

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit diabetes mellitus yang lebih dikenal di Indonesia dengan sebutan penyakit “ kencing manis “ merupakan salah satu penyakit yang prevalensinya terus meningkat. Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit endokrin yang paling umum ditemukan dan salah satu penyakit degeneratif yang memiliki kecenderungan meningkat terus jumlah penderitanya.

Data *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa tercatat 422 juta orang di dunia menderita diabetes melitus atau terjadi peningkatan sekitar 8,5 % pada populasi orang dewasa dan diperkirakan terdapat 2,2 juta kematian dengan presentase akibat penyakit diabetes melitus yang terjadi sebelum usia 70 tahun, khususnya di negara-negara dengan status ekonomi rendah dan menengah. Bahkan diperkirakan akan terus meningkat sekitar 600 juta jiwa pada tahun 2035 (Kemenkes RI, 2018).

Organisasi Internasional Diabetes Federation memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di Dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3 % dari total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9 % pada perempuan dan 9,65 % pada laki-laki. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk

menjadi 19,9 % atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045. (Infodatin, 2020).

Indonesia merupakan Negara yang menempati urutan ke 7 dengan penderita DM sejumlah 10,7 juta setelah Meksiko, Brasil, Pakistan, Amerika, India dan Cina. Angka kejadian DM menurut data Riskesdas (2018) terjadi peningkatan dari 2,0 % di tahun 2013 meningkat menjadi 3,4 % di tahun 2018 dari keseluruhan penduduk sebanyak 250 juta jiwa. Prevalensi DM tertinggi di Indonesia pada tahun 2018 terdapat di DKI Jakarta 3,4 %, Kalimantan Timur 3,1 %, Yogyakarta 3,1 % dan Sulawesi 3 %. Sedangkan prevalensi DM di Bali yang terdiagnosis dokter sebesar 1,7 %. (Riskesdas-Bali 2018). Sedangkan prevalensi Diabetes Melitus berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah , DM menurut ADA dan konsensus Perkeni 2015 Indonesia sebesar 10,9 % (Riskesdas 2018).

Mengingat tingginya prevalensi untuk penderita DM maka perlu adanya upaya untuk pencegahan dan penanggulangan penyakit tersebut meliputi peningkatan edukasi, terapi nutrisi medis (diet), latihan jasmani, terapi farmakologis, terapi insulin (Perkeni, 2015). Salah satu upaya kontrol glukosa darah yang dilakukan dalam pengendalian DM adalah dengan melakukan pengaturan diet, pemberian edukasi, olah raga atau aktifitas fisik secara teratur dan intervensi obat/farmakologi. Pengaturan diet menjadi salah satu pilar dalam penatalaksanaan DM, dimana pengaturan diet pada penderita DM sama dengan orang sehat pada umumnya, yaitu konsumsi zat gizi dengan

menu seimbang agar dapat mempertahankan dan atau mencapai berat badan yang ideal serta terkendalinya kadar gula darah dengan baik (Tjokroprawiro 2012).

Penelitian tentang pengembangan diet yang efektif untuk membantu kontrol gula darah telah beberapa kali dilakukan untuk membantu menentukan pangan yang paling baik berdasarkan pengaruhnya ke kadar gula darah bagi penderita diabetes, hingga pada tahun 1981 ditemukan konsep diet yang dikenal dengan indeks glikemik (IG) (Jenkins *et al.* 1981). Konsep diet IG yaitu diet berdasarkan pengelompokkan karbohidrat yang memberi gambaran tentang respon gula darah setelah mengkonsumsi pangan (*postprandial*) (Rimbawan & Siagian 2004). Kelompok IG tinggi terdiri dari karbohidrat yang menaikkan kadar gula darah dengan cepat, kelompok IG rendah terdiri dari karbohidrat yang menaikkan kadar gula darah dengan lambat, dan kelompok IG sedang yang terdiri dari karbohidrat yang kecepatan menaikkan gula darah berada diantara IG tinggi dan rendah (Wilkins 2007).

Dampak dari temuan konsep Jenkins tentang indeks glikemik adalah adanya perubahan pada pola makan dalam upaya mencegah dan penatalaksanaan diet bagi penderita diabetes melitus (Rimbawan & Siagian 2004). Pengaturan diet pada penderita diabetes yang awalnya hanya menekankan pada pembatasan kuantitas karbohidrat, beralih ke jenis (kualitas) karbohidrat, dimana penemuan indeks glikemik memberi gambaran bahwa jenis karbohidrat yang berbeda akan menyebabkan peningkatan gula darah yang berbeda (Rimbawan & Siagian 2005).

Hasil penelitian menunjukkan kelompok penderita diabetes yang mengkonsumsi makanan dengan indeks glikemik tinggi, beresiko 3,5 kali lebih besar untuk tidak berhasil mengendalikan glukosa darah, dibandingkan penderita diabetes yang mengkonsumsi makanan dengan indeks glikemik rendah (Nitta dkk,2014),

Hasil penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa asupan energy, karbohidrat, serat, beban glikemik, frekuensi dan durasi latihan secara bersama - sama mempengaruhi kadar gula darah puasa sebesar 69,7 % dan 71,3 % mempengaruhi kadar gula darah 2 postprandial (Yekti dkk,2012).

Di RSUD Sanjiwani Gianyar jumlah pasien DM yang di rawat inap rata-rata setiap bulannya adalah 15 – 25 pasien untuk Tahun 2019. Sedangkan Tahun 2020 rata – rata pasien DM setiap bulannya di RSUD Sanjiwani Gianyar adalah 25 orang. Untuk Tahun 2021 jumlah pasien DM yang dirawat inap di RSUD Sanjiwani Gianyar dari Bulan Januari sampai Mei 2021 sebanyak 45 orang. Dan DM merupakan penyakit yang paling banyak pasiennya setiap bulan. Perhitungan beban glikemik makanan belum digunakan di RSUD Sanjiwani Gianyar sebagai prinsip diet untuk pasien penderita Diabetes Melitus hanya memakai prinsip tepat kalori bagi pasien penderita Diabetes Melitus sehingga tidak mengetahui seberapa besar efek makanan dapat menaikkan kadar gula darah.

Berdasarkan latar belakang diatas, dilakukan penelitian yang lebih fokus pada hubungan indeks glikemik makanan terhadap kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di ruang rawat inap RSUD Sanjiwani Gianyar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dalam proposal ini adalah “Bagaimanakah Hubungan Indeks Glikemik Dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus di RSUD Sanjiwani Gianyar?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Indeks Glikemik Dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus di RSUD Sanjiwani Gianyar.

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui beberapa aspek pada pasien diabetes melitus yang menjalani rawat inap seperti yang diuraikan di bawah ini.

- a. Menilai indeks glikemik diet diabetes melitus yang dijalankan di ruang rawat inap di RSUD Sanjiwani Gianyar.
- b. Menilai kadar gula darah sewaktu pada penderita Diabetes mellitus di RSUD Sanjiwani Gianyar.
- c. Menganalisis hubungan nilai indeks glikemik diet diabetes melitus yang dijalankan dengan pengendalian kadar gula darah penderita Diabetes Melitus di RSUD Sanjiwani Gianyar.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Sebagai bahan referensi untuk pengembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan penatalaksanaan diet bagi pasien diabetes melitus. Hasil

penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya.

2. Praktis

- a. Sebagai bahan bagi pembuat kebijakan dalam merumuskan program edukasi untuk mencegah bertambahnya penderita diabetes melitus khususnya tipe 2.
- b. Sebagai bahan dalam perencanaan tata laksana diet bagi penderita diabetes melitus.