

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hiperglikemia merupakan kondisi klinis yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa dalam darah hingga melampaui nilai normal. Keadaan ini menjadi salah satu karakteristik utama pada berbagai gangguan metabolik, terutama diabetes melitus. Diabetes melitus (DM) adalah kelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan terjadinya hiperglikemia sebagai konsekuensi dari gangguan sekresi insulin, gangguan kerja insulin, maupun kombinasi dari kedua mekanisme tersebut (Perkeni, 2021). Diagnosa diabetes ditegakkan apabila kadar glukosa darah puasa >126 mg/dl atau kadar glukosa darah sewaktu >200 mg.dl (Tri Wahyuni Ismoyowati et