E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258
Halaman 2702-2724
Volume 3 Nomor 4 Tahun 2026

Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Anggota Keluarga Tentang Diet Lansia Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Trauma Center Samarinda

Afifah Nabila Az Zahra[1], Nino Adib Chifdillah[2], Yona Palin T[3], Sri Hazanah[4]
[1,2,3,4] Prodi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur
Email korespondensi: afifahnabila2312@gmail.com nynology@gmail.com
yonapalint@yahoo.co.id srihazanah@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit tidak menular dengan prevalensi yang terus meningkat dan berisiko menimbulkan komplikasi, terutama pada kelompok lansia. Pengelolaan diet merupakan aspek penting dalam pengendalian DM pada lansia, dan dukungan keluarga sangat menentukan kepatuhan diet tersebut. Namun demikian, pengetahuan dan sikap anggota keluarga mengenai diet DM pada lansia masih perlu ditingkatkan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap anggota keluarga tentang diet lansia penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Trauma Center Kota Samarinda. Penelitian menggunakan desain pre-eksperimental dengan rancangan one group pretest-posttest yang melibatkan 25 anggota keluarga lansia penderita DM, dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner pengetahuan dan sikap, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi, terjadi peningkatan pengetahuan keluarga dari kategori baik sebesar 28% menjadi 96%, serta peningkatan sikap positif dari 36% menjadi 92%. Uji Wilcoxon menunjukkan bahwa media booklet berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan (p=0,000)

dan sikap keluarga (p=0,000). Dapat disimpulkan bahwa pendidikan kesehatan menggunakan media booklet efektif meningkatkan pengetahuan dan sikap keluarga mengenai diet lansia penderita DM, sehingga booklet dapat direkomendasikan sebagai media edukasi kesehatan di layanan primer.

Kata Kunci: booklet; diabetes melitus; diet DM; keluarga lansia; pengetahuan; sikap

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is a noncommunicable disease with an increasing prevalence and a high risk of complications, particularly among older adults. Dietary management is an essential component of DM control in this population, and family support plays a critical role in promoting dietary adherence. However, families' knowledge and attitudes regarding the diet of older adults with DM still require improvement. This study aimed to analyze the effect of health education using a booklet on families' knowledge and attitudes regarding the diet of older adults with DM in the working area of the Trauma Center Public Health Center, Samarinda City. This pre-experimental study employed a one-group pretest-posttest design involving 25 families of older adults with DM, selected through total sampling. Data were collected using knowledge and attitude questionnaires and analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. Following the intervention, the proportion of families with good knowledge increased from 28% to 96%, and positive attitudes increased from 36% to 92%. The Wilcoxon test showed that the booklet had a significant effect on both knowledge (p=0.000) and attitudes (p=0.000). It is concluded that health education using a booklet effectively improves

families' knowledge and attitudes regarding the diet of older adults with DM, and the booklet can therefore be recommended as a health education medium in primary care settings.

Keywords: booklet; diabetes mellitus; diabetes diet; families of older adults; knowledge; attitude

PENDAHULUAN

Diabetes Melitus (DM) terus menjadi salah satu masalah kesehatan global yang paling serius. Menurut International Diabetes Federation (IDF, 2025), diperkirakan terdapat sekitar 589 juta orang dewasa usia 20–79 tahun di seluruh dunia yang hidup dengan diabetes, atau sekitar 1 dari 9 orang dewasa, dengan proyeksi meningkat menjadi 853 juta orang pada tahun 2050 apabila tren saat ini tidak berubah. Sekitar 43% penderita diabetes bahkan belum terdiagnosis, yang menunjukkan tantangan besar dalam deteksi dan penanganan dini penyakit ini, terutama di negara berpenghasilan rendah dan menengah.

Indonesia turut mencatat peningkatan signifikan pada prevalensi diabetes dalam satu dekade terakhir. Riskesdas (2023) melaporkan bahwa 6,8% penduduk berusia di atas 15 tahun mengalami diabetes, setara dengan sekitar 18 juta orang, meningkat dibandingkan prevalensi 6,1% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2024). Angka kejadian diabetes lebih banyak ditemukan pada kelompok lanjut usia, terutama usia ≥55 tahun, seiring dengan penurunan sensitivitas insulin, gangguan metabolisme glukosa, dan peningkatan resistensi insulin yang menyertai proses penuaan. Di tingkat provinsi, Survei Kesehatan Indonesia (SKI, 2024) mencatat prevalensi DM di Kalimantan Timur sebesar 2,4% pada penduduk usia 15 tahun ke

atas, dengan proporsi kasus lebih tinggi pada kelompok usia ≥55 tahun. Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Samarinda (2023), dari 24.755 sasaran skrining DM, hanya sekitar 13.254 orang (53,5%) yang berhasil menjalani skrining, sehingga hampir separuh target populasi belum tersentuh upaya deteksi dini.

