SKRIPSI

EFEKTIVITAS METODE DISKUSI DENGAN BUKU DIGITAL TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA REMAJA BERISIKO OBESITAS DI SMAN 7 KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Disusun Oleh:

TASYA INGRIT CAHYATI
NIM: P05170021044

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN
2025

HALAMAN JUDUL

SKRIPSI

EFEKTIVITAS METODE DISKUSI DENGAN BUKU DIGITAL TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA REMAJA BERISIKO OBESITAS DI SMAN 7 KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Skripsi ini Diajukan Sebagai Pedoman
Pelaksanaan Penelitian Penyusunan Skripsi

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Disusun Oleh:

TASYA INGRIT CAHYATI
NIM: P05170021044

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PROGRAM STUDI PROMOSI KESEHATAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN
2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas:

Nama	:	Tasya Ingrit Cahyati
Tempat, Tanggal Lahir	:	Bengkulu, 13 Juli 2003
NIM	:	P05170021044
Judul Skripsi	:	Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025

Kami setuju untuk diseminarkan pada tanggal, 17 Juni 2025

Bengkulu, 17 Juni 2025

Pembimbing I	Pembimbing II
Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM., MKM	**Linda, SST., M.Kes**
NIP. 197608172000032001	NIP. 196909011989032001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

EFEKTIVITAS METODE DISKUSI DENGAN BUKU DIGITAL TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA REMAJA BERISIKO OBESITAS DI SMAN 7 KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Disusun Oleh:

TASYA INGRIT CAHYATI
NIM: P05170021044

Telah diujikan didepan Penguji Skripsi
Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Pada tanggal 26 Juni 2025 dan dinyatakan

TIDAK LULUS/**LULUS**

Ketua Dewan Penguji	Penguji I
Reka Lagora Marsofely, SST.,M.Kes	**Dr. Darwis, S.Kp.,M.Kes**
NIP. 198203202002122001	NIP. 196301031983121002
Penguji II	**Penguji III**
Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM.,MKM	**Linda, SST.,M.Kes**
NIP. 197608172000032001	NIP. 196909011989032001

Skripsi ini telah memenuhi salah satu persyaratan
untuk mencapai derajat sarjana terapan kesehatan

Mengetahui:
Ketua Program Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Wisuda Andeka Marleni, SST.,M.Kes
NIP. 198103122002122002

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	:	Tasya Ingrit Cahyati
NIM	:	P05170021044
Judul Proposal Penelitian	:	Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah betul-betul hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan dari hasil karya orang lain karya orang lain.

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti dalam proposal penelitian ini ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan seseuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 26 Juni 2025

Yang menyatakan



Tasya Ingrit Cahyati

ABSTRAK

Prevalensi obesitas pada remaja terus meningkat dan menjadi faktor risiko utama terjadinya diabetes mellitus tipe 2. Pencegahan sejak remaja melalui edukasi kesehatan dinilai penting untuk menekan angka kejadian diabetes mellitus tipe 2. Tujuan penelitian ini diketahui efektivitas metode diskusi menggunakan media buku digital terhadap perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2 pada remaja berisiko obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian *Quasi-Eksperimen pre-test* dan *post-test* pada kelompok intervensi dan kontrol. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 74 remaja yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* berdasarkan kategori obesitas menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT/U) dengan 37 kelompok intervensi dan 37 kelompok kontrol. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *McNemar*.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan remaja setelah diberikan intervensi menggunakan metode diskusi dan dengan media buku digital dan buku saku. Sebelum intervensi, mayoritas responden memiliki pengetahuan, sikap, dan tindakan kurang mendukung pencegahan diabetes mellitus tipe 2, namun setelah intervensi terjadi peningkatan signifikan ($p < 0,05$).

Penelitian ini diharapkan menjadi masukan dalam pengembangan media edukasi digital yang efektif dan interaktif untuk meningkatkan perilaku pencegahan penyakit tidak menular sejak usia remaja. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi pada peningkatan kesadaran dan pengetahuan remaja tentang pentingnya pencegahan diabetes mellitus tipe 2. Penelitian ini dapat menjadi acuan bagi penelitian lainnya yang terkait dengan topik yang sama, serta dapat membantu meningkatkan kualitas hidup remaja yang berisiko obesitas. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi masyarakat, khususnya bagi remaja yang berisiko obesitas.

Kata kunci: Buku digital, diskusi, remaja obesitas, pencegahan diabetes mellitus tipe 2

Poltekkes Bengkulu

ABSTRACT

The prevalence of obesity among adolescents continues to rise, becoming a major risk factor for the development of type 2 diabetes mellitus. Prevention efforts beginning in adolescence through health education are considered crucial to reduce the incidence of type 2 diabetes mellitus. This study aims to determine the effectiveness of the discussion method using digital books in improving preventive behaviors against type 2 diabetes mellitus among adolescents at risk of obesity at SMAN 7 Kota Bengkulu.

This study is a quantitative study using a quasi-experimental design with pre-test and post-test on intervention and control groups. The sample consisted of 74 adolescents selected through purposive sampling based on obesity criteria using Body Mass Index-for-Age (BMI/A), with 37 in the intervention group and 37 in the control group. Data analysis was performed using the McNemar test.

The results showed an improvement in adolescents' knowledge, attitudes, and practices after the intervention using the discussion method and digital books. Before the intervention, most respondents had insufficient knowledge, attitudes, and practices regarding the prevention of type 2 diabetes mellitus. However, after the intervention, there was a significant improvement ($p < 0.05$).

This study is expected to contribute to the development of effective and interactive digital educational media to enhance non-communicable disease prevention behaviors starting from adolescence. Additionally, this study aims to increase awareness and knowledge among adolescents about the importance of preventing type 2 diabetes mellitus. The study can serve as a reference for future research on similar topics and help improve the quality of life for adolescents at risk of obesity.

Keywords: Digital book, discussion, obese adolescents, Type 2 Diabetes Mellitus prevention

BIODATA PENULIS



A. Biodata Diri

1. Nama	:	Tasya Ingrit Cahyati
2. Jenis Kelamin	:	Perempuan
3. Tempat dan Tanggal Lahir	:	Bengkulu, 13 Juli 2003
4. Kebangsaan		Indonesia
5. Status	:	Belum menikah
6. Agama	:	Islam
7. Alamat	:	Perum Surabaya Permai, Kelurahan Surabaya, Kecamatan Sungai Serut, Kota Bengkulu, Provinsi Bengkulu
8. No. Hadphone	:	0895393393208
9. Email	:	tasyaingrit1227@gmail.com
11. Nama Saudara	:	Ahmad Rizki Firdaus Muhammad Fathir Ramdoni

B. Riwayat Pendidikan

SD	:	SD Negeri 67 Kota Bengkulu
SMP	:	SMP Negeri 07 Kota Bengkulu
SMA	:	SMA Negeri 09 Kota Bengkulu

MOTTO

“Janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tidak ada yang berputus asa dari rahmat Allah, kecuali kaum yang kafir”
(QS. Yusuf (12): 87)

"Kamu tidak bisa mengubah arah angin, tapi kamu bisa menyesuaikan layarmu untuk selalu mencapai tujuan"
– Jimmy Dean

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

PERSEMBAHAN

Skripsi ini adalah hasil dari setiap doa, usaha dan kepercayaan yang telah diberikan kepada penulis. Segala puji syukur kepada Allah SWT dan atas dukungan serta do'a dari orang-orang tercinta yang tak pernah lelah mendampingi penulis dalam suka dan duka, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Tidak ada yang lebih berharga dari cinta dan dukungan yang saya terima selama ini. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat, cinta, dan terima kasih, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Yang utama dan paling utama, sujud syukur kusembahkan kepada Allah SWT, karena hanya atas izin dan karunianya skripsi ini dapat dibuat dan selesai tepat pada waktunya.
2. Adik-adik jagoan, Ahmad Rizki Firdaus dan Muhammad Fathir Ramdoni yang selalu membawa kebahagiaan dan menjadi penyemangat terbesar dalam hidup penulis. Semoga tulisan ini bisa menjadi inspirasi dan dorongan bagi kalian untuk berani bermimpi. Penulis berharap kalian selalu memiliki semangat belajar, ketekunan dan keyakinan bahwa segala sesuatu bisa dicapai dengan usaha dan doa. Tidak ada yang lebih penting, selain untuk membanggakan Ayah dan Mama, yang telah memberikan segalanya untuk kita. Semoga kalian terus berusaha mencapai impian dan selalu ingat bahwa setiap langkah kita adalah doa dan harapan mereka.Terima kasih atas kebersamaan, canda dan tawa yang menguatkan penulis sampai saat ini.
3. Dosen pembimbing skripsi terbaik dan terhebat, Bunda Demsa dan Bunda Linda, yang dengan tulus dan ikhlas telah meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan dan memberikan pelajaran yang sangat berarti sepanjang proses skripsi ini. Bunda adalah sosok yang menginspirasi, dengan tutur kata lembut dan sedikit teguran yang selalu memberikan motivasi dan semangat agar skripsi ini terselesaikan dengan cepat dan tepat. Terima kasih, atas kesabaran dan perhatian yang tak pernah berhenti, selalu siap membantu penulis dan

selalu peduli dengan perkembangan skripsi ini. Semoga Bunda-bunda selalu diberikan kesehatan, kebahagiaan, dan segala doa baik menyertai untuk setiap langkah kehidupan.

