BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM), yang dikenal juga dengan sebagai penyakit kencing manis, adalah penyakit yang bertahan lama dan dapat diderita sepanjang hidup seseorang. Peningkatan gula darah, juga dikenal sebagai hiperglikemia ,yang biasanya disebabkan oleh penurunan jumlah insulin yang dihasilkan pankreas, merupakaan tanda Gangguan metabolisme yang menyebabkan diabetes melitus. Gangguan kardiovaskular dapat menyebabkan peningkataan hipertensi dan infark jantung jika tidak ditangani segera (Lestari *et al*, 2021)

Insulin sangat penting karena mengontrol jumlah gula (glukosa) yang didapat sel-sel tubuh dari darah. Orang-orang yang menderita diabetes memiliki kadar gula yang banyak dalam darah, tetapi tidak cukup untuk sel tubuh. Kondisi ini menyebabkan komplikasi berat pada jantung, pembuluh darah, mata, ginjal, sistem saraf, gusi dan gigi (Dinkes Kota Bengkulu, 2024)

Indeks glikemik (IG) adalah persentase perbandingan antara luas daerah di bawah kurva (AUC) makanan uji dengan AUC makanan acuan (biasanya glukosa atau roti tawar) yang masing-masing mengandung 50 gram karbohidrat yang tersedia. Indeks ini diuji pada individu yang sama dalam waktu dua jam setelah mengkonsumsi makanan (FAO/WHO, 1998). Indeks glikemik berguna untuk mengkategorikan makanan yang mengandung sumber karbohidrat berdasarkan dampaknya pada tingkat

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

gula darah. Penderita diabetes melitus dapat mengetahui dan memilih makanan yang tidak meningkatkan kadar glukosa dalam tubuh mereka (Sunani & Hendriani, 2023).

Nilai yang disebut beban glikemik (BG) menunjukkan reaksi tubuh terhadap glukosa darah setelah mengonsumsi porsi makanan yang mengandung banyak karbohidrat. Nilai indeks glikemik makanan dikalikan dengan jumlah karbohidrat dalam satu porsi makanan, lalu dibagi 100 untuk menghitung beban glikemik. Reaksi glukosa darah dan insulin yang disebabkan oleh porsi makanan dapat dilihat dari beban glikemik ini. Makanan dengan indeks glikemik tinggi dan beban glikemik tinggi dapat meningkatkan risiko penyakit kroik yang berhubungan dengan gaya hidup, seperti diabetes melitus. Namun, makanan dengan indeks glikemik yang rendah dan beban likemik yang rendah telah direkomendasikan secara luas sebagai terapi dan pencegahan diabetes mellitus (Sidik, 2014).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Jumlah penderita DM di Kota Bengkulu tahun 2023 adalah 3.746 orang dari jumlah tersebut 42,0% sudah mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai dengan standar, sedangkan upaya yang telah dilakukan di unit pelayanan dinas kesehatan kota Bengkulu dalam memberikan pelayanan kesehatan terhadap penderita DM yaitu melalui preventif, kuratif, dan promotif. Kegiatan preventif dan promotif dilakukan di pos pembinaan terpadu (Posbindu) penyakit tidak menular dengan kegiatan skrening pada masyarakat dan kegiatan kuratif melalui Prolanis, dan

rehabilitatif terhadap penderita DM (Dinas kesehataan Kota Bengkulu, 2023).

WHO (Tahun 2022), menyatakan bahwa diabetes melitus (DM) termasuk penyakit yang paling banyak diderita oleh orang di seluruh dunia dan berada di urutan keempat dari prioritas penelitian penyakit degeneratif di seluruh negara. WHO memperkirakan lebih dari 346 juta orang di seluruh dunia mengidap DM Menurut International Diabetes Federation (IDF), pada tahun 2021, sebanyak 537 juta orang dewasa.l dari 10 orang di seluruh dunia mengidap diabetes. Diabetes juga menyebabkan 6.7 juta kematian, atau satu dari setiap lima detik. China, India, Pakistan, Amerika Serikat, dan Indonesia berada di peringkat 5 besar negara dengan jumlah populasi penderita diabetes melitus tertinggi di dunia. (Raya & Barat, 2024)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DM merupakan penyakit yang timbul pada seseorang yang diakibatkan adanya peningkatan kadar gula darah (glukosa darah). DM merupakan gangguan metabolisme berupa hilangnya toleransi terhadap karbohidrat. Tingginya kadar glukosa dalam darah disebabkan Karena DM tubuh tidak dapat mengubah glukosa atau karbohidrat menjadi energi yang dikarenakan tubuh tidak lagi memproduksi cukup insulin atau tubuh tidak lagi memproduksi insulin. Keadaan tersebut menyebabkan glukosa tidak dapat masuk ke dalam sel untuk diubah menjadi energi dan terjadi peningkatan kadar glukosa darah, sehingga terjadi kerusakan diberbagai

macam jaringan tubuh mulai dari pembuluh darah, mata, ginjal, jantung, dan juga saraf (Sugianto, 2016).