DM merupakan salah satu penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat secara global, terutama pada kelompok lanjut usia. Seiring bertambahnya usia, terjadi berbagai perubahan fisiologis dalam tubuh seperti penurunan sensitivitas insulin, gangguan metabolisme glukosa, serta peningkatan resistensi insulin, yang menjadikan lansia lebih rentan terhadap diabetes. Menurut IDF (2025), sekitar 30% penderita diabetes di seluruh dunia merupakan kelompok usia ≥60 tahun, menjadikan diabetes sebagai salah satu masalah utama kesehatan pada lansia. Data Riskesdas (2023) juga menyebutkan bahwa sekitar 10,7% lansia di Indonesia, terutama usia 55 tahun ke atas, menderita DM, dengan sebagian besar kasus tidak terdiagnosis atau tidak dapat dikendalikan dengan baik. Kondisi tersebut dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti gangguan penglihatan, penyakit jantung, gagal ginjal, serta amputasi ekstremitas, yang tidak hanya berdampak pada kualitas hidup lansia tetapi juga membebani keluarga dan sistem layanan kesehatan.

Diet diabetes merupakan salah satu upaya penting dalam pengendalian DM pada lansia, berupa pengaturan pola makan yang disesuaikan dengan kebutuhan kalori, jenis makanan, dan jadwal makan untuk membantu menjaga kadar glukosa darah tetap stabil. Namun demikian, tingkat kepatuhan diet pada penderita diabetes masih tergolong rendah, disebabkan antara lain oleh kurangnya pengetahuan, kebiasaan makan yang sulit diubah,

keterbatasan ekonomi, dan dukungan sosial yang minim (Lestari et al., 2024). Dukungan keluarga menjadi salah satu bentuk dukungan sosial yang sangat berpengaruh terhadap perilaku dan motivasi lansia dalam menghadapi kondisi kesehatannya, mencakup bantuan fisik, emosional, informasional, dan instrumental. Pengetahuan anggota keluarga menjadi dasar terbentuknya perilaku pencegahan DM pada lansia, sementara sikap menstimulasi komitmen keluarga dalam menerapkan perilaku tersebut (Setiawan et al., 2024).

Novita et al. (2024) menjelaskan bahwa lansia penderita DM tidak hanya membutuhkan dukungan fisik dalam aktivitas sehari-hari, tetapi juga dukungan emosional, informasional, dan instrumental dari keluarga. Keluarga perlu aktif mengingatkan waktu makan, membantu menyiapkan makanan sesuai anjuran diet, serta memberikan semangat saat lansia merasa lelah atau bosan menjalani pengobatan. Sejalan dengan hal tersebut, Setiawan et al. (2024) menegaskan bahwa dukungan keluarga yang baik dapat meningkatkan kepatuhan lansia terhadap pengelolaan diabetes, termasuk pengaturan diet, konsumsi obat, dan aktivitas fisik, sedangkan kurangnya dukungan keluarga dapat menyebabkan isolasi sosial, depresi, dan ketidakpatuhan dalam menjalani terapi.

Salah satu media yang dapat digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap keluarga adalah booklet, yaitu media cetak berbentuk buku kecil yang berisi tulisan dan gambar untuk menyampaikan informasi kesehatan secara sistematis dan mudah dipahami. Menurut Notoatmodjo (2018), media pendidikan kesehatan berperan membantu memperjelas penyampaian informasi sehingga pesan kesehatan menjadi lebih mudah dipahami, menarik, dan diterima oleh sasaran. Dibandingkan dengan penyuluhan lisan, booklet memiliki

keunggulan karena dapat dibaca berulang kali, mudah dibawa dan disimpan, memuat ilustrasi yang memperjelas materi, serta dapat dijadikan sumber belajar mandiri oleh keluarga di rumah tanpa memerlukan kehadiran tenaga kesehatan secara terus-menerus. Beberapa penelitian terdahulu, antara lain oleh Kartika et al. (2023), Trisda & Bakri (2021), dan Riani et al. (2020), menunjukkan bahwa konseling maupun edukasi gizi menggunakan media booklet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap pasien maupun keluarga penderita DM.

