

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hiperglikemia adalah suatu kondisi medis berupa peningkatan kadar glukosa darah melebihi normal yang menjadi karakteristik beberapa penyakit terutama diabetes melitus di samping berbagai kondisi lainnya. Diabetes melitus (DM) saat ini menjadi salah satu ancaman kesehatan global. Berdasarkan penyebabnya, DM dapat diklasifikasikan menjadi 4 kelompok, yaitu DM tipe 1, DM tipe 2, DM gestasional dan DM tipe lain. Pada pedoman ini, hiperglikemia yang dibahas adalah yang terkait dengan DM tipe 2. Berbagai penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka insidensi dan prevalensi DM tipe 2 di berbagai penjuru dunia. Organisasi WHO memprediksi adanya peningkatan jumlah pasien DM tipe 2 yang cukup besar pada tahun-tahun mendatang. Badan kesehatan dunia WHO memprediksi kenaikan jumlah pasien DM tipe 2 di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Prediksi International Diabetes Federation (IDF) juga menunjukkan bahwa pada tahun 2019- 2030 terdapat kenaikan jumlah pasien DM dari 10,7 juta menjadi 13,7 juta pada tahun 2030 (Perkeni 2021).

Menurut data (WHO, 2022), sekitar 422 juta Orang di seluruh Dunia menderita diabetes. Berdasarkan data yang dipublikasikan WHO, diabetes akan menjadi salah satu dari sepuluh penyebab kematian utama di dunia.

Menurut International Diabetes Federation (IDF, 2021), Indonesia menempati urutan ketujuh di Dunia setelah China.

Laporan Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dari Kementerian Kesehatan menunjukkan, prevalensi diabetes melitus pada semua usia penduduk Indonesia mencapai 1,7% pada Tahun 2023. Angka tersebut didapatkan dari sampel tertimbang sebesar 877.531 orang. Sementara pada penduduk usia lebih dari atau sama dengan 15 tahun berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah mencapai 11,7% dari tertimbang 19.159 orang.

Diabetes melitus merupakan salah satu masalah kesehatan global dengan beban penyakit yang sangat besar. Pada tahun 2021, diperkirakan terdapat 537 juta orang dewasa berusia 20–79 tahun yang hidup dengan diabetes di seluruh dunia, atau sekitar 1 dari 10 orang dewasa. Jumlah tersebut diproyeksikan akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045 apabila tidak dilakukan upaya pencegahan dan pengendalian yang efektif. Selain tingginya angka prevalensi, diabetes juga menyebabkan sekitar 6,7 juta kematian pada tahun 2021. Sekitar 44% penderita diabetes (240 juta orang) belum terdiagnosis, sehingga berisiko mengalami berbagai komplikasi serius. Tidak hanya itu, sekitar 541 juta orang dewasa mengalami gangguan toleransi glukosa (prediabetes) yang berisiko berkembang menjadi diabetes tipe 2 di kemudian hari (Maya Arfania, 2021)

Asupan makanan yang dapat mempengaruhi terjadinya resistensi insulin adalah asupan makronutrien. Asupan makronutrien yang dapat

mempengaruhi resistensi insulin adalah asupan tinggi karbohidrat terutama karbohidrat yang rendah serat dan asupan tinggi lemak terutama lemak jenuh. Efek karbohidrat pada kadar glukosa dan insulin dipengaruhi oleh jumlah karbohidrat yang dikonsumsi dan kecepatan penyerapannya ke dalam tubuh yang disebut dengan indeks glikemik. Asupan tinggi indeks glikemik (IG) berhubungan dengan terjadinya risiko DM (Nuraini, P, Witjaksono, F.I. 2022)

Hasil penelitian (Sa pang dkk, 2022) berkaitan dengan kuantitas dan keseimbangan asupan zat gizi makro dengan kadar glukosa darah puasa pasien. Diabetes mellitus tipe II menghasilkan adanya korelasi positif yang signifikan terhadap asupan karbohidrat dengan kadar glukosa darah puasa pada pasien. Hasil penelitian lainnya terkait dengan hubungan asupan karbohidrat dan serat dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe II menghasilkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat dan serat dengan kadar glukosa darah pasien tersebut (Amelia., 2024)

Serat pangan merupakan bagian dari makanan yang tidak dapat dicerna di usus halus, tetapi difermentasi di usus besar. Serat berperan penting dalam menjaga kesehatan dan menjadi komponen terapi gizi pada diabetes melitus. Konsumsi makanan tinggi serat dapat membantu menurunkan kadar glukosa darah karena memperlambat pengosongan lambung serta penyerapan glukosa, sehingga kenaikan gula darah setelah makan lebih terkendali. Selain itu, serat memberikan rasa kenyang lebih lama yang membantu mengontrol asupan makan. Dengan demikian,

konsumsi serat yang cukup berkontribusi dalam menjaga kestabilan kadar glukosa darah pada penderita diabetes (Osiana., 2024).

Berdasarkan hasil pengambilan data awal yang saya peroleh dari Puskesmas Nania, pada tahun 2024 jumlah pasien sebanyak 29 orang, yang terdiri dari 16 orang (51,6%) dari desa nania dan 13 orang (41,9%) dari desa waeheru, Selanjutnya pada tahun 2025 jumlah pasien Diabetes Melitus Tipe 2 tercatat sebanyak 31 orang, yang terdiri dari 20 orang (80,6%) dari desa nania dan 11 orang (45,1%) dari desa waeheru.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di kemukakan tersebut dapat Di Rumuskan Masalahnya. “Bagaimana Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Serat Pada Pasien Diabetes Militus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Nania Kota Ambon.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Dan Serat Pada Pasien Diabetes Militus tipe 2

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran asupan energi pada pasien diabetes melitus tipe 2
- b. Untuk mengetahui gambaran asupan protein pada pasien diabetes melitus tipe 2
- c. Untuk mengetahui gambaran asupan lemak pada pasien diabetes melitus tipe 2

- d. Untuk mengetahui gambaran asupan karbohidrat pada pasien diabetes melitus tipe 2
- e. Untuk mengetahui gambaran asupan serat pada pasien diabetes melitus tipe 2
- f. Untuk mengetahui gulah dara puasa (GDP) pada pasien diabetes melitus tipe 2
- g. Untuk mengetahui gulah dara sewaktu (GDS) pada pasien diabetes melitus tipe 2

D. Manfaat penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai gambaran asupan zat gizi makro dan serat pada pasien diabetes melitus tipe II serta juga di harapkan sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan yang secara teoritis di pelajari di bangku perkuliahan.

2. Praktis

a. Bagi Penulis

Kegiatan penelitian ini di jadikan sebagai pengalaman yang berharga dalam upaya meningkatkan kemampuan penulis dalam mengembangkan ilmu.

b. Bagi Pasien

Sebagai informasi dan pengetahuan bagi pasien tentang pentingnya mengatur asupan zat gizi makro dan serat pada

pasien diabetes melitus tipe II serta keterkaitannya dengan pola makan.