

I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Diabetes adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah (atau gula darah), yang seiring waktu menyebabkan kerusakan serius pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, dan saraf (WHO, 2021). Diabetes melitus (DM) adalah suatu penyakit dengan keadaan abnormal yang ditunjukkan dengan tingginya kadar glukosa dalam darah. DM merupakan kondisi kronis yang ditandai dengan peningkatan konsentrasi glukosa darah disertai dengan munculnya gejala utama yang khas yaitu urine yang berasa manis dalam jumlah yang besar (Simatupang, 2017).

Menurut International Diabetes Federation (2020) Indonesia menempati peringkat ke tujuh dari sepuluh negara dengan jumlah pasien diabetes tertinggi prevalensi pasien pengidap diabetes melitus di Indonesia mencapai 6,2 persen yang artinya ada lebih dari 10,8 juta orang menderita diabetes per tahun 2020. Prof dr Ketut Suastika mengatakan angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 16,7 juta pasien per tahun 2045, dengan data tahun ini 1 dari 25 penduduk Indonesia atau sepuluh persen dari penduduk Indonesia mengalami diabetes melitus. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 menyebutkan prevalensi diabetes pada perempuan (1,7%) lebih besar dibandingkan pada laki-laki (1,4%). Selain itu, diabetes terdiagnosis pada masyarakat perkotaan (2,0%) juga lebih besar dibanding di pedesaan (1,0%).

Banyaknya fakta dan tingginya prevalensi penderita diabetes melitus di Indonesia serta kurangnya pengetahuan tentang diabetes melitus maka diperlukan pencegahan dini mengenai penyakit diabetes melitus tersebut. Pencegahan dini mengenai diabetes melitus dapat dilakukan dengan cara edukasi kesehatan. Edukasi kesehatan penting diberikan dalam usaha meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan masyarakat mengenai penyakit diabetes melitus.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk meneliti seberapa besar peningkatan pengetahuan anak muda wanita di Jakarta Timur dengan melakukan edukasi kesehatan serta memberikan rekomendasi modifikasi camilan sehat dengan indeks glikemik rendah, dan juga rendah kalori yaitu *Oat dessert box*. *Oat dessert box* merupakan snack manis dengan bahan dasar oat, susu almond, agar plain, maizena dan granola. Dilakukannya edukasi kesehatan diharapkan anak muda wanita di Jakarta Timur memiliki pengetahuan mengenai penyakit diabetes melitus yang lebih baik lagi dan dapat menurunkan prevalensi penderita diabetes melitus di Indonesia.

Alasan pemilihan lokasi penelitian berdasarkan data RISKESDAS yang ditunjukkan bahwa prevalensi diabetes pada masyarakat di perkotaan lebih tinggi dibanding masyarakat di pedesaan. Peneliti memilih responden anak muda wanita karena menurut riset kesehatan dasar tahun 2018 di Indonesia prevalensi diabetes melitus pada wanita lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka dapat diidentifikasi beberapa pokok permasalahan sebagai berikut.

1. Bagaimana tahapan pembuatan produk modifikasi *Oat Dessert Box*?
2. Seperti apakah tingkat pengetahuan pada anak muda wanita di Jakarta Timur tentang Diabetes Melitus dan *Oat Dessert Box* sebelum dilakukan intervensi?
3. Seperti apakah tingkat pengetahuan pada anak muda wanita di Jakarta Timur tentang Diabetes Melitus dan *Oat Dessert Box* setelah dilakukan intervensi?
4. Apakah terjadi peningkatan pengetahuan pada anak muda wanita di Jakarta Timur tentang Diabetes Melitus dan *Oat Dessert Box* setelah dilakukan intervensi?

1.3 Tujuan

Tujuan umum dari laporan ini adalah memodifikasi snack manis dan meningkatkan pengetahuan anak muda wanita di Jakarta Timur tentang diabetes melitus dan *oat dessert box*. Adapun tujuan khusus dari laporan ini adalah:

1. Menjelaskan tahapan pembuatan produk modifikasi *Oat Dessert Box*
2. Melakukan pengukuran tingkat pengetahuan pada anak muda wanita di Jakarta Timur mengenai Diabetes Melitus dan *Oat Dessert Box* sebelum dilakukan intervensi
3. Melakukan pengukuran tingkat pengetahuan pada anak muda wanita di Jakarta Timur mengenai Diabetes Melitus dan *Oat Dessert Box* setelah dilakukan intervensi
4. Membandingkan tingkatan pengetahuan pada anak muda wanita di Jakarta Timur mengenai Diabetes Melitus dan *Oat Dessert Box* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi

1.4 Manfaat

Manfaat dari Modifikasi Snack Manis Sebagai Alternatif Pencegahan Diabetes Melitus Untuk Anak Muda (*Oat Dessert Box*) bagi mahasiswa yaitu pentingnya mengetahui penyakit diabetes melitus serta pencegahannya sehingga dapat terhindar dari penyakit diabetes melitus. Bagi masyarakat yaitu mengedukasi mengenai penyakit diabetes melitus dan pencegahannya agar terhindar dari penyakit diabetes melitus serta memberikan rekomendasi modifikasi camilan dengan indeks glikemik serta rendah kalori.

1.5 Ruang Lingkup

Akibat keadaan di tengah pandemi seperti saat ini, maka pelaksanaan penelitian laporan akhir ini dilakukan secara mandiri di lingkup kediaman penulis, dengan menggunakan responden yang bertempat tinggal disekitar lingkup kediaman penulis yang beralamat di Jl. Pulogebang No. 15 RT.11/RW.03 Kel. Pulogebang, Kec. Cakung, Jakarta Timur.