

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam beberapa tahun terakhir, telah terjadi perubahan pola hidup yang mengubah cara generasi muda beraktivitas sehari-hari. Hal tersebut mulai terlihat ketika terjadi kondisi *Covid-19*, dimana masyarakat diharuskan melakukan seluruh aktivitas di dalam rumah, seperti belajar, bekerja, dan beribadah. Menurut Chen, kebijakan tersebut mengganggu kegiatan rutin masyarakat karena terjadi perubahan aktivitas dalam jangka waktu yang lama, seperti pembelajaran jarak jauh, penggunaan *gadget* berlebihan, peningkatan perilaku duduk dan berbaring, kurangnya aktivitas fisik, dan pola konsumsi yang tidak teratur seperti terlalu banyak makan camilan, *fast food*, serta makanan dan minuman yang tinggi gula (Sibagariang & Lumban, 2022). Pola konsumsi tersebut disebabkan oleh perubahan gaya hidup yang serba instan dan kondisi masyarakat yang jenuh dengan situasi dan perasaan tertekan atau stress yang juga dapat memicu minimnya aktivitas fisik. Kebiasaan masyarakat yang berubah seperti ini disebut sebagai *sedentary lifestyle*. *Sedentary lifestyle* merupakan gaya hidup dimana rendahnya aktivitas fisik atau bahkan tidak ada aktivitas fisik sama sekali dalam sehari-hari (Dwi & Ambarita, 2022). Gaya hidup *sedentary* ini sangat berkaitan dengan peningkatan risiko gangguan glukosa, pra-diabetes, hingga diabetes melitus (Kurniawan et al., 2025).

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang ditandai dengan kondisi meningkatnya konsentrasi glukosa darah dalam tubuh yang disebabkan oleh pankreas yang tidak dapat memproduksi insulin atau insulin yang dihasilkan tidak dapat digunakan secara efektif oleh tubuh (Vena & Yuantari, 2022). Ketika kondisi ini tidak ditangani maka kadar glukosa darah akan meningkat dan membahayakan sistem di tubuh, khususnya saraf dan pembuluh darah. Diabetes ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti usia dan gaya hidup (Wahidin et al., 2024). Oleh sebab itu, penyakit ini membutuhkan banyak perhatian karena berpotensi menjadi ancaman kesehatan global yang bertambah kasusnya tiap tahun.

Mengutip dari World Health Organization, diabetes melitus dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius yang berdampak hampir kepada seluruh organ tubuh. Komplikasi atau efek samping ini meliputi penyakit jantung dan stroke, gagal ginjal, gangguan penglihatan hingga kebutaan, dan infeksi - terutama pada kaki yang dapat berujung amputasi bahkan kematian (WHO 2024). IDF mencatat 589 juta orang berusia 20-79 tahun di seluruh dunia menderita diabetes pada 2024. Angka ini mewakili 11,1 persen dari populasi dunia dalam kelompok usia tersebut. Diabetes juga menyebabkan 6,7 juta kematian atau satu tiap lima detik. Pada 2050, IDF memperkirakan jumlah orang dewasa yang menderita penyakit ini akan meningkat menjadi 853 juta orang atau 13 persen dari populasi global. Laporan IDF menyebut 45,5 persen penduduk usia 20-79 tahun di negara-negara berpendapatan menengah diperkirakan tidak terdeteksi (*undiagnosed*) diabetes.

2024			2050		
Rank	Country or territory	Number of people with diabetes (millions)	Rank	Country or territory	Number of people with diabetes (millions)
1	China	148.0	1	China	168.3
2	India	89.8	2	India	156.7
3	United States of America	38.5	3	Pakistan	70.2
4	Pakistan	34.5	4	United States of America	43.0
5	Indonesia	20.4	5	Indonesia	28.6
6	Brazil	16.6	6	Egypt	24.7
7	Bangladesh	13.9	7	Brazil	24.0
8	Mexico	13.6	8	Bangladesh	23.1
9	Egypt	13.2	9	Mexico	19.9
10	Japan	10.8	10	Turkey	14.1

Gambar 1.1 Total Kasus Diabetes Menurut IDF 2024

Pada tahun 2024, *International Diabetes Federation* mencatat 589 juta orang di kelompok usia 20 – 79 tahun di seluruh dunia menderita diabetes. Angka ini mewakili 11,1% dari populasi dunia dalam kelompok usia tersebut. IDF turut memperkirakan pada tahun 2050, jumlah orang dewasa yang menderita diabetes melitus akan meningkat menjadi 853 juta orang atau 13% dari populasi global.

Berdasarkan data yang didapat dari International Diabetes Federation (IDF), tahun 2024 terdapat sekitar 20.4 juta orang dewasa (20-79 tahun) terkena diabetes di Indonesia yang membuat Indonesia masuk ke peringkat 5 dari 10 negara dengan jumlah penderita diabetes tertinggi. IDF juga turut memproyeksikan jumlah penderita diabetes melitus di Indonesia pada tahun 2050 meningkat menjadi 28,6 juta jiwa. . Peningkatan ini sejalan dengan tren global yang juga menunjukkan kenaikan jumlah kasus di berbagai negara. Fakta bahwa posisi Indonesia tetap berada di lima besar dunia hingga tahun 2050 mengindikasikan bahwa permasalahan diabetes belum dapat dikendalikan secara optimal. Penyakit tidak menular ini tidak hanya menjadi permasalahan kesehatan individu tapi juga berkembang menjadi permasalahan kesehatan global yang serius diikuti dengan tren peningkatan kasus yang signifikan. Tingginya angka penderita dan kematian akibat diabetes melitus memperlihatkan bahwa penyakit ini memiliki dampak yang luas dan membutuhkan upaya penanganan yang tidak hanya bersifat kuratif, namun juga preventif melalui peningkatan kesadaran masyarakat.

