

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit kronis yang menjadi suatu masalah kesehatan yang utama saat ini. Diabetes melitus adalah penyakit metabolik kronis yang disebabkan oleh kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang meningkat melebihi batas normal (PERKENI, 2019). Diabetes merupakan salah satu penyakit yang tidak menular (PTM) yang menjadi prioritas di dunia saat ini (Suhita, dkk., 2021).

Indonesia adalah negara yang berada di Asia tenggara yang termasuk pada daftar 10 peringkat dunia yang memiliki prevalensi Diabetes Melitus tertinggi (Kemenkes, 2020). Berdasarkan data Riskesdas pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi Diabetes melitus berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk usia  $\geq 15$  tahun di Indonesia sebesar 2% dan prevalensi di Jawa Timur sebesar 2,6% (Riskesdas, 2018). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Malang Tahun 2021, Puskesmas Dinoyo menempati urutan tertinggi jumlah pasien Diabetes Melitus dengan jumlah pasien Diabetes Melitus sebanyak 2.173 jiwa.

Penderita penyakit Diabetes Melitus (DM) harus mengendalikan jenis makanan, jumlah makanan yang dikonsumsi serta waktu makanan yang mengandung indeks glikemik yang tinggi dalam rentang normal agar penderita Diabetes Melitus (DM) terhindar dari masalah komplikasi. Jika semakin tinggi nilai indeks glikemik pada bahan makanan yang dikonsumsi maka semakin cepat kenaikan kadar glukosa dalam darah. Pasien diabetes yang sering mengonsumsi makanan dengan indeks glikemik yang tinggi, maka akan berdampak pada hiperglikemik hingga komplikasi diabetes seperti katarak, gagal ginjal, serangan jantung koroner, gangren, ketoasidosis, hingga stroke (Almatsier, 2006).

Pengendalian kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2 berhubungan erat dengan faktor perencanaan makan atau pola makan, karena hal ini disebabkan oleh asupan makan berlebih yang dapat mengakibatkan peningkatan kadar glukosa darah (Qurrataueni, 2009). Pengendalian tersebut guna mencegah peningkatan kadar glukosa dalam

darah agar tetap berada dalam batas normal (Arviani, 2015). Tetapi, kadar glukosa darah yang normal sangat sulit dipertahankan karena penderita Diabetes Melitus kurang memperhatikan pola makan atau tidak mampu mengurangi jumlah asupan makan yang dikonsumsi (Soegondo, 2009).

Pengetahuan pasien tentang diabetes melitus adalah alat yang membantu mereka mengelola diabetes mereka, membantu mereka untuk belajar lebih banyak dan lebih baik. Lorga et al. (2012) menjelaskan bahwa pengetahuan masyarakat yang lebih tinggi akan meningkatkan kesadaran akan kesehatan terutama dalam usaha-usaha untuk mengurangi keluhan Diabetes Mellitus Tipe 2 yang dialami. Pengetahuan masyarakat adalah sebagai dasar untuk mengetahui gaya hidup dan perilaku dalam masyarakat sehingga pengetahuan adalah sebagai kunci penentu untuk dapat membedakan orang yang berisiko dan orang yang bebas risiko dari penyakit Diabetes Mellitus Tipe 2.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin mengetahui hubungan tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan kandungan indeks glikemik makanan yang dikonsumsi terhadap kadar glukosa darah pasien diabetes

## **B. Rumusan Masalah**

Bagaimana hubungan tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan kandungan indeks glikemik makanan yang dikonsumsi terhadap kadar glukosa darah pasien diabetes?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan kandungan indeks glikemik makanan yang dikonsumsi terhadap kadar glukosa darah pasien diabetes

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2
- b. Menganalisis tingkat pengetahuan gizi pada pasien Diabetes Melitus Tipe

- c. Menganalisis kandungan indeks glikemik pada makanan yang dikonsumsi pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2
- d. Menganalisis Asupan zat gizi makro pasien Diabetes Melitus (DM) Tipe 2
- e. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan kandungan indeks glikemik makanan yang dikonsumsi terhadap kadar glukosa darah pasien diabetes

## D. Manfaat Penelitian

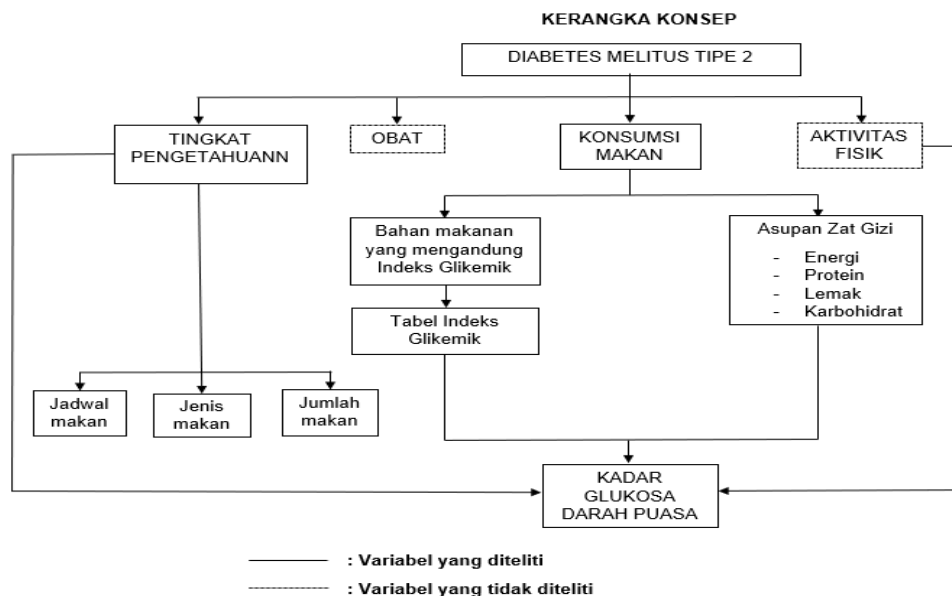
### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat guna menambah sumber kajian bagi penelitian sejenis hubungan tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan kandungan indeks glikemik makanan yang dikonsumsi terhadap kadar glukosa darah pasien Diabetes Melitus Tipe 2

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengonsumsi bahan makanan yang rendah kandungan indeks glikemik sebagai alternatif penyembuhan pasien diabetes melitus.

## E. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka konsep penelitian

Berdasarkan Gambar 1. Kerangka konsep penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan gizi, asupan zat gizi makro dan kandungan indeks glikemik makanan yang dikonsumsi terhadap kadar glukosa darah pasien Diabetes Melitus Tipe 2, dapat diketahui bahwa penderita Diabetes Melitus Tipe 2 dapat disebabkan karena tingkat pengetahuan, konsumsi jenis bahan makanan yang mengandung Indeks Glikemik yang tinggi, asupan zat gizi makro yang berlebihan yang dapat meningkatkan kadar glukosa dalam darah.

#### **F. Hipotesis Penelitian**

- a. Ada hubungan tingkat pengetahuan gizi dengan kadar glukosa darah
- b. Ada hubungan asupan zat gizi makro dengan kadar glukosa darah

Ada hubungan indeks glikemik makanan dengan kadar glukosa dalam darah