BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus adalah salah satu tantangan kesehatan di seluruh dunia yang angkanya terus meningkat setiap tahunnya. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), diabetes melitus termasuk dalam sepuluh penyebab utama kematian di seluruh dunia. Diabetes Melitus tipe 2, yang mencakup sekitar 90–95% dari total kasus diabetes melitus, merupakan jenis yang paling umum dijumpai (Dong *et al.*, 2024). Data dari International Diabetes Federation (IDF) menunjukkan bahwa pada tahun 2021, lebih dari 537 juta orang dewasa di seluruh dunia hidup dengan diabetes, dan angka tersebut diprediksi akan meningkat menjadi 643 juta pada tahun 2030, serta 783 juta pada tahun 2045. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa diabetes melitus menjadi masalah kesehatan yang memberikan dampak besar terhadap aspek sosial dan ekonomi masyarakat yang memberikan dampak signifikan terhadap sistem kesehatan global (Internacional Diabetes Federation, 2023).

Di Indonesia, data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes mellitus telah mencapai 11,7% di kalangan orang berusia 15 tahun ke atas. Angka tersebut menunjukkan peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan survei sebelumnya, yang menunjukkan adanya tren kenaikan kasus dari tahun ke tahun. Selain itu,

Indonesia saat ini menempati urutan kelima di dunia dalam hal jumlah penderita diabetes. Peningkatan kasus diabetes melitus terjadi seiring dengan berbagai faktor, termasuk pola makan yang tidak sehat (tinggi gula dan rendah serat), kurangnya olahraga, obesitas, stres, serta kepatuhan yang rendah terhadap pengobatan dan perubahan gaya hidup (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Salah satu aspek penting dalam pengelolaan Diabetes Melitus tipe 2 adalah pengaturan kadar glukosa darah, yang bertujuan menjaga level gula tetap dalam batas normal. Pengaturan yang efektif dapat mengurangi kemungkinan terjadinya komplikasi jangka panjang, seperti masalah ginjal, gangguan penglihatan, kerusakan saraf, hingga penyakit jantung. Dalam rangka mengelola diabetes, pola makan menjadi salah satu pilar utama di samping pengobatan dan olahraga. Di antara berbagai elemen dalam pola makan, serat memiliki peranan penting karena mampu memperlambat proses penyerapan glukosa di saluran pencernaan, meningkatkan sensitivitas insulin, serta membantu menjaga kestabilan kadar gula darah setelah makan.

Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi serat yang cukup, terutama serat larut air seperti beta-glukan dan pektin, dapat berkontribusi pada perbaikan pengendalian glikemik pada penderita diabetes tipe 2. Akan tetapi, fakta di lapangan memperlihatkan bahwa asupan serat sebagian besar orang Indonesia masih jauh dari jumlah yang cukup. Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, sekitar 95% warga Indonesia tidak

mengonsumsi serat dalam jumlah yang dianjurkan (20–35 gram/hari). Situasi ini menjadi sebuah tantangan dalam manajemen diabetes, terutama bagi pasien yang mendapatkan perawatan di rumah sakit, di mana makanan yang mereka konsumsi diatur oleh lembaga pelayanan kesehatan (Hamzah, 2020).

Data dari Dinas Kesehatan Cirebon (2024) menunjukkan bahwa prevelensi diabetes di Cirebon menurun dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2024 tercatat 9.524 kasus diabetes di cirebon dibandingkan tahun sebelumnya berjumlah 21.231 kasus. Rumah Sakit Permata Cirebon, sebagai salah satu fasilitas pelayanan kesehatan utama di wilayah Cirebon, mengalami tantangan dalam memberikan pelayanan bagi pasien diabetes melitus. Data rekam medis di Rumah Sakit Permata Cirebon menunjukkan bahwa terdapat 904 pasien rawat inap menderita diabetes melitus.

Pasien dengan diabetes tipe 2 yang dirawat inap di rumah sakit menghadapi berbagai situasi yang rumit, termasuk stres fisik, perubahan metabolisme, keterbatasan dalam bergerak, serta pengaturan pola makan yang sering kali tidak sesuai. Makanan yang disediakan oleh rumah sakit, yang seharusnya disesuaikan dengan kondisi medis pasien, sering kali belum sepenuhnya mempertimbangkan aspek indeks glikemik (IG) dan kandungan serat pada menu yang disajikan. Ini dapat berdampak pada efektivitas pengendalian kadar glukosa dalam darah selama masa perawatan.

Penelitian yang sudah ada, yang dilakukan oleh para ahli lainnya, memang menunjukan bahwa asupan serat itu ada kaitannya dengan kadar gula dalam darah. Akan tetapi, penelitian tersebut kebanyakan mengambil sampel dari pasien yang berobat jalan atau masyarakat umum, bukan dari mereka yang sedang dirawat di rumah sakit. Tambahan lagi, riset-riset terdahulu itu lebih menyoroti total karbohidrat atau indeks glikemik makanan secara menyeluruh, tanpa menelusuri lebih dalam bagaimana serat bisa berperan dalam mengendalikan gula darah harian pasien Diabetes Melitus tipe 2 yang sedang diopname. Jadi, masih terdapat keterbatasan penelitian terkait asupan serat dan kendali glikemik pada pasien rawat inap, terutama dalam konteks rumah sakit di daerah Cirebon, yang sampai sekarang belum punya data spesifik mengenai hal ini.

Rumah Sakit Permata Cirebon dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan salah satu rumah sakit dengan fasilitas pelayanan kesehatan yang modern dan lengkap di wilayah Cirebon. Rumah sakit ini didukung oleh berbagai fasilitas penunjang medis, pelayanan rawat inap, instalasi gizi, laboratorium, serta tenaga kesehatan profesional dan dokter spesialis yang lengkap. Selain itu, rumah sakit ini memiliki lokasi yang strategis sehingga banyak menerima pasien rujukan dari berbagai daerah di wilayah Ciayumajakuning, seperti Kabupaten Kuningan, Majalengka, Indramayu, dan Kabupaten Cirebon.

Sebagai rumah sakit rujukan dari fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, Rumah Sakit Permata Cirebon melayani pasien dengan

kondisi penyakit yang beragam, termasuk pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan berbagai komplikasi maupun penyakit penyerta. Tingginya jumlah pasien diabetes melitus yang menjalani rawat inap menjadikan rumah sakit ini relevan sebagai lokasi penelitian mengenai gambaran asupan serat dan kendali glikemik pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Berdasarkan data penelitian dilakukan untuk mengetahui gambaran asupan serat dan kendali glikemik pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 yang sedang dirawat di Rumah Sakit Permata Cirebon. Riset ini penting secara keilmuan karena bisa melengkapi data yang masih kurang soal bagaimana asupan serat memengaruhi kendali glikemik pasien yang lagi dirawat. Lebih jauh lagi, temuan penelitian diharapkan berguna buat rumah sakit saat merancang standar makanan pasien diabetes yang lebih berdasarkan bukti, dan juga ikut membantu meningkatkan kualitas pelayanan gizi klinis.

B. Rumusan Masalah

Diabetes Melitus tipe 2 merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi insulin dan resistensi insulin. Salah satu faktor yang berperan dalam pengendalian kadar glukosa darah adalah asupan serat. Serat diketahui mampu memperlambat penyerapan glukosa, meningkatkan sensitivitas insulin, serta membantu menjaga kestabilan kadar gula darah. Namun, asupan serat pada sebagian besar masyarakat Indonesia masih rendah, termasuk pada pasien diabetes melitus yang menjalani perawatan di rumah sakit. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan kondisi kendali glikemik

pasien selama masa perawatan. Berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimana gambaran asupan serat dan kendali glikemik pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui Gambaran Asupan Serat Dan Kendali Glikemik Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Permata Cirebon

2. Tujuan Khusus

   a. Mengetahui karakteristik pasien Diabetes Melitus Tipe 2 rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon
   b. Menilai asupan serat pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon
   c. Menilai hasil glikemik pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 berdasarkan hasil pemeriksaan glukosa darah sewaktu, glukosa darah puasa, dan HbA1c

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait baik secara teoriti maupun secara praktis. Diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur ilmiah dalam bidang gizi klinik, khususnya mengenai gambaran asupan serat terhadap kendali glikemik pada pasien Diabetes Melitus tipe 2. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi mahasiswa atau peneliti lain yang tertarik meneliti gambaran asupan serat dengan pengendalian kadar glukosa darah.

2. Bagi Pasien

   Sebagai bahan masukkan pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dan diharapkan dapat menerapkan edukasi yang diberikan, dan meningkatkan pengetahuan.

3. Bagi Rumah Sakit

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berguna bagi tenaga kesehatan, khususnya ahli gizi dan dokter di Rumah Sakit Permata Cirebon, dalam merancang intervensi diet yang lebih tepat untuk pasien Diabetes Melitus tipe 2. Dengan memahami peran serat terhadap stabilitas kadar glukosa darah, diharapkan pengelolaan diet pasien dapat dilakukan secara lebih efektif selama masa perawatan.

4. Bagi Program Studi DIII Gizi Cirebon

   Dapat dijadikan bahan referensi, dijadikan sebagai sumber bacaan bagi mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon mengenai asupan serat dan kendali glikemik pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dan sebagai acuan peneliti lain untuk penelitian lebih lanjut.