Dalam kerangka promosi kesehatan, pengetahuan dan sikap merupakan faktor predisposisi (predisposing factors) yang mendasari terbentuknya perilaku kesehatan seseorang, sebagaimana dikemukakan dalam teori PRECEDE-PROCEED oleh Green & Kreuter (2005). Faktor predisposisi ini perlu diintervensi melalui strategi edukasi yang tepat sasaran agar dapat mendorong perubahan perilaku yang mendukung kesehatan, dalam hal ini kepatuhan keluarga dalam mendampingi lansia menjalankan diet DM. Pemilihan media edukasi yang sesuai dengan karakteristik sasaran menjadi kunci keberhasilan intervensi promosi kesehatan, mengingat setiap media memiliki kelebihan dan keterbatasan masing-masing dalam menjangkau dan memengaruhi kelompok sasaran.

Berdasarkan studi pendahuluan, wilayah kerja Puskesmas Trauma Center Samarinda, khususnya Posyandu Pinguin di RT 02 dan RT 04 Kelurahan Simpang Tiga, memiliki jumlah lansia yang cukup banyak namun keluarga pendamping belum pernah mendapatkan edukasi terstruktur mengenai diet DM. Kondisi ini menjadi dasar penting untuk menguji efektivitas media booklet sebagai intervensi promosi kesehatan pada kelompok tersebut. Berdasarkan

uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh media booklet terhadap pengetahuan dan sikap anggota keluarga tentang diet lansia penderita DM di wilayah kerja Puskesmas Trauma Center Kota Samarinda, dengan tujuan khusus mengidentifikasi karakteristik responden, mengidentifikasi pengetahuan dan sikap keluarga pada saat pretest dan posttest, serta menganalisis pengaruh intervensi booklet terhadap kedua variabel tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimental, rancangan one group pretest-posttest design, yaitu mengamati responden melalui pengukuran pretest dan posttest pada kelompok yang sama tanpa kelompok pembanding. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 4–6 Juni 2026 melalui kunjungan rumah (door to door) kepada responden di wilayah Posyandu Pinguin, Kelurahan Simpang Tiga, Kecamatan Loa Janan Ilir, Kota Samarinda, yang merupakan wilayah kerja Puskesmas Trauma Center Samarinda.

Populasi penelitian adalah seluruh anggota keluarga lansia di RT 02 dan RT 04 Posyandu Pinguin yang berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga seluruh anggota populasi yang memenuhi kriteria inklusi dijadikan responden. Kriteria inklusi meliputi keluarga yang terdaftar di Posyandu Pinguin, memiliki lansia berusia lebih dari 60 tahun, dan tinggal serumah dengan lansia tersebut, sedangkan kriteria eksklusi meliputi anggota keluarga yang mengundurkan diri selama penelitian atau tidak mengurus lansia secara langsung.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah pendidikan kesehatan menggunakan media booklet, sedangkan variabel dependen adalah pengetahuan dan sikap anggota keluarga tentang diet lansia penderita DM. Media booklet berukuran A4 (21×29,7 cm) dengan 20 halaman, disusun menggunakan bahasa yang sederhana, komunikatif, dan mudah dipahami responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan (25 pernyataan, skala Guttman) dan kuesioner sikap (25 pernyataan, skala Likert), yang telah melalui uji validitas menggunakan korelasi item-total (r hitung > 0,30) dan uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha dengan nilai ambang ≥0,70. Tingkat pengetahuan dikategorikan baik (>75%), cukup (56–75%), dan kurang (≤55%), sedangkan sikap dikategorikan positif (≥75%) dan negatif (<75%).

Alur penelitian dilaksanakan secara sistematis, dimulai dari penyusunan proposal penelitian, seminar proposal, penyusunan dan pengajuan ethical clearance, pemberian kuesioner pengetahuan dan sikap (pretest), pemberian intervensi berupa pendidikan kesehatan menggunakan media booklet, pemberian kuesioner pengetahuan dan sikap (posttest), pengolahan data melalui editing, scoring, dan tabulating, analisis data melalui uji statistika, penyusunan hasil dan pembahasan penelitian, seminar hasil penelitian, hingga penyusunan dan publikasi hasil penelitian dalam bentuk artikel jurnal.

