

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Tidak Menular (PTM) telah menjadi ancaman kesehatan global yang sangat krusial di abad ke-21. Secara internasional, PTM dikenal sebagai penyakit kronis yang tidak ditransmisikan antar individu, memiliki durasi perkembangan yang lama, dan umumnya muncul akibat akumulasi faktor genetik, lingkungan, serta gaya hidup yang tidak sehat (Yuliana, Nurfitriani and Fajri, 2024). Data dari *World Health Organization* (WHO) mengonfirmasi bahwa PTM bertanggung jawab atas sekitar 73% angka kematian di seluruh dunia. Mirisnya, beban penyakit ini tidak hanya dialami oleh negara maju, tetapi sekitar 80% kematian akibat PTM justru terjadi di negara-negara dengan pendapatan rendah dan menengah (Yuliana, Nurfitriani and Fajri, 2024).

Di tingkat nasional, Indonesia menghadapi transisi epidemiologi di mana prevalensi PTM terus menunjukkan tren peningkatan yang signifikan dari tahun ke tahun. Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), penyakit seperti diabetes melitus, hipertensi, dan penyakit kardiovaskular telah menjadi penyebab utama kematian dan disabilitas (Sibatuara *et al.*, 2024). Khusus untuk Diabetes Melitus (DM), prevalensi di Indonesia telah mencapai angka yang mengkhawatirkan. Tantangan terbesarnya adalah fakta bahwa sebagian besar penderita DM tidak menyadari bahwa mereka

mengidap penyakit tersebut hingga muncul komplikasi serius, karena gejala awalnya sering kali tidak terdeteksi tanpa adanya pemeriksaan medis (Arifianty *et al.*, 2025).

Kondisi ini diperparah oleh perubahan gaya hidup masyarakat modern yang cenderung sedenter (cenderung banyak duduk, kurang gerak, kurang aktifitas fisik), pola makan tidak seimbang tinggi gula dan lemak, serta tingginya paparan asap rokok (Indra *et al.*, 2025). Menanggapi hal tersebut, Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan menginisiasi program pencegahan melalui kampanye perilaku CERDIK (Cek kesehatan berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stres). Perilaku CERDIK dirancang sebagai instrumen preventif untuk mengendalikan faktor risiko PTM sebelum penyakit tersebut berkembang ke tahap lanjut (Sandrana *et al.*, 2024).

Salah satu pilar utama dalam CERDIK adalah "C" yaitu cek kesehatan secara berkala. Skrining kesehatan rutin, khususnya untuk memantau kadar gula darah, merupakan langkah awal yang sangat menentukan dalam manajemen diabetes melitus. Melalui skrining yang efektif di fasilitas kesehatan tingkat pertama atau Posbindu PTM, risiko komplikasi diabetes dapat ditekan lebih awal (Pobas, 2025)). Namun, efektivitas skrining ini sangat bergantung pada kepatuhan individu dalam menerapkan seluruh rangkaian perilaku CERDIK dalam kehidupan sehari-hari.

Meskipun program CERDIK telah disosialisasikan secara luas, namun hubungan antara penerapan perilaku tersebut dengan hasil skrining kesehatan masyarakat khususnya pada indikator diabetes melitus masih memerlukan analisis lebih mendalam di lapangan. Ketidakkonsistenan dalam menerapkan pola hidup sehat sering kali berbanding lurus dengan hasil skrining yang menunjukkan angka glukosa darah di atas normal. Kondisi Diabetes Melitus (DM) di tingkat regional masih menjadi tantangan serius, di mana berdasarkan profil kesehatan Provinsi Jawa Barat, DM tetap menempati urutan atas dalam beban penyakit tidak menular yang memerlukan penanganan terintegrasi. Berdasarkan capaian standar pelayanan minimal Dinas Kesehatan Kota Cirebon menunjukkan urgensi penanganan yang tinggi dengan total estimasi penderita DM (berdasarkan prevalensi SKI 2,20%) mencapai 5.916 jiwa pada penduduk usia di atas 15 tahun. Secara akumulatif, Kota Cirebon telah mencapai target pelayanan kesehatan penderita DM sebesar 114,64% dari total estimasi, dengan rincian capaian pada kelompok laki-laki sebesar 80,21% dan perempuan sebesar 148,90%

Secara spesifik di Wilayah Kerja Puskesmas Sunyaragi, kasus DM mencakup populasi berisiko (usia >15 tahun) sebanyak 10.022 orang. Berdasarkan estimasi prevalensi, terdapat sekitar 220 penderita DM di wilayah ini, yang terdiri dari 109 laki-laki dan 111 perempuan. Hingga tahun 2025, Puskesmas Sunyaragi berhasil mencatatkan capaian pelayanan kesehatan penderita DM sebesar 114,55% atau sebanyak 252 orang yang telah

mendapatkan pelayanan sesuai standar. Tingginya angka capaian yang melebihi estimasi awal ini menunjukkan besarnya kebutuhan akan pemantauan kesehatan yang berkelanjutan, sekaligus menegaskan pentingnya upaya preventif melalui perilaku CERDIK guna menekan munculnya kasus-kasus baru di masa depan.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut guna mengevaluasi sejauh mana kontribusi perilaku hidup sehat tersebut terhadap kondisi kesehatan masyarakat yang terdeteksi melalui skrining. Oleh karena itu, penelitian ini diberi judul Hubungan Perilaku CERDIK PTM Terhadap Hasil Skrining Diabetes Melitus Pada Remaja.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan perilaku CERDIK dengan hasil skrining risiko DM (seperti kadar gula darah sewaktu atau indeks massa tubuh) di wilayah Puskesmas Sunyaragi Kota Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara perilaku "CERDIK" dengan risiko Diabetes Melitus (DM) di wilayah kerja Puskesmas Sunyaragi.