Provinsi	DM berdasarkan Diagnosis Dokter		N tertimbang
	%	95% CI	
Aceh	1,6	1,5 - 1,8	17.271
Sumatera Utara	1,4	1,2 - 1,6	48.469
Sumatera Barat	1,2	1,1 - 1,4	18.138
Riau	1,5	1,3 - 1,7	20.925
Jambi	0,9	0,8 - 1,1	11.588
Sumatera Selatan	1,2	1,1 - 1,4	27.532
Bengkulu	1,1	0,9 - 1,3	6.571
Lampung	1,2	1,0 - 1,4	29.331
Bangka Belitung	2,1	1,8 - 2,4	4.763
Kepulauan Riau	1,6	1,3 - 2,0	6.782
DKI Jakarta	3,1	2,7 - 3,5	33.552
Jawa Barat	1,7	1,5 - 1,8	156.977
Jawa Tengah	1,8	1,7 - 1,9	118.184
DI Yogyakarta	2,9	2,5 - 3,3	11.757
Jawa Timur	2,2	2,0 - 2,3	130.683
Banten	1,9	1,6 - 2,2	38.751
Bali	1,7	1,4 - 1,9	13.859
Nusa Tenggara Barat	1,3	1,1 - 1,5	17.522
Nusa Tenggara Timur	0,7	0,6 - 0,8	17.550
Kalimantan Barat	1,2	1,1 - 1,4	17.713
Kalimantan Tengah	1,4	1,2 - 1,7	8.737
Kalimantan Selatan	1,4	1,2 - 1,6	13.299
Kalimantan Timur	2,3	2,1 - 2,7	12.360
Kalimantan Utara	1,5	1,2 - 1,9	2.300
Sulawesi Utara	2,1	1,8 - 2,3	8.439
Sulawesi Tengah	1,7	1,4 - 1,9	9.721
Sulawesi Selatan	1,5	1,4 - 1,7	29.481
Sulawesi Tenggara	1,2	1,0 - 1,3	8.664
Sulawesi Gorontalo	1,7	1,5 - 2,1	3.821
Sulawesi Barat	1,0	0,8 - 1,3	4.667
Maluku	0,6	0,5 - 0,8	6.050
Maluku Utara	0,9	0,7 - 1,1	4.213
Papua Barat	1,1	0,8 - 1,5	1.795
Papua Barat Daya	1,0	0,7 - 1,4	1.947
Papua	1,2	0,9 - 1,6	3.299
Papua Selatan	1,1	0,7 - 1,5	1.684
Papua Tengah	0,7	0,5 - 1,1	4.577
Papua Pegunungan	0,2	0,1 - 0,5	4.563
INDONESIA	1,7	1,6 - 1,7	877.531

Gambar 1.2 Prevalensi Diabetes Secara Nasional Menurut Riskesdas Tahun 2023

Sumber : SKI Riskesdas 2023 (www.badankebijakan.kemkes.go.id)

Berdasarkan prevalensi dari Survei Kesehatan Indonesia 2023 (Riskesdas), diketahui bahwa prevalensi atau tingkat penderita dari penyakit Diabetes Melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter mencapai 1,7% dari 877.531 populasi, sementara di Provinsi Jawa Tengah prevalensi kasus diabetes melitus sedikit lebih

tinggi di angka 1,8% dari 118.184 populasi. Perbandingan dengan antar provinsi yang memiliki prevalensi tinggi, yaitu diatas rata-rata nasional diantaranya ada DKI Jakarta dengan 3,1%, DIY dengan 2,9%, dan Kalimantan Timur dengan 2,3%. Hal ini menunjukkan daerah urban cenderung mempunyai angka lebih tinggi, faktor-faktor diantaranya adalah gaya hidup atau akses diagnosis yang lebih baik dibandingkan dengan provinsi dengan prevalensi rendah, seperti provinsi Papua Pegunungan dengan 0,2%, Maluku dengan 0,6%, dan NTT dengan 0,7%. Hal ini menunjukkan Diabetes Melitus merupakan permasalahan kesehatan yang cukup signifikan di Jawa Tengah. Meskipun demikian, karena data ini hanya mencakup kasus yang telah terdiagnosis oleh tenaga medis, terdapat kemungkinan jumlah kasus sebenarnya lebih tinggi akibat masih rendahnya kesadaran masyarakat dalam melakukan pemeriksaan gula darah secara rutin.

