

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi mengakibatkan terjadinya pergeseran pola penyakit. Faktor infeksi yang lebih dominan sebagai penyebab timbulnya penyakit seperti infeksi cacicng dan infeksi saluran pernafasan akut (ISPA), bergeser menjadi faktor perilaku (gaya hidup). Selain perubahan gaya hidup, kemajuan zaman juga mengubah sosial ekonomi masyarakat di negara maju maupun di negara berkembang.⁽¹⁾ Hal tersebut menyebabkan meningkatnya jumlah masyarakat yang terkena penyakit tidak menular atau penyakit degeneratif.

Organisasi kesehatan dunia tahun 2012 menjelaskan bahwa penyakit diabetes melitus menempati posisi keempat yang merupakan risiko kematian terbesar di dunia dengan jumlah penderita diabetes melitus didunia mencapai 347 juta orang dan lebih dari 80% kematian yang diakibat diabetes melitus terjadi pada negara miskin dan berkembang.⁽²⁾

Penyakit diabetes melitus (DM) berhubungan dengan hipertensi dan gangguan metabolik lainnya atau yang disebut DM dengan komplikasi. Komplikasi terutama disebabkan oleh sistem arteri dan saraf. Komplikasi meliputi retinopati diabetes yang dapat menyebabkan kebutaan, nefropati diabetes yang berpotensi terjadinya gagal ginjal, ulserasi kaki yang dapat menyebabkan gangren dan penyakit kardiovaskular (penyakit jantung koroner dan stroke).⁽³⁾

Masalah DM di negara-negara berkembang menunjukkan peningkatan yang cukup tinggi pada jumlah penderita DM di negara Asia Tenggara termasuk Indonesia. Meningkatnya prevalensi DM di beberapa negara berkembang terjadi karena peningkatan kemakmuran di negara tersebut.⁽⁴⁾

Penderita DM di Indonesia diperkirakan pada tahun 2030 prevalensi mencapai 21,3 juta orang dan mayoritas kelompok usia yang terkena DM sekitar 45 sampai 64 tahun.⁽⁵⁾ Berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, DM menduduki peringkat keenam sebagai penyebab kematian.⁽⁶⁾ Peningkatan prevalensi DM pada tahun 2007 dan 2013 adalah 1,1 % menjadi 2,4 %. Data Riskesdas tahun 2007 menunjukkan proporsi penyebab kematian akibat DM pada kelompok usia 45-54 tahun di daerah perkotaan penderita DM sebanyak 14,7%. Sedangkan daerah pedesaan, penderita DM sebanyak 5,8%.⁽⁵⁾

Prevalensi kejadian DM di Sumatera Barat adalah 1,3 % dan diabetes yang terdiagnosis dokter atau gejala sebesar 1,8%. DM termasuk dalam 10 penyebab kematian terbanyak di Kota Padang pada tahun 2013.⁽⁷⁾ Data yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kota Padang, penderita DM yang berobat ke rumah sakit pada tahun 2012 tercatat kasus baru rawat jalan sebanyak 1.349 orang dan jumlah pasien yang keluar dari rawat inap 4.818 orang.⁽⁸⁾

DM merupakan suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh peningkatan kadar glukosa darah (hiperglikemia) akibat kekurangan insulin baik absolut maupun relatif.⁽⁹⁾ Peningkatan glukosa dalam darah terjadi akibat adanya gangguan pada sistem gangguan metabolisme tubuh.

Penelitian yang dilakukan Hanum pada pasien DM tipe 2 di RSUD Kota Cilegon didapatkan rata-rata kadar glukosa darah puasa $202,97 \text{ mg/dl} \pm 73,353 \text{ mg/dl}$ dengan nilai terendah 102 mg/dl dan nilai tertinggi 377 mg/dl. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki kadar glukosa darah puasa diatas nilai normal.⁽¹⁰⁾

Penyakit DM sangat terkait dengan pola perilaku, termasuk pola makan dan aktifitas fisik. Konsumsi makanan yang mengandung indeks glikemik (IG) tinggi

dapat meningkatkan kadar glukosa darah. Dalam pengontrolan kadar gula darah perlu dilaksanakan diet dengan pemilihan bahan makanan yang mengandung IG rendah.⁽¹⁾