2. Tujuan Khusus

Untuk mencapai tujuan umum tersebut, maka ditetapkan tujuan khusus sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi Perilaku CERDIK (Cek kesehatan, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet seimbang, Istirahat cukup, dan Kelola stres) pada remaja.
2. Mengidentifikasi Hasil Skrining Diabetes Melitus pada remaja.
3. Menganalisis korelasi secara statistik antara perilaku CERDIK dengan hasil parameter skrining risiko Diabetes Melitus pada responden.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini mengkaji hubungan antara perilaku hidup sehat berdasarkan instrumen CERDIK dengan hasil skrining risiko Diabetes Melitus (DM) pada remaja. Perilaku CERDIK meliputi cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin melakukan aktivitas fisik, diet sehat dan seimbang, istirahat yang cukup, serta kelola stres. Hasil skrining Diabetes Melitus diperoleh dari pemeriksaan kadar glukosa darah yang telah dilaksanakan di Puskesmas Sunyaragi.

Subjek penelitian adalah remaja berusia 10–19 tahun yang berada di wilayah kerja Puskesmas Sunyaragi Kota Cirebon dan memenuhi kriteria inklusi serta eksklusi yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sunyaragi, Kota Cirebon, sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama yang secara

aktif melaksanakan program pencegahan dan pengendalian Penyakit Tidak Menular (PTM), termasuk kegiatan skrining Diabetes Melitus pada remaja.

Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan Mei 2026, yang meliputi tahap persiapan, pengumpulan data, pengolahan data, analisis data, hingga penyusunan laporan penelitian.

Penelitian ini dilakukan karena meningkatnya faktor risiko Diabetes Melitus pada kelompok remaja akibat perubahan pola hidup yang kurang sehat. Selain itu, masih terbatasnya penelitian yang mengkaji hubungan perilaku CERDIK dengan hasil skrining Diabetes Melitus pada remaja di wilayah kerja Puskesmas Sunyaragi menjadikan penelitian ini penting sebagai dasar penyusunan strategi promotif dan preventif untuk mendukung program pengendalian Penyakit Tidak Menular.

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik observasional melalui rancangan *cross-sectional*. Data perilaku CERDIK dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur, sedangkan data hasil skrining Diabetes Melitus diperoleh dari rekam medis pemeriksaan kadar glukosa darah di Puskesmas Sunyaragi. Analisis hubungan antarvariabel dilakukan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha = 0,05$). Seluruh proses penelitian dilaksanakan dengan menjunjung tinggi prinsip etik penelitian, meliputi persetujuan responden (*informed consent*), kerahasiaan identitas, keamanan data, serta penghormatan terhadap hak-hak responden.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis (Akademis)

Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan khazanah ilmu kesehatan masyarakat, khususnya dalam lingkup keperawatan komunitas dan pencegahan Penyakit Tidak Menular (PTM). Penelitian ini berfungsi sebagai referensi ilmiah yang memperkuat teori mengenai efektivitas perilaku CERDIK sebagai instrumen preventif Diabetes Melitus pada populasi remaja. Selain itu, studi ini dapat menjadi landasan atau data dasar bagi peneliti selanjutnya yang ingin mendalami faktor risiko metabolik pada usia produktif dengan variabel yang lebih kompleks.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Puskesmas Sunyaragi

Sebagai bahan evaluasi dan masukan strategis dalam memetakan efektivitas program skrining kesehatan remaja. Data yang dihasilkan dapat digunakan untuk menyusun program intervensi yang lebih tepat sasaran dan berbasis bukti (*evidence-based*) guna menurunkan risiko Diabetes Melitus di wilayah kerjanya.

b. Bagi Institusi Pendidikan:

Menambah pustaka referensi mengenai aplikasi promosi kesehatan di lapangan dan menjadi bukti empiris keterkaitan antara gaya hidup dengan indikator klinis pada remaja, yang dapat digunakan dalam proses pembelajaran mahasiswa kesehatan.

c. Bagi Kelompok Remaja

Meningkatkan kesadaran serta memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya konsistensi dalam menerapkan pola hidup sehat sejak dini demi menghindari konsekuensi kesehatan jangka panjang akibat penyakit kronis.

d. Bagi Peneliti

Menjadi sarana pengembangan diri dalam mengaplikasikan metodologi penelitian dan memperdalam pemahaman praktis mengenai manajemen kesehatan masyarakat melalui pemanfaatan data skrining di fasilitas kesehatan tingkat pertama.