Tabel 1.1 Total Kasus Diabetes Melitus di Kota Semarang

Tahun	Jumlah Kasus
2021	45.168
2022	55.075
2023	48.119
2024	43.558
2025	40.743

Sumber : Lekminkes Dinas Kesehatan Kota Semarang

Data jumlah kasus diabetes melitus dalam lima tahun terakhir menunjukkan pola fluktuatif dengan kecenderungan menurun setelah tahun 2022. Meskipun demikian, angka kasus yang masih berada pada kisaran puluhan ribu setiap tahunnya menunjukkan bahwa diabetes melitus tetap menjadi permasalahan kesehatan yang signifikan. Lonjakan kasus pada tahun 2022 juga mengindikasikan adanya periode di mana risiko penyakit ini meningkat secara cukup tajam. Penurunan yang terjadi pada tahun-tahun berikutnya belum dapat sepenuhnya

diartikan sebagai kondisi yang aman, karena jumlah kasus yang masih tinggi menunjukkan bahwa risiko diabetes melitus di masyarakat tetap ada dan berpotensi berlanjut. Kondisi ini mencerminkan bahwa diabetes melitus masih menjadi isu kesehatan yang memerlukan perhatian berkelanjutan, khususnya dalam upaya menjaga pola hidup sehat dan mencegah peningkatan kasus di masa mendatang.



Gambar 1.3 Tingkat Kasus Diabetes Melitus Berdasarkan Kelompok Usia

Sumber : Simpus Dinas Kesehatan Kota Semarang 2025

Pada 2020 – 2025, diketahui bahwa peningkatan jumlah kasus diabetes di Kota Semarang meningkat dengan signifikan. Data dari Dinas Kesehatan Kota Semarang menunjukkan tingkat tren dari kasus diabetes melitus paling tinggi terdapat di tahun 2024 dengan jumlah 23,671 kasus. Turut diketahui bahwa kelompok usia dengan jumlah kasus diabetes melitus adalah kelompok usia 18 – 59 tahun dan kelompok usia 60 tahun ke atas. Hal ini menunjukkan bahwa diabetes melitus tidak hanya menjadi masalah pada usia lanjut, tetapi juga mulai banyak terjadi pada usia produktif. Kondisi ini menjadi perhatian penting karena kelompok usia produktif merupakan kelompok dengan aktivitas tinggi dan memiliki peran

penting dalam produktivitas sosial dan ekonomi, sehingga peningkatan kasus pada kelompok ini bisa berdampak lebih luas.

Kejadian ini tentunya tidak terlepas dari adanya beberapa faktor penyumbang. Diabetes melitus memiliki beberapa faktor risiko yang mempengaruhi. Faktor risiko adalah kondisi yang bisa mempengaruhi kejadian suatu penyakit atau masalah kesehatan (Bunga Farchati et al., 2023). Pada penyakit Diabetes Melitus terdapat faktor risiko yang dapat dimodifikasi dan faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi (Nasution, F., Andilala, Ambali Azwar Siregar, 2021). Faktor risiko yang dapat dimodifikasi meliputi berat badan berlebih (obesitas), kurangnya aktivitas fisik, diet tidak sehat dan tidak seimbang, konsumsi gula berlebih, hipertensi, dan merokok. Untuk faktor risiko yang tidak dapat dimodifikasi meliputi ras, umur, jenis kelamin, riwayat keluarga dengan diabetes melitus (genetik), dan riwayat melahirkan bayi dengan berat >4000 gram. Mengutip dari Kristianita dalam Wahidin et al (2024), terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi buah dan sayur serta aktivitas fisik dengan kasus diabetes melitus tipe 2. Sementara menurut Zhang et al, faktor risiko dari diabetes melitus adalah berat badan yang berlebih, tingginya kandungan lemak dalam darah, dan juga riwayat hipertensi yang menjadi faktor penyebab diabetes melitus pada pria maupun wanita.

Menurut Tanati et al (2025), dalam jurnalnya yang membahas faktor-faktor penyebab terjadinya diabetes melitus di UPTD Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang menjelaskan bahwa faktor usia dan jenis kelamin memiliki pengaruh terhadap kejadian diabetes melitus. Penderita diabetes melitus didominasi oleh perempuan sebesar 71,4%, dibanding laki-laki sebesar 28,6% yang menunjukkan perempuan cenderung memiliki risiko lebih tinggi akibat pengaruh faktor hormonal. Hormonal seperti estrogen dan progesteron ini menyebabkan perubahan kondisi tubuh seperti menopause, serta kecenderungan peningkatan indeks massa tubuh pada perempuan. Selain itu, kondisi seperti kehamilan dan siklus hormonal dapat memengaruhi sensitivitas insulin dan meningkatkan risiko diabetes. Selain itu, dari segi usia, mayoritas penderita berada pada kelompok usia >60 tahun sebesar 61,2%, dibandingkan usia 40-60 tahun sebesar 38,8% yang

mengindikasikan semakin bertambahnya usia, risiko terkena diabetes semakin tinggi. Penyebabnya antara lain penurunan fungsi pankreas dalam memproduksi insulin, menurunnya aktivitas fisik, peningkatan lemak tubuh, serta terjadinya resistensi insulin akibat proses penuaan. Dengan demikian, dapat disimpulkan usia lanjut dan jenis kelamin perempuan merupakan faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kasus diabetes melitus.