Definisi operasional variabel penelitian disajikan pada Tabel 1. Media booklet didefinisikan sebagai pemberian informasi kesehatan mengenai diet lansia penderita DM menggunakan media cetak booklet, dengan kriteria penilaian dampak positif dan dampak negatif. Pengetahuan didefinisikan sebagai hasil pemahaman keluarga lansia mengenai diet

lansia penderita DM yang diukur melalui kuesioner sebanyak dua kali (pretest dan posttest) dengan skala ordinal, dikategorikan baik (76–100%), cukup (56–75%), dan kurang (≤55%). Sikap didefinisikan sebagai respons kesetujuan atau penolakan responden terhadap pentingnya diet bagi lansia penderita DM, diukur dengan cara yang sama dan dikategorikan positif (≥75%) dan negatif (<75%).

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Kriteria
Media booklet	Pemberian informasi kesehatan mengenai diet lansia penderita DM menggunakan media booklet	Booklet	Nominal	Dampak positif; Dampak negatif
Pengetahuan	Hasil pemahaman keluarga lansia mengenai diet lansia penderita DM	Kuesioner	Ordinal	Baik (76–100%); Cukup (56–75%); Kurang (≤55%)
Sikap	Respon kesetujuan/penolakan responden tentang pentingnya diet bagi lansia penderita DM	Kuesioner	Ordinal	Positif (≥75%); Negatif (<75%)

Analisis data terdiri atas analisis univariat, yang menggambarkan distribusi frekuensi karakteristik responden, pengetahuan, dan sikap dalam bentuk tabel dan persentase, serta analisis bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test untuk mengetahui pengaruh media booklet terhadap pengetahuan dan sikap keluarga sebelum dan sesudah intervensi. Uji ini dipilih karena data bersifat berpasangan (pretest-posttest pada responden yang sama) dengan skala ordinal sehingga tidak memerlukan uji normalitas data terlebih dahulu. Pengaruh dinyatakan signifikan apabila nilai $p \leq 0,05$, yang berarti H0 ditolak dan Ha diterima.

Hasil persentase penelitian selanjutnya diinterpretasikan berdasarkan kategori Arikunto (2021), yaitu seluruhnya (100%), hampir seluruhnya (75–99%), sebagian besar (51–75%), setengahnya (50%), hampir setengahnya (26–49%), dan sebagian kecil (1–25%). Teknik pengolahan data meliputi editing, scoring, tabulating, dan entry data. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik (ethical clearance) dari komisi etik penelitian, dan seluruh responden menandatangani lembar persetujuan (informed consent) setelah memperoleh penjelasan mengenai tujuan, prosedur, serta kerahasiaan data penelitian sebelum berpartisipasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, hubungan kekeluargaan, dan paparan informasi mengenai diet DM, sebagaimana disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=25)

Karakteristik	f	%
Umur: Dewasa Muda (16–29 th)	11	44
Umur: Dewasa Madya (30–42 th)	3	12
Umur: Dewasa Akhir (43–56 th)	11	44
Jenis Kelamin: Laki-laki	6	24
Jenis Kelamin: Perempuan	19	76
Hubungan: Suami/Istri	5	20

Hubungan: Anak	17	68
Hubungan: Cucu/Menantu	3	12
Paparan Informasi: Terpapar	3	12
Paparan Informasi: Tidak Terpapar	22	88

Berdasarkan Tabel 1, hampir setengah responden berada pada kelompok usia dewasa muda dan dewasa akhir dengan proporsi yang sama. Hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan, dan sebagian besar merupakan anak dari lansia. Selain itu, hampir seluruh responden belum pernah memperoleh paparan informasi mengenai diet DM sebelumnya, yang menunjukkan besarnya kebutuhan edukasi pada kelompok ini.

Pengetahuan dan Sikap Keluarga Sebelum dan Sesudah Intervensi

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Responden pada Pretest dan Posttest

Kategori	Pretest (f)	Pretest (%)	Posttest (f)	Posttest (%)
Baik	7	28	24	96
Cukup	11	44	1	4
Rendah	7	28	0	0
Total	25	100	25	100

Tabel 3. Distribusi Sikap Responden pada Pretest dan Posttest

Kategori	Pretest (f)	Pretest (%)	Posttest (f)	Posttest (%)
Positif	9	36	23	92
Negatif	16	64	2	8
Total	25	100	25	100

Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup serta sikap negatif terhadap diet DM pada lansia. Setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet, hampir seluruh responden memiliki tingkat pengetahuan kategori baik dan sikap positif, sedangkan kategori rendah pada pengetahuan tidak lagi ditemukan.