Faktor risiko tambahan meliputi kadar asam urat, tinggi, ganguan tidur, merokok, depresi,penyakit kardiosvakular, dyslipidemia,hipertensi, serta ketidakseimbangan kalori yang dapat meningkatkan adipositas dan menyebabkan remodeling jaringan adipose (Widiasari et al., 2021) Dalam upaya pencegahan dan penanganan penyakit degeneratif, salah satu yang dapat dilakukan adalah dengan cara merubah perilaku hidup dalam memilih makanan sehari- hari. Perubahan tersebut dapat dilakukan melalui pendidikan kesehatan yaitu edukasi gizi *(nutrition education)* berupa penyuluhan dan konsultasi gizi (Widiasari *et al*., 2021)

Dengan pengawet, bumbu penyedap, minuman berkarbonasi atau bereenergi, dan makanan cepat saji. (selain itu, konsumsi makanan yang berlebihaan dan tidak diimbangi dengan sekresi insulin yang cukup dapat menyebabkan peningkataan kadar gula darah dan penyakit diabetes melitus) (Fitriani *et al*., 2022)

Dilakukannya penelitian tersebut diharapkan dapat dijadikan dasar untuk selalu membantu meningkatkan pengetahuan pasien sehingga dapat merubah perilaku pola makan serta membantu pengontrolan kadar gula darah dan dapat meneegah terjadinya komplikasi.

Menurut Data yang didapat dari ruang poli penyakit dalam dan rekam medis RSUD Dr. M Yunus Bengkulu angka kejadian penyakit Diabetes Melitus (DM) pada tahun 2022 sebanyak 471 kasus, pada tahun

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

2023 terjadi peningkatan yaitu 558 kasus dan untuk bulan Januari-Desember 2024 juga terjadi peningkatan yaitu 1.213 kasus. berdasarkan bulan Januari- Februari 2025 diperoleh data yaitu 63 kasus.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang telah dilakukan pada tgl 26 Februari 2025 terhadap 10 penderita diabetes melitus tipe di RSUD Dr. M.Yunus Bengkulu tahun 2025"diperoleh dari 10 sampel 1 orang (10%) yang sering mengkonsumsi bahan makanan tinggi indeks glikemik dan sebanyak 9 orang (90%) jarang mengkonsumsi makanan tinggi indeks glikemik.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang " Gambaran pola konsumsi indeks glikemik pada pasien Diabetes melitus rawat jalan di RSUD Dr. M.Yunus Bengkulu tahun 2025"

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

B. Rumusan masalah

Bagaimana gambaran pola konsumsi indeks glikemik pada pasien Diabetes Melitus rawat jalan di Rumah Sakit M. Yunus Bengkulu Tahun 2025.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

   Diketahui gambaran pola konsumsi indeks glikemik pada pasien Diabetes Melitus rawat jalan di RSUD M. Yunus Bengkulu

2. Tujuan khusus

a. Diketahui gambaran pola konsumsi indeks glikemik pada pasien Diabetes Melitus rawat jalan di RSUD Dr. M.Yunus Bengkulu Tahun 2025.

b. Diketahui gambaran karakteristik (jenis kelamin dan umur) pada pasien Diabetes Melitus rawat jalan di RSUD Dr. M.Yunus Bengkulu Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

   Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada masyarakat dalam melakukan pencegahan serta cara mengatasi terjadinya penyakit Diabetes Melitus.

2. Bagi Rumah sakit

   Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi Rumah sakit khususnya dalam hal penanganan pada pola konsumsi indeks glikemik pada Diabetes Melitus dengan selalu mengontrol kadar gula darah dan mengurangi konsumsi bahan makanan yang berindeks glikemik tinggi.

3. Bagi Peneliti lain

   Dalam menjalankan sebuah penelitiaan ini peneliti dapat menambah pemahaman mengenai pola konsumsi indeks glikemik pada kejadian diabetes melitus dan dapat menerapkan ilmu yang didapatkan dari penelitian ini

Komenkes
Poltekkes Bengkulu

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Jurnal	Judul penelitian	Metode penelitiaan	Hasil penelitian
1	Idris *et.al*(2014)	Pola makan dengan kadar gula darah pasien DM tipe 2	Cross sectional	Hasil penelitian bahwa pasien DM tipe 2 yang memiliki asupan karbohidrat kurang dari kebutuhan cenerung tidak mampu melakukan control kadar gula darah.
2	SartikaW, (2023)	Hubungan asupan karbohidrat, indeks glikemik dengan kadar glukosa darah penderita DM tipe 2 di wilayah kerja puskesmas lubuk buaya kota padang tahun 2023	cross sectional study	Hasil dari penelitian lebih dari (55,4%) kadar glukosa darah sewaktu responden tidak normal dengan rata-rata 198,93 mg/dl. Lebih dari setengah (62,5%) responden rmemiliki asupan karbohidrat lebih dari anjuran karbohidrat/hari dengan rata-rata 187,96 gram/hari. Lebih dari setengah (69,6%) responden mengkonsumsi karbohidrat dengan beban glikemik yang tinggi sebagian besar (80,4%) responden mengkonsumsi karbohidrat dengan dengan beban glikemik yang tinggi terdapat hubungan yang bermakna antara asupan karbohidrat dengan kadar glukosa darah sewaktu dengan keeratan hubungan yang kuat dan bersifat positif.

Kemenkes Poltekkes Bengkulu