Berdasarkan studi yang dilakukan Seleky, faktor yang paling banyak ditemukan pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Miroto Semarang meliputi durasi aktivitas fisik yang kurang dari 30 menit sebesar 75%, riwayat hipertensi sebesar 69%, kebiasaan merokok sebesar 60%, riwayat jantung sebesar 57%, dan konsumsi makanan manis sebesar 51,9% (Seleky et al., 2025). Dari kedua studi yang dilakukan di Puskesmas wilayah Kota Semarang, dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab diabetes melitus disebabkan oleh hasil interaksi antara faktor demografis, faktor klinis, dan faktor gaya hidup tidak sehat. Meskipun diabetes melitus dipengaruhi oleh berbagai faktor, faktor gaya hidup yang tidak sehat menjadi faktor yang paling memungkinkan untuk diintervensi melalui pendekatan kampanye kesehatan.

Manajemen diabetes melitus dikenal sebagai lima pilar penatalaksanaan diabetes melitus yang meliputi pendidikan, perencanaan makanan dan diet, aktivitas fisik, dan melakukan cek gula darah secara teratur (PERKENI, 2021). Pengetahuan tentang lima pilar DM dapat memiliki dampak yang signifikan pada pengelolaan penyakit dan kualitas hidup. Kurangnya pemahaman pasien terhadap pentingnya pemantauan kadar glukosa darah secara berkala dapat menyebabkan ketidakmampuan dalam mengenali perubahan gula darah yang berpotensi membahayakan. Selain itu, kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya pola makan sehat dan aktivitas fisik juga dapat menghambat upaya dalam mencapai pengendalian kadar gula darah yang optimal.

Penyampaian komunikasi kesehatan terkait pencegahan diabetes melitus di Kota Semarang belum terintegrasi secara optimal dalam menjangkau kelompok usia produktif, sehingga pesan kesehatan belum mampu mendorong peningkatan

kesadaran dan perubahan perilaku masyarakat, khususnya dalam gaya hidup sehat. Untuk mendukung data, penulis melakukan wawancara bersama pihak puskesmas yang memiliki pasien diabetes melitus tertinggi di Kota Semarang pada tahun 2025, yaitu Puskesmas Poncol. Berdasarkan wawancara bersama Bu Fitri (Kepala TU Puskesmas Poncol) dan Bu Yunita (Pemegang Program Diabetes Melitus Puskesmas Poncol), saat ini program *offline* yang dijalankan dari Dinas Kesehatan berupa kegiatan Prolanis dan edukasi di Posyandu ILP. Kegiatan Prolanis merupakan kegiatan yang difokuskan kepada pasien diabetes melitus dimana kegiatan terdiri dari edukasi, olahraga bersama, dan juga cek kesehatan. Untuk kegiatan edukasi di Posyandu ILP, dilakukan kepada masyarakat umum di kelompok usia 15 - 60 tahun. Program dari Dinas Kesehatan Kota Semarang ini rutin dilakukan selama dua kali setiap bulannya. Namun demikian, masih terdapat tantangan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini diabetes melitus serta penerapan pola hidup sehat.

Dari wawancara tersebut, terlihat bahwa program-program yang sudah dilaksanakan masih perlu dimaksimalkan karena masih bersifat satu arah dan terfokus terhadap masyarakat yang sudah terdiagnosa. Selain itu, upaya edukasi preventif kepada masyarakat umum, khususnya kelompok usia produktif, masih perlu diperkuat. Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah penyampaian komunikasi kesehatan terkait pencegahan diabetes yang belum optimal dalam menjangkau kelompok usia produktif serta belum mampu mendorong kesadaran deteksi dini dan perubahan perilaku masyarakat. Selain itu, pendekatan yang digunakan belum terdapat aktivitas partisipatif yang sesuai dengan karakteristik kelompok usia produktif, sehingga pesan kesehatan kurang menarik dan belum mampu mendorong perubahan perilaku.

Edukasi diabetes sendiri sangat penting untuk menyadarkan masyarakat terkait pola hidup yang memicu diabetes, risiko jika diabetes tidak terdeteksi, serta pentingnya cek kesehatan rutin. Dari kondisi tersebut, terlihat bahwa diperlukan pendekatan komunikasi yang lebih efektif untuk meningkatkan pemahaman terkait

pencegahan dan penanganan penyakit diabetes melitus kepada masyarakat kelompok usia produktif di Kota Semarang.

Tantangan utama dalam menyampaikan sebuah edukasi kepada kelompok usia produktif adalah penyampaian pesan yang terintegrasi serta aktivitas yang partisipatif. Sudah menjadi tugas seorang Public Relations untuk menyampaikan sebuah informasi kepada publik melalui strategi komunikasi yang tepat. Untuk kampanye edukasi diabetes melitus ini, pendekatan PR melalui komunikasi persuasif dan terintegrasi, aktivitas partisipatif, serta media relations menjadi kunci untuk menciptakan perubahan perilaku yang positif. Melalui strategi *public relations* yang melibatkan Media Cetak (Poster, flyer, banner), serta aktivitas partisipatif seperti games dan senam bersama, komunikasi yang dilakukan menjadi lebih efektif dan bermakna. PR membangun komunikasi dua arah yang tidak hanya mengedukasi, tetapi juga mengajak *audience* terlibat aktif dalam proses perubahan. Diharapkan dari kampanye ini dapat menurunkan angka permasalahan kesehatan penyakit tidak menular khususnya diabetes melitus melalui peningkatan pemahaman serta mendorong perubahan perilaku di usia produktif.

Untuk mendukung data Tugas Akhir, penulis turut melakukan survei pra-kegiatan kepada 62 responden. Kuesioner disebar kepada 62 responden yang berada di kawasan Car Free Day Simpang Lima Kota Semarang, dengan karakteristik usia 15 – 18 tahun. Alasan pemilihan kriteria responden karena kelompok usia tersebut berada pada fase remaja akhir yang mulai memiliki kemandirian dalam menentukan pola makan, aktivitas fisik, serta kebiasaan hidup sehari-hari. Berbagai kebiasaan yang terbentuk pada masa remaja berpotensi berlanjut hingga memasuki usia dewasa sehingga kelompok ini merupakan bagian dari tahap awal usia produktif yang penting untuk memperoleh edukasi mengenai pencegahan diabetes melitus. Survei ini juga dilangsungkan untuk memperoleh informasi terkait tingkat pengetahuan mereka seputar penyakit diabetes melitus serta memahami pola afeksi dan perilaku.



Gambar 1. 4 Dokumentasi Survei Pra-kegiatan

Sumber : Kamera Pribadi



Gambar 1. 5 Dokumentasi Survei Pra-kegiatan

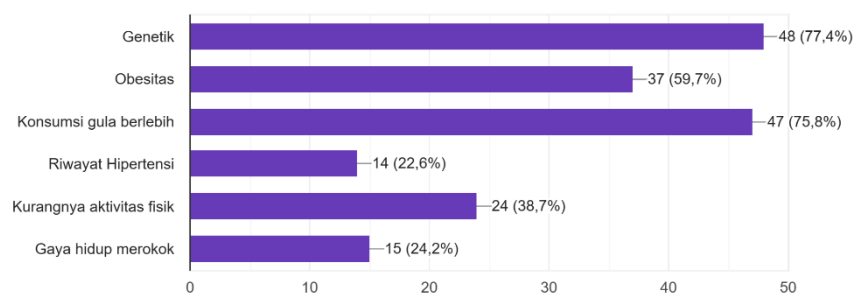
Sumber : Kamera Pribadi

Tabel 1. 2 Jawaban Kuesioner "Apa yang dimaksud dengan diabetes melitus?"

Apa yang dimaksud dengan penyakit diabetes melitus?	
Tipe Jawaban	Jumlah Responden
Mendasar (gula)	40 Responden (64,5%)
Mendalam (keterkaitan gula dan insulin)	8 Responden (12,9%)
Tidak Relevan	14 Responden (22,6)

Hasil survey pra-kegiatan pada pertanyaan “Apa yang dimaksud diabetes melitus?” menunjukkan bahwa 40 responden memiliki tingkat pemahaman dasar karena mampu mendefinisikan diabetes melitus sebagai kondisi yang berkaitan dengan kadar gula darah. Kemudian, hanya terdapat 8 responden yang mampu mendefinisikan diabetes melitus dengan mendalam, ditandai dengan keterkaitan antara insulin/fungsi pankreas. Selain itu, terdapat 14 responden yang menjawab pertanyaan dengan jawaban yang tidak tepat. Kondisi ini mengindikasikan adanya kesenjangan pemahaman antara pengetahuan dasar dan pemahaman yang lebih mendalam terkait diabetes melitus, sehingga diperlukan upaya edukasi yang lebih komprehensif dan mudah dipahami oleh masyarakat.

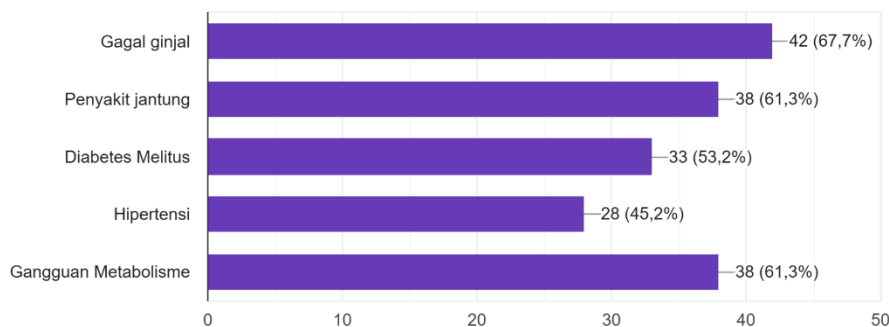
Apa yang anda ketahui tentang faktor penyebab seseorang dapat mengalami penyakit diabetes melitus?
62 jawaban



Gambar 1. 6 Grafik Jawaban Pertanyaan "Apa yang anda ketahui tentang faktor penyebab seseorang dapat mengalami diabetes melitus?"

Hasil survey pra-kegiatan yang dilakukan dengan pertanyaan berbentuk pilihan ganda (*multiple response*), diketahui bahwa responden dapat memilih lebih dari satu faktor penyebab diabetes melitus. Mayoritas responden telah mengetahui beberapa faktor utama penyebab diabetes melitus, yaitu genetik, obesitas, dan konsumsi gula berlebih. Ketiga faktor tersebut dipilih oleh lebih dari separuh responden, dengan jumlah pemilih berkisar antara 37–48 responden atau sekitar 59,7%–77,4%. Sementara itu, faktor lainnya seperti kurang aktivitas fisik dipilih oleh 24 responden (38,7%), serta riwayat hipertensi dan kebiasaan merokok dipilih oleh 14 (22,6%) dan 15 (24,2) responden. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian responden telah mengetahui beberapa faktor utama faktor risiko diabetes, tetapi pengetahuan faktor lainnya yang berkaitan dengan gaya hidup, masih tergolong rendah. Hal ini membuktikan adanya kesenjangan pengetahuan yang berpotensi mempengaruhi perilaku pencegahan masyarakat terhadap diabetes melitus.

