

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus atau kencing manis merupakan penyakit tidak menular yang harus mendapatkan perhatian khusus. Penyakit ini menjadi penyebab kematian tertinggi ketiga di Indonesia setelah stroke dan jantung. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022a). Penyakit ini ditandai dengan kenaikan kadar gula darah lebih dari batas normal (Bingga, 2021).

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit metabolisme yang disebabkan karena resistensi insulin dan disfungsi sel beta pankreas (Murtiningsih *et al.*, 2021). DM tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat secara global (Erdaliza *et al.*, 2024). Seseorang dapat didiagnosa DM apabila mempunyai gejala klasik seperti poliuria, polidipsia dan penurunan BB yang tidak bisa dijelaskan, disertai dengan pengukuran gula darah acak >200 mg/dL (Committee, 2024).

Konsumsi karbohidrat yang berlebihan menyebabkan peningkatan kadar gula dalam tubuh, pada penderita diabetes melitus kadar gula darah dipengaruhi konsumsi karbohidrat yang berlebihan (Fania *et al.*, 2024). Karbohidrat yang dikonsumsi akan dicerna dan diserap dalam bentuk monosakarida, terutama gula. Penyerapan gula menyebabkan peningkatan kadar gula dalam darah (Widyasari *et al.*, 2022).

Lemak dan protein merupakan komponen penting dalam pola makan seseorang, terutama bagi penderita diabetes. Selain berperan sebagai sumber energi, kedua makronutrien ini memiliki fungsi yang lebih spesifik dalam mengelola kadar gula darah dan kesehatan metabolik secara keseluruhan (Widiastuti *et al.*, 2024). Tubuh antara lain menggunakan protein sebagai sumber energi. Karena banyak bentuk asam amino memasuki jalur metabolisme khususnya melalui proses glukoneogenesis yang menghasilkan karbohidrat protein dapat diubah menjadi energi (Harray *et al.*, 2022 dalam Ridwanto *et al.*, 2024).

Salah satu faktor gizi yang membuat kadar glukosa darah meningkat diatas normal adalah persentase lemak tubuh, karena besarnya timbunan lemak didalam tubuh dapat menimbulkan resistensi insulin, kerja insulin akan terhambat dan dapat menimbulkan kadar glukosa darah meningkat drastis (Azizah, 2020). Kelebihan lemak dapat meningkatkan terjadinya resistensi insulin. Seseorang dengan persentase lemak yang tinggi mempunyai tingkat kewaspadaan akan terkena penyakit DM tipe 2 jauh lebih besar jika dilihat lagi pada seseorang persentase lemak tubuh normal. Seseorang memiliki Indeks massa tubuh normal namun lemak tubuhnya tinggi, risiko terkena diabetes tetap tinggi (Zhao *et al.*, 2017 dalam Maulidah, 2024)

Serat adalah salah satu nutrisi mikro penting bagi penderita diabetes melitus. Rekomendasi konsumsi serat adalah 20-35 gram per hari (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKENI), 2021). Serat termasuk dalam karbohidrat kompleks yang baik untuk dikonsumsi oleh penderita diabetes melitus. Konsumsi serat dapat menimbulkan rasa kenyang. Serat juga

mengandung kalori rendah serta kandungan indeks glikemik rendah sehingga mampu menurunkan kadar glukosa darah dalam tubuh (Paruntu *et al.*, 2019).

Jumlah penderita diabetes di dunia tahun 2021 sebanyak 537 juta jiwa pada usia produktif hingga lansia yaitu diantara 20-79 tahun, hal tersebut menunjukkan bahwa pada tiap 10 orang terdapat 1 orang yang menderita diabetes dan diperkirakan akan terus bertambah seiring berjalannya waktu (IDF Atlas, 2021). WHO menyatakan bahwa diabetes melitus pada tahun 2022 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 diabetes (Ariyanti *et al.*, 2025). Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan data prevalensi diabetes pada *penduduk* semua umur berdasarkan diagnosis dokter 1,7%. Sedangkan prevalensi diabetes pada penduduk umur ≥ 15 tahun berdasarkan diagnosis dokter 2,2% dan berdasarkan pemeriksaan kadar gula darah 11,7% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023).

Indonesia adalah salah satu dari 38 negara dan wilayah IDF wilayah Pasifik Barat. 589 juta orang menderita diabetes di dunia dan 215 juta orang di Wilayah Pasifik Barat; pada tahun 2050 diperkirakan akan meningkat menjadi 254 juta. Pada tahun 2024, Indonesia diperkirakan memiliki lebih dari 20 juta penderita diabetes melitus. Prevalensi diabetes di Indonesia semakin meningkat, tahun 2024 mencapai 11,3% prevalensi diabetes pada orang dewasa (International Diabetes Federation, 2025c). Atlas Diabetes Federasi Diabetes

Internasional (IDF) terbaru (2025) melaporkan bahwa 11,1% - atau 1 dari 9 - dari populasi dewasa (20-79 tahun) hidup dengan diabetes, dengan lebih dari 4 dari 10 tidak menyadari bahwa mereka memiliki kondisi tersebut. Pada tahun 2050, proyeksi kami menunjukkan bahwa 1 dari 8 orang dewasa, sekitar 853 juta, akan hidup dengan diabetes, meningkat 46%. (International Diabetes Federation, 2025a)

Data Dinas Kesehatan Kota Cirebon (Dinas Kesehatan Kota Cirebon, 2025), jumlah penderita Diabetes Melitus pada tahun 2024 tercatat sebanyak 9.547 orang. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk meneliti “Studi Kasus Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 terhadap Asupan Zat Gizi Makro dan Serat pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon”.

B. Rumusan Masalah

Penyakit diabetes melitus termasuk penyakit yang paling banyak diderita oleh orang di seluruh dunia dan berada di urutan keempat dari prioritas penelitian penyakit degeneratif di seluruh negara. DM tipe 2 merupakan salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat secara global. Tatalaksana diet adalah salah satu layanan yang diberikan ke pasien DM di Rumah Sakit. Asupan gizi pasien sangat dipengaruhi oleh tatalaksana diet. Pertanyaan penelitian ini adalah “Bagaimana penatalaksanaan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2 memengaruhi pemenuhan gizi sesuai syarat dan prekripsi diet asupan zat gizi makro dan kecukupan asupan serat pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penatalaksanaan diet diabetes melitus tipe 2 terhadap asupan zat gizi makro dan serat pada pasien ruang rawat inap di Rumah Sakit Permata Cirebon.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran umum Rumah Sakit Permata Cirebon.
- b. Mengetahui data karakteristik pasien diabetes melitus tipe 2.
- c. Mendeskripsikan tahap penatalaksanaan diet diabetes melitus tipe 2 yang diberikan pada pasien di ruang rawat inap Rumah Sakit Permata Cirebon.
- d. Menilai asupan zat gizi makro (Protein, Lemak dan Karbohidrat) yang menjalani perawatan rawat inap pada pasien penderita diabetes melitus tipe 2.
- e. Menilai asupan serat yang dikonsumsi oleh pasien yang menjalani perawatan di ruang rawat inap Rumah Sakit Permata Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah pengetahuan, wawasan, serta pengalaman peneliti dalam bidang gizi klinik, khususnya mengenai penatalaksanaan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi ilmiah dan sumber informasi tambahan bagi institusi dalam pengembangan kegiatan akademik, khususnya pada bidang gizi klinik dan manajemen diet rumah sakit.

3. Bagi Rumah Sakit Permata Cirebon

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi pihak rumah sakit dalam meningkatkan mutu pelayanan gizi dan efektivitas penerapan diet pada pasien diabetes melitus tipe 2.

4. Bagi Responden/Pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada responden, sehingga responden tetap senantiasa melaksanakan diet diabetes melitus tipe 2 selama rawat inap.