

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman (2011) Buku Ajar Ilmu Gizi: Obesitas, Diabetes Mellitus, & Dislipidemia. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Betteng, R. (2014). Analisis Faktor Resiko Penyebab Terjadinya Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Wanita Usia Produktif Dipuskesmas Wawonasa. Jurnal EBiomedik, 2(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.2.2.2014.4554>
- Brunner & Suddarth.2001. Buku Ajar keperawatan Medikal Bedah.Vol.1. Ed.8.Jakarta : EGC Carpenito, LJ. 2000. Rencana Asuhan Keperawatan dan Dokumentasi Keperawatan.Alih Bahasa Ester. Editor, Bahasa Indonesia : Yasmin Asih. Jakarta : EGC
- Buraerah, Hakim. Analisis Faktor Risiko Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Tanrutedong, Sidenreg Rappan,. Jurnal Ilmiah Nasional;2010 [cited 2010 feb 17]. Available from :<http://lib.atmajaya.ac.id/default.aspx?tabID=61&src=a&id=186192>
- Darlina dan Devi. (2017). Managemen Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Melitus. Idea Nursing Journal 2.2: 132-136.
- Soedarsono. 2016. Cara Alami Mencegah & Mengobati Diabetes. Editor Sandiantoro. Surabaya : Stomata. Diakses pada tanggal 20 Juli. 2021.
- PPNI. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia (SDKI) Edisi 1. DPP PPNI: Jakarta.
- Waspadji S. Kaki diabetes. Dalam: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiati S, editors. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam, Jilid

LAMPIRAN

Lampiran 1

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Mengetahui Faktor penyebab, tanda dan gejala, komplikasi dan pencegahan pada Diabetes Mellitus

Sasaran : Ny. S dan Keluarga

Tempat : Ruang 3E

Hari/ Tanggal : Selasa , 16 Juni 2023

Waktu : 10.00-10.15 (15 menit)

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang Mengetahui Faktor penyebab, tanda dan gejala, komplikasi dan pencegahan pada Diabetes Mellitus selama 15 menit diharapkan klien dan keluarga mampu memahami tentang Diabetes mellitus.

2. Tujuan Khusus

a. Klien dan keluarga dapat menjelaskan kembali Mengetahui Faktor penyebab, tanda dan gejala, komplikasi dan pencegahan pada Diabetes Mellitus

b. Klien dan keluarga dapat mendemonstrasikan apa yang sudah di dapatkan

B. Materi

Terlampir

C. Metode

Ceramah dan Tanya Jawab.

D. Media atau alat bantu

Leaflet.

E. Evaluasi

Klien dan keluarga dapat memahami materi tentang mengetahui faktor penyebab, tanda dan gejala, komplikasi dan pencegahan pada Diabetes Mellitus Tipe II.

Leaflet Diabetes Mellitus

DIABETES MELLITUS

Diabetes Mellitus merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kadar glukosa didalam darah tinggi karena tubuh tidak dapat melepaskan atau menggunakan insulin secara adekuat.

FAKTOR PENYEBAB

1. Faktor keturunan
2. Faktor usia
3. Kegemukan / obesitas
4. Gaya hidup kurang sehat
5. Kurang olahraga
6. Pola makan

TANDA DAN GEJALA

1. Rasa haus berlebihan (polydipsia)
2. Rasa lapar berlebihan (Polyfagia)
3. Sering BAK (Poliuria)
4. Berat Badan menurun
5. Mudah lelah
6. Penglihatan kabur
7. Luka lambat sembuh
8. Kadar gula darah tinggi

KOMPLIKASI

1. Kerusakan dan kematian jaringan
2. Kerusakan pembuluh darah kaki
3. Gangguan seksualitas
4. Kerusakan jantung
5. Kerusakan saraf
6. Katarak / kebutaan
7. Kerusakan ginjal

PENCEGAHAN DM

1. Tidak mengonsumsi terlalu banyak makanan manis dan harus dalam jadwal yang teratur.
2. Cek gula darah teratur.
3. Melakukan olahraga teratur.
4. Menjaga berat badan ideal

DIET SEHAT << GULA DARAH

1. Jagung
2. Ubi jalar
3. Sayuran hijau (brokoli, bayam , sawi)
4. Buah - buahan
5. Kacang - kacangan
6. Ikan
6. Biji chia