

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Diabetes Melitus (DM) adalah gangguan kronis yang mempengaruhi kemampuan tubuh untuk menghasilkan atau menggunakan insulin. Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu penyakit sebagai akibat dari kelainan metabolisme yang disebabkan karena ketidakmampuan pankreas menghasilkan insulin, sehingga waktu kerja insulin menjadi terhambat dan mengakibatkan kadar gula darah meningkat (Siti Rohmah, 2019).

Peningkatan angka kejadian diabetes melitus sendiri berhubungan dengan meningkatnya faktor resiko diantaranya obesitas, atau kegemukan, kurangnya aktivitas fisik, kurangnya mengkonsumsi makanan berserat tinggi, tinggi lemak, merokok dan kelebihan kolesterol. Diabetes atau kencing manis ditandai dengan tingginya kadar gula dalam darah. Penyakit ini juga sering disebut dengan *the great imitator* karena dapat menyerang semua organ tubuh dan menimbulkan keluhan ( Siti Rohmah, 2019).

*World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa lebih dari 346 juta orang diseluruh dunia mengidap penyakit Diabetes Melitus.( dalam jurnal Wizna *et al*, 2016). Pada tahun 2015 indonesia berdiri pada posisi ketujuh dan jumlah penderita sebanyak 10juta jiwa. Jumlah penderita DM ini diperkirakan akan meningkat pada tahun 2040 yaitu sebanyak 16,2 juta jiwa penderita, dapat diartikan bahwa akan terjadi peningkatan penderita sebanyak 56,2% dari tahun 2015 sampai 2040. Indonesia juga merupakan negara ketiga yang jumlah orang dengan gangguan toleransi glukosa pada tahun 2015 yaitu sebanyak 29juta jiwa orang (IDF, 2015 dalam jurnal Azriful *et al*, 2018). Faktor Lingkungan dan gaya hidup yang tidak sehat, seperti makan berlebihan, berlemak, kurangnya aktivitas

dan stress berperan sangat besar sebagai pemicu Diabetes Melitus. Selain itu Diabetes Melitus juga bisa muncul karena adanya faktor keturunan.

Presentase Diabetes Melitus di Jawa Tengah sebesar 20,57%. Diabetes Melitus menjadi prioritas utama pengendalian penyakit tidak menular (PTM) di Jawa Tengah. Bila penyakit Diabetes Melitus tidak dikelola dengan baik maka akan menimbulkan PTM lanjutan seperti jantung, stroke, gagal ginjal, dan menimbulkan gejala komplikasi penyakit lainnya. Pengendalian PTM dapat dilakukan dengan intervensi yang tepat pada setiap sasaran atau kelompok populasi tertentu sehingga peningkatan kasus Penyakit Tidak Menular dapat ditekan (Profil Kesehatan Jateng, 2018). Tingginya prevalensi Diabetes Melitus disebabkan oleh faktor resiko yang tidak dapat berubah misalnya jenis kelamin, umur, dan faktor genetik yang kedua adalah faktor resiko yang dapat diubah misalnya kebiasaan merokok, tingkat pendidikan, pekerjaan, aktivitas fisik, konsumsi alkohol, indeks masa tubuh, lingkaran pinggan dan umur. Diabetes Melitus disebut dengan *the silent kiler* karena penyakit ini dapat mengenai semua organ tubuh dan menimbulkan berbagai macam keluhan. Penyakit yang akan timbul antara lain gangguan penglihatan mata, katarak, penyakit jantung, sakit ginjal, luka sulit sembuh dan membusuk/gangrene, infeksi paru-paru, gangguan pembukuh darah dan stoke. Tidak jarang, penderita DM yang sudah parah menjalani amputasi anggota tubuh karena terjadi pembusukan. Untuk menurunkan kejadian dan keparahan DM maka dilakukan pencegahan seperti modifikasi gaya hidup dan pengobatan seperti obat oral hiperglikemik dan insulin (Restyana, 2015).

Peningkatan jumlah penderita diabetes juga dapat dipengaruhi oleh obesitas, kebiasaan hidup yang kurang sehat, salah satunya yaitu kurangnya pengetahuan pencegahan diabetes yang benar dan Biasanya penderita DM belum mengetahui banyak tentang penyakit DM dan kurang mengetahui tanda gejala dan bagaimana cara mencegahnya supaya tidak menjadi komplikasi yang serius. Pencegahan diabetes mellitus adalah menjalankan diet dengan benar yaitu mengurangi makanan yang mengandung gula atau yang manis-manis, karbohidrat dan

mengonsumsi makanan berserat. latihan atau olahraga, pemantauan kadar glukosa secara rutin (Hefa, 2019).

Menurut Muniratul, sopiyadi (2018) Salah satu media yang dapat digunakan dalam memberikan informasi adalah Buku Saku, Buku Saku termasuk salah satu jenis Buku kecil yang bisa dibawa kemanapun pergi dan materinya sangat singkat dan jelas. Dapat disimpulkan bahwa masalah yang ditemukan adalah kurangnya pengetahuan masyarakat terhadap pencegahan diabetes melitus, kurangnya informasi bagi masyarakat untuk mengetahui pengetahuan tentang pencegahan diabetes.

Bedasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik akan melakukan bagaimana cara mendapat pengetahuan tentang pencegahan diabetes melitus dengan menggunakan Media Buku Saku.

Tujuan dari buku saku untuk mengetahui peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap pencegahan diabetes melitus. Target luaran yang ingin dicapai adalah Buku Saku ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, diantaranya bagi masyarakat dapat memberikan wawasan pengetahuan dan pencegahan dalam menghadapi penyakit diabetes melitus, Kemudian bagi institusi menambah sumber bacaan dipergustakaan dan menjadi sumber pengetahuan bagi pembaca serta sebagai informasi ilmiah mengenai pencegahan diabetes melitus, Kemudian bagi penulis dapat menambah ilmu pengetahuan dan memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan dalam tatanan pelayanan keperawatan melalui pemberian Buku Saku tentang pencegahan diabetes melitus.