SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI BERBASIS *HEALTH BELIEF MODEL* TERHADAP KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA IBU PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEDAN TUNTUNGAN

MUHAMMAD AZRA'I SITORUS
P07520222098

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
TAHUN 2026

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI BERBASIS *HEALTH BELIEF MODEL* TERHADAP KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA IBU PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEDAN TUNTUNGAN

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi dan memperoleh gelar Sarjana Terapan Keperawatan (S.Tr Kep) pada Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

MUHAMMAD AZRA'I SITORUS
P07520222098

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
TAHUN 2026

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI BERBASIS *HEALTH BELIEF MODEL* TERHADAP KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA IBU PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEDAN TUNTUNGAN

Diusulkan Oleh

MUHAMMAD AZRA'I SITORUS
P07520222098

Telah disetujui di Medan
Pada Tanggal 4 Juni 2026

Pembimbing Utama,	Pembimbing Pendamping,
Dr. Soep[illegible] S.Kp., M.Kes	Dra Indrawati, S.Kep.,Ns.,M.Psi
NIP. 197012221997031002	NIP. 196310061983122001

Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan

Dr.Risma D Manurung, S.Kep, Ns.,M.Biomed
NIP. 196908111993032001

SKRIPSI

PENGARUH EDUKASI BERBASIS *HEALTH BELIEF MODEL* TERHADAP KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA IBU PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEDAN TUNTUNGAN

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

MUHAMMAD AZRA'I SITORUS

P07520222098

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji

Pada tanggal 8 Juni 2026

Tim Penguji

1. Ketua Penguji : Dr. Soep, S.Kp.,M.Kes .....
2. Penguji I : Dr. Dame E. Simangungsong, SKM.,M.Kes .....
3. Penguji II : Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns.,M.kes .....

Tim Penguji

Medan, 8 Juni 2026

Mengetahui:
Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira Permata Sari T S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 197703162002122001

Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan

Dr. Risma D Manurung S.Kep.,Ns.,M.Biomed
NIP. 196908111993032001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini peneliti:

Nama	: Muhammad Azra'i Sitorus
NIM	: P07520222098
Program Studi	: Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan	: Keperawatan
Perguruan Tinggi	: Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa peneliti tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi yang berjudul :

PENGARUH EDUKASI BERBASIS *HEALTH BELIEF MODEL* TERHADAP KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA IBU PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEDAN TUNTUNGAN

Apabila suatu saat nanti peneliti terbukti melakukan Tindakan plagiat, maka peneliti bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 06 Februari 2026

Peneliti

Muhammad Azra'i Sitorus

NIM. P07520222098



BIODATA PENELITI

Nama	:	Muhammad Azra'i Sitorus
Tempat/Tgl lahir	:	Kisaran, 09 Mei 2004
Jenis Kelamin	:	Laki-laki
Agama	:	Islam
Alamat Rumah	:	Dusun III Desa Petatal
Nomor HP	:	085181743710

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SD Negeri 010151 Petatal
2. SLTP : MTs Negeri BatuBara
3. SLTA : MAN 1 Medan

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI BERBASIS *HEALTH BELIEF MODEL* TERHADAP KEPATUHAN GAYA HIDUP SEHAT PADA IBU PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MEDAN TUNTUNGAN

Muhammad Azra'i Sitorus[1], Soep[2], Indrawati[3]
Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Medan
Email : azraisitorus9@gmail.com

