

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perubahan struktur masyarakat dari pola agraris ke masyarakat industri banyak memberikan sokongan terhadap perubahan gaya hidup seseorang yang dapat memicu peningkatan penyakit degeneratif, salah satunya adalah Diabetes Melitus. Dewasa ini, Diabetes Melitus menjadi salah satu ancaman kesehatan global, khususnya Indonesia.

Berbagai penelitian epidemiologi menunjukkan adanya kecenderungan peningkatan angka insidensi dan prevalensi diabetes melitus tipe 2 di berbagai penjuru dunia. Organisasi WHO memprediksi adanya peningkatan jumlah penyandang Diabetes Melitus tipe 2 yang cukup besar pada tahun-tahun mendatang. Badan kesehatan WHO memprediksi kenaikan jumlah penyandang Diabetes Melitus tipe 2 di Indonesia dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030. Prediksi dari *International Diabetes Federation* (IDF) juga menjelaskan bahwa pada tahun 2013 – 2017 terdapat kenaikan jumlah penyandang Diabetes Melitus dari 10,3 juta menjadi 16,7 juta pada tahun 2045 (Soelistijo et al., 2019). Prevalensi Diabetes Melitus pada penduduk umur ≥ 15 tahun hasil Riskesdas 2018 meningkat menjadi 2%. Prevalensi Diabetes Melitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% di tahun 2013 menjadi 8,5% di tahun 2018.

Gambaran prevalensi Diabetes Melitus di Provinsi Bali pada tahun 2018 menunjukkan sebesar 1,7%. Menurut Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2018, Provinsi Bali menduduki peringkat kesembilan belas dalam prevalensi Diabetes Melitus pada penduduk diatas 15 tahun pada tahun 2018. Jumlah total penderita yang tercatat pada tahun 2018 adalah 67.172 penduduk tersebar di 9 kabupaten dan kota. Namun jumlah penderita yang mendapatkan pelayanan kesehatan yang sesuai dengan standar adalah 36.234 penduduk. Kota Denpasar menduduki peringkat 2 tertinggi dengan penderita diabetes melitus yaitu sebanyak 9.123 orang dan penderita Diabetes Melitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar hanya 25,3% dari total penderita (Profil Kesehatan Provinsi Bali 2018, 2019).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2020, penyandang Diabetes Melitus di Kota Denpasar pada tahun 2020 menduduki peringkat pertama tertinggi dengan 14.353 penderita (Profile Kesehatan Provinsi Bali 2020, 2020). Pelayanan kesehatan diberikan kepada penyandang Diabetes Melitus di FKTP sesuai standar meliputi empat pilar penatalaksanaan yaitu edukasi, aktifitas fisik, terapi nutrisi medis, dan intervensi farmakologis. Berdasarkan data Dinas Kesehatan (Dinkes) Provinsi Bali tercatat pada tahun 2018 penyandang Diabetes Melitus di Puskesmas I Denpasar Selatan yaitu sebanyak 1,313 penderita dan menurut data Dinas Kesehatan pada tahun 2020 mengalami peningkatan menjadi 2,048 penderita diabetes melitus. Data tersebut membuktikan bahwa diabetes melitus menjadi permasalahan serius karena prevalensi Diabetes Melitus yang semakin meningkat dalam jumlah drastis.

Dalam penelitian Adhi, dkk (2020) menyebutkan bahwa pola konsumsi makanan pada masyarakat di Kota Denpasar Selatan yang cenderung tinggi kalori, tinggi lemak, dan rendah serat sejalan dengan tingginya prevalensi obesitas sentral dan diabetes melitus. Perubahan perilaku makan dipicu oleh perbaikan atau peningkatan kemajuan di berbagai sektor, kesibukan kerja yang tinggi, dan semakin banyak restoran yang menyediakan makanan cepat saji dengan berbagai pilihan makanan. Perilaku ini tentunya berdampak pada keadaan gizi lebih yang selanjutnya berisiko untuk penyakit degeneratif seperti obesitas sentral yang dapat memicu Diabetes Melitus tipe 2. Penelitian yang dilakukan Adhi, dkk (2020) menunjukkan bahwa tingginya kandungan karbohidrat dan lemak dalam makanan menyebabkan peningkatan IMT, resistensi insulin, dan gangguan toleransi glukosa (Adhi et al., 2020).

Penanganan yang dapat dilakukan untuk menjaga keseimbangan kadar gula darah penderita diabetes melitus adalah dengan menjaga pola konsumsi agar tetap baik, khususnya dalam konsumsi karbohidrat. Salah satu pendekatan untuk memilih pangan sumber karbohidrat yang baik untuk kesehatan adalah dengan menerapkan konsep indeks glikemik. Ketersediaan bahan pangan dengan indeks glikemik tinggi merupakan masalah utama bagi penduduk Indonesia. Makanan pokok bagi sebagian besar penduduk Indonesia adalah nasi, sementara nasi memiliki indeks glikemik yang termasuk indeks glikemik tinggi, sehingga penderita Diabetes Melitus yang terbiasa mengonsumsi nasi perlu menyesuaikan porsi. Meskipun demikian, keanekaragaman hayati di Indonesia menjadi

sumber karbohidrat yang dapat dieksplor untuk mengatasi masalah tersebut (Diyah et al., 2016).

Pola makan yang kurang baik termasuk konsumsi makanan dengan indeks glikemik (IG) tinggi juga dapat memperburuk progresifitas penyakit. Semakin tinggi Indeks Glikemik suatu makanan maka semakin cepat dampaknya terhadap kenaikan kadar gula darah. Pengaruh makanan dengan indeks glikemik tinggi adalah meningkatkan kecepatan dan menambah jumlah kadar gula dalam darah dengan cepat (Mayawati & Isnaeni, 2017a).

Penelitian lain yang pernah dilakukan menunjukkan bahwa seseorang dengan obesitas sentral dengan penimbunan jaringan lemak di sekitar perut mempunyai asosiasi terhadap faktor risiko lebih tinggi terhadap Diabetes Melitus. Antropometri merupakan salah satu pengukuran penting yang dapat digunakan untuk menilai obesitas sentral atau obesitas abdominal sehingga dapat memprediksi risiko Diabetes Melitus. Cara mengidentifikasi obesitas sentral yang mudah dan praktis yaitu dengan menggunakan pengukuran lingkaran pinggang (Karimah, 2018).

Menurut data Riskesdas (2018), prevalensi obesitas sentral tahun 2013 adalah 26,6% dan pada tahun 2018 mengalami peningkatan yaitu sebesar 31%. Bali berada di peringkat ke-4 tertinggi dengan prevalensi obesitas sentral dengan prevalensi 35%. Berdasarkan data tersebut, prevalensi obesitas sentral merupakan masalah yang serius bagi Indonesia (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

Puskesmas I Denpasar Selatan adalah fasilitas layanan kesehatan untuk masyarakat Denpasar Selatan khususnya untuk wilayah Desa Sidakarya, Panjer. Data prevalensi Diabetes Melitus di Puskesmas I Denpasar Selatan merupakan tertinggi kedua pada tahun 2020. Dari 2,048 penderita Diabetes Melitus di Puskesmas I Denpasar Selatan, terdapat kunjungan baru sebanyak 78 pasien, diantaranya pasien laki-laki sebanyak 46 orang dan pasien perempuan sebanyak 32 orang. Dari total keseluruhan pasien, yang mendapatkan pelayanan kesehatan hanya 46,63%. Hal tersebut menjelaskan bahwa sangat jauh dari standar pelayanan minimal yaitu 100% yang disebabkan oleh penurunan kunjungan pasien ke Puskesmas I Denpasar Selatan karena pandemi Covid-19. Berdasarkan paparan kajian di atas, peneliti tertarik melakukan sebuah penelitian mengenai hubungan indeks glikemik dan lingkaran pinggang dengan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Bagaimanakah hubungan indeks glikemik dan lingkaran pinggang dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan indeks glikemik dan lingkaran pinggang dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai indeks glikemik pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan.
- b. Mengukur lingkaran pinggang pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan.
- c. Menilai kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan.
- d. Menganalisis hubungan indeks glikemik dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan.
- e. Menganalisis hubungan lingkaran pinggang dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang peneliti harapkan dari dilaksanakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi ilmiah di bidang gizi, khususnya dalam mencegah penyakit diabetes melitus.

- b. Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai hubungan indeks glikemik dan lingkaran pinggang dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Selatan dengan berlandaskan pada kelemahan dari penelitian ini dan dapat dikembangkan dengan faktor risiko yang lainnya.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang peneliti harapkan dari dilaksanakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin luas bagi peneliti selanjutnya.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan atau data bagi Kepala Puskesmas I Denpasar Selatan agar lebih mengoptimalkan program-program untuk mengontrol kadar gula darah masyarakat di Denpasar Selatan serta memberikan edukasi mengenai indeks glikemik dan lingkaran pinggang yang lebih mendalam.