BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan penyakit degeneratif disebabkan gangguan metabolisme kronis akibat ketidakmampuan pankreas untuk memproduksi insulin yang cukup atau ketidakmampuan tubuh untuk menggunakan insulin yang di hasilkan secara efektif. Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolik yang di tandai dengan peningkatan kadar gula darah (hiperglikemia) disebabkan oleh ketidakseimbangan insulin. Insulin dalam tubuh diperlukan untuk penggunaan glukosa di dalam sel untuk metabolisme dan pertumbuhan sel. Penurunan atau kekurangan insulin menyebabkan glukosa tertahan dalam darah dan gula darah meningkat. Masalah diabetes melitus diperlukan penatalaksanaan yang tepat karena prevelensi kasus meningkat setiap tahunnya (Kune et al. 2023).

Diabetes melitus berada diperingkat ke 7 sebagai 10 penyakit penyebab kematian di dunia; 90%-95% kasus merupakan DM tipe 2 (DMT2). Internasional Diabetes Federation (IDF) memperkirakan bahwa Indonesia berada di peringkat ke-6 dengan jumlah penyandang diabetes yang berusia 20-79 tahun sekitar 10,2 juta orang pada tahun 2017 dan diperkirakan meningkat menjadi 16,7 juta orang pada tahun 2045 (Murtiningsih, Pandelaki, and Sedli 2021).

Diabetes melitus Tipe 2 merupakan penyakit hiperglikemia akibat insensivitas sel terhadap insulin. Kadar insulin mungkin sedikitmenurun atau berada dalam rentang normal. Karena insulin tetap dihasilkan oleh sel-sel beta pankreas, maka diabetes mellitus tipe II dianggap sebagai non insulin0 dependent diabetes melitus. Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah penyakit gangguan metabolik yang di tandai oleh kenaikan gula darah akibat penurunan sekresi insulin oleh sel beta pankreas dan atau ganguan fungsi insulin (resistensi insulin) (Restyana 2015).

Faktor risiko DM Tipe 2 dibedakan menjadi dua, yang pertama adalah faktor risiko yang tidak dapat berubah misalnya jenis kelamin, umur, dan faktor genetik. Kedua adalah faktor risiko yang dapat diubah misalnya kebiasaan merokok, aktivitas fisik, konsumsi alkohol, faktor stress, serta konsumsi kopi dan kafein yang berlebihan. Selain itu faktor gaya hidup tidak sehat yang menjadi pemicu diabetes tipe 2, antara lain jumlah asupan energi yang berlebih, kebiasaan mengonsumsi

jenis makanan dengan kepadatan energi yang tinggi (tinggi lemak dan gula, kurang serat), jadwal makan tidak teratur, tidak sarapan, kebiasaan mengemil, teknik pengolahan makanan yang salah (banyak menggunakan minyak, gula, dan santan kental), serta kurangnya aktivitas fisik yang diakibatkan kemajuan teknologi dan tersedianya berbagai fasilitas yang memberikan berbagai kemudahan bagi sebagian besar masyarakat (Suyani 2022).

Diabetes sering disebabkan oleh faktor genetik dan perilaku atau gaya hidup seseorang. Selain itu faktor lingkungan sosial dan pemanfaatan pelayanan menimbulkan penyakit kesehatan diabetes juga dan komplikasinya. Diabetes dapat memengaruhi berbagai sistem organ tubuh manusia dalam jangka waktu tertentu, yang disebut komplikasi. Komplikasi diabetes dapat dibagi menjadi pembuluh darah mikrovaskular dan makrovaskuler. Komplikasi mikrovaskuler termasuk kerusakan sistem saraf (neuropati), kerusakan sistem ginjal (nefropati) dan kerusakan mata (retinopat) (Lestari et al. 2021).

Booklet merupakan media edukasi yang berbentuk buku dan disertai dengan tulisan dan gambar yang menarik. Selain itu, kelebihan lainnya dari booklet yaitu informasi yang dimuat lebih lengkap, lebih terperinci, jelas, dan disertai gambar yang menarik sehingga dapat menarik perhatian dan mengurangi kejenuhan remaja saat membaca. Dengan adanya perkembangan zaman, teciptalah pembelajaran berbasis elektronik yaitu e-booklet. Pembelajaran melalui e-booklet terbukti dapat meningkatkan pengetahuan praktis, dapat dibaca dimana saja dan kapan saja serta memuat gambar-gambar yang menarik dan kalimat yang mudah dipahami, sehingga dapat meningkatkan minat membaca dan meningkatkan pemahaman. Penelitian Setyawati yang membuktikan bahwa edukasi gizi menggunakan e-booklet terbukti berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan gizi ($p=0,001$) (Nurhidayanti et al. 2023).

Pengetahuan gizi merupakan faktor yang sangat penting dalam menentukan sikap dan perilaku seseorang terhadap makanan.Selain itu pengetahuan gizi merupakan peranan penting untuk dapat membuat manusia hidup sehat sejahtera dan berkualitas. Gizi mempunyai hubungan dengan tingkat konsumsi tetapi secara langsung mencerminkan tingkat pengetahuan(Kaluku 2021).

Pola makan yang sehat terletak pada perencanaan 3J (jumlah, jenis, dan jadwal makan). Pola makan masyarakat saat ini telah bergeser ke pola makan modern yang cenderung serba instan. Banyak pakar yang menyebutkan hal tersebut sebagai factor pemicu dan dihubungkan dengan timbulnya berbagai penyakit. Salah satu penyakit yang dimaksud adalah Diabetes Melitus (H Hamdan, F Akhmad, 2024).

Puskesmas Lubuk Pakam pada bulan Agustus 2025 sebanyak 28 orang penderita Diabetes Melitus. Penelitan sudah dilakukan dengan judul Pengaruh Edukasi Diet DM dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan dan Pola Makan Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Lubuk Pakam.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Edukasi Diet DM Dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Pola Makan Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Lubuk Pakam. ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Edukasi Diet DM Dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Pola Makan Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

a. Menilai Pengetahuan sebelum dan sesudah Edukasi Diet DM dengan Media E-Booklet penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Lubuk Pakam.
b. Menilai Pola Makan sebelum dan sesudah Edukasi Diet DM dengan Media E-Booklet penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Lubuk Pakam.
c. Menganalisis Pengaruh Edukasi Diet DM Dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Lubuk Pakam.
d. Menganalisis Pengaruh Edukasi Diet DM Dengan Media E-Booklet Terhadap Pola Makan Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Lubuk Pakam.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini secara umum masuk dalam bidang gizi masyarakat secara khusus menyangkut edukasi dan konsultasi gizi, ilmu komunikasi, survei konsumsi pangan, metodologi penelitian dan statistik.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Untuk mengembangkan kemampuan dan menambah wawasan berfikir penulis dalam menyusun dan menulis skripsi.

2. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang Pengaruh Edukasi Diet DM Dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Pola Makan Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Lubuk Pakam.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai informasi bahwa pentingnya Pengaruh Edukasi Diet DM Dengan Media E-Booklet Terhadap Pengetahuan Dan Pola Makan Penderita Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Lubuk Pakam

F. Keaslian Penelitian

1. Nova Nurhidayanti,dkk : *Media E-Booklet Dapat Berpengaruh Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Untuk Pencegahan DM Tipe 2 Pada Remaja*
2. Rohmi Fadhli,dkk : *Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Diet dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II*
3. Marlyn Olivia Pakpahan, dkk : *Pola Makan dan Aktivitas Fisik Penderita Diabetes Mellitus Tipe II di RSUD Kota Salatiga*