai sarana yang efektif untuk menyampaikan informasi. Berbagai *platform* digital, termasuk *website* dapat digunakan sebagai media edukasi khususnya untuk meningkatkan pengetahuan mengenai DM. Media *website* dipilih sebagai media edukasi karena memiliki tampilan yang menarik, konten yang mudah diakses serta mampu meningkatkan minat dan pemahaman gen z terhadap materi yang disampaikan (Dewi *et al.*, 2024).

Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa media *website* efektif digunakan dalam edukasi gizi. Berdasarkan penelitian (Lathifa and Mahmudiono, 2020) diketahui bahwa media edukasi berbasis *website* dapat meningkatkan tingkat penerimaan dan kesukaan karena memberikan kemudahan dalam mengakses informasi. Dalam penelitian (Dwinugraha, Dwiriani and Kustiyah, 2021) diketahui bahwa edukasi gizi menggunakan media *website* dapat meningkatkan pengetahuan dengan nilai $p\text{ value} = 0,001$ dan sikap pada remaja dengan $p\text{ value} = 0,038$. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi melalui media *website* efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang seribu hari pertama kehidupan pada remaja.

SMA Negeri 1 Godean termasuk di wilayah Sleman yang terletak di daerah perkotaan, sehingga remaja SMA memiliki gaya hidup yang modern. Berdasarkan studi pendahuluan, diketahui bahwa makanan yang dijual di lingkungan sekolah didominasi oleh *junk food* dan minuman manis yang mengandung tinggi gula, yang sangat digemari oleh remaja. Di era digital saat ini, remaja sangat akrab dengan teknologi dan internet sehingga penggunaan media digital menjadi sarana yang mudah diterima dan diakses kapan saja. Oleh karena itu, dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja pemberian media edukasi berbasis *website* dapat menjadi strategi yang efektif untuk mengedukasi remaja mengenai pentingnya pencegahan DM, meningkatkan kesadaran dan mendorong perubahan perilaku yang lebih sehat. Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan dan sikap remaja tentang diabetes

melitus menggunakan media *website* Gencadi (gen z cegah diabetes melitus sejak dini) di SMA Negeri 1 Godean.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap remaja tentang diabetes melitus menggunakan media *website* gencadi (Gen Z Cegah Diabetes Melitus Sejak Dini) di SMA Negeri 1 Godean?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan sebelum dan setelah diberikan edukasi gizi menggunakan media *website* Gencadi terhadap pengetahuan dan sikap remaja di SMA Negeri 1 Godean.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui perbedaan pengetahuan remaja tentang diabetes melitus sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan media *website* Gencadi
- b. Mengetahui perbedaan sikap remaja tentang diabetes melitus sebelum dan setelah diberikan edukasi menggunakan media *website* Gencadi

D. Ruang Lingkup

Penelitian edukasi gizi tentang diabetes melitus berbasis *website* Gencadi (Gen Z Cegah Diabetes Melitus Sejak Dini) terhadap pengetahuan dan sikap remaja di SMA Negeri 1 Godean berada di ruang lingkup gizi masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan mendukung pengembangan ilmu pengetahuan yang dapat dijadikan acuan dalam penggunaan media *website* untuk edukasi gizi mengenai diabetes melitus bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pemahaman remaja mengenai diabetes melitus, sehingga remaja dapat menerapkan gaya hidup sehat sejak dini sebagai upaya pencegahan diabetes melitus

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan manfaat bagi peneliti dalam mengembangkan media berbasis teknologi informasi khususnya *website* sebagai sarana penyampaian pesan kesehatan di bidang gizi secara lebih efektif dan inovatif.

F. Keaslian Penelitian

1. Delia Meliandini. 2024. Pengaruh Media Berbasis *Web* Mices (Milennial Cegah Stunting) Terhadap Pengetahuan dan Sikap Tentang Stunting Pada Siswa MAN 3 Ngawi. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media berbasis *website* terhadap pengetahuan dan sikap tentang stunting pada siswa Madrasah Aliyah. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa penggunaan media berbasis *website* (Web MICES) lebih efektif dibandingkan media sosial (Facebook) dalam meningkatkan pengetahuan siswa, dengan kelompok eksperimen (Web MICES) mengalami peningkatan rata-rata pengetahuan yang signifikan ($p < 0,05$), tetapi pada kelompok kontrol (*facebook*) menunjukkan penurunan rata-rata sikap siswa $p = 0,644$ ($p > 0,05$). Persamaan penelitian ini adalah variabel penelitian yaitu pengetahuan dan sikap. Perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Delia yaitu terletak pada jenis penelitian dan teknik pengambilan sampel. Jenis penelitian yang digunakan oleh Delia menggunakan *quasy experiment* dengan *one group pretest and posttest with control group design* dan teknik pengambilan sampel menggunakan *proporsional random sampling* sedangkan pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasy experimental*) dengan desain penelitian *one group pretest and posttest design* dan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*.

2. Bunfika Indriana Eka Wardani. 2023. Pengaruh Edukasi Gizi Tentang *DASH Diet* Dengan *Website* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pada Remaja. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi gizi tentang *DASH Diet* dengan media *website* terhadap pengetahuan dan sikap pada remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi gizi dengan menggunakan media *website* dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap pada remaja dengan *p value*

= 0,000 ($<0,001$). Persamaan penelitian ini adalah desain penelitian *one group pretest and posttest design*. Perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Bunfika yaitu terletak pada kriteria inklusi. Pada penelitian Bunfika menetapkan kriteria inklusi dengan mengambil sampel siswa siswi yang termasuk dalam kategori IMT *overweight* dan obesitas. Sedangkan pada penelitian ini mengambil sampel siswa siswi tanpa mempertimbangkan kategori IMT.

3. Wina Fitriyani & Ratih Kurniasari. 2022. Pengaruh Media Edukasi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Diabetes Melitus Pada Remaja. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak pemberian informasi diabetes pada remaja melalui *leaflet* dan *website*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pada peningkatan pengetahuan melalui kelompok *leaflet* dengan *p value* = 0,001 dan kelompok *website* dengan *p value* = 0,000. Persamaan penelitian ini adalah jenis penelitian menggunakan *quasy experimental* dengan rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Wina yaitu terletak pada teknik pengambilan sampel dan variabel penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan oleh Wina menggunakan *essential random sampling* dan variabel yang diteliti hanya satu variabel yaitu pengetahuan. Sedangkan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*, dan menggunakan dua variabel yaitu pengetahuan dan sikap.

G. Produk yang Dihasilkan

Tabel 1. Produk yang dihasilkan

Nama Produk	Media <i>website</i> Gencadi
Karakteristik	Media ini menyajikan edukasi tentang diabetes melitus
Fungsi	Sebagai media edukasi untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan remaja mengenai pentingnya pencegahan diabetes melitus
Keunggulan	Media edukasi berupa <i>website</i> Gencadi menyediakan informasi yang mudah diakses dengan desain yang menarik sehingga remaja lebih mudah memahami materi yang disampaikan