

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus adalah sesuatu yang terkait dengan kondisi metabolik yang dicirikan oleh peningkatan kadar glukosa melebihi diatas batas normal. Pankreas menghasilkan hormon insulin yang berfungsi untuk regulasi tingkat glukosa dalam sirkulasi darah (Suzana et al., 2022). Prevalensi menurut temuan Riskesdas 2018 Di Indonesia, prevalensi diabetes melitus yang terdiagnosis oleh dokter pada penduduk berusia 15 tahun ke atas diperkirakan mencapai 2%. Jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013 terjadi kenaikan sebesar 1,5% dalam prevalensi diabetes melitus. Di Indonesia, diabetes melitus menempati posisi ketujuh dengan populasi penderita mencapai 10,7 juta dari sepuluh negara yang disurvei. Hal ini dapat diketahui menurut Organisasi *International Diabetes Federation* (IDF), jumlah diabetes melitus diperkirakan terdapat 463 juta jiwa di dunia pada tahun 2019 dan jumlah kematian mencapai 4,2 juta jiwa dalam kasus ini.

Diprediksi angka kasus diabetes melitus akan meningkat mencapai sekitar 700 juta pada tahun 2045 (Hadiono, 2023). Menurut data Kesehatan Provinsi Bali tahun 2021, jumlah total penderita diabetes melitus mencapai 53.726 orang. Dari jumlah tersebut, Kota Denpasar memiliki jumlah penderita tertinggi, yaitu 10.354 orang (*Kesehatan Provinsi Bali*, 2020). Jumlah penderita diabetes melitus terbesar di kota Denpasar terdapat di Puskesmas 2 Denpasar Barat yaitu sebanyak 1.384 orang penderita diabetes melitus. Diurutan kedua

dengan total 1.313 penderita diabetes melitus terdapat di Puskesmas 1 Denpasar Selatan. Dan diurutkan ketiga di Puskesmas 1 Denpasar Barat sebanyak 1.263 penderita diabetes melitus (Yuli, 2022).

Penyebab diabetes melitus dapat berasal dari interaksi berbagai faktor. Peningkatan usia dapat meningkatkan risiko terkena diabetes melitus. Orang yang berumur 45 tahun ke atas mengalami peningkatan risiko diabetes melitus dibandingkan yang berusia dibawah 45 tahun. Hal ini dikarenakan pada usia lanjut, terjadi penurunan fungsi sistem organ tubuh yang dapat menyebabkan diabetes melitus akibat kadar glukosa darah yang tidak terkendali (Ekasari & Dhanny, 2022).

Menurut hasil penelitian dari Dwi Suprpti memberitahukan bahwa pola makan adalah salah satu faktor risiko yang diketahui dapat memicu diabetes melitus, terutama ketika karbohidrat dikonsumsi dalam jumlah yang tinggi. Semakin tinggi mengonsumsi makanan, semakin tinggi kemungkinan terkena diabetes melitus tipe II. Sementara itu, konsumsi lemak meningkatkan peluang risiko terkena diabetes sebanyak 2 kali lipat dibandingkan dengan mengonsumsi lemak secara jarang. Di sisi lain, jarangnya konsumsi protein meningkatkan risiko hingga 3 kali lipat dibandingkan dengan konsumsi protein yang sering. (Suprpti, 2019).

Manajemen gula darah yang tidak optimal dapat mengakibatkan hiperglikemia dalam jangka panjang. Keadaan ini dapat memicu komplikasi serius seperti penyakit jantung, penyakit pembuluh darah perifer, gagal ginjal, kerusakan saraf, dan kebutaan. Komplikasi yang disebabkan oleh diabetes melitus mempengaruhi perubahan fisik, psikologis dan sosial (Dewi, 2023).

Melihat permasalahan tersebut, langkah yang bisa diambil untuk memotivasi penderita diabetes melitus agar mampu mengontrol kadar gula darah dengan baik meliputi pola makan sesuai konsep 3J mencakup jumlah, jenis, dan waktu makan, adalah hal yang perlu diperhatikan. Untuk penderita diabetes melitus tipe 2, disarankan untuk mengonsumsi makanan yang kaya serat, rendah glikemik, rendah lemak, dan rendah kalor. Jumlah kalori yang dibutuhkan oleh penderita diabetes melitus ditentukan berdasarkan berat badan masing-masing (Arief, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Darmawan & Sriwahyuni, 2019 menemukan bahwa penerapan pola konsumsi 3J telah terbukti berhasil dalam mengurangi kadar glukosa darah pada pasien yang menderita diabetes melitus. Sementara penelitian Khoiroh & Audia, 2019 oleh menemukan bahwa pasien diabetes melitus yang tidak memperhatikan prinsip 3J memiliki gula darah yang tidak terkontrol (Falah & Apriana, 2022).

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Gambaran Kadar Glukosa Darah Berdasarkan Pola Konsumsi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan di Puskesmas II Denpasar Barat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui Gambaran Kadar Glukosa Darah Berdasarkan Pola Konsumsi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan di Puskesmas II Denpasar Barat.

2. Tujuan khusus

- a. Mengukur kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 rawat jalan di Puskesmas II Denpasar Barat
- b. Menentukan pola konsumsi pada pasien diabetes melitus tipe 2 rawat jalan di Puskesmas II Denpasar Barat
- c. Mendeskripsikan gambaran kadar glukosa darah berdasarkan pola konsumsi pada pasien diabetes melitus tipe 2 rawat jalan di Puskesmas II Denpasar Barat

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada pemahaman lebih lanjut dalam bidang gizi dan menjadi sumber referensi bagi peneliti yang tertarik dengan diabetes melitus.

2. Manfaat praktis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan dan informasi yang berguna bagi penderita diabetes melitus, sehingga mereka dapat memperhatikan pola konsumsi dan kadar glukosa darah guna mencegah komplikasi penyakit.