IG adalah tingkatan pangan yang mempunyai efek terhadap peningkatan kadar glukosa darah. Penelitian yang dilakukan oleh Rinnelya menyatakan bahwa IG yang tinggi bila dikonsumsi akan meningkatkan kadar glukosa dalam darah dengan cepat dalam jumlah yang tinggi.⁽¹¹⁾ Sebaliknya, pangan dengan IG rendah dapat memperbaiki pengendalian metabolik pada penderita DM tipe 2.⁽¹⁾ Hal tersebut menunjukkan bahwa karbohidrat yang berbeda akan memberikan efek berbeda pada kadar glukosa darah dan respon insulin, walaupun diberikan dalam jumlah (gram) yang sama.

Upaya untuk mengendalikan kadar glukosa darah agar terhindar dari penyakit-penyakit metabolik adalah dengan cara pemilihan makanan yang memiliki IG yang rendah. Peran pangan yang IG rendah akan dicerna dan diubah menjadi glukosa secara bertahap dan perlahan sehingga puncak kadar glukosa dalam darah juga akan rendah yang fluktuasi meningkat. Hal ini akan mempengaruhi sekresi insulin dan pemakaian glukosa di sel hati sehingga glukosa darah akan berkurang. Banyak masyarakat yang belum memahami tentang pentingnya pengaruh IG terhadap kadar glukosa darah seseorang.⁽¹²⁾

Data yang didapatkan dari rekam medik pasien rawat jalan RSUP. Dr. M. Djamil Padang mengalami peningkatan dari tahun 2014 sampai 2015, dengan jumlah pasien rawat jalan tahun 2014 berjumlah 784 dan pada tahun 2015 berjumlah 849 orang.⁽¹³⁾ DM merupakan salah satu penyakit yang menjadi masalah kesehatan masyarakat. DM tercantum dalam urutan keempat prioritas penelitian nasional untuk penyakit degeneratif setelah penyakit kardiovaskuler, serebrovaskuler dan geriatri.⁽¹⁾

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Konsumsi Bahan Makanan Sumber Indeks Glikemik Tinggi dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus di Poliklinik Khusus Penyakit Dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016”.

1.2 Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan konsumsi bahan makanan sumber indeks glikemik tinggi dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di Poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan konsumsi bahan makanan sumber indeks glikemik tinggi dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di Poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui rata-rata kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di Poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.
2. Mengetahui rata-rata konsumsi karbohidrat indeks glikemik tinggi pada pasien diabetes melitus di Poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.
3. Mengetahui rata-rata konsumsi minuman indeks glikemik tinggi pada pasien diabetes melitus di Poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.

4. Mengetahui rata-rata konsumsi buah-buahan indeks glikemik tinggi pada pasien diabetes melitus di Poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.
5. Mengetahui hubungan konsumsi karbohidrat indeks glikemik tinggi dengan kadar glukosa darah pasien diabetes melitus di poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.
6. Mengetahui hubungan konsumsi minuman indeks glikemik tinggi dengan kadar glukosa darah di poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.
7. Mengetahui hubungan konsumsi buah-buahan indeks glikemik tinggi dengan kadar glukosa darah di poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman serta dapat mengembangkan kemampuan di bidang penelitian gizi klinik khususnya DM. Dapat mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh penulis selama mengikuti pendidikan di S1 Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.4.2 Bagi Responden

Sebagai masukan bagi pasien DM mengenai konsumsi bahan makanan sumber indeks glikemik tinggi hubungannya terhadap penyakit DM agar pasien dapat mengontrol kadar glukosa darah dan mencegah terjadinya komplikasi.

1.4.3 Bagi Institusi

Dapat menambah informasi Poliklinik penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tentang hubungan konsumsi bahan makanan sumber indeks glikemik tinggi dengan penyakit DM.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini tentang konsumsi bahan makanan sumber indeks glikemik tinggi dengan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus di poliklinik khusus penyakit dalam RSUP Dr. M. Djamil Padang tahun 2016. Variabel dependen pada penelitian ini adalah kadar glukosa darah sedangkan variabel independennya adalah konsumsi bahan makanan sumber indeks glikemik tinggi. Penelitian ini akan dilakukan pada tahun 2016 dengan menggunakan desain *crosssectional*.

