

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam perkembangan dunia kesehatan sekarang ini, diabetes mellitus merupakan penyakit yang sering diperbincangkan orang diseluruh dunia, karena merupakan ancaman bagi kesehatan. Diabetes mellitus merupakan penyakit yang ditandai oleh kadar glukosa darah yang melebihi ambang batas normal. Apabila dibiarkan tidak terkendali penyakit ini akan menimbulkan penyakit lain yang dapat berakibat fatal termasuk penyakit jantung, ginjal, kebutaan dan amputasi (PERKENI,2006).

Pada data IDF tahun 2017, Indonesia menempati peringkat ke enam didunia untuk prevalensi penderita diabetes tertinggi setelah cina, india, amerika serikat, brazil, dan meksiko. Di dunia, estimasi jumlah orang dengan diabetes adalah sebanyak 10 juta jiwa.(WHO, 2016).

Prevalensi orang dengan diabetes di Indonesia cenderung meningkat, dimana pada tahun 2007 sebesar 5,7%, tahun 2013 sebesar 6,9% dan tahun 2018 sebesar 8,5%. Pada tahun 2045, jumlahnya diperkirakan menjadi 16,7 juta penderita diabetes dengan usia 20-79 tahun. (Risksedas,2018).

Diskes menyebutkan bahwa dalam risksedas 2013 di Provinsi Bali, ditemukan 1,5 % penduduk umur diatas 15 tahun menderita diabetes mellitus dengan prevalensi tertinggi terdapat di Kabupaten Jembrana (2,0%) dan terendah ada di Kabupaten Gianyar dan Karangasem (1,0%). (Risksedas 2013).

Berdasarkan laporan tahunan di RSUD wangaya menunjukkan didapat jumlah penderita DM mencapai 135 orang tahun 2017 dan jumlahnya menurun menjadi 131 orang pada tahun 2018.

Diabetes Melitus merupakan penyebab utama kematian di negara maju dan negara sedang berkembang. Penyakit ini sangat terkait dengan pola perilaku termasuk pola makan dan aktifitas fisik. Kecenderungan untuk mengkonsumsi makanan yang tidak seimbang, kaya lemak dan energi, tetapi rendah vitamin, mineral, dan serat diketahui merupakan salah satu penyebabnya. (Wiardani, 2012:2)

Anjuran makan untuk pasien diabetes sebenarnya sama dengan anjuran makan sehat untuk semua orang termasuk yang tidak diabetes yaitu makanan dengan gizi seimbang. Salah satu tujuan khusus perencanaan makan untuk pasien diabetes adalah mencapai dan mempertahankan kadar glukosa darah dan lemak darah normal atau dengan kata lain mengendalikan diabetesnya. Makan dengan porsi kecil dalam waktu tertentu juga membantu memperbaiki glukosa darah. Makan teratur (makan pagi, makan siang, makan malam dan snack antara makan) akan mengakibatkan glukosa darah turun sebelum makan berikutnya. Dengan demikian perlu diperhatikan bagi pasien diabetes adalah makan sesuai dengan kebutuhan kalorinya dan makan teratur dalam jumlah, jenis, waktu. Standar pemberian karbohidrat untuk penderita diabetes yang dianjurkan adalah 45-65% total asupan energi. (Fakultas Kedokteran UI, 2004).

Karbohidrat penting bagi tubuh sebagai sumber utama dalam mendapatkan energi. Setelah karbohidrat masuk ke tubuh dan diubah menjadi glukosa, zat ini

akan diserap sel-sel tubuh dengan bantuan hormon insulin. Ketika karbohidrat yang masuk ke tubuh dinilai terlalu banyak, maka hormon insulin beresiko tidak mampu lagi membantu glukosa terserap sel-sel tubuh. Sebagai akibatnya, kadar gula darah meningkat dan beresiko mengalami obesitas, penyakit jantung dan diabetes.

Indeks glikemik merupakan suatu ukuran bagi makanan yang mengandung karbohidrat untuk menentukan efek karbohidrat tersebut pada kadar glukosa darah. Hubungan indeks glikemik dengan penderita diabetes dapat dilihat dari jenis, jumlah dan frekuensi makanan yang dikonsumsi bersumber karbohidrat karena indeks glikemik akan menentukan kecepatan peningkatan glukosa darah. Sehingga indeks glikemik dalam penatalaksanaan diet penderita DM adalah untuk memudahkan pemilihan bahan makanan yang tidak menaikkan kadar gula darah secara drastis, sehingga mampu mengendalikan kadar gula darah yang menurunkan resiko penyakit jantung, hipertensi dan diabetes.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Menu Berdasarkan Kadar Karbohidrat Dan Indeks Glikemik Pada Menu Yang Disajikan Pasien Diabetes Melitus Di RSUD Wangaya”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka permasalahan yang ingin diteliti adalah :

1. Bagaimanakah kandungan karbohidrat pada menu yang disajikan di RSUD Wangaya?

2. Bagaimanakah kadar indeks glikemik menu yang disajikan di RSUD Wangaya?

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Untuk mengetahui kadar karbohidrat dan indeks glikemik pada menu pasien diabetes mellitus di RSUD Wangaya.

b. Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi jenis karbohidrat pada menu yang disajikan pada pasien DM di RSUD Wangaya.
2. Untuk menentukan jumlah karbohidrat yang disajikan pada menu pasien DM di RSUD Wangaya.
3. Untuk menilai karbohidrat pada menu yang disajikan pada pasien DM di RSUD Wangaya.
4. Untuk mendeskripsikan gambaran Indeks Glikemik pada menu yang disajikan pada pasien DM di RSUD Wangaya.
5. Untuk menilai Indeks Glikemik pada menu yang disajikan pada pasien DM di RSUD Wangaya.

D. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi

1. Institusi Pendidikan dan dunia IPTEK

Sebagai tambahan informasi tentang analisa nilai karbohidrat dan indeks glikemik menu yang disajikan pasien diabetes mellitus RSUD Wangaya.

2. Tempat Penelitian

Dapat digunakan sebagai bahan masukan informasi yang berhubungan dengan analisis nilai karbohidrat dan indeks glikemik menu yang disajikan pasien diabetes mellitus RSUD Wangaya.

3. Peneliti

Bagi peneliti hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan pengalaman di bidang ilmu gizi klinik.