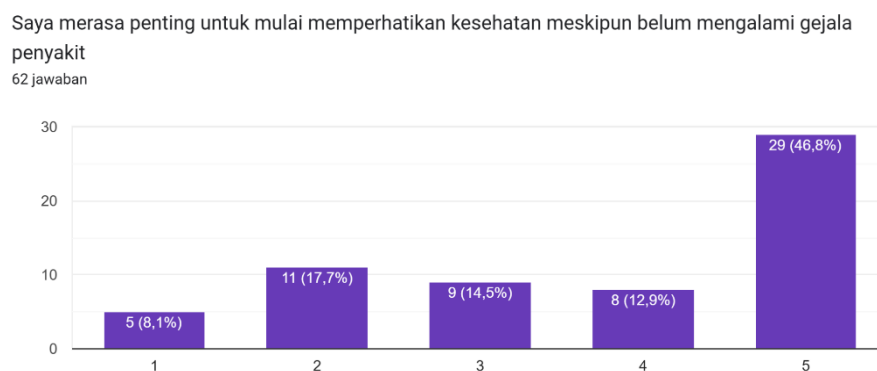
Ketika seseorang menjalani pola hidup yang kurang sehat sejak dini, risiko kesehatan apa yang berpotensi terjadi di masa depan?
62 jawaban



Gambar 1. 7 Grafik Jawaban Pertanyaan "Ketika seseorang menjalani pola hidup yang kurang sehat sejak dini, risiko kesehatan apa yang berpotensi terjadi di masa depan?"

Berdasarkan survey pra-kegiatan dengan pertanyaan berbentuk pilihan ganda (*multiple response*), diketahui responden memiliki pemahaman yang cukup beragam terkait risiko kesehatan akibat pola hidup tidak sehat sejak dini. Hasil menunjukkan bahwa risiko gagal ginjal menjadi pilihan terbanyak, yaitu sebanyak 42 responden (67,7%), diikuti oleh gangguan metabolisme dan penyakit jantung

sebanyak 38 responden (61,3%). Selanjutnya, diabetes melitus dipilih oleh 33 responden (53,2%), sedangkan hipertensi dipilih oleh 28 responden (45,2%). Meskipun responden menunjukkan kesadaran terhadap berbagai risiko penyakit akibat pola hidup tidak sehat, pemahaman tersebut masih bersifat umum dan belum menempatkan diabetes melitus sebagai risiko utama yang perlu diwaspadai.

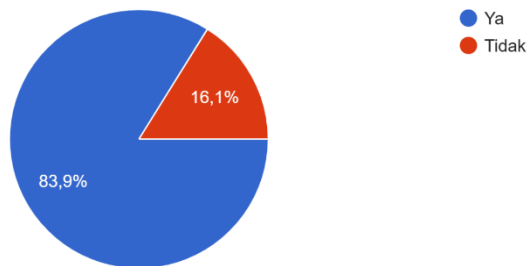


Gambar 1. 8 Pertanyaan Kuesioner "Saya merasa penting untuk mulai memperhatikan kesehatan meskipun belum mengalami gejala penyakit "

Berdasarkan grafik hasil kuesioner di atas, diketahui bahwa sebagian besar responden (59,7%) atau 37 responden menyatakan setuju bahwa penting untuk memperhatikan kesehatan meskipun belum mengalami gejala penyakit. Hal tersebut menunjukkan bahwa kesadaran preventif pada responden sudah cukup baik. Selain itu, 14,5% responden memilih jawaban netral, dan 26,4% responden belum menyadari pentingnya menjaga kesehatan sejak dini. Kondisi ini mengindikasikan bahwa meski mayoritas responden telah memiliki kesadaran preventif, masih terdapat sebagian masyarakat yang belum memahami urgensi pencegahan penyakit.

Jika kamu diberikan kue-kue manis oleh temanmu, apakah kamu akan memakannya?

62 jawaban

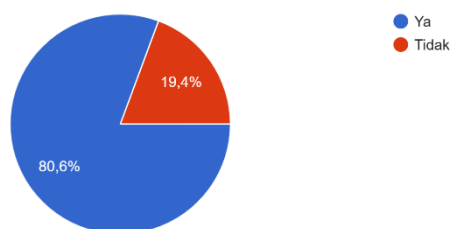


Gambar 1. 9 Pertanyaan Kuesioner "Jika kamu diberikan kue-kue manis oleh temanmu, apakah kamu akan memakannya?"

Dari grafik hasil survei pra kegiatan, mayoritas responden memilih jawaban Ya, dengan jumlah 52 responden atau 83,9%. Sementara 16,1% atau 10 responden memilih Tidak. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi makanan manis dalam situasi sosial sehari-hari. Meskipun responden sebelumnya telah menunjukkan pengetahuan mengenai risiko diabetes dan pentingnya menjaga pola hidup sehat, perilaku konsumsi makanan manis masih cukup tinggi.

Jika kamu diberikan es teh manis jumbo oleh temanmu, apakah kamu akan meminumnya?

