

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus atau lebih dikenal dengan penyakit kencing manis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang saat ini banyak diderita oleh masyarakat di Indonesia. Penyakit ini dibedakan menjadi empat jenis, yaitu diabetes tipe 1, diabetes tipe 2, diabetes kehamilan, dan diabetes yang disebabkan karena penyakit lain (ADA, 2020). Menurut laporan Atlas IDF (2021), diperkirakan 20,4 juta penduduk Indonesia berusia 20 – 79 tahun akan menderita diabetes melitus tipe 2 pada tahun 2024. Hal ini menjadikan Indonesia sebagai peringkat kelima di dunia dalam jumlah penderita diabetes dewasa.

Data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menunjukkan prevalensi diabetes melitus pada semua usia penduduk di Jawa Barat mencapai 1,7% (SKI, 2023). Angka tersebut menunjukkan peningkatan prevalensi dibandingkan dengan tahun 2018 yaitu sebesar 1,3%. Peningkatan ini sejalan dengan perubahan pola hidup masyarakat yang cenderung mengadopsi gaya hidup negara barat, termasuk kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji yang tinggi karbohidrat dan lemak tetapi rendah serat. Pola konsumsi yang berlebihan berperan sebagai salah satu risiko utama terjadinya diabetes mellitus tipe 2 mencakup asupan karbohidrat, lemak, protein, dan total energi.

Rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pola makan yang sehat berkaitan erat dengan obesitas dan peningkatan kadar gula darah (Murwindra *et al.*, 2024). Hal ini dibuktikan pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Susanti and Bistara (2019) menyebutkan adanya hubungan signifikan antara pola makan dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus, dengan 45% pasien diabetes melitus yang mengalami hiperglikemia. Dalam hal ini, penyesuaian asupan makronutrien,

khususnya karbohidrat, menjadi sangat penting untuk membantu menjaga kestabilan kadar gula darah.

Upaya pencegahan diabetes melitus dapat dilakukan melalui perbaikan pola makan dengan pemilihan menu makanan yang sesuai (Amanina, 2015). Selain memperbaiki pola makan, penderita diabetes melitus juga disarankan untuk memperbanyak konsumsi serat, seperti buah-buahan, sayuran, dan biji-bijian (Rukmana, Sulistyawati and Herawati, 2019). Makanan tinggi serat memiliki kadar indeks glikemik rendah, jika dikonsumsi jangka panjang dapat membantu meningkatkan pengendalian kadar gula darah (Ayu and Surahman, 2022). Karbohidrat sebagai makronutrien memiliki dampak signifikan terhadap kadar gula darah dan insulin. Penderita diabetes tipe 2 sebaiknya mengonsumsi karbohidrat kompleks sesuai kebutuhan harian untuk menjaga stabilitas kadar gula darah (Al-Mssallem, Al-Qarni and Al-Jamaan, 2020)

Di rumah sakit, pasien diabetes mellitus tipe 2 memiliki kebutuhan gizi yang berbeda dibandingkan saat berada di rumah. Keberhasilan penatalaksanaan diabetes di rumah sakit tidak hanya bergantung pada aspek diet, tetapi juga melibatkan kolaborasi antar tenaga kesehatan, termasuk dokter, perawat, dan ahli gizi, yang merancang diet berdasarkan kebutuhan individual pasien. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Cirebon (2025) menunjukkan kenaikan prevalensi diabetes, Rumah Sakit Permata Cirebon menghadapi tantangan dalam memberikan penanganan bagi pasien diabetes mellitus tipe 2, terdapat 542 pasien rawat inap yang membutuhkan perhatian khusus dalam penerapan diet yang sesuai. Namun data mengenai penerapan penatalaksanaan diet diabetes melitus tipe 2 dan kesesuaian dengan kebutuhan karbohidrat di Rumah Sakit Permata Cirebon belum tersedia.

Berdasarkan uraian tersebut, perlu dilakukan pengkajian penatalaksanaan diet pasien diabetes melitus tipe 2 terutama berkaitan dengan asupan karbohidrat di Rumah Sakit Permata Cirebon.

B. Rumusan Masalah

Prevalensi diabetes di Jawa Barat mengalami peningkatan menjadi 1,7%. Peningkatan prevalensi diabetes sejalan dengan perubahan gaya hidup yang mengarah pada asupan makanan tinggi karbohidrat dan lemak, sementara kesadaran masyarakat terhadap pola makan yang sehat masih rendah. Berdasarkan uraian ini, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Terkait Asupan Karbohidrat dan Serat dalam Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penatalaksanaan diet diabetes melitus tipe 2 terkait asupan karbohidrat dan serat dalam perubahan kadar gula darah pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden penyakit Diabetes Melitus tipe 2 di ruang rawat inap Rumah Sakit Permata Cirebon.
- b. Mengetahui penatalaksanaan diet Diabetes Melitus yang diberikan pada responden di Rumah Sakit Permata Cirebon.
- c. Mengetahui asupan karbohidrat harian pada responden Diabetes Melitus tipe 2 di Rumah Sakit Permata Cirebon.
- d. Mengetahui asupan serat harian pada responden Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Permata Cirebon.
- e. Mengetahui kadar gula darah responden di Rumah Sakit Permata Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Rumah Sakit Permata Cirebon

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi bagi Rumah Sakit Permata Cirebon dalam penatalaksanaan diet diabetes melitus tipe 2.

2. Bagi Pasien/Keluarga

Pasien diharapkan dapat menambah pemahaman tentang diet diabetes melitus tipe 2 terutama asupan karbohidrat, agar pasien dapat mengikuti saran diet yang diberikan.

3. Bagi Prodi Gizi

Hasil penelitian dapat memperluas wawasan pengetahuan di bidang gizi dan dietetik serta dapat digunakan sebagai referensi untuk memperbaharui informasi mengenai penatalaksanaan diet diabetes melitus tipe 2.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk tulisan selanjutnya, khususnya mengenai penatalaksanaan diet diabetes melitus.