

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus tipe 2 adalah kondisi ketika tubuh tidak dapat lagi menghasilkan insulin. Insulin yang dihasilkan tersebut tidak cukup untuk menyeimbangkan resistensi insulin sel-sel pada tubuh. Hal inilah yang dapat mengakibatkan peningkatan glukosa darah (Webber, 2021).

Prinsip 3J (jumlah, jenis, dan jadwal makan) menjadi panduan dalam pengaturan pola makan pasien diabetes. Kesesuaian makanan yang diberikan berdasarkan prinsip ini berperan penting dalam perubahan kadar glukosa darah. Namun, ketidaksesuaian makanan dengan anjuran diet dapat menjadi hambatan utama dalam pengendalian glukosa darah (Kemenkes RI, 2019).

Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan terjadinya peningkatan prevalensi penderita diabetes melitus berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk > 15 tahun di Indonesia sebanyak 0,2% yaitu dari tahun 2018 sebesar 2,0% menjadi 2,2% di tahun 2023. Salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki jumlah penduduk terbanyak adalah Jawa Barat. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, terdapat kenaikan prevalensi penderita diabetes melitus berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk > 15 dari 1,7% pada tahun 2018 menjadi 2,2% pada tahun 2023 di Provinsi Jawa Barat (Kementerian Kesehatan, 2023). Didapatkan data dari Dinas Kesehatan Kota Cirebon jumlah penderita diabetes melitus yaitu sebesar 9.524 kasus yang tercatat pada tahun 2025 (Dinas Kesehatan Kota Cirebon, 2025).

Peningkatan kasus diabetes melitus disebabkan oleh berbagai faktor. Faktor-faktor tersebut yaitu obesitas, hipertensi, dislipidemia, aktivitas fisik kurang, konsumsi makanan yang tidak sehat, serta mengandung glukosa yang tinggi. Rendahnya konsumsi serat juga termasuk dalam faktor penyebab diabetes melitus (Widiasari *et al.*, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Momongan *et al.*, (2019) menunjukkan bahwa sebagian besar responden (82,4%) mengonsumsi indeks glikemik tinggi dan memiliki kadar glukosa darah sewaktu yang tidak terkontrol. Sedangkan responden yang mengonsumsi indeks glikemik rendah dan memiliki kadar glukosa darah sewaktu terkontrol hanya sebesar 14,7%. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara indeks glikemik bahan makanan dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Salah satu upaya untuk menjaga kadar glukosa darah agar terkontrol bagi penderita diabetes melitus adalah dengan melakukan 5 pilar penatalaksanaan diet diabetes melitus. Kelima pilar tersebut meliputi edukasi, perencanaan makan, latihan jasmani, intervensi farmakologis dan pemeriksaan gula darah. Kelima pilar ini penting untuk dijalankan secara konsisten guna mencapai kontrol gula darah yang optimal dan mencegah komplikasi. (Dion *et al.*, 2021).

Terdapat 52% pasien diabetes di Rumah Sakit X yang mengalami ketidaksesuaian antara preskripsi diet yang diberikan dengan kebutuhan gizi pada individu. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan standar diet rumah sakit dan kesalahan perhitungan kebutuhan gizi (Handayani *et al.*, 2019). Ketidaksesuaian diet pada pasien diabetes dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti rendahnya pengetahuan pasien tentang penyakit diabetes dan diet yang harus dijalani, kurangnya dukungan keluarga, serta minimnya pemanfaatan kesehatan untuk edukasi diet (Sudirman *et al.*, 2014).

Faktor lain yang berperan adalah karakteristik personal pasien dan kondisi ekonomi. Ketidaksesuaian diet ini menyebabkan pasien sulit untuk mengontrol kadar gula darah, sehingga dapat meningkatkan risiko komplikasi diabetes (Laia *et al.*, 2022).

Alasan memilih Rumah Sakit Permata Cirebon sebagai objek penelitian karena terdapat jumlah pasien diabetes melitus tipe 2 rawat inap yang cukup banyak yaitu berjumlah 904 pasien pada periode Januari – Desember 2025, dengan rincian 414 pasien laki-laki dan 490 pasien perempuan. Data ini berasal dari catatan rekam medik pasien. Kemudian, akan dilakukan penatalaksanaan diet mengenai penyakit tersebut. Setelah uraian latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Terkait dengan Kesesuaian Diet dan Kategori Asupan Indeks Glikemik terhadap Perubahan Glukosa Darah pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus)”.

B. Rumusan Masalah

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit yang prevalensinya semakin meningkat setiap tahun. Sebagai contoh, terdapat peningkatan prevalensi kasus ini dari 1,7% tahun 2018 menjadi 2,2% pada tahun 2023 di Jawa Barat. Penatalaksanaan diet menjadi aspek penting dalam pengendalian penyakit ini. Kesesuaian diet pasien dan konsumsi makanan dengan indeks glikemik yang tepat berpengaruh terhadap keseimbangan kadar glukosa darah. Berdasarkan uraian ini didapatkan rumusan masalah penelitian “Bagaimana Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Terkait dengan Kesesuaian Diet dan Kategori Asupan Indeks Glikemik terhadap Perubahan Glukosa Darah pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus)?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Terkait dengan Kesesuaian Diet dan Kategori Asupan Indeks Glikemik terhadap Perubahan Glukosa Darah pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus).

2. Tujuan Khusus.

- a. Mengetahui gambaran umum Rumah Sakit Permata Cirebon
- b. Mengetahui karakteristik responden penyakit diabetes melitus tipe 2 di ruang rawat inap Rumah Sakit Permata Cirebon
- c. Mengetahui penatalaksanaan diet diabetes melitus yang diberikan pada responden di Rumah Sakit Permata Cirebon
- d. Mengetahui kesesuaian diet pasien di Rumah Sakit Permata Cirebon
- e. Mengetahui kategori asupan indeks glikemik yang dikonsumsi responden di Rumah Sakit Permata Cirebon
- f. Mengetahui perubahan glukosa darah responden di Rumah Sakit Permata Cirebon

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Rumah Sakit Permata Cirebon

Sebagai bahan informasi dari hasil Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Terkait dengan Kesesuaian Diet dan Kategori Asupan Indeks Glikemik terhadap Perubahan Glukosa Darah pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus).

2. Bagi Program Studi D III Gizi Cirebon

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi Program Studi D III Gizi Cirebon sebagai bahan bacaan mengenai penatalaksanaan diet diabetes melitus tipe 2.

3. Bagi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Penelitian ini memberikan informasi pada responden terkait penyakit diabetes melitus tipe 2, menerapkan edukasi yang akan diberikan, dan meningkatkan pengetahuan mengenai diet diabetes melitus tipe 2.

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan keterampilan, wawasan, serta pengetahuan dalam bidang gizi klinik, khususnya dalam hal Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Terkait dengan Kesesuaian Diet dan Kategori Asupan Indeks Glikemik terhadap Perubahan Glukosa Darah pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus).