SKRIPSI

PENGARUH VIDEO EDUKASI DENGAN DISKUSI TERHADAP GAYA HIDUP LANSIA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU

Disusun Oleh :
RIZKI AMALIA PUTRI
NIM : P05170021084

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

HALAMAN JUDUL

SKRIPSI

PENGARUH VIDEO EDUKASI DENGAN DISKUSI TERHADAP GAYA HIDUP LANSIA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Promosi Kesehatan (S.Tr.Kes)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Disusun Oleh:
RIZKI AMALIA PUTRI
NIM: P05170021084

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

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi atas :

Nama	:	Rizki Amalia Putri
Tempat, Tanggal Lahir	:	Bengkulu, 30 Juli 2003
N I M	:	P05170021084
Judul Skripsi	:	Pengaruh Video Edukasi dengan Diskusi terhadap Gaya Hidup Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu

Kami setujui untuk diseminarkan pada tanggal 13 Juni 2025

Bengkulu, 13 Juni 2025

Pembimbing I	Pembimbing II
Rini Patroni, SST.,M.Kes	**Dr. Darwis, S.Kp., M.Kes**
NIP. 197705052005012001	NIP. 196301031983121002

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH VIDEO EDUKASI DENGAN DISKUSI TERHADAP GAYA HIDUP LANSIA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS TELAGA DEWA KOTA BENGKULU

Disusun Oleh :
RIZKI AMALIA PUTRI
NIM P05170021084

Telah diujikan di depan Penguji Skripsi
Program Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Pada tanggal 17 Juni 2025, dan dinyatakan

LULUS

Ketua Dewan Penguji

Ismiati, SKM., M.Kes
NIP. 197807212001122001

Penguji I

Efrizon Hariadi, SKM., MPH
NIP. 197711042000121002

Penguji II

Rini Patroni, SST.,M.Kes
NIP. 197705052005012001

Penguji III

Dr. Darwis, S.Kp., M.Kes
NIP. 196301031983121002

Skripsi ini telah memenuhi 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 dibawah ini :

Nama	:	Rizki Amalia Putri
N I M	:	P05170021084
Judul Skripsi	:	Pengaruh Video Edukasi dengan Diskusi terhadap Gaya Hidup Lansia Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkul

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

Dengan pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti dalam skripsi ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 13 Juni 2025

Yang Menyatakan



Rizki Amalia Putri

P05170021084

ABSTRAK

Peningkatan jumlah lansia dengan masalah kesehatan menuntut upaya edukatif yang efektif dan mudah dipahami. Salah satu tantangan utama adalah pengendalian penyakit kronis akibat gaya hidup tidak sehat. Diabetes Mellitus tipe 2 menjadi kondisi yang rentan dialami lansia, terutama jika pola makan, aktivitas fisik, dan kebiasaan pemeriksaan kesehatannya belum optimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh video edukasi dengan diskusi terhadap gaya hidup lansia dengan Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Telaga Dewa, Kota Bengkulu.

Penelitian menggunakan desain *pre-eksperimental* dan *action research* dengan pendekatan *one group pre-test* and *post-test.* Sampel berjumlah 44 lansia yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi. Intervensi dilakukan melalui pemutaran video edukasi berdurasi dua menit mengenai gaya hidup sehat, dilanjutkan dengan sesi diskusi. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner yang dibagikan sebelum dan sesudah intervensi. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan rerata skor gaya hidup dari 62,88 menjadi 88,85 dan skor sikap dari 13,80 menjadi 39,32 dengan nilai p-value sebesar 0,000 (<0,05). Temuan ini menunjukkan bahwa video edukasi dengan diskusi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan gaya hidup sehat pada lansia dengan Diabetes Mellitus tipe 2.

Edukasi berbasis media visual yang disertai diskusi dapat menjadi metode yang efektif untuk meningkatkan kesadaran serta perubahan perilaku lansia dalam mengelola penyakit kronis secara mandiri dan berkelanjutan.

Kata kunci: Video edukasi, Diskusi, Gaya hidup, Lansia, Diabetes Mellitus Tipe 2

kemenkes Poltekkes Bengkulu

ABSTRACT

The increasing number of elderly individuals experiencing health problems demands effective and easily understood educational efforts. One of the main challenges is controlling chronic diseases caused by unhealthy lifestyles. Type 2 Diabetes Mellitus is a condition commonly experienced by the elderly, especially when dietary patterns, physical activity, and health check-up habits are not optimal. This study aims to determine the effect of educational videos through discussion on the lifestyle of elderly individuals with Type 2 Diabetes Mellitus at Telaga Dewa Public Health Center, Bengkulu City.

The research used a pre-experimental and action research design with a one-group pre-test and post-test approach. The sample consisted of 44 elderly participants selected based on inclusion criteria. The intervention involved a two-minute educational video about a healthy lifestyle, followed by a discussion session. Data collection instruments included questionnaires distributed before and after the intervention. Data were analyzed using the Wilcoxon test.

The results showed an increase in the average lifestyle score from 62.88 to 88.85 and attitude score from 13.80 to 39.32, with a p-value of 0.000 (<0.05). These findings indicate that educational videos combined with discussion have a significant impact on improving a healthy lifestyle among elderly patients with Type 2 Diabetes Mellitus.

Visual media-based education accompanied by interactive discussions can be an effective method to raise awareness and encourage behavioral change in managing chronic diseases independently and sustainably.

Keywords: Educational video, Discussion, Lifestyle, Elderly, Type 2 Diabetes Mellitus

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

RIWAYAT PENULIS



A. Biodata Diri

1.	Nama	:	Rizki Amalia Putri
2.	Jenis Kelamin	:	Perempuan
3.	Tempat dan Tanggal Lahir	:	Bengkulu,30 Juli 2003
4.	Kebangsaan	:	Indonesia
5.	Status	:	Belum Menikah
6.	Agama	:	Islam
7.	Alamat	:	Perum Surabaya 1 Kota Bengkulu
8.	No. Handphone	:	0895425310299
9.	Email	:	rizkiamaliaputrr@gmail.com
10.	Nama Orang Tua		
	Ayah	:	
	Ibu	:	
11.	Nama Saudara	:	1. Ridho Akbar Putra

B. Riwayat Pendidikan

1.	SD	:	SDN 52 Kota Bengkulu
2.	SMP	:	SMPN 2 Kota Bengkulu
3.	SMA	:	SMAN 4 Kota Bengkulu

C. MOTTO

- "Waktu adalah Kutukan, Ancaman, Bualan dan satu per satu Orang sekitarku Mulai ditinggalkan Oh ini peringatan." (.Feast – O, Tuan)

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Alhamdulillah… Alhamdulillahirabbil'alamin, Alhamdulillah wa syukru lillah segala puji syukur bagi Allah SWT. Yang telah memberikan nikmat yang sangat luar biasa, memberikan saya kekuatan, membekali saya dengan ilmu pengetahuan serta memperkenalkan saya dengan cinta. Atas karunia serta kemudahan yang engkau berikan, akhirnya skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan tepat waktu. Sujud Syukur kupersembahan kepada Allah SWT, semoga keberhasilan ini menjadi satu langkah awal untuk masa depan saya dalam meraih cita-cita. Aamiin YRA.

Tiada lembar skripsi yang paling indah dalam skripsi ini kecuali lembar persembahan, skripsi ini saya persembahkan untuk :