Pengaruh Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap

Tabel 4. Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test

Variabel	p-value	Keterangan
Pengetahuan (pre–post)	0,000	Ada pengaruh
Sikap (pre–post)	0,000	Ada pengaruh

Hasil uji Wilcoxon Signed Rank Test menunjukkan nilai p=0,000 (p<0,05) baik pada variabel pengetahuan maupun sikap, sehingga Ha diterima dan H0 ditolak. Hal ini membuktikan bahwa pemberian edukasi menggunakan media booklet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anggota keluarga mengenai diet lansia penderita DM.

Pembahasan

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan usia, hampir setengah responden berada pada kelompok usia dewasa muda dan dewasa akhir dengan proporsi yang sama. Responden usia dewasa umumnya telah memiliki kematangan berpikir, pengalaman hidup, serta tanggung jawab dalam merawat anggota keluarga, sehingga lebih mudah memahami dan menerapkan informasi yang

disampaikan melalui booklet. Menurut Notoatmodjo (2018), usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan dan sikap karena berkaitan dengan kemampuan berpikir, pengalaman, dan daya tangkap seseorang terhadap informasi; bertambahnya usia umumnya diikuti peningkatan kematangan dalam menerima dan mengambil keputusan terkait kesehatan.

Berdasarkan jenis kelamin, hampir seluruh responden berjenis kelamin perempuan. Kondisi di lapangan menunjukkan bahwa perempuan lebih sering berperan dalam menyiapkan makanan, mengatur menu, dan mendampingi lansia menjalani diet DM, sehingga informasi dalam booklet lebih mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Green dalam Notoatmodjo (2018), jenis kelamin merupakan salah satu faktor predisposisi yang memengaruhi pembentukan sikap dan perilaku kesehatan seseorang, karena perbedaan peran dan pengalaman antara laki-laki dan perempuan turut memengaruhi cara individu menerima dan menerapkan informasi kesehatan.

Berdasarkan hubungan kekeluargaan, sebagian besar responden merupakan anak dari lansia penderita DM. Anak merupakan anggota keluarga yang paling sering mendampingi lansia dalam aktivitas sehari-hari, seperti menyiapkan makanan, mengingatkan jadwal makan, dan mengantar kontrol ke fasilitas kesehatan, sehingga informasi yang diperoleh melalui booklet dapat langsung diterapkan dalam proses pendampingan. Menurut Friedman (2010), keluarga memiliki fungsi perawatan kesehatan (health care function) yang meliputi pengenalan masalah kesehatan, pengambilan keputusan yang tepat, pemberian perawatan kepada anggota keluarga yang sakit, serta pemanfaatan fasilitas pelayanan kesehatan,

sehingga peningkatan pengetahuan dan sikap anggota keluarga sangat diperlukan untuk mendukung pengelolaan DM pada lansia secara optimal.

Berdasarkan paparan informasi, hampir seluruh responden belum pernah memperoleh informasi mengenai diet DM pada lansia sebelumnya. Kondisi ini menjadikan media booklet sebagai sumber informasi baru bagi responden, sehingga materi yang diberikan lebih mudah meningkatkan pengetahuan sekaligus membentuk sikap positif terhadap pentingnya pengaturan diet. Fakta ini memperkuat urgensi penyediaan media edukasi yang mudah diakses di tingkat layanan primer, mengingat booklet relatif terjangkau untuk diproduksi, dapat didistribusikan secara luas, dan dapat digunakan secara mandiri oleh keluarga di rumah tanpa memerlukan kehadiran tenaga kesehatan secara terus-menerus.

2. Pengaruh Media Booklet terhadap Pengetahuan Anggota Keluarga

Hasil penelitian menunjukkan bahwa media booklet berpengaruh signifikan terhadap pengetahuan anggota keluarga mengenai diet lansia penderita DM (p=0,000), ditandai dengan peningkatan kategori pengetahuan baik dari 28% menjadi 96% dan tidak ditemukan lagi responden berkategori pengetahuan rendah setelah intervensi. Media booklet memudahkan responden memahami materi karena disajikan dengan bahasa yang sederhana, dilengkapi gambar pendukung, serta dapat dibaca kembali kapan saja setelah kegiatan edukasi selesai.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Sari & Muhlisin (2024) dan Susanti et al. (2024) yang menemukan bahwa edukasi menggunakan media booklet berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan keluarga mengenai perawatan dan pengelolaan diet DM.

Kesamaan hasil tersebut sejalan pula dengan temuan bahwa edukasi berbasis booklet secara konsisten meningkatkan pengetahuan penderita maupun keluarga penderita DM, sebagaimana dilaporkan pada berbagai setting layanan primer. Booklet menyajikan informasi secara sistematis, dapat dibaca berulang kali, dan disertai ilustrasi, sehingga membantu responden mengingat dan memahami materi. Pelaksanaan edukasi secara langsung melalui kunjungan rumah (door to door) turut memberi kesempatan bagi responden untuk berdiskusi dan memperoleh klarifikasi atas materi yang belum dipahami, sebagaimana juga dikemukakan oleh Ningsih et al. (2023).

Menurut Notoatmodjo (2018), media pendidikan kesehatan berperan membantu memperjelas penyampaian informasi sehingga pesan kesehatan menjadi lebih mudah dipahami, menarik, dan diterima oleh sasaran, serta membantu individu mengingat informasi yang telah diberikan. Peneliti berpendapat bahwa peningkatan pengetahuan yang terjadi tidak semata dipengaruhi oleh isi materi booklet, tetapi juga oleh karakteristik responden yang sebagian besar merupakan anak dari lansia penderita DM dan berperan langsung dalam menyiapkan makanan serta mendampingi lansia sehari-hari, sehingga memiliki motivasi lebih tinggi untuk memahami informasi yang diberikan. Selama pelaksanaan penelitian, beberapa responden juga teramati kembali membuka booklet ketika diberikan kesempatan berdiskusi, yang menunjukkan bahwa booklet berfungsi tidak hanya sebagai media penyampaian informasi, tetapi juga sebagai sumber belajar mandiri.

3. Pengaruh Media Booklet terhadap Sikap Anggota Keluarga

Pemberian edukasi menggunakan media booklet juga terbukti berpengaruh signifikan terhadap sikap anggota keluarga mengenai diet lansia penderita DM (p=0,000), ditandai dengan peningkatan sikap positif dari 36% menjadi 92%. Media booklet tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga membantu responden memahami pentingnya penerapan diet dalam pengelolaan DM pada lansia. Penyajian materi yang sistematis, menggunakan bahasa sederhana, dan dilengkapi gambar pendukung memudahkan responden memahami isi materi sehingga mendorong terbentuknya sikap yang lebih positif.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Kartika et al. (2023) dan Trisda & Bakri (2021) yang menunjukkan bahwa konseling maupun edukasi gizi menggunakan media booklet memberikan peningkatan sikap yang signifikan pada pasien maupun keluarga penderita DM. Kesamaan hasil tersebut juga sejalan dengan temuan Lestari et al. (2024) bahwa penggunaan media booklet dalam pendidikan kesehatan berpengaruh meningkatkan sikap keluarga terhadap perawatan anggota keluarga dengan penyakit kronis, karena booklet memberikan informasi yang lengkap dan praktis sehingga memudahkan responden memahami manfaat perubahan perilaku kesehatan.

Menurut Notoatmodjo (2020), sikap merupakan respons tertutup seseorang terhadap suatu objek yang dipengaruhi oleh pengetahuan, pengalaman, keyakinan, dan informasi yang diterima. Sejalan dengan teori Green & Kreuter (2005), pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang mendasari terbentuknya sikap dan perilaku kesehatan, sehingga semakin baik pengetahuan seseorang mengenai suatu masalah kesehatan, semakin besar

kemungkinan terbentuknya sikap yang positif terhadap perilaku kesehatan tersebut. Ketika keluarga memahami pentingnya diet bagi lansia penderita DM beserta konsekuensi dari ketidakpatuhan diet, mereka cenderung mengembangkan sikap yang lebih mendukung terhadap penerapan diet tersebut, termasuk kesediaan mengingatkan waktu makan, menyiapkan makanan sesuai anjuran, dan memberi dukungan emosional kepada lansia.

Secara keseluruhan, temuan pada pengetahuan dan sikap saling menguatkan dan menunjukkan bahwa media booklet efektif sebagai intervensi promosi kesehatan berbiaya terjangkau untuk diterapkan pada keluarga lansia penderita DM di tingkat layanan primer, khususnya pada wilayah yang keluarganya belum pernah memperoleh edukasi serupa sebelumnya. Konsistensi peningkatan pada kedua variabel juga memperkuat argumen bahwa strategi promosi kesehatan berbasis keluarga, alih-alih hanya menyasar penderita DM secara individual, perlu terus dikembangkan mengingat besarnya peran keluarga dalam mendampingi lansia menjalani pengobatan dan pengaturan pola makan sehari-hari.

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar responden berada pada kelompok usia dewasa muda dan dewasa akhir, berjenis kelamin perempuan, berperan sebagai anak dari lansia, serta belum pernah terpapar informasi mengenai diet DM pada lansia. Tingkat pengetahuan keluarga mengenai diet DM pada lansia meningkat setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet, ditandai dengan meningkatnya kategori pengetahuan baik dari 28% menjadi 96%. Sikap keluarga juga mengalami peningkatan, ditandai dengan meningkatnya sikap positif dari 36% menjadi 92%.

Hasil uji statistik membuktikan adanya pengaruh signifikan edukasi menggunakan media booklet terhadap pengetahuan dan sikap keluarga mengenai diet DM pada lansia (p=0,000).

Keluarga lansia disarankan untuk terus meningkatkan pengetahuan dan mempertahankan sikap positif dalam mendukung penerapan diet DM pada lansia serta menerapkan informasi yang telah diperoleh melalui media booklet dalam kehidupan sehari-hari. Posyandu disarankan memanfaatkan media booklet sebagai salah satu sarana edukasi kesehatan yang rutin digunakan untuk meningkatkan pemahaman keluarga mengenai pengelolaan diet DM pada lansia. Puskesmas Trauma Center disarankan mengoptimalkan kegiatan promosi kesehatan mengenai diet DM pada lansia dengan menggunakan media edukasi yang menarik dan mudah dipahami seperti booklet, guna meningkatkan pengetahuan dan sikap keluarga dalam merawat lansia dengan DM. Institusi pendidikan kesehatan, khususnya Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, disarankan mendorong penelitian lanjutan yang mengembangkan media edukasi lain serta desain penelitian yang melibatkan kelompok kontrol (misalnya quasi-experimental dengan kelompok pembanding) untuk memperkuat bukti efektivitas intervensi promosi kesehatan pada keluarga lansia penderita DM.

Implikasi Penelitian

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi berbagai pihak. Bagi Puskesmas dan Posyandu, hasil penelitian ini menegaskan bahwa media booklet layak dijadikan bagian dari paket edukasi rutin dalam kegiatan Posyandu Lansia dan Posbindu PTM, mengingat kemudahan produksinya serta kemampuannya digunakan secara mandiri oleh keluarga di

rumah. Bagi tenaga promosi kesehatan, hasil ini menunjukkan pentingnya memperhatikan karakteristik sasaran, seperti hubungan kekeluargaan dan tingkat paparan informasi sebelumnya, dalam merancang strategi edukasi agar intervensi lebih tepat sasaran. Bagi institusi pendidikan, temuan ini dapat menjadi rujukan dalam pengembangan modul promosi kesehatan berbasis keluarga untuk pengelolaan penyakit tidak menular pada kelompok lanjut usia.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu menjadi perhatian dalam menginterpretasikan hasil. Pertama, desain pre-eksperimental one group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol menyebabkan peningkatan pengetahuan dan sikap yang teramati tidak dapat sepenuhnya diatribusikan pada intervensi booklet semata, karena kemungkinan adanya pengaruh faktor lain seperti efek pengulangan pengukuran (testing effect) atau paparan informasi dari sumber lain selama periode penelitian. Kedua, jumlah sampel yang relatif kecil (25 responden) dan bersifat total sampling pada satu wilayah posyandu membatasi generalisasi hasil penelitian ke populasi keluarga lansia penderita DM secara lebih luas. Ketiga, pengukuran posttest dilakukan dalam rentang waktu yang relatif singkat setelah intervensi, sehingga belum dapat menggambarkan retensi pengetahuan dan sikap dalam jangka panjang maupun dampaknya terhadap perilaku kepatuhan diet lansia secara nyata. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain dengan kelompok kontrol, jumlah sampel yang lebih besar dan representatif, serta pengukuran tindak lanjut (follow-up) untuk menilai keberlanjutan efek intervensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Trauma Center Samarinda, kader Posyandu Pinguin, serta seluruh keluarga lansia yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Prodi Sarjana Terapan Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur, atas dukungan fasilitas dan bimbingan selama proses penelitian hingga penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

ADA. (2023). Standards of Care in Diabetes—2023 Abridged for Primary Care. Diabetes Care, 41(1), 4–148.

