

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gaya hidup dapat mempengaruhi kondisi kesehatan suatu individu. Gaya hidup yang dijalani sebagian besar masyarakat Indonesia saat ini cenderung tidak sehat. Menurut Wijayanti dan Endrotomo (2017:182), menyatakan bahwa masyarakat saat ini berorientasi pada gaya hidup yang praktis dan modern. Tanpa disadari masyarakat menjadi kurang beraktivitas fisik dan lebih memilih suatu hal yang serba instan seperti membeli makanan atau minuman kemasan. Jika gaya hidup tidak sehat tersebut berlangsung dalam jangka waktu yang lama, maka akan menimbulkan berbagai macam penyakit tidak menular salah satunya adalah diabetes melitus. Menurut Luthfa I (2019:25), menyatakan bahwa diabetes melitus dapat terjadi pada usia muda dikarenakan meluasnya gaya hidup yang buruk. Sehingga diabetes melitus yang pada awalnya hanya menyerang orang lanjut usia, kini dapat menyerang siapapun baik anak-anak, anak muda, hingga dewasa.

Prevalensi penderita diabetes di Indonesia sangat tinggi dan terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data Riskesdas (2018), sebagian besar penderita diabetes melitus saat ini berada pada rentang usia 55-64 tahun yaitu sebesar 6,4% dengan penderita paling banyak adalah berjenis kelamin perempuan (1,8%).

Diabetes melitus merupakan salah satu penyakit yang masih menjadi sorotan dunia saat ini. Walaupun bukan tergolong penyakit yang menular, namun prevalensi penderita diabetes melitus tergolong tinggi dan kian meningkat setiap tahunnya. Menurut data International Diabetes Federation (2021), Indonesia menempati urutan kelima sebagai negara dengan jumlah penderita diabetes terbanyak di dunia. Jumlah penderita diabetes di Indonesia adalah sebesar 19,47 juta dari total 179,72 juta penduduk. Hal ini menunjukkan prevalensi penderita diabetes di Indonesia adalah sebesar 10,6%.

Diabetes melitus dapat disebabkan karena pankreas tidak dapat memproduksi hormon insulin dengan cukup. Insulin merupakan hormon yang membantu sel tubuh menyerap glukosa dalam darah untuk diubah menjadi energi. Ketika pankreas tidak memproduksi insulin dengan cukup, maka sel tubuh tidak dapat menyerap glukosa atau kerap disebut dengan resistensi

insulin. Resistensi insulin inilah yang menyebabkan penumpukan glukosa sehingga gula dalam darah berada di atas normal. Faktor utama pemicu resistensi insulin yaitu gaya hidup yang tidak sehat. Menurut Priyanto & Juwariah (2021:75), menyatakan bahwa diabetes melitus dapat disebabkan oleh banyak faktor salah satunya gaya hidup tidak sehat seperti kurang tidur, konsumsi gula tinggi, obesitas, kecanduan rokok, kurangnya aktivitas fisik, pola makan tidak teratur, dll. Selain disebabkan karena gaya hidup, diabetes melitus juga dapat disebabkan oleh faktor genetik. Seseorang dengan keturunan yang memiliki riwayat diabetes melitus berisiko terkena penyakit tersebut 3 kali lebih besar dibandingkan yang tidak memiliki genetik. Untuk itu, baik yang memiliki genetik diabetes melitus ataupun tidak, tetap harus menjaga pola hidup sehat untuk dapat mengurangi risiko diabetes melitus.

Gejala awal penderita diabetes melitus sering kali tidak disadari oleh penderitanya. Penderita akan merasakan layaknya kondisi tubuh yang sehat. Mayoritas penderita diabetes mengetahui bahwa mereka mengalami penyakit tersebut setelah mengalami komplikasi (Wardani & Isfandiari, 2014). Kondisi inilah yang menjadi dasar akan pentingnya menjaga gaya hidup sehat kapanpun dan dimanapun. Menurut Juwita & Febrina (2018:103), menyatakan bahwa dengan menjaga gaya hidup yang sehat, maka gula darah akan dapat dikontrol dengan baik.

Menurut Fatmawaty (2017:57), usia remaja adalah masa seseorang yang bukan lagi dianggap seorang anak dan bukan pula seorang yang dewasa. Pada masa ini remaja cenderung berhadapan dengan keraguan akan peran yang dilakukan. Mereka mencoba untuk menentukan gaya hidup, pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya. Masa remaja juga merupakan pendewasaan dan cenderung rawan dengan hal-hal negatif jika tidak diarahkan dengan baik (Adityawan, 2015). Sehingga usia remaja merupakan usia paling tepat untuk dibekali dan diingatkan secara terus menerus akan pentingnya gaya hidup sehat agar tidak terkena penyakit diabetes melitus.

Sidoarjo memiliki potensi diabetes melitus yang tergolong tinggi. Dalam Priyanto dan Juwariah (2021:74), ditemukan bahwa berdasarkan catatan rekam medik RS Delta Surya Sidoarjo selama tahun 2019, total Pasien Diabetes Melitus sejumlah 653 pasien dengan rata-rata perbulan sebanyak 54 pasien. Hasil penelitian Andini dan Awwalia (2018), menunjukkan bahwa diagnosis normal kadar glukosa darah pada remaja di Kabupaten Sidoarjo adalah 42% sedangkan diagnosis risiko diabetes (prediabetes) mencapai 58%.