4. Seluruh Dosen dan Staf Promosi Kesehatan terimakasih untuk ilmu dan bimbingannya selama 4 tahun ini.
5. Sahabat-sahabat tercinta saya, Septi puput, Nova, Madu, Salma, Rangga, Bembi Bachtiar, Juna dan Ican. Terimakasih atas dukungan yang diberikan kepada penulis selama masa penulisan skripsi ini, yang selalu mendengar tanpa menghakimi dan tak lupa selalu memberi masukan. Disatukan oleh "kamu orang mana?" dan dipisahkan oleh "aku pamit ya, lancar-lancar dan sukses terus kedepannya". Jangan lupakan penulis.
6. Keluarga Asuh, "Keluarga Kecil" kak abond, kak welly, ecle, soimah, imeldha, nabila dan mutia yang telah menjadi sumber kekuatan, dukungan dan tempat bertanya selama perjalanan akademik penulis di kampus tercinta. Walaupun umur dan tingkat berbeda, tetap membuat kita satu. Terima kasih selalu memberikan perhatian, kasih dan sayang, mau direpotin dan menjadi keluarga kecil yang terkasih selama berada di kampus tercinta.
7. Himpunan Mahasiswa Jurusan Promosi Kesehatan, yang telah penulis jalani bersama selama dua tahun masa kepengurusan, yang telah membentuk penulis menjadi pribadi yang kuat, serta membawa penulis pada banyak keberuntungan yang tak terduga. Terima kasih telah menjadi bagian yang tak tergantikan dalam perjalanan ini dan memberikan pengalaman berharga.
8. Teman-teman Jurusan Promosi Kesehatan angkatan 2021, kita hebat, terimakasih sudah bertahan, semoga kita sukses dan tidak saling melupakan.
9. Terima kasih kepada semua orang yang telah menjadi bagian penting dan memberi warna dalam perjalanan skripsi ini, meskipun penulis tidak bisa menyebutkan satu per satu. Tanpa kalian, perjalanan ini tidak akan berjalan sebaik ini.
10. Kampus dan Almamater tercinta Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang menjadi tempat menimba ilmu setinggi-tingginya. Tetaplah menghasilkan tenaga kesehatan yang bermartabat dan unggul.
11. Tasya Ingrit Cahyati, yes! diri saya sendiri yang telah berjuang melewati segala tantangan, kesulitan dan kelelahan demi mencapai titik ini. Terima kasih atas kesabaran, keberanian, dan semangat yang tak pernah berhenti meskipun sering kali merasa lelah dan ragu. *You are great*! skripsi ini adalah bukti dari semua usaha dan perjalanan panjang yang telah ditempuh. Semoga perjalanan ini menjadi awal dari kesuksesan yang lebih besar.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehigga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi upaya promotif dan preventif terhadap risiko Diabetes Melitus Tipe 2, khususnya pada kelompok usia remaja yang rentan. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan dan pihak terkait dalam menyusun strategi edukasi kesehatan yang lebih efektif.

Dalam penyelesaian skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan baik materil maupun moril dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Linda, SST.,M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
2. Ibu Wisuda Andeka Marleni, SST.,M.Kes, selaku Ketua Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Ibu Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM., MKM, selaku pembimbing I, dalam penyusunan skripsi ini yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, dan masukan sehingga skripsi dapat terselesaikan dengan baik.
4. Ibu Linda, SST.,M.Kes, selaku pembimbing II, dalam penpyusunan skripsi ini yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan masukan sehingga skripsi dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Reka Lagora Marsofely, SST.M.Kes, selaku ketua dewan penguji, dalam penyusunan proposal skripsi ini yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan masukan sehingga skripsi dapat terselasaikan dengan baik.
6. Bapak Dr. Darwis, S.Kp.M.Kes, selaku penguji I, dalam penyusunan skripsi ini yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan arahan sehingga skripsi dapat terselesaikan dengan baik.
7. Seluruh dosen dan staf jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
8. Orang tua, keluarga tercinta yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi kepada penulis.
9. Seluruh teman-teman Jurusan Promosi Kesehatan Angkatan ke-6 yang sudah berjuang bersama-sama hingga hari ini.