- Yang utama dari segalanya, sujud syukur kepada Allah SWT, atas izin karunia serta kemudahan yang diberikan sehingga skripsi ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya.
- Terkhusus Pilar hidup saya, papa dan mama tercinta, Terima kasih telah menjadi rumah pertama yang paling penuh cinta, tempat saya belajar tentang arti perjuangan, kesabaran, dan ketulusan. Terima kasih atas setiap doa dalam diam, setiap peluh yang tak pernah dikeluhkan, dan setiap langkah yang selalu didedikasikan untuk masa depan saya. Skripsi ini mungkin hanya setetes kecil dari segala harapan kalian, tapi saya ingin kalian tahu setiap halaman ini ditulis dengan cinta dan rasa hormat yang tak terhingga untuk kalian. Semoga hasil ini bisa sedikit membalas semua kebaikan yang tak akan pernah sanggup saya balas sepenuhnya.
- Kepada Abangku tercinta Ridho, Terima kasih sudah percaya, mendukung, dan hadir dengan cara abang sendiri yang mungkin tidak selalu terlihat, tapi selalu terasa. Meskipun kita sering berbeda pendapat dan tidak jarang berantem karena hal-hal kecil, saya tahu, perhatian abang selalu ada, walau tidak banyak kata. Semoga pencapaian kecil ini bisa jadi salah satu hal yang membuat Abang bangga. Dari adikmu yang mungkin sering bikin kesal, tapi selalu mneyayangimu, lebih dari yang bisa saya ucapkan.
- Kepada Dosen pembimbing I Ibu Rini Patroni, SST.,M.Kes dan dosen pembimbing II Bapak Dr. Darwis, S.Kp., M,Kes yang telah memberikan bimbingan, arahan dan kesabaran, sehingga skripsi ini selesai dengan baik. Ibu Ismiati, SKM., M.Kes, dan

Bapak Efrizon Hariadi, SKM., MPH selaku dosen penguji skripsi saya, terimakasih kepada bapak dan ibu sudah membantu selama ini, sudah mengajari dan menasehati, saya tidak akan lupa atas bantuan, dukungan, dan kesabaran bapak ibu dosen.

- Kepada teman-teman terbaik sepanjang masa kuliahku Cheny, Selvia dan Della, terima kasih atas tawa, semangat, dan kebersamaan yang selalu kalian berikan. Kalian hadir di setiap suka dan duka, menjadi tempat berbagi keluh kesah, serta memberi warna dalam perjalanan panjang ini. Tanpa kalian, masa kuliah tak akan sehangat dan semenyenangkan ini.
- Kepada keluarga asuhku, adik-adik asuhku Dilla dan Malla, terima kasih atas semangat yang tak henti-hentinya kalian berikan. Begitu juga kepada keluarga asuhku lainnya Nova, Ponny, Putri, dan Salwa terima kasih telah menjadi bagian dari keluargaku selama empat tahun di kampus.
- Untuk Dinda Syaisa, sahabat SMA yang tak tergantikan terima kasih telah selalu ada, bahkan di saat-saat aku paling merepotkan. Kesabaran dan kehadiranmu di setiap fase hidupku membuatku sadar bahwa persahabatan sejati memang tak pernah pergi. Dukunganmu, meski sering tanpa diminta, selalu datang di waktu yang paling tepat.
- Terimakasih kepada kampus dan almamater tercinta Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang menjadi tempat menimba ilmu dan meraih cita-citaku.
- Rizki Amalia Putri, terima kasih telah bertahan sejauh ini di tengah lelah, ragu, dan hari-hari yang berat. Kamu sudah berjuang lebih dari yang kamu sadari, melewati malam-malam panjang dan tantangan yang tak sedikit. Ini bukan sekadar soal skripsi, tapi tentang membuktikan bahwa kamu lebih kuat dari segala keraguan. Aku bangga bukan hanya atas hasilmu, tapi atas hatimu yang tetap teguh. Teruslah melangkah dengan keyakinan karena Amel kecil pasti bangga melihat Amel yang sekarang.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Pengaruh Video Edukasi dengan Diskusi terhadap Gaya Hidup Lansia dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu"