Mayoritas remaja Sidoarjo telah mengetahui bahwa diabetes melitus merupakan penyakit yang berbahaya dan perlu diwaspadai. Pengetahuan remaja terkait penyakit diabetes sangat baik. Peneliti telah melakukan survei terhadap 102 orang yang ada di wilayah Sidoarjo, dan menemukan bahwa sebanyak 93,3% mengetahui bahwa diabetes melitus merupakan penyakit yang berbahaya, 78,6% telah mengetahui penyebab penyakit diabetes melitus, 73,3% menyadari bahwa diabetes melitus dapat menyerang siapapun. Namun pada implementasinya, sebanyak 80% remaja di Sidoarjo tidak menerapkan gaya hidup sehat. Sebanyak 73,3% remaja di Sidoarjo masih belum rutin melakukan olahraga. Sebanyak 37,3% remaja di Sidoarjo masih mengonsumsi gula berlebih. Sebanyak 53,3% masih sering membeli makanan dan minuman kemasan dengan kandungan gula tinggi. Menurut Nuraini & Surpiatna (2016:11), mereka yang mengonsumsi setidaknya satu jenis minuman manis setiap hari akan memiliki risiko terkena diabetes melitus tipe II dua kali lebih besar dibandingkan dengan yang jarang mengonsumsinya. Sehingga tingginya risiko diabetes tersebut bukan disebabkan karena kurangnya pengetahuan remaja terhadap diabetes, namun dikarenakan kurangnya implementasi remaja untuk pencegahan diabetes melitus melalui penerapan gaya hidup sehat.

Oleh karena itu, dibutuhkan sebuah kampanye sosial yang dapat membuat remaja tergerak untuk mengimplementasikan gaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya untuk melakukan pencegahan diabetes melitus. Menurut Pangestu (2019:162), kampanye sosial merupakan tindakan komunikasi nonkomersil untuk menyampaikan pesan secara efektif yang berkaitan dengan masalah sosial yang terjadi di masyarakat. Pada prinsipnya, kampanye sosial yang dibuat harus memiliki strategi dan media yang tepat agar pesan yang disampaikan dapat diterima dengan baik oleh target sasaran.

Rumah sehat Al-Akmal merupakan salah satu klinik di Sidoarjo yang melayani berbagai macam jenis terapi mulai dari bekam hingga akupuntur untuk mengatasi berbagai macam penyakit. Salah satunya adalah diabetes melitus. Rumah sehat Al-Akmal memiliki perhatian yang tinggi terhadap penyakit Diabetes. Dengan adanya kampanye sosial cegah diabetes, maka akan membantu Rumah Sehat Al – Akmal untuk mengedukasi pasiennya.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Dalam Priyanto & Juwariah (2021:74), ditemukan bahwa berdasarkan catatan rekam medik RS Delta Surya, prevalensi diabetes melitus di Sidoarjo sangat tinggi dan meningkat setiap tahunnya
2. Berdasarkan data kuisisioner, 80% remaja di Sidoarjo tidak menerapkan gaya hidup sehat.
3. Berdasarkan data kuisisioner, 53,3% remaja di Sidoarjo masih sering membeli makanan dan minuman kemasan
4. Berdasarkan data kuisisioner, 73,3% remaja di Sidoarjo masih belum rutin melakukan olahraga
5. Berdasarkan data kuisisioner 37, 3% remaja di Sidoarjo masih mengonsumsi gula berlebih

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dari identifikasi masalah di atas adalah:

1. Bagaimana merancang kampanye sosial cegah penyakit diabetes melitus untuk usia 16-24 tahun?

1.4 Batasan Masalah

1. Perancangan kampanye sosial ini berfokus untuk mengedukasi remaja usia 16-24 tahun mengenai penyakit diabetes melitus yang mematikan
2. Kampanye sosial ini mengajak remaja usia 16-24 tahun untuk mulai melakukan pencegahan diabetes melitus sejak dini
3. Pencegahan diabetes melitus yang dimaksud melalui penerapan gaya hidup sehat seperti rutin berolahraga, mengurangi konsumsi makanan minuman tinggi gula, dan menjaga berat badan ideal.
4. Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan oleh peneliti, hasil survey mengatakan bahwa 63,7% remaja sering mengunjungi *café* dan *mall*. Sehingga media kampanye sosial ini diletakkan disekitar *cafe* dan *mall* di wilayah Sidoarjo.

1.5 Tujuan Perancangan

1. Merancang kampanye yang dapat mengubah pola pikir remaja agar mengimplementasikan gaya hidup sehat untuk menekan prevalensi diabetes melitus di Sidoarjo
2. Mengajak remaja di Sidoarjo untuk menerapkan gaya hidup sehat
3. Mengajak remaja di Sidoarjo tidak sering membeli makanan dan minuman kemasan
4. Mengajak remaja di Sidoarjo untuk rutin melakukan olahraga
5. Mengajak remaja di Sidoarjo mengurangi konsumsi gula

1.6 Manfaat Perancangan

- a. Bagi penulis
 1. Memanfaatkan ilmu atau teori yang telah didapatkan selama menempuh pendidikan sebagai mahasiswa desain komunikasi visual
 2. Mengetahui proses perancangan kampanye sosial cegah diabetes melitus
- b. Bagi Khalayak
 1. Khalayak akan menyadari bahwa diabetes perlu diwaspadai dengan menjaga gaya hidup yang sehat
 2. Khalayak akan tergerak untuk mengimplementasikan gaya hidup sehat di kehidupan sehari-hari
 3. Mengurangi prevalensi dan risiko diabetes melitus di wilayah Sidoarjo
- c. Bagi Instansi
 1. Menjadi media pendukung instansi dalam melakukan edukasi mengenai diabetes melitus