

# **PENINGKATAN MASYARAKAT TERHADAP PENCEGAHAN DIABETES MELITUS**

Eka Fitriyani Khasanah, Wahyuni, Endah Sri Wahyuni

777ekafitri@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

## **RANGKUMAN/INTISARI**

Di Indonesia jumlah penderita diabetes mellitus diperkirakan akan meningkat pada tahun 2040 yaitu sebanyak 16,2 juta jiwa penderita. Indonesia juga merupakan Negara ketiga yang jumlah orang dengan gangguan toleransi glukosa pada tahun 2015 yaitu sebanyak 29 juta jiwa orang.

Faktor Lingkungan dan gaya hidup yang tidak sehat, seperti makanan berlebih, berlemak, kurangnya aktivitas dan stress berperan sangat besar sebagai pemicu diabetes mellitus, selain itu diabetes mellitus juga bisa muncul karena adanya faktor keturunan. Peningkatan jumlah penderita diabetes juga dapat dipengaruhi oleh obesitas, kebiasaan hidup yang kurang sehat, salah satunya yaitu kurangnya pengetahuan pencegahan diabetes mellitus dengan benar dan biasanya penderita diabetes mellitus belum mengetahui banyak tentang penyakit diabetes mellitus dan kurang mengetahui tanda gejala dan bagaimana cara mencegahnya supaya tidak menjadi komplikasi yang serius. Oleh karena itu penulis membuat buku saku dengan judul “pencegahan diabetes mellitus”.

Buku Saku berisikan uraian mengenai pengertian diabetes mellitus, klasifikasi diabetes mellitus, tanda dan gejala diabetes mellitus, komplikasi diabetes mellitus, pengertian pencegahan, cara pencegahan dengan benar dan pencegahan primer, sekunder, tersier. Pencegahan adalah usaha mencegah terjadinya resiko atau mempertahankan keadaan resiko rendah dalam masyarakat terhadap penyakit secara umum.

Buku Saku bertujuan untuk memberikan informasi kepada pembaca dan masyarakat yang penderita diabetes mellitus agar dapat mempraktikkan pencegahan ini, menambah pengetahuan, wawasan, dan ilmu baru dengan cara yang mudah.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Pencegahan, Diabetes Melitus, Buku Saku