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan bantuan baik materi maupun nasehat dari berbagai pihak sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Oleh karena 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 Rini Patroni, SST., M.Kes, selaku Pembimbing 1, dalam penyusunan skripsi ini telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan masukan sehingga skripsi dapat terselesaikan
4. Bapak Dr. Darwis, SKP., M.Kes, selaku Pembimbing II, dalam penyusunan skripsi ini telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan dan masukan sehingga skripsi dapat terselesaikan
5. Ibu Ismiati, SST., M.Kes, selaku Ketua Dewan Penguji yang memberi arahan dan saran kepada penulis.
6. Bapak Efrizon Hariadi, SKM., MPH selaku Penguji I yang memberikan arahan dan saran kepada penulis
7. Seluruh dosen dan staf jurusan Promosi Kesehatan Kemenkes Bengkulu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun untuk kemajuan penulis di masa yang akan datang.

Bengkulu, 13 Juni 2025

Rizki Amalia Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **ii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iii**
LEMBAR PERNYATAAN ..... **iv**
ABSTRAK ..... **v**
ABSTRACT ..... **vi**
RIWAYAT PENULIS ..... **vii**
PERSEMBAHAN ..... **viii**
KATA PENGANTAR ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
DAFTAR BAGAN ..... **xv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvi**
BAB I PENDAHULUAN
A.Latar Belakang 1
B.Rumusan Masalah 5
C.Tujuan 5
D.Manfaat Penelitian 6
E.Keaslian Penelitian 7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA
A.Diabetes Mellitus 8
B.Gaya Hidup 16
C.Sikap 21
D.Lansia 23
E.Video Edukasi 24
F.Diskusi 26
G.Teori 27
H.Kerangka Teori 30
I.Hipotesis 30
BAB III METODE PENELITIAN
A.Jenis Penelitian dan Rancangan Penelitian 31
B.Kerangka Konsep 31
C.Definisi Operasional 32
D.Populasi dan Sampel 32

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

E.Lokasi dan Waktu Penelitian 33
F.Instrumen dan Bahan Penelitian 33
G.Pengumpulan Data 37
H.Pengolahan Data 37
I.Analisis Data 38
J.Alur Penelitian..... 39
K.Etika Penelitian 40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN
A. Jalannya Penelitian..... 42
D. Pembahasan..... 51
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN
A.Kesimpulan 58
B.Saran..... 58
DAFTAR PUSTAKA 60
LAMPIRAN

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian 7
Tabel 3. 1 Definisi Operasional 32
Tabel 3. 2 Uji Valid Kuesioner Gaya Hidup 34
Tabel 3.3 Uji Valid Kuesioner Sikap 35
Tabel 3.4 Uji Reliabilitas Gaya Hidup 36
Tabel 3.5 Uji Reliabilitas Sikap 43
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Dan Jenis Kelamin 43
Tabel 4.2 Rerata Gaya Hidup Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 45
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Sebelum Dan Sesudah Intervensi 46
Tabel 4.4 Rerata Sikap Sebelum Dan Sesudah Intervensi 46
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Sikap Sebelum Dan Sesudah Intervensi 46
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas 48
Tabel 4.7 Pengaruh Video Edukasi Dengan Diskusi 49

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Teori Health Belief Model 28
Gambar 4.1 Cuplikan video edukasi gaya hidup sehat..... 46

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Teori Health Belief Model Modifikasi 30
Bagan 3. 1 Rancangan Penelitian Keterangan..... 31
Bagan 3. 2 Kerangka Konsep 31
Bagan 3. 3 Alur Penelitian..... 40

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1	Organisasi Penelitian
2	Jadwal Penelitian
3	*Informed Consent*
4	Kuesioner Gaya Hidup pada Lansia Diabetes Mellitus tipe 2
5	Kuesioner Sikap Lansia Diabetes Mellitus tipe 2
6	Dokuemntasi
7	Surat Layak Etik
8	Surat Izin Pra Penelitian Kepala Puskesmas Jembatan Kecil
9	Surat Izin Penelitian Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
10	Surat Rekomendasi Penelitian Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
11	Surat Izin Penelitian Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
12	Surat Selesai Penelitian
13	Lembar Bimbingan

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu