

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Analisis Situasi

Penyakit *Diabetes Mellitus* (DM) di berbagai penjuru dunia mengalami kecenderungan peningkatan prevalensi. Estimasi *Internasional Diabetes Federation* (IDF) terdapat 194 juta penduduk dunia menderita *Diabetes Mellitus* pada tahun 2003 (Soegondo, 2009). Penyakit *Diabetes Mellitus* menjadi masalah karena telah menjadi penyebab kematian terbesar keempat di dunia. Setiap tahun ada 3,2 juta kematian yang disebabkan langsung oleh diabetes. Hal ini berarti ada 1 orang per 10 detik atau 6 orang per menit meninggal akibat penyakit yang berkaitan dengan diabetes (Tandra, 2008).

Diabetes Mellitus juga telah masuk dalam daftar “penyakit Asia”. Tahun 2003 diperkirakan 89 juta penduduk Asia menderita diabetes (Sustrani *et al.*, 2004). Menurut WHO dalam Perkeni (2011) jumlah penyandang diabetes di Indonesia mengalami kenaikan dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi 21,3 juta pada tahun 2030. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik prevalensi *Diabetes Mellitus* sebesar 14,7% di daerah urban dan 7,2% di daerah rural maka dapat diperkirakan jumlah penyandang diabetes di Indonesia pada tahun 2030 di daerah urban sebesar 12 juta dan daerah rural sebesar 8,1 juta. Sedangkan untuk di Propinsi Jawa Timur, dari 37 juta jumlah penduduk Jatim, sekitar 69.018 orang menderita diabetes. Jumlah tersebut relatif tidak signifikan, namun dari tahun ke tahun jumlah penderitanya terus meningkat tajam. Menurut Kepala Dinas Kesehatan (Dinkes) Jawa Timur, diabetes masuk dalam golongan 10 penyakit yang paling banyak diderita masyarakat (Bachtiar, 2011).

Sebagian besar kasus diabetes adalah *Diabetes Mellitus* tipe 2 yang disebabkan oleh faktor keturunan tetapi faktor keturunan saja tidak cukup untuk menyebabkan seorang terkena diabetes karena faktor resikonya hanya sebesar 5%, ternyata *Diabetes Mellitus* tipe 2 lebih sering terjadi pada orang yang mengalami obesitas atau kegemukan akibat gaya hidup (Suyono, 2005). Banyak penderita diabetes yang tidak menyadari bahwa dirinya sedang diincar bahaya besar. Hal ini dapat dimaklumi, karena isyarat *Diabetes Mellitus* tipe 2 kadang-kadang muncul sebagai gejala yang bisa dianggap sebagai hal yang biasa saja (Sustrani *et al.*, 2004).

Usaha pengendalian diabetes adalah dengan mengupayakan agar kadar gula darah menjadi normal sekitar 60-120 mg/dl (miligram per 100 mililiter). Kuncinya adalah dengan pengaturan makanan (diet), olahraga dan menghindari stres (Suyono,

2009). Salah satu pilar utama pengelolaan diabetes mellitus adalah perencanaan makan. Walaupun telah mendapat penyuluhan tentang perencanaan makan, lebih dari 50% pasien tidak melaksanakannya (Syahbudin, 2009).

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan pada analisis situasi diatas dan mengingat pentingnya pengetahuan tentang Diet Diabetes Mellitus agar dapat dipahami oleh masyarakat maka diperlukan adanya penyuluhan dan pelatihan penyusunan menu diet Diabetes Mellitus di Desa Wirowongso, Kecamatan Ajung, Kabupaten Jember.