Latar belakang, Tujuan penelitian : Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan kadar gula darah tinggi akibat gangguan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) merupakan jenis DM yang paling banyak terjadi, umumnya disebabkan oleh resistensi insulin. Prevalensi DMT2 di Indonesia meningkat dari 8,5% (Riskesdas 2018) menjadi 11,7% (SKI 2023), dengan perempuan menunjukkan kerentanan lebih tinggi. Di wilayah kerja Puskesmas Medan Tuntungan, kasus DMT2 pada ibu meningkat dari 134 kasus (2024) menjadi 411 kasus (Januari-November 2025). Gaya hidup sehat yang mencakup pengaturan pola makan, aktivitas fisik, manajemen stres, dan kepatuhan pengobatan, merupakan kunci utama pengendalian kadar gula darah pada penderita DMT2. Namun, kepatuhan tersebut belum optimal akibat rendahnya persepsi risiko dan adanya hambatan perilaku. *Health Belief Model* (HBM) adalah teori perubahan perilaku kesehatan yang menjelaskan bahwa kepatuhan dipengaruhi oleh persepsi kerentanan, keparahan, manfaat, hambatan, isyarat untuk bertindak, dan efikasi diri. Edukasi berbasis *Health Belief Model* diharapkan dapat meningkatkan persepsi tersebut sehingga mendorong kepatuhan gaya hidup sehat yang lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi berbasis *Health Belief Model* terhadap kepatuhan gaya hidup sehat pada ibu penderita Diabetes Melitus Tipe 2.
Metode penelitian : Metode yang digunakan dalam penelitian ini kuantitatif analitik dengan desain penelitian *pre experimental one group pretest dan posttest.* Teknik sampling menggunakan *purposive sampling,* yang berjumlah 33 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan pemeriksaan kadar gula darah dengan menggunakan uji *Wilcoxon.*
Hasil : Hasil dari penelitian ini menunjukkan ada pengaruh edukasi berbasis *Health Belief Model* terhadap kepatuhan gaya hidup sehat pada ibu penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dengan *P* value 0,001 < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh edukasi berbasis *Health Belief Model* terhadap kepatuhan gaya hidup sehat pada ibu penderita Diabetes Melitus Tipe 2.
Kesimpulan/saran : Edukasi berbasis *Health Belief Model* berpengaruh terhadap peningkatan kepatuhan gaya hidup sehat pada ibu penderita DMT2. Puskesmas disarankan menerapkan edukasi terstruktur berbasis HBM secara rutin sebagai intervensi non-farmakologis, dan peneliti selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih besar, wilayah lebih luas, serta periode intervensi lebih panjang.
Kata kunci : Edukasi,*Health Belief Model,* Kepatuhan, Gaya Hidup Sehat, Diabetes Melitus Tipe 2.
Daftar bacaan : 29 Pustaka

ABSTRACK

THE EFFECT OF HEALTH BELIEF MODEL-BASED EDUCATION ON HEALTHY LIFESTYLE COMPLIANCE AMONG MOTHERS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS IN THE WORKING AREA OF MEDAN TUNTUNGAN PUBLIC HEALTH CENTER

Muhammad Azra'i Sitorus[1], Soep[2], Indrawati[3]
Medan Health Polytechnic Of Ministry Health
Email : azraisitorus9@gmail.com

Introduction : Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disease characterized by high blood sugar levels caused by impaired insulin secretion, insulin action, or both. Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is the most common type of DM, generally caused by insulin resistance. The prevalence of T2DM in Indonesia increased from 8.5% (Riskesdas 2018) to 11.7% (SKI 2023), with women showing a higher susceptibility. In the working area of the Medan Tuntungan Public Health Center, cases of T2DM among mothers increased from 134 cases (2024) to 411 cases (January–November 2025). A healthy lifestyle, which includes dietary management, physical activity, stress management, and medication adherence, is the main key to controlling blood sugar levels in T2DM patients. However, this compliance remains suboptimal due to low risk perception and behavioral barriers. The Health Belief Model (HBM) is a health behavior change theory which explains that compliance is influenced by perceived susceptibility, perceived severity, perceived benefits, perceived barriers, cues to action, and self-efficacy. Health Belief Model-based education is expected to improve these perceptions, thereby encouraging better healthy lifestyle compliance. This study aims to determine the effect of Health Belief Model-based education on healthy lifestyle compliance among mothers with Type 2 Diabetes Mellitus.
Method : The method used in this study is quantitative analytic with a pre-experimental one-group pretest-posttest research design. The sampling technique used was purposive sampling, involving 33 respondents. Data collection was carried out using questionnaires and blood sugar level examinations,
Result : analyzed using the Wilcoxon test. The results of this study indicate an effect of Health Belief Model-based education on healthy lifestyle compliance among mothers with Type 2 Diabetes Mellitus, with a P-value of 0.001 < 0.05. Therefore, it can be concluded that there is an effect of Health Belief Model-based education on healthy lifestyle compliance among mothers with Type 2 Diabetes Mellitus.
Conclusion/Suggestion : Health Belief Model-based education has an effect on improving adherence to a healthy lifestyle among mothers with type 2 diabetes mellitus (T2DM). It is recommended that community health centers (Puskesmas) routinely implement structured HBM-based education as a non-pharmacological intervention, and that future researchers use a larger sample, a broader study area, and a longer intervention period.

Keywords : Education, Health Belief Model, Compliance, Healthy Lifestyle, Type 2 Diabetes Mellitus.
Reading list : 29 references



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan pada Allah SWT atas Kuasanya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan skripsi yang berjudul "Pengaruh Edukasi Berbasis *Health Belief Model* Terhadap Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Pada Ibu Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Tuntungan" dapat terselesaikan.

Dengan terselesaikannya skripsi ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak/Ibu:

1. Tengku Sri Wahyuni, SSiT.,M.Keb selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan. Sekaligus dosen pembimbing II.
3. Dr. Risma Dumiri Manurung, S.Kep.,Ns.,M.Biomed selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Dr. Soep, S.Kp.,M.Kes. selaku dosen pembimbing utama, dan Dra. Indrawati, S.Kep.,Ns.,M.Psi. selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. Dr. Dame Evalina Simangungsong, SKM.,M.Kes selaku dosen penguji I atas kesediaannya untuk menguji dan memberi masukan pada skripsi ini.
6. dr. Eni Suriati Ginting, M.Kes. selaku Kepala Puskesmas Medan Tuntungan yang telah memberikan izin penelitian.
7. Seluruh Dosen, Instruktur dan Staff di Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan yang telah memberikan ilmu dan wawasan yang berharga selama masa perkuliahan.
8. Terkhusus kepada Ayahanda Budi Ahyar Sitorus terima kasih atas kasih sayang, perhatian, dukungan, serta setiap pengorbanan yang telah diberikan selama hidup. Semangat dan doa yang telah ditanamkan menjadi bekal bagi peneliti untuk terus melangkah sehingga berada di titik ini. Meskipun ayah telah lebih dahulu berpulang ke hadirat Allah SWT dan tidak dapat secara langsung menyertai peneliti, namun peneliti berharap setiap langkah dan keberhasilan yang diraih dapat menjadi suatu kebanggan bagi ayah. Peneliti

berharap ayah berada di tempat terbaik di sisi-Nya, Al-Fatihah untuk sosok ayah yang akan hidup dalam doa dan hati peneliti.

9. Terkhusus kepada ibunda Laili Fauziah, SKM.,M.Kes sosok perempuan terhebat, sekaligus cinta pertama bagi anak laki-lakinya. Tidak ada kata yang mampu menggambarkan besarnya rasa syukur atas segala kasih sayang, doa, dukungan, pengorbanan, serta perjuangan yang telah diberikan tanpa mengenal lelah. Berkat setiap pengorbanan yang telah diberikan kepada peneliti sehingga dapat berdiri dan menyelesaikan perjalanan pendidikan hingga titik ini. Peneliti menyadari bahwa tidak ada balasan yang sebanding dengan seluruh jasa dan pengorbanan yang telah diberikan. Hanya doa, rasa hormat, serta ucapan terima kasih yang dapat peneliti persembahkan. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan, umur yang penuh berkah, dan kesempatan agar peneliti dapat terus membahagiakan serta membanggakan. Bagi peneliti, tidak ada kebahagiaan yang lebih indah selain melihat senyum dari wajahmu atas setiap langkah yang telah terlewati.
10. Teruntuk kedua adik perempuan tercinta Maulida An Nazwa Sitorus dan Alya Shakila Sitorus. Terima kasih atas dukungan dan kebersamaan yang selalu diberikan. Kehadiran kalian menjadi salah satu sumber semangat bagi peneliti untuk tetap konsisten dalam menyelesaikan karya ini. Semoga pencapaian ini dapat memberikan motivasi dan inspirasi untuk terus berusaha meraih tujuan dan cita-cita masing-masing.
11. Kepada Elvida Ningsih, Putri Muslimah, Putri Komala Sari, terima kasih atas kebersamaan, canda tawa, dukungan, dan semangat yang telah diberikan. Kehadiran kalian menjadi salah satu penyemangat bagi peneliti dalam melewati setiap proses hingga berada di titik ini.
12. Terkhusus kepada sahabat tercinta Suci Bintang Raudha dan Dira Neila Miranda, terima kasih telah menjadi bagian penting dalam perjalanan hidup peneliti sejak awal memasuki dunia pendidikan SMA hingga saat ini. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, doa, canda tawa, serta setiap momen yang telah dilalui bersama. Kehadiran kalian bukan hanya sebagai teman, tetapi telah menjadi keluarga yang selalu memberikan semangat dan menemani setiap proses perjalanan peneliti hingga berada di titik ini.

13. kepada sahabat seperjuangan selama masa perkuliahan Kiki Harahap, Mirai Hana, Wardah Lubis, Vatresia Simbolon, dan Rahel Lumbantoruan, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan peneliti selama menempuh pendidikan. Kalian menjadi bukti bahwa masa perkuliahan tidak hanya tentang akademik, tetapi juga tentang menemukan keluarga baru, tempat berbagi cerita, dan tempat pulang di perantauan. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan setiap momen yang telah dilalui bersama.
14. Kepada Gilang Ramadhan dan Aditya Rizki, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, serta setiap cerita dan momen yang telah dilalui bersama. Terima kasih telah menjadi teman yang selalu hadir dan memberikan warna dalam perjalanan hidup peneliti.
15. Terakhir, terima kasih kepada diri sendiri yang telah bertahan, berjuang, dan terus melangkah melewati setiap proses hingga sampai pada titik ini. Terima kasih telah memilih untuk tidak menyerah dan menyelesaikan perjalanan panjang ini dengan sebaik mungkin.
16. Seluruh teman seperjuangan Prodi Sarjana Terapan Keperawatan. Perjalanan ini tidak mudah, tetapi kebersamaan, dukungan dan semangat yang kita bagikan telah menjadi salah satu kekuatan terbesar dalam menyelesaikan setiap tantangan.

Peneliti telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun skripsi ini. Peneliti tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Medan, 15 Juni 2026

Peneliti

Muhammad Azra'i Sitorus

P07520222098

DAFTAR ISI

Halaman

JUDUL ..... **i**
PERSETUJUAN ..... **ii**
PENGESAHAN ..... **iii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **iv**
BIODATA PENELITI ..... **v**
ABSTRAK ..... **vi**
ABSTRACK ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 9
C. Tujuan 9
D. Ruang Lingkup Penelitian 10
E. Manfaat Penelitian 10
F. Keaslian Penelitian 11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **12**
A. Edukasi Kesehatan 12
B. Health Belief Model 14
C. Edukasi Berbasis *Health Belief Model* Pada Ibu Dengan DMT2 . 17
D. Perubahan Perilaku 19
E. Pola Hidup Sehat 26
F. Diabetes Melitus Tipe 2 29
G. Kerangka Konsep 36
H. Definisi Operasional 37
I. Hipotesis 37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN **39**
A. Jenis Dan Desain Penelitan 39
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian 40
C. Populasi Dan Sampel 40
D. Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data 42
E. Analisa Data 45

F. Etika Penelitian 46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 48
A. Gambaran Lokasi Penelitian 48
B. Hasil Penelitian 48
C. Pembahasan 54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 66
A. Kesimpulan 66
B. Saran 66
DAFTAR PUSTAKA 68
LAMPIRAN 71

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 2.1	Definisi operasional…….....	37
Tabel4.1	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Ibu Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Tuntungan……	50
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Responden Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Ibu Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Sebelum Diberikan Intervensi Edukasi Berbasis *Health Belief Model* Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Tuntungan……..	52
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Responden Dengan Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Sesudah Diberikan Intervensi Edukasi Berbasis *Health Belief Model* Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Tuntungan…….	52
Tabel 4.4	Distribusi Frekuensi Rata Rata Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Pada Ibu Penderita DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Tuntungan…….	52
Tabel 4.5	Distribusi Frekuensi Rata Rata Kadar Gula Darah Sebelum Dan Sesudah Diberikan Intervensi Pada Ibu Penderita DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Tuntungan……	53
Tabel 4.6	Hasil Uji Sebelum Dilakukan Intervensi Edukasi Berbasis *Health Belief Model*……..	53
Tabel 4.7	Hasil Kepatuhan Gaya Hidup Sehat Dan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Ibu Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Tuntungan……	54

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1 Kerangka Konsep 36
Gambar 2 Desain Penelitian 38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal penelitian
Lampiran 2 Pengajuan Judul
Lampiran 3 Surat Izinn Survey Awal
Lampiran 4 Balasan Survey Awal BRIDA
Lampiran 5 Surat Balasan Survey Awal Dinas Kesehatan
Lampiran 6 *Ethical Clearance* (EC)
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian
Lampiran 8 Surat Balasan Izin Penelitian BRIDA
Lampiran 9 Surat Balasan Izin Penelitian Dinas Kesehatan
Lampiran 10 Surat Selesai Penelitian Puskesmas Medan Tuntungan
Lampiran 11 Lembar Observasi Penelitian
Lampiran 12 SAP
Lampiran 13 Poster
Lampiran 14 Leaflet
Lampiran 15 Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 16 Lembar *Informed Consent*
Lampiran 17 Kuesioner SDSCA
Lampiran 18 Master Tabel
Lampiran 19 *Output* SPSS
Lampiran 20 Lembar Bimbingan Skripsi
Lampiran 21 Dokumentasi
Lampiran 22 Turnitin