Arikunto, S. (2021). Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik. Rineka Cipta.

Batalha, A. P. D. B., Ponciano, I. C., Chaves, G., Felício, D. C., Britto, R. R., & da Silva, L. P. (2021). Behavior change interventions in patients with type 2 diabetes: a systematic review of the effects on self-management and A1c. Journal of Diabetes & Metabolic Disorders, 20(2), 1815–1836.

Chen, X., Min, H., & Sun, X. (2022). Dietary Management Tools Improve the Dietary Skills of Patients with T2DM in Communities. Nutrients, 14(21), 1–14.

Dinkes Samarinda. (2023). Laporan Skrining Diabetes Melitus di Kota Samarinda Tahun 2023. Dinas Kesehatan Kota Samarinda.

Fadilla, Z., Ardiawan, K. N., Abdullah, M. E. S. K., Aiman, M. J. U., & Hasda, S. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif (N. Saputra, Ed.). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.

Friedman, M. M. (2010). Buku Ajar Keperawatan Keluarga: Riset, Teori, dan Praktik (5th ed.). EGC.

Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). Health Program Planning: An Educational and Ecological Approach. McGraw-Hill.

IDF. (2025). IDF Diabetes Atlas, 11th Edition 2025. International Diabetes Federation. https://diabetesatlas.org

Kartika, S., Jamil, M. D., & Lestari, N. T. (2023). Pemberian Konseling Gizi dengan Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap Pasien Diabetes Melitus. Jurnal Ilmu Kesehatan, 9(1), 37–44.

Kemenkes RI. (2024). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2024: Prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.

Khusna, R. P., Pangastuti, H. S., & Wicaksana, A. L. (2023). Dietary adherence and the associated factors among Indonesian patients with type 2 diabetes: what should we be concerned about? Frontiers of Nursing, 10(4).

Lestari, A., Hamba, R. A., Saputra, A., Rahayu, S. M., & Rahmah, P. S. (2024). Hubungan Self Care dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Guntung Payung Kota Banjarbaru. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 9(4).

Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2020). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta.

Novita, D., Ramadhan, K., & Widyani, N. K. (2024). Dukungan Keluarga pada Lansia Penderita Diabetes Melitus.

Permatasari, A. P. I., Pura, I. S., & Oktorina, L. (2024). Korelasi Tingkat Pengetahuan dengan Kepatuhan Konsumsi Obat pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya. Journal of Syntax Literate, 9(9).

Putri, A. (2025). Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian Kesehatan.

Riani, S. R., Isdiany, N., Widartika, W., & Gurid, G. (2020). Efektivitas Edukasi Gizi Menggunakan Booklet terhadap Pengetahuan Gizi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Melong Asih Kota Cimahi.

Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Riskesdas. (2023). Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2023. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kemenkes RI.

Rokhmad, A., & Wahyuningsih, D. (2014). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian.

Sari, S. D., & Muhlisin, A. (2024). Relationship between Knowledge Level and Dietary Adherence in Patients with Type II Diabetes Mellitus at Pajang Health Center Surakarta. Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health, 6(1), 115–125.

Setiawan, A. W., Konoralma, A. R., Anggraini, T., Khodijah, I. M. C., & Wulan, W. R. (2024). Knowledge and Misconceptions About Diabetes Mellitus in Semarang: An In-Depth Survey Analyzing the Impact of Public Awareness on Prevention and Management. International Journal of Health Literacy and Science, 2(2), 26–36.

Sihotang, H. (2023). Metode Penelitian Kuantitatif (E. Murniarti, Ed.). UKI Press.

SKI. (2024). Survei Kesehatan Indonesia Tahun 2024.

Susanti, N., Rahayu, S., Mawarni, D., & Sabila, W. (2024). Hubungan Pengetahuan, Faktor Resiko dan Tindakan Pencegahan Diabetes Melitus. Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako), 10(4), 713–721.

Trisda, R., & Bakri, S. (2021). Pengaruh Konseling Menggunakan Media Booklet terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Pasien Diabetes Melitus. Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan, 2(1), 1. https://doi.org/10.30867/gikes.v2i1.491

WHO. (2023). Diabetes Fact Sheet 2023. World Health Organization.

WHO. (2024). Global Report on Diabetes Prevalence and Treatment 1990–2022. World Health Organization.