Saya menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekeliruan dan kekhilafan baik dari segi penulisan maupun penyusunan, oleh karena itu saya mengharapkan saran dan bimbingan dari berbagai pihak agar saya dapat berkarya lebih baik lagi dan optimal lagi dimasa yang akan datang. Saya berharap semoga skripsi yang telah saya susun ini dapat bermanfaat bagi semua pihak serta dapat membawa perubahan positif terutama bagi saya sendiri dan mahasiswa Jurusan Promosi Kesehatan Bengkulu lainnya.

Bengkulu, 26 Juni 2025

Tasya Ingrit Cahyati

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **ii**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **iii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iv**
LEMBAR PERNYATAAN ..... **v**
ABSTRAK. ..... **vi**
ABSTRACT ..... **vii**
BIODATA PENULIS ..... **viii**
MOTTO. ..... **ix**
PERSEMBAHAN ..... **x**
KATA PENGANTAR ..... **xiii**
DAFTAR ISI ..... **xv**
DAFTAR TABEL ..... **xvi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xvii**
DAFTAR BAGAN ..... **xviii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xx**
BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 5
E. Keaslian Penelitian 6
BAB II TINJAUAN TEORI
A. Konsep Diabetes Mellitus Tipe 2 8
B. Konsep Perilaku 16
C. Strategi Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas 19
D. Metode Diskusi 23
E. Media Buku Digital 26
F. *Barcode* 28
G. Teori Perubahan Perilaku 28
H. Kerangka Teori 31
I. Hipotesis 32

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

BAB III METODELOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian 33
B. Kerangka Konsep 34
C. Definisi Operasional 34
D. Populasi dan Sampel 36
E. Lokasi dan Waktu Penelitian 38
F. Instrumen dan Bahan Penelitian 38
G. Pengumpulan Data 40
H. Pengolahan Data 40
I. Analisis Data 41
J. Alur Penelitian 41
K. Etika Penelitian 46

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian 48
B. Pembahasan 60
C. Keterbatasan Penelitian 68

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 70
B. Saran 71

DAFTAR PUSTAKA 72

LAMPIRAN

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

1.1 Keaslian Penelitian 6
2.1 Klasifikasi Diabetes Mellitus 8
2.2 Etiologi Diabetes Mellitus 8
2.3 Klasifikasi IMT untuk Anak Usia 5-18 Tahun 12
3.1 Definisi Operasional 31
3.2 Uji Validitas Kuisioner 40
3.3 Uji Reliabilitas Kuisioner 41
4.1 Hasil Uji Kelayakan Media 51
4.2 Karakteristik Remaja di SMAN 7 Kota Bengkulu 52
4.3 Hasil Uji Normalitas Data 53
4.4 Rerata Pengetahuan, Sikap dan Tindakan Sebelum dan Sesudah 53
4.5 Distribusi Pengetahuan Responden pada Kelompok Intervensi dan Kontrol 54
4.6 Distribusi Sikap Responden pada Kelompok Intervensi dan Kontrol 56
4.7 Distribusi Tindakan Responden pada Kelompok Intervensi dan Kontrol 57
4.8 Peningkatan Rerata Pengetahuan pada Kelompok Intervensi dan Kontrol 58
4.9 Peningkatan Rerata Sikap pada Kelompok Intervensi dan Kontrol 59
4.10 Peningkatan Rerata Tindakan pada Kelompok Intervensi dan Kontrol 59

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

2. 1 Tampilan Buku Digital 26
2.4 Kerucut Pengalaman 28

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR BAGAN

Bagan **Halaman**

2.1 Teori Lawrence Green 29
2.2 Kerangka Teori 29
3.1 Rancangan Penelitian 30
3.2 Keterangan Konsep Penelitian 31
3.3 Langkah-Langkah Pengembangan ADDIE 40
3.4 Alur Penelitian 43

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Organisasi Penelitian
Lampiran 2 : Jadwal Penelitian
Lampiran 3 : Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 4 : *Informend Consent*
Lampiran 5 : Lembar Kuisioner
Lampiran 6 : Lembar Validasi Ahli Materi
Lampiran 7 : Lembar Validasi Ahli Media
Lampiran 8 : Dokumentasi Penelitian
Lampiran 9 : Surat Keterangan Etik
Lampiran 10 : Surat Izin Penelitian
Lampiran 11 : Surat Selesai Penelitian
Lampiran 12 : Lembar

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu