

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Diabetes Melitus adalah Penyakit Tidak Menular (PTM) yang masih menjadi masalah kesehatan utama baik itu di dunia dan nasional. Menurut Organisasi Internasional Diabetes Federation (IDF), pada tahun 2019 terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki laki. Prevalensi ini diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 (IDF & AI, 2019).

Di Indonesia, diabetes merupakan penyebab kematian terbesar urutan ke-3 dengan persentase 6,7%, setelah stroke yaitu sebesar 21,1% dan jantung yaitu sebesar 12,9 %. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 secara nasional, prevalensi penderita DM pada penduduk berumur  $\geq 15$  tahun sebesar 2%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan prevalensi diabetes melitus hasil Riskesdas 2013 sebesar 1,5% pada penduduk  $\geq 15$  tahun. Di Provinsi Sulawesi Tenggara penderita DM mencapai prevalensi sebesar 1,3% (Riskesdas, 2018).

Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi DM mencapai 2,0%, artinya prevalensi DM di Indonesia meningkat sebesar 0,5%. Hal ini diikuti dengan meningkatnya prevalensi DM di Indonesia berdasarkan pemeriksaan darah pada

penduduk umur >15 tahun yaitu 6,9% menjadi 8,5% pada tahun 2018. Angka ini menunjukkan bahwa terdapat kasus baru sekitar 25% penderita DM (Risesdas, 2018)

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Kendari, pada tahun 2022 terdapat 362 orang penderita penyakit DM tipe II untuk wilayah kerja puskesmas puwatu dan mengalami peningkatan pada tahun 2023 sebesar 429 Pasien, dengan klasifikasi berdasarkan umur berusia  $\geq 50$  sebanyak 75 orang .

Faktor yang mempengaruhi kejadian penyakit Diabetes Mellitus type 2 antara lain usia, pola makan, kadar gula darah, diabetes melitus. Penelitian yang dilakukan oleh Trisnawati tahun 2012, menyatakan bahwa riwayat keluarga, usia, pola makan, kadar gula darah, berpengaruh dengan terjadinya DM tipe dua, dan orang yang memiliki berat badan dengan tingkat obesitas berisiko 7,14 kali terkena penyakit DM tipe dua jika dibandingkan dengan orang yang berada pada berat badan ideal atau normal (Trisnawati, 2012).

Pola makan merupakan asupan makanan yang memberikan berbagai macam jumlah, jadwal dan jenis makanan yang didapatkan seseorang. Pengaturan pola makan yang tidak tepat seperti yang dianjurkan 3J (Jadwal, Jumlah dan Jenis) dapat mengakibatkan peningkatan kadar gula darah. Pola makan adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan informasi gambaran dengan meliputi mempertahankan kesehatan, status nutrisi, mencegah atau membantu kesembuhan penyakit (Depkes RI, 2009). Pengertian pola makan menurut Handajani adalah tingkah laku manusia atau sekelompok manusia dalam memenuhi makanan yang meliputi sikap, kepercayaan, dan pilihan makanan, sedangkan menurut Suhardjo pola

makan di artikan sebagai cara seseorang atau sekelompok orang untuk memilih makanan dan mengkonsumsi makanan terhadap pengaruh fisiologis, psikologis, budaya dan sosial.

Penyakit diabetes melitus tipe II merupakan penyakit degeneratif yang sangat terkait pola makan. Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit gangguan metabolisme tubuh yang menahun akibat hormon insulin dalam tubuh yang tidak dapat digunakan secara efektif dalam mengatur keseimbangan gula darah sehingga meningkatkan konsentrasi kadar gula di dalam darah (hiperglikemia) (Kemenkes, 2020).

Adanya hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah yang ada pada penderita DM. Pola makan memegang peranan penting bagi penderita DM seseorang yang tidak bisa mengatur pola makan dengan pengaturan 3J (jadwal, jenis dan jumlah) maka hal ini akan menyebabkan penderita mengalami peningkatan kadar gula darah

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Annisa (2015) dimana diketahui bahwa adanya hubungan yang bermakna antara indeks glikemik bahan makanan yang dikonsumsi dengan kadar gula darah pasien Diabetes mellitus tipe II di RSUD Abdul Moeloek. Pangan yang mempunyai indeks glikemik tinggi bila dikonsumsi akan meningkatkan kadar gula dalam darah dengan cepat dan tinggi. Sebaliknya, seseorang yang mengonsumsi pangan berindeks glikemik rendah maka peningkatan kadar gula dalam darah berlangsung lambat dan puncak kadar gula darahnya rendah (dian, dkk., 2018).

Berdasarkan penelitian ini, penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “hubungan asupan makan dan indeks glikemik makanan dengan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe 2 pasien rawat jalan usia lanjut di wilayah

kerja puskesmas puwatu”. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mmenghetahui hubungan pola dan indek glikemik makananan dengan kadar gula sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe II pasien rawat jalan usia lanjut

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana hubungan asupan makan dan indeks glikemik makanan dapat mempengaruhi kadar gula darah sewaktu pada pasien penyakit diabetes mellitus tipe 2.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan asupan makan dengan indeks glikemik makanan terhadap kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di puskesmas puwatu.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui asupan makan pada penderita diabetes melitus Tipe 2 pasien rawat jalan usia lanjut di wilayah kerja puskesmas puwatu kota kendari.
- b. Untuk mengetahui indeks glikemik makanan pada penderita diabetes mellitus tipe 2 pasien rawat jalan usia lanjut di wilayah kerja puskesmas puwatu kota kendari.
- c. Untuk mengetahui kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 pasien rawat jalan usia lanjut di wilayah kerja puskesmas puwatu kota kendari.
- d. Untuk mengetahui hubungan antara asupan makan dengan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2 pasien rawat jalan usia lanjut di wilayah kerja puskesmas puwatu kota kendari.

- e. Untuk mengetahui hubungan antara indeks glikemik dengan kadar gula sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2 pasien rawat jalan usia lanjut di wilayah kerja puskesmas puwatu kota kendari.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan tentang asupan makan, indeks glikemik makanan dengan kadar gula darah sewaktu terhadap penderita diabetes mellitus tipe 2.
- b. Hasil penelitian ini dapat di jadikan bahan studi penelitian berikutnya

##### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan informasi tentang asupan makan, kadar indeks glikemik makanan dengan kadar gula darah sewaktu pada penderita diabetes mellitus tipe 2. Sehingga dapat di jadikan sebagai salah satu pertimbangan untuk menentukan intervensi atau rencana tindak lanjut terkait upaya peningkatan kebijakan kesehatan khususnya dalam hal pencegahan penyakit diabetes mellitus.

## E. Keaslian Penelitian

**Tabel 1**

### Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Fibra milita, Dkk (2021)	Kejadian diabetes mellitus tipe 2 pada lanjut usia di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018)	Penelitian ini termasuk dalam studi kuantitatif dengan desain potong lintang (cross sectional).	Hasil bivariat penelitian ini menggambarkan, terdapat hubungan DM tipe 2 pada lansia dengan pendidikan	Variable bebas (diabetes mellitus, lansia)	Variable bebas (makan/minum beresiko, perilaku sehat)
2.	Suryanti S, Dkk (2021)	Hubungan gaya hidup dan pola makan dengan kejadian diabetes mellitus di rumah sakit bhayangkara kota makasar	Cross sectional study	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan kebiasaan merokok aktivitas fisik, dan pola makan, dengan kejadian diabetes mellitus.	Variable bebas (pola makan, gaya hidup)	Lokasi atau tempat penelitian
3.	Susanti, Dkk (2018)	Hubungan pola makan dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus	Desain penelitian ini adalah korelasional. dengan memakai teknik purposive sampling	Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan yang kuat antara pola makan dengan kadar gula darah apabila pola makan yang tidak baik seperti yang dianjurkan prinsip 3J maka akan terjadi ketidakstabilan kadar gula darah.	Variable bebas (pola makan)	Desain penelitian memakai (purposive sampling)

No	Peneliti	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
4.	Nizmawaty Amra (2018)	Hubungan Konsumsi jenis pangan yang mengandung indeks glikemik tinggi dengan glukosa darah pasien dm tipe 2 di uptd diabetes center kota ternate	Penelitian menggunakan pendekatan Cross Sectional.	Hasil analisis menunjukkan nilai $p=0,09$ ( $>0,05$ ) dan seluruh subyek memiliki kadar gula darah sewaktu tinggi yaitu 30 orang (100%) dengan indeks glikemik tinggi dan sedang masing-masing 15 orang (50%). Tidak ada hubungan konsumsi jenis pangan yang mengandung indeks gliemik tinggi dengan kadar gula darah pasien DM tipe 2 di Diabetes Center Kota Ternate.	Variabel bebas (indeks glikemik)	Lokasi atau tempat penelitian