62 jawaban

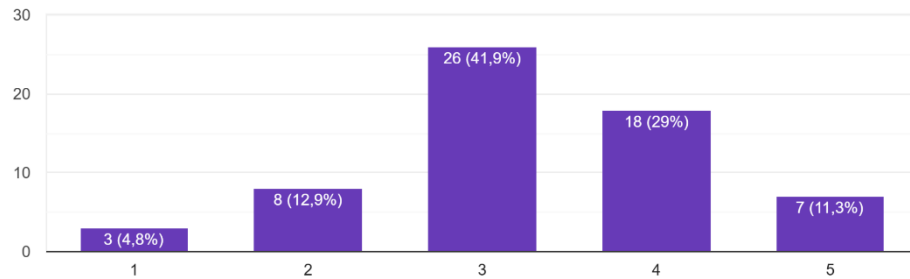


Gambar 1. 10 Pertanyaan Kuesioner "Jika kamu diberikan es teh manis jumbo oleh temanmu, apakah kamu akan meminumnya?"

Dari gambar di atas, diketahui bahwa mayoritas responden memilih jawaban Ya dengan persentase 80,6% atau 50 responden. Sementara 19,4% atau 12 responden memilih jawaban Tidak. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih memiliki kecenderungan mengonsumsi minuman manis ketika

diberikan oleh teman. Kondisi ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku responden, dimana keputusan konsumsi masih dipengaruhi oleh faktor kebiasaan dan lingkungan sosial.

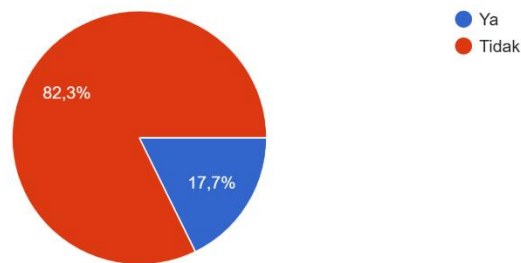
Saat anda membeli minuman olahan, level gula seperti apa yang anda pilih?
62 jawaban



Gambar 1. 11 Pertanyaan Kuesioner "Saat anda membeli minuman, level gula seperti apa yang anda pilih?"

Berdasarkan hasil survei pra kegiatan terkait preferensi tingkat gula saat membeli minuman olahan, diperoleh bahwa sebagian besar responden memilih tingkat gula sedang. Hal ini terlihat dari dominasi pilihan pada skala 3 sebanyak 26 responden (41,9%). Selanjutnya, sebanyak 18 responden (29%) memilih tingkat gula tinggi (skala 4), dan 7 responden (11,3%) memilih tingkat gula sangat tinggi (skala 5). Sementara itu, responden yang memilih tingkat gula rendah (skala 1 dan 2) relatif lebih sedikit yaitu di 11 responden (17,7%). Data ini menunjukkan bahwa mayoritas responden masih memiliki kecenderungan untuk mengonsumsi minuman dengan kadar gula sedang hingga tinggi.

Apakah kamu memiliki genetik diabetes dari keluarga?
62 jawaban



Gambar 1. 12 Pertanyaan Kuesioner "Apakah kamu memiliki genetik diabetes dari keluarga?"

Dari 62 responden, sebanyak 51 responden (82,3%) responden menyatakan mereka tidak memiliki genetik diabetes dari keluarganya. Hal ini menunjukkan sebagian besar responden tidak memiliki faktor risiko keturunan sehingga potensi terjadinya diabetes lebih dipengaruhi oleh faktor lain, terutama gaya hidup.

Berdasarkan hasil pra-survey yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden sebenarnya telah memiliki pengetahuan dasar mengenai diabetes melitus dan pentingnya menjaga kesehatan. Namun, pemahaman tersebut belum sepenuhnya diikuti dengan kesadaran preventif dan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini terlihat dari masih tingginya kecenderungan responden untuk mengonsumsi makanan dan minuman manis, memilih kadar gula sedang hingga tinggi, serta belum memahami secara menyeluruh faktor risiko diabetes yang berkaitan dengan gaya hidup. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat usia produktif terhadap pencegahan diabetes melitus. Oleh karena itu, diperlukan sebuah pendekatan komunikasi kesehatan yang lebih interaktif, partisipatif, dan terintegrasi agar pesan kesehatan tidak hanya dipahami secara teoritis, tetapi juga mampu mendorong peningkatan kesadaran serta perubahan perilaku masyarakat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun, maka rumusan masalah dalam proyek ini berfokus pada bagaimana strategi kampanye *public relations* dalam *integrated campaign* dengan pendekatan *event management* dan kampanye *public*

relations. Kampanye ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan mendorong perubahan perilaku masyarakat Kota Semarang, khususnya di kelompok usia produktif terhadap pencegahan dan risiko diabetes melitus.

Pelaksanaan kampanye dibuat dalam bentuk *digital campaign* dan *offline activity*. *Offline activity* akan berupa pembukaan *booth* yang berlokasi di CFD Simpang Lima yang terdiri dari beberapa kegiatan, seperti penyebaran media edukasi, games dan pembagian souvenir/goodie bag, cek kesehatan gratis, dan juga survei. Luaran tambahan dari kegiatan kampanye ini berupa publikasi release pelaksanaan digital campaign dan offline activity di media berita.

