

PENGEMBANGAN DAN KELAYAKAN MEDIA VIDEO KESEHATAN MENTAL PADA GENERASI Z DENGAN DM DI KOTA BANDUNG

*Development and Feasibility of a Mental Health Video Media for Generation Z
with Diabetes Mellitus in Bandung City*

Tazqia Dianira Fathima¹, Febri Sri Lestari²

¹ D-IV Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Bandung, Email : tazqiadianira1@gmail.com

² D-IV Promosi Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Bandung, Email :
febrilestari@staff.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

Background: Diabetes Mellitus (DM) is a growing global and national health concern, particularly among Generation Z in Bandung. Beyond physical complications, DM patients often experience mental health issues like anxiety and depression, adversely affecting quality of life and disease progression. Stressed-prone Generation Z individuals are more vulnerable to these psychological impacts. Limited awareness and support worsen the condition, necessitating effective educational media interventions. Preliminary research indicates video media is relevant and motivational for young DM patients. This study aims to develop a mental health video tailored for Generation Z with DM in Bandung. Objective: Develop mental health video media using the 4D approach (Define, Design, Develop, Disseminate) for Generation Z with DM in Bandung. Methodology: This Research and Development (R&D) study employed the 4D model. The Define phase involved interviews with 3 informants to assess media needs. The Develop phase included material expert, media expert, and 12 respondents selected via purposive sampling. Media feasibility was analyzed using percentage-based evaluation. Results: The Define phase identified key requirements: videos under 5 minutes, portrait format, informal language, and engaging introductions. The Design phase produced a media matrix and storyboard. Feasibility testing showed excellent ratings: 100% (content experts), 91.6% (media experts), and 86.2% (target audience). Dissemination via WhatsApp and TikTok received positive feedback. Conclusion: The video media is highly suitable for mental health education and motivation among Generation Z DM patients in Bandung.

Key words: Video, Diabetes Mellitus, Mental Health, Generation Z

ABSTRAK

Diabetes Melitus (DM) merupakan masalah kesehatan global dan nasional dengan prevalensi meningkat, termasuk pada Generasi Z di Bandung. Selain komplikasi fisik, penderita DM sering mengalami gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi, yang memengaruhi kualitas hidup dan keparahan penyakit. Generasi Z dengan tingkat stres tinggi lebih rentan terhadap dampak psikologis ini. Kurangnya pengetahuan dan dukungan memperburuk kondisi, sehingga intervensi edukasi melalui media sangat dibutuhkan. Penelitian pendahuluan menunjukkan media video relevan dan mampu meningkatkan motivasi penderita DM Generasi Z. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan media video kesehatan mental bagi Generasi Z dengan DM di Bandung. Tujuan: Mengembangkan media video kesehatan mental untuk Generasi Z dengan DM di Bandung menggunakan pendekatan 4D (Define, Design, Develop, Disseminate). Metodologi: Penelitian ini menggunakan desain Research and Development (R&D) dengan model 4D. Tahap define mengumpulkan data melalui

wawancara dengan 3 informan untuk menggali kebutuhan media. Tahap develop melibatkan ahli media, ahli materi, dan 12 responden yang dipilih secara purposive sampling. Kelayakan media dianalisis menggunakan persentase. Hasil: Tahap define menunjukkan kebutuhan video berdurasi <5 menit, format portrait, bahasa nonformal, dan pembuka menarik. Tahap design menghasilkan matriks media dan storyboard. Uji kelayakan pada tahap develop menunjukkan hasil 100% (ahli materi), 91,6% (ahli media), dan 86,2% (sasaran), menandakan media sangat layak. Disseminate dilakukan via WhatsApp dan TikTok dengan feedback positif. Kesimpulan: Media video sangat layak digunakan untuk edukasi dan motivasi kesehatan mental Generasi Z dengan DM di Bandung.

Kata kunci: Video, Diabetes Melitus, Kesehatan Mental, Generasi Z

PENDAHULUAN

Penyakit Tidak Menular (PTM) merupakan isu kesehatan masyarakat yang signifikan di berbagai tingkatan, mulai dari global hingga lokal¹. Salah satu jenis PTM yang paling mendapat perhatian adalah Diabetes Melitus (DM). DM terjadi ketika pankreas tidak bisa menghasilkan insulin yang cukup atau tubuh kehilangan efektivitas dalam menggunakan insulin yang dihasilkannya². DM menempati urutan ketujuh sebagai penyebab kematian di dunia dan menjadi faktor utama timbulnya berbagai komplikasi serius, termasuk penyakit jantung koroner, stroke, gagal ginjal, hingga kebutaan, kerusakan syaraf, serta amputasi anggota tubuh bagian bawah³.

Data International Diabetes Federation (IDF) pada tahun 2021 melaporkan jumlah penderita DM di dunia mencapai 537 juta orang, dan jumlah tersebut diperkirakan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045⁴. Prevalensi DM yang diprediksi akan terus meningkat setiap tahun menunjukkan bahwa penyakit DM adalah masalah kesehatan yang memerlukan perhatian khusus di berbagai negara, satu diantaranya termasuk Indonesia.

Indonesia menduduki peringkat kelima di dunia dengan jumlah penderita DM terbanyak dengan angka 19,5 juta orang di tahun 2021 dan diprediksi akan terus naik menjadi 28,6 juta pada tahun 2045⁴. Fenomena tingginya jumlah

penderita DM di Indonesia sebagian besar distribusi kasus didominasi oleh Provinsi Jawa Barat yang termasuk ke dalam 10 besar provinsi Indonesia dengan prevalensi DM yang tinggi yaitu sebesar 1,7% yang setara dengan sekitar 570.611 penderita DM⁵.

Kota Bandung merupakan kota di Provinsi Jawa Barat dengan prevalensi penyakit DM yang tinggi. Berdasarkan data Profil Kesehatan Kota Bandung dan Riset Kesehatan, prevalensi DM di Kota Bandung tercatat sebesar 2,3% pada penduduk usia lebih dari 15 tahun. Kemudian laporan bulanan UPTD Puskesmas juga memperlihatkan adanya tren peningkatan jumlah kasus secara konsisten dari tahun ke tahun, yaitu 40.601 kasus pada tahun 2021, dan meningkat menjadi 43.755 kasus pada tahun 2022⁶. Peningkatan kasus DM juga terjadi pada remaja yang disebabkan oleh faktor genetik dan gaya hidup tidak sehat⁴. Dinas Kesehatan Kota Bandung mencatat pada tahun 2022 terdiri atas 24 orang dengan DM tipe 1 dan 57 orang dengan DM tipe 2 pada usia 15-19 tahun⁷. Pada tahun 2023, prevalensi DM Kota Bandung di kalangan remaja dewasa berusia 15 tahun ke atas atau dalam kategori generasi Z meningkat dari 10,9% menjadi 11,7%⁸. Meningkatnya angka penderita penyakit DM di Kota Bandung menjadi ancaman serius dalam upaya pembangunan bidang kesehatan⁶. Hal ini diakibatkan karena penyakit DM dapat menimbulkan berbagai dampak negatif kepada penderitanya termasuk

komplikasi yang mempengaruhi baik gangguan kesehatan fisik maupun mental penderitanya⁹.

Kesehatan mental penderita DM sering kali dipandang sebelah mata¹⁰. Padahal, kesehatan mental penderita DM dapat berdampak pada banyak aspek kehidupan sehari-hari dan bahkan dapat berdampak besar terhadap komplikasi dan keparahan penyakit DM¹¹. Sejumlah penelitian mengindikasikan adanya keterikatan yang signifikan antara kondisi kesehatan mental dengan kualitas hidup serta harapan hidup pada individu dengan penyakit kronis termasuk DM¹². Sebuah survei yang dilakukan oleh Federasi Diabetes Internasional (IDF) mengungkapkan bahwa 77% penderita DM mengalami kecemasan, depresi, atau kondisi kesehatan mental lainnya karena DM mereka¹³. Selain itu, literatur menyebutkan bahwa kelompok usia Generasi Z mengalami tingkat stres dan kecemasan yang relatif lebih tinggi dibandingkan generasi lainnya. Gangguan ini dapat diperburuk dengan ketidakpastian terkait kesehatan dan masa depan, terutama mereka yang memiliki kondisi medis kronis seperti DM¹⁴. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pasien DM, termasuk Generasi Z khususnya remaja berusia 15-24 tahun termasuk kelompok dengan risiko tinggi mengalami gangguan kesehatan mental, khususnya gangguan kecemasan dan depresi yang sebagian besar disebabkan oleh tekanan psikologis terkait dengan pengelolaan penyakit jangka panjang, harapan hidup serta stigma sosial yang mungkin mereka hadapi¹⁵.

Gangguan kesehatan mental ini dapat terjadi karena sebagian besar pasien ketika terdiagnosis penyakit DM akan memunculkan reaksi yang beragam. Reaksi tersebut adalah masalah internalisasi yang meliputi perasaan seperti merasa khawatir, takut, menyalahkan diri sendiri, kehilangan motivasi untuk sembuh, tidak terima kenyataan, stres, dan

perasaan negatif lainnya. Selain itu, sebuah penelitian mengenai kesehatan mental pasien diabetes mellitus (DM) menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan tentang kesehatan mental dan dukungan dari lingkungan sekitar sangat berkontribusi pada keadaan kesehatan mental mereka sehingga cenderung mengalami gangguan seperti depresi dan kecemasan¹⁶. Apabila tidak ditangani secara optimal, kondisi ini dapat memperlambat proses penyembuhan, mengganggu aktivitas sehari-hari, serta meningkatkan risiko komplikasi yang berujung pada kenaikan angka kematian hingga 30%¹⁷. Dengan demikian, perlu adanya penguatan edukasi dan pemberian dukungan kesehatan mental kepada pasien DM khususnya Generasi Z untuk menghindari masalah kesehatan tambahan akibat Gangguan Kesehatan Mental Depresi¹⁸.

Untuk memberi penguatan dan dukungan tersebut dapat dilakukan dengan intervensi Promosi Kesehatan agar sasaran dapat berperilaku positif dan meningkatkan kesehatan dirinya sendiri¹⁹. Keberhasilan upaya Promosi Kesehatan sangat bergantung pada dukungan media promosi yang efektif karena dapat meningkatkan dampak penyampaian pesan dan informasi kesehatan kepada target sasaran²⁰. Pemilihan media promosi yang efektif perlu dirancang dengan mempertimbangkan berbagai aspek khususnya kesesuaian dengan karakteristik audiens atau kelompok sasaran²¹.

Hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada pasien DM Generasi Z menyebutkan bahwa media video sangat dibutuhkan sebagai upaya penguatan motivasi dan semangat pasien DM untuk tetap produktif dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Responden penelitian pendahuluan menyatakan bahwa media video yang dikemas secara menarik, dengan menampilkan kisah tokoh-tokoh inspiratif penyandang DM dalam

mencapai impian mereka, mampu menginspirasi dan memberdayakan pasien DM Generasi Z untuk tidak hanya meraih impian, tetapi juga lebih disiplin dalam menjalankan pengobatan rutin. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa media video mampu meningkatkan pemahaman dan motivasi pasien DM sehingga berkontribusi pada perbaikan kualitas hidup mereka sehingga mereka memiliki harapan hidup yang lebih baik²². Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengembangkan media video yang berfokus pada peningkatan kesehatan mental dan penguatan motivasi bagi Generasi Z dengan DM di Kota Bandung.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain Desain *Research and Development* (*R&D*), sebuah metode terstruktur yang difokuskan pada proses pengembangan dan validasi produk²³. Tahapan dalam metode R&D meliputi penelitian dan pengumpulan data, perencanaan, pengembangan bentuk awal produk, uji coba awal, revisi produk, dan uji coba lapangan lebih luas²⁴. Dalam penelitian ini dilakukan pengumpulan data untuk mengkaji kebutuhan materi dan media sasaran, kemudian dilakukan pengembangan produk serta menguji coba kelayakan kepada ahli materi, ahli media, dan sasaran, lalu diakhiri dengan penyebarluasan media kepada khalayak. Prosedur R&D pada penelitian ini akan menghasilkan produk berupa video kesehatan mental pada Generasi Z dengan DM di Kota Bandung dengan menggunakan model pengembangan media 4D dengan tahapan *Define* (Pendefinisian), *Design* (Perancangan), *Develop* (Pengembangan), dan *Disseminate* (Penyebarluasan).

Penelitian ini dilakukan di Kota Bandung pada bulan Januari sampai dengan Juni 2025. Populasi dalam

penelitian ini adalah Generasi Z dengan DM di Kota Bandung. Pada tahap *Define* (Pendefinisian), digunakan metode kualitatif berupa wawancara mendalam dengan tiga orang Generasi Z yang menderita DM di Kota Bandung. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *nonprobability sampling* dengan metode *snowball sampling*, di mana peneliti memulai dari satu individu kemudian berkembang ke individu lain hingga data dianggap jenuh^{25,26}. Tahap *Design* (Perancangan) tidak melibatkan sampel penelitian karena pada tahap ini peneliti hanya merancang media berdasarkan hasil kesimpulan tahap pendefinisian. Pada tahap *Develop* (Pengembangan), sampel penelitian terbagi menjadi dua kelompok, yaitu ahli dan sasaran. Kelompok ahli terdiri dari dua orang yang mencakup ahli media dan ahli materi yang dipilih sesuai kriteria tertentu²⁷. Sedangkan kelompok sasaran terdiri dari 12 orang Generasi Z dengan DM di Kota Bandung yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pemilihan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi tertentu, seperti usia, domisili, serta kesediaan menjadi responden²⁵. Selanjutnya, pada tahap *Disseminate* (Penyebarluasan), sampel penelitian adalah Generasi Z dengan DM sebagai pengguna media yang telah dikembangkan dan diuji kelayakannya.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam setiap tahap meliputi pedoman wawancara, matriks analisis masalah, matriks rancangan media, storyboard, kuesioner untuk uji ahli dan sasaran, serta platform media sosial sebagai sarana memperoleh feedback²⁵.

Proses pengumpulan data dilakukan secara bertahap. Pada tahap pendefinisian, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam untuk menggali kebutuhan media dan hasilnya disusun ke dalam matriks analisis masalah. Pada tahap perancangan, data diperoleh dari kesimpulan tahap pendefinisian, kemudian dipadukan

dengan hasil studi literatur untuk merancang media. Pada tahap pengembangan, data dikumpulkan dari hasil rancangan media dan uji kelayakan menggunakan kuesioner. Sedangkan pada tahap penyebarluasan, data dikumpulkan melalui monitoring dan dokumentasi feedback dari media sosial.

Proses pengolahan data dilakukan melalui tiga tahap utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan^{25,28}. Khusus pada tahap pengembangan, analisis dilakukan dengan teknik deskriptif kuantitatif menggunakan rumus perhitungan persentase kelayakan produk²⁵:

$$P = \frac{\sum x}{\sum x_i} \times 100 \%$$

Gambar 1. 1 Rumus Persentase Kelayakan Produk

dengan keterangan P sebagai persentase kelayakan, $\sum x$ jumlah total skor yang diperoleh, dan $\sum x_i$ jumlah skor maksimum. Apabila produk dinyatakan layak, maka penelitian dilanjutkan ke tahap berikutnya. Namun, apabila produk dinyatakan tidak layak, maka dilakukan perbaikan atau revisi hingga memenuhi kriteria kelayakan.

Penelitian ini sudah dilakukan uji layak etik dengan No.121/KEPK/EC/IV/2025 oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung dan dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) standar WHO 2011.

HASIL

Hasil penelitian pengembangan media kesehatan mental pada Generasi Z dengan diabetes melitus (DM) di Kota Bandung dilakukan melalui empat tahap, yaitu *Define*, *Design*, *Develop*, dan *Disseminate*.

Pada tahap *Define* (Pendefinisian), diperoleh gambaran kebutuhan media berupa video dengan durasi kurang dari lima menit, menggunakan format potret,

memakai bahasa nonformal, serta menyajikan materi yang diawali dengan penjelasan hubungan antara kesehatan mental dan DM, kemudian dilanjutkan dengan pesan-pesan motivasional yang ditujukan khusus kepada Generasi Z dengan DM.

Selanjutnya, tahap *Design* (Perancangan), dihasilkan rancangan media yang dikembangkan melalui eksplorasi ide, penyusunan materi, pembuatan matriks perancangan media yang meliputi tujuan, penentuan sasaran, positioning pesan, strategi penyampaian, serta penyusunan *storyboard* yang berfungsi sebagai acuan produksi video.

Setelah tahap *Design* diselesaikan, peneliti melanjutkan ke tahap *Develop* (Pengembangan). Proses pengembangan diawali dengan pengambilan gambar (*video shooting*) menggunakan perangkat perekam. Selanjutnya, hasil rekaman dedit menggunakan beberapa aplikasi pendukung seperti *CapCut*, *Pinterest*, dan *Canva* untuk memperoleh hasil visual yang sesuai dengan tujuan media. Setelah video selesai dikembangkan, peneliti melakukan proses uji kelayakan terhadap media promosi kesehatan video kesehatan mental pada Generasi Z dengan DM menggunakan instrument kuesioner. Uji kelayakan dilakukan oleh tiga pihak yang mewakili aspek penting dalam pengembangan media, yaitu: ahli media untuk menilai aspek visual dan teknis, ahli materi untuk menilai kesesuaian isi dan akurasi informasi, serta kelompok sasaran yaitu Generasi Z dengan DM.

$$P : \frac{60}{60} \times 100\% = 100\% \text{ (Sangat Layak)}$$

Gambar 1. 2 Persentase Penilaian Ahli Materi

Penilaian ahli materi dilakukan oleh dosen Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung. Berdasarkan hasil analisis diatas, media memperoleh skor 60 dengan persentase kelayakan 100%, yang dikategorikan sangat layak dari aspek isi, materi,

pembelajaran, dan kebahasaan. Meskipun demikian, ahli materi memberikan beberapa rekomendasi perbaikan, dan rekomendasi tersebut telah ditindaklanjuti dalam proses revisi agar media lebih sesuai dengan kebutuhan pengguna.

$$P : \frac{55}{60} \times 100\% = 91,6\% \text{ (Sangat Layak)}$$

Gambar 1.3 Persentase Penilaian Ahli Media

Penilaian ahli media selanjutnya dilakukan oleh dosen pakar dari Program Studi Desain Komunikasi Visual Universitas Pendidikan Indonesia. Hasil uji diatas menunjukkan skor 55 dengan persentase kelayakan 91,6%, yang juga termasuk kategori sangat layak dari aspek tampilan dan teknis media.. Rekomendasi yang diberikan pun telah diakomodasi dalam revisi media.

Tahap terakhir adalah uji kelayakan kepada kelompok sasaran yang melibatkan 12 orang Generasi Z dengan DM di Kota Bandung. Penilaian dilakukan menggunakan kuesioner baik secara langsung maupun melalui *Google Form* dengan hasil sebagai berikut.



Grafik 1.1 Penilaian Kelayakan Sasaran

$$P : \frac{497}{576} \times 100\% = 86,2\% \text{ (Sangat Layak)}$$

Gambar 1.4 Persentase Penilaian Sasaran

Hasil diatas menunjukkan bahwa 8 responden menilai media sangat layak, sementara 4 responden menilai layak. Perhitungan persentase total memperoleh skor 497 dari 576 poin atau sebesar 86,2%, sehingga media

termasuk kategori sangat layak untuk digunakan.

Dengan demikian, berdasarkan penilaian ahli materi, ahli media, dan kelompok sasaran, media video kesehatan mental bagi Generasi Z dengan DM dinyatakan sangat layak digunakan setelah melalui revisi sesuai rekomendasi.

Media video kesehatan mental bagi Generasi Z dengan Diabetes Melitus (DM) di Kota Bandung yang telah dinyatakan sangat layak oleh ahli materi, ahli media, dan kelompok sasaran kemudian masuk pada tahap *Disseminate* (Penyebarluasan). kepada audiens utama melalui platform *WhatsApp* dan *TikTok*, sesuai dengan karakteristik digital Generasi Z. Penyebaran video ini memperoleh total 1.125 viewers, 129 likes, dan 34 komentar pada unggahan di *TikTok*. Selain menjangkau kelompok sasaran utama, sifat terbuka media sosial juga membuat video dapat diakses oleh masyarakat luas sehingga cakupan audiens menjadi lebih besar dan memperoleh berbagai tanggapan positif dari khalayak umum.

PEMBAHASAN

Pada tahap *Define* (Pendefinisian), peneliti melakukan wawancara mendalam dengan 3 informan Generasi Z penyandang DM di Kota Bandung hingga mencapai kejenuhan data, sesuai rekomendasi Creswell & Poth (2018) serta prinsip Sandelowski (1995) mengenai kecukupan sampel²⁹. Hasilnya informan menginginkan media video edukasi yang mengaitkan DM dengan kesehatan mental, memberi motivasi, tips praktis, serta kisah inspiratif, sesuai prinsip kesehatan mental Schneiders³⁰. Efektivitas video sebagai intervensi psikososial juga diperkuat oleh bukti adanya hubungan signifikan stres/depresi dengan kontrol glikemik³¹. Selain itu, Generasi Z menghendaki video berdurasi <5 menit, portrait,

berbahasa non-formal, dan pembuka yang menarik, sesuai kebiasaan mereka di TikTok³². Analisis ini menegaskan bahwa media video yang singkat, komunikatif, bermuatan motivasi, dan relevan dengan karakteristik Generasi Z merupakan bentuk promosi kesehatan yang efektif²¹.

Pada tahap *Design* (*Perancangan*), peneliti merancang media promosi kesehatan berupa video edukasi tentang kesehatan mental bagi Generasi Z dengan DM berdasarkan hasil analisis kebutuhan, dimulai dari pencarian referensi video inspiratif dan kekinian yang relevan dengan tren serta budaya populer, sesuai temuan Suhartoyo et al. (2024) mengenai efektivitas pemanfaatan tren dalam menarik keterikatan Generasi Z, sekaligus memastikan konten berbasis bukti agar terhindar dari misinformasi³³. Rancangan dituangkan dalam matriks media yang mencakup tujuan, segmentasi sasaran, positioning pesan, dan strategi penyampaian, serta disertai storyboard untuk menjamin konsistensi visual dan narasi³⁴.

Pada tahap *Develop* (*Pengembangan*), rancangan tersebut diwujudkan menjadi video melalui proses produksi dan penyuntingan dengan aplikasi digital yang sesuai dengan karakteristik Generasi Z³⁵. Uji kelayakan dilakukan oleh ahli materi, ahli media, dan kelompok sasaran sesuai model pengembangan 4D²¹, di mana hasil validasi menunjukkan kategori sangat layak²⁵, dengan sejumlah rekomendasi perbaikan telah dilakukan revisi sebagaimana disarankan oleh Arikunto (2013)³⁶.

Pada tahap *Disseminate* (*Penyebarluasan*), media video yang dinyatakan sangat layak kemudian disebarluaskan melalui WhatsApp dan TikTok, platform yang populer di kalangan Generasi Z sesuai rujukan Rizky (2024)³⁷ dengan hasil respons positif audiens. Proses ini sejalan dengan pandangan Maydiantoro (2020) bahwa penyebaran bertujuan

memperkenalkan dan mempromosikan produk pengembangan agar diterima dengan baik oleh sasaran³⁸.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa Media Video Kesehatan Mental Pada Generasi Z Dengan DM di Kota Bandung dinyatakan Sangat Layak untuk digunakan dan disebarluaskan. pada tahap pendefinisan (*Define*) telah teridentifikasi kebutuhan media berupa video berdurasi kurang dari lima menit dengan format potrait, menggunakan bahasa nonformal, serta memuat materi yang diawali dengan penjelasan mengenai hubungan antara kesehatan mental dan diabetes melitus (DM) yang kemudian dilanjutkan dengan pesan-pesan motivasional yang ditujukan khusus bagi Generasi Z dengan DM. Pada tahap perancangan (*Design*), penelitian ini menghasilkan rancangan pengembangan media video yang dirumuskan melalui serangkaian proses meliputi eksplorasi ide, penyusunan materi, penyusunan matriks perancangan media yang mencakup tujuan, penentuan sasaran, positioning pesan, strategi positioning, serta penyusunan storyboard secara sistematis. Pada tahap pengembangan (*Develop*) dihasilkan media video yang telah melalui uji kelayakan oleh ahli materi dan ahli media dengan hasil penilaian pada kategori sangat layak. Selain itu, penilaian dari kelompok sasaran juga menunjukkan kategori sangat layak secara keseluruhan, sehingga media yang dikembangkan dinyatakan sangat layak untuk disebarluaskan. Tahap penyebarluasan (*Disseminate*) dilakukan melalui distribusi media video kesehatan mental kepada Generasi Z dengan DM di Kota Bandung menggunakan platform media sosial WhatsApp dan TikTok, yang terbukti mendapatkan respons positif dari audiens terhadap media yang telah dikembangkan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, dan hidayah-Nya sehingga penelitian dapat terselesaikan dengan baik. Ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta, serta kakak-kakak atas doa dan dukungan yang tiada henti, kepada seluruh jajaran Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bandung atas bimbingan dan arahan yang berharga, kepada para responden yang telah berpartisipasi, rekan seperjuangan, serta kepada semua pihak yang turut mendukung baik secara langsung maupun tidak langsung demi kelancaran dan keberhasilan penelitian ini.

DAFTAR RUJUKAN

1. Febriani RP, Prabowo AN, Putri DP, Setyawan S, Benedictus. *Panduan Diabetes Bagi Pasien Dan Keluarga*. (Prabowo NA, ed.). Tahta Media Group; 2023.
2. WHO. Diabetes. WHO. 2024. https://www.who.int/health-topics/diabetes#tab=tab_1
3. WHO. Health Topic : Diabetes. WHO. 2024. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
4. Kemenkes RI. Informasi Seputar Penyakit Diabetes Mellitus. P2PTM. 2023. <https://p2ptm.kemkes.go.id/informasi-p2ptm/penyakit-diabetes-melitus>
5. Muhammad N. 10 Provinsi Dengan Prevalensi Diabetes Melitus Tertinggi Nasional. Databoks. 2024. <https://databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/824b6d40f46b2a9/jakarta-provinsi-dengan-prevalensi-diabetes-tertinggi>
6. Kementerian Kesehatan. *Profil Kesehatan 2023 Kota Bandung*; 2023.
7. Herdiana I. Menjaga Anak-Anak di Bandung Agar Tak Rentan Terserang Diabetes. Bandung Bergerak. 2023. Accessed March 4, 2025. <https://bandungbergerak.id/article/detail/159145/menjaga-anak-anak-di-bandung-agar-tak-rentan-terserang-diabetes#0>
8. Venita Syavera, Muhamad Syazali. Peta Risiko Diabetes Melitus di Jawa Barat Tahun 2019-2023 dengan Pemodelan Spatio-Temporal. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2024;3(4):220-231. doi:10.54259/sehattrakyat.v3i4.3296
9. Rif'at ID, Hasneli YN, Indriati G. Gambaran Komplikasi Diabetes Melitus Pada Penderita Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Profesional (JKP)*. 2023;11. <https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/jkp/article/download/5540/1877>
10. Kusumastiwi T, Suryani L, P DA. Meningkatkan Kesehatan Mental Penderita Diabetes Melitus di Komunitas dengan Kegiatan Kelompok Swabantu (Self Help Group). *Jurnal Surya Masyarakat*. 2019;1(2):92. doi:10.26714/jsm.1.2.2019.92-98
11. Ningsih N, Thahura F. Kesehatan Mental Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Langsa Baro. *Jurnalbikes*. Published online 2022.
12. Siallagan A, Sinurat S, Gulo P. Spiritualitas dan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Balam Medan. *GEMA KESEHATAN*. 2023;15(2):130-138. doi:10.47539/gk.v15i2.427
13. International Diabetes Federation. Diabetes impacts the mental well-being of 3 in 4 people with the condition. IDF. 2024. <https://idf.org/news/diabetes-hidden-burden/>
14. Hamid A, Taslim VH. Perbedaan Tingkat Stres Pada Generasi X dan Generasi Z Kota Ternate.

15. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research.* 24AD;4.
Albai O, Timar B, Braha A, Timar R. Predictive Factors of Anxiety and Depression in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus. *J Clin Med.* 2024;10.
doi:<https://doi.org/10.3390/jcm13103006>
16. Maoludin I. *Hubungan Pengetahuan Dan Tingkat Stress Dengan Kualitas Hidup Pasien Penderita Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Pindad Bandung*; 2024.
https://eresources.thamrin.ac.id/id/eprint/2651/3/Iman%20Maoludin_S1%20Keperawatan_2024.pdf
17. Ricky MA, Wulandari ISM. Hubungan Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus dengan Fatigue di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung. *MAHESA : Mahayati Health Student Journal*. 2024;4(4):1413-1423.
doi:10.33024/mahesa.v4i4.14161
18. Jauhanita D, Sriatmi A, Kartasurya MI. Manajemen Diabetes Melitus pada Remaja: Evaluasi Terhadap Pendekatan Nutrisi dan Intervensi Gizi dalam Tinjauan Sistematis. *MAHESA : Mahayati Health Student Journal*. 2024;4(5).
doi:<https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i5.14460>
19. Indriawati R, Wibowo T. Upaya Pencegahan Diabetes Mellitus Melalui Promosi Kesehatan Di Era Covid-19. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*. 2021;5(4).
doi:10.31764/jmm.v5i4.5030
20. Maryam S. Efektivitas Media Promosi Kesehatan Dalam Pelayanan Kesehatan Remaja. *Faculty of Public Health*. Published online 2024.
21. Jatmika SED, Maulana M, Kuntoro, Martini S. *Pengembangan Media Promosi Kesehatan*. (Khuzaimah E, ed.). K-Media Yogyakarta; 2019.
22. Nurwahidah CD, Zaharah Z, Sina I. Media Video Pembelajaran Dalam Meningkatkan Motivasi Dan Prestasi Mahasiswa. *Jurnal Pemikiran Dan Pencerahan*. 2021;17(1).
doi:<https://doi.org/10.31000/rf.v17i1.4168>
23. Okpatrioka. Research and Development (R&D) Penelitian yang Inovatif Dalam Pendidikan. *Dharma Acariya Nusantara : Jurnal Pendidikan, Bahasa, dan Budaya*. 2023;1.
24. Mesra R, Veronike, Polli MGM, et al. *Research & Development Dalam Pendidikan*. (Jannah M, ed.). PT. Mifandi Mandiri Digital; 2023.
25. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. (Sutopo, ed.). ALFABETA; 2023.
26. Satori D, Komariah A. *Metodologi Penelitian Kualitatif*; 2017.
27. Batubara HH. *Model Penelitian Dan Pengembangan Media Pembelajaran*. 1st ed. Fatawa Publishing; 2020.
https://www.researchgate.net/publication/346496336_Model_Penelitian_dan_Pengembangan_Media_Pembelajaran
28. Notoatmodjo S. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta; 2010.
29. Fugard AJB, Potts HWW. Supporting thinking on sample sizes for thematic analyses: a quantitative tool. *Int J Soc Res Methodol*. 2015;18(6):669-684.
doi:10.1080/13645579.2015.1005453
30. Anwar F, Julia P. Analisis Strategi Pembinaan Kesehatan Mental Oleh Guru Pengasuh Sekolah Berasrama di Aceh Besar Pada Masa Pandemi. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 2021;7(1):2021.
doi:10.22373/je.v6i2.10905
31. Ludiana L, Hasanah U, Sari SA, Fitri NL, Nurhayati S. Hubungan Faktor Psikologis (Stres dan Depresi) Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Wacana Kesehatan*.

- 2022;7(2):61.
doi:10.52822/jwk.v7i2.413
32. Lubis AS, Handayani R. *Generasi Z Dan Entrepreneurship.*; 2022.
33. Madolan A. Pentingnya Video Promosi dalam Pelayanan Kesehatan Masyarakat. Mitra Kesmas. 2024. <https://www.mitrakesmas.com/2024/03/pentingnya-video-promosi-dalam.html>
34. Mahardhika S, Choiril ; A F, Fathoni A. Storyboard dalam Pembuatan Motion Graphic GRAPHIC. 2013;4.
35. Ekasani D, Kuswinarno M. Digital-Native Workforce : Strategi Pengembangan SDM untuk Generasi Z. *Kohesi : Jurnal Multidisiplin Saintek.* 2024;5.
36. Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian , Suatu Pendekatan Praktik.* PT. Rineka Cipta; 2013.
37. Rizky Suhartoyo A, Agustina Wulandari A, Ilmu komunikasi F, Studi Ilmu Komunikasi Sekolah Tinggi Ilmu Komunikasi Almamater Wartawan Surabaya Jl Nginden Intan timur P. Pemanfaatan Media Sosial Tiktok Sebagai Media Pembelajaran Editing Video Bagi Generasi Z. *Jurnal Komunikasi dan Media.* 2024;4(2):95-104. Accessed June 19, 2025.
<https://journal.stikosa-aws.ac.id/index.php/digicom/article/download/794/398/3960>
38. Maydiantoro A. Model-Model Penelitian Pengembangan (Research And Development). *Jurnal Pengembangan Profesi Pendidik Indonesia.* 2020;1.