BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Mellitus Tipe II merupakan penyakit kronis yang semakin merebak di kalangan Indonesia, di mana gambaran pengetahuan pasien tentang pengelolaan diet, khususnya diet tinggi serat, berperan penting masyarakat dalam pencegahan komplikasi seperti hiperglikemia dan penyakit kardiovaskular, mengingat rendahnya asupan serat berkontribusi signifikan terhadap ketidakstabilan kadar glukosa darah (Ratnasari, A., 2024). Penelitian terkini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Melitus Tipe II memiliki pengetahuan rendah hingga sedang tentang diet tinggi serat, dengan hanya 30-40% yang memenuhi rekomendasi asupan serat harian >25 gram per hari, sehingga meningkatkan risiko resistensi insulin dan obesitas sentral, sebagaimana ditemukan pada studi case-control di Semarang yang melaporkan konsumsi serat rendah (90,6%) berhubungan kuat dengan kejadian Diabetes Melitus Tipe II (OR=5,063; p=0,016) pada wanita pralansia dan lansia (Nugroho, AP, et al., 2023). Selain itu, hubungan positif antara tingkat pengetahuan diet dengan kepatuhan pasien Diabetes Melitus Tipe II semakin terbukti, di mana pasien dengan pengetahuan baik cenderung memiliki kontrol glukosa darah lebih optimal (p<0,05),

Dipindai dengan CamScanner

sementara kekurangan edukasi nutrisi menyebabkan pola makan tinggi karbohidrat sederhana dan rendah serat (Fizla Aina, AZ, 2025).

Diabetes Mellitus Tipe II merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat prevalensinya secara signifikan dalam tiga dekade terakhir. Menurut World Health Organization (WHO), pada tahun 2023 diperkirakan terdapat lebih dari 537 juta orang dewasa yang hidup dengan diabetes di seluruh dunia, di mana diabetes tipe II menempati sekitar 90-95% dari total kasus diabetes. Kondisi ini menyebabkan beban kesehatan yang besar akibat komplikasi jangka panjang seperti kerusakan pembuluh darah, gangguan ginjal, dan gangguan saraf. Salah satu pendekatan non-farmakologis yang efektif dalam mengendalikan kadar gula darah adalah dengan menerapkan pola diet tinggi serat. Serat larut dapat memperlambat penyerapan glukosa dan meningkatkan sensitivitas insulin sehingga membantu mengontrol fluktuasi gula darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe II (World Health Organization, 2023).

Diabetes Mellitus Tipe II telah menjadi ancaman kesehatan masyarakat utama di Indonesia sejak tahun 2021 hingga 2025, dengan prevalensi yang terus meningkat secara signifikan akibat faktor risiko seperti obesitas, pola makan tidak sehat, kurang aktivitas fisik, dan urbanisasi cepat. Pada tahun 2021, International

Dipindai dengan CamScanner

Diabetes Federation (IDF) menempatkan Indonesia di peringkat kelima dunia dengan 19,5 juta penderita diabetes usia 20-79 tahun (prevalensi 10,6%), di mana sekitar 90% merupakan Diabetes Melitus Tipe II, dan proyeksi menunjukkan peningkatan menjadi lebih dari 20 juta kasus hingga 2025. Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dari Kementerian Kesehatan mencatat berdasarkan diagnosis dokter sebesar 2,2% pada usia ≥15 tahun, sementara pengukuran kadar gula darah menunjukkan angka jauh lebih tinggi yaitu 11,7%, mencerminkan tingginya underdiagnosis dan beban penyakit yang memicu komplikasi seperti penyakit jantung dan gagal ginjal pada 6,7% atau 1,5 juta pasien.

Diabetes Melitus Tipe II merupakan penyakit metabolik kronis dengan prevalensi tinggi di Indonesia, termasuk Maluku, di mana tren kenaikan didorong oleh perubahan gaya hidup modern seperti pola makan tinggi gula dan kurang aktivitas fisik. Di Provinsi Maluku, prevalensi DM naik dari 1,0% pada 2013 menjadi 1,2% pada 2018 menurut Riskesdas, dengan peningkatan signifikan di wilayah urban seperti Ambon akibat urbanisasi dan konsumsi makanan olahan. Pengetahuan pasien tentang pengelolaan DM sering rendah, menyebabkan kepatuhan diet minim, termasuk asupan serat yang kurang dari rekomendasi 20-35 gram/hari, sehingga kadar glukosa darah sulit terkendali.

Dipindai dengan CamScanner

Diet tinggi serat memiliki peran penting dalam stabilisasi kadar gula darah melalui mekanisme memperlambat penyerapan glukosa di saluran pencernaan dan meningkatkan sensitivitas insulin. Serat larut yang ditemukan dalam buah, sayur, kacang-kacangan, dan biji-bijian dapat menghambat lonjakan glukosa darah setelah makan yang berpotensi memperburuk kondisi diabetes. Pemberian makanan tinggi serat selama 7 hari pada pasien diabetes tipe II terbukti menurunkan kadar gula darah signifikan hingga 51,53 mg/dL dibanding kelompok kontrol yang hanya mengalami penurunan 17,17 mg/dL (Marbun, Susyani, & Podojoyo, 2024).

Pengetahuan pasien Diabetes Melitus Tipe II mengenai pentingnya konsumsi serat sangat menentukan keberhasilan kontrol gula darah secara dietetik sehingga edukasi yang efektif melalui intervensi gizi dan penyuluhan perlu dioptimalkan.

Berdasarkan data awal pada RSUD Dr. M. Haulussy Ambon, kejadian Diabetes Melituss Tipe II pada tahun 2023 sebanyak 480 orang, pada tahun 2024 sebanyak 203 orang dan pada bulan Januari-Oktober 2025 sebanyak 261 orang. Dari uraian latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang bagaimana "Gambaran Pengetahuan dan Diet Tinggi Serat pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di RSUD Dr. M. Haulussy Ambon".

Dipindai dengan CamScanner

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalahnya yaitu "Gambaran Pengetahuan dan Diet Tinggi Serat Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di RSUD Dr. M.Haulussy Ambon"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan dan Diet Tinggi Serat Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II

2. Tujuan Khusus

   a. Untuk mengetahui tentang pengetahuan pasien Diabetes Melitus Tipe II

   b. Untuk mengetahui asupan gizi makro (karbohidrat, protein dan lemak) pasien Diabetes Melitus Tipe II

   c. Untuk mengetahui asupan gizi mikro (serat) pasien Diabetes Melitus Tipe II

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Akademik

   Sebagai bahan tambahan atau masukan serta informasi yang dapat dijadikan acuan dalam upaya penelitian penyakit diabetes melitus tipe II

b. Bagi Pasien dan Keluarga

Dipindai dengan CamScanner

Bagi pasien dan keluarga dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran tentang cara pencegahan dan pengobatan terhadap pasien diabetes melitus tipe II.

c. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan bagi peneliti untuk dapat mengaplikasikan di lembaga ini. Dan juga dapat dijadikan sebagai suatu pengalaman berharga bagi peneliti serta menambah pola pikir penulis tentang diabetes melitus tipe II.

Dipindai dengan CamScanner