Kampanye edukasi diabetes melitus ini dilaksanakan dengan tujuan menjadi kampanye yang tidak hanya mengedukasi risiko diabetes melitus yang disebabkan oleh beberapa faktor, namun juga dapat mendorong peningkatan kesadaran dan perubahan perilaku di kelompok masyarakat usia produktif. Melalui pendekatan kampanye *public relations* yang terintegrasi dengan memanfaatkan aktivitas *multi-event* baik secara *offline* maupun digital, diharapkan pesan kesehatan dapat disampaikan secara lebih efektif, menarik, dan mudah dipahami oleh target *audience*. Selain itu, kampanye ini juga bertujuan untuk mendorong perubahan sikap dan perilaku masyarakat dalam menerapkan pola hidup yang lebih sehat, sebagai upaya pencegahan diabetes melitus.

Kampanye Diabetes Melitus yang dirancang dalam proyek tugas akhir ini sejalan dengan strategi global yang dirancang oleh *World Health Organization* (WHO) dan *International Diabetes Federation* (IDF), yang menekankan pentingnya upaya promotif dan preventif melalui perubahan gaya hidup sehat, seperti pengendalian konsumsi gula, peningkatan aktivitas fisik, dan lain-lain. WHO menyatakan bahwa sebagian besar kasus diabetes dapat dicegah melalui modifikasi faktor risiko seperti gaya hidup, meliputi pola makan yang sehat dan aktivitas fisik yang cukup.

Namun, dalam implementasinya, masih terdapat celah dalam penyampaian informasi kesehatan kepada masyarakat khususnya pada kelompok usia produktif

yang memiliki pola hidup dinamis dan cenderung sulit dijangkau melalui pendekatan konvensional. Selain itu, meski informasi terkait diabetes sudah tersedia, belum seluruhnya mampu mendorong perubahan perilaku masyarakat, terutama dalam mengurangi konsumsi gula berlebih.

Oleh karena itu, kampanye ini dirancang untuk mendukung strategi global tersebut melalui pendekatan komunikasi *public relations* yang lebih adaptif dan terintegrasi dengan mengombinasikan aktivitas *offline* dan digital. Pendekatan ini diharapkan dapat menjangkau target audiens secara lebih efektif serta meningkatkan kesadaran dan mendorong perubahan perilaku masyarakat dalam upaya pencegahan diabetes melitus.

1.3 Tujuan

Adapun tujuan dari perancangan dan pelaksanaan kampanye ini adalah merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi *integrated campaign offline* melalui *event management* untuk meningkatkan kesadaran serta mendorong *behavioral intention* masyarakat usia produktif dalam menerapkan perilaku hidup sehat sebagai upaya pencegahan diabetes melitus di Kota Semarang.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu komunikasi, khususnya di bidang public relations dan komunikasi kesehatan. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi referensi dalam memahami penerapan strategi kampanye public relations melalui pendekatan *integrated campaign* yang terintegrasi, baik secara *offline* maupun digital, dalam meningkatkan *awareness* dan mendorong perubahan perilaku masyarakat terhadap isu kesehatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi instansi kesehatan, pemerintah daerah, maupun pihak terkait dalam merancang kampanye komunikasi kesehatan yang lebih efektif dan adaptif, khususnya dalam upaya pencegahan diabetes melitus pada masyarakat usia

produktif. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan insight mengenai strategi komunikasi yang mampu meningkatkan awareness serta mendorong perubahan perilaku masyarakat, terutama dalam mengurangi konsumsi gula berlebih melalui pendekatan kampanye yang interaktif dan terintegrasi.

1. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat khususnya kelompok usia produktif di Kota Semarang dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran terhadap risiko diabetes melitus. Masyarakat diharapkan dapat memperoleh informasi yang lebih mudah dipahami, relevan, dan aplikatif terkait pola hidup sehat, sehingga mampu mendorong perubahan perilaku, khususnya dalam mengurangi konsumsi gula berlebih sebagai upaya pencegahan diabetes melitus.

2. Bagi Mahasiswa

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi instansi kesehatan, pemerintah daerah, maupun pihak terkait dalam merancang kampanye komunikasi kesehatan yang lebih efektif dan adaptif, khususnya dalam upaya pencegahan diabetes melitus pada masyarakat usia produktif. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan insight mengenai strategi komunikasi yang mampu meningkatkan awareness serta mendorong perubahan perilaku masyarakat, terutama dalam mengurangi konsumsi gula berlebih melalui pendekatan kampanye yang interaktif dan terintegrasi.

3. Bagi Stakeholder

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan referensi bagi stakeholder, seperti Dinas Kesehatan, puskesmas, maupun organisasi terkait, dalam merancang strategi komunikasi kesehatan yang lebih efektif dan tepat sasaran. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan insight mengenai pendekatan kampanye yang mampu

meningkatkan *awareness* serta mendorong perubahan perilaku masyarakat melalui kombinasi aktivitas *offline* dan *digital*.

1.5 Luaran

Luaran dari karya bidang ini terdiri dari produksi 1 offline campaign meliputi konsep ide, pelaksanaan, dan pasca kegiatan, dilengkapi dengan produksi media public relations berupa 1 desain *flyer*, 2 desain poster, 1 desain *standing banner*, dan 1 desain *backdrop*. Output tambahan dari luaran ini yaitu 2 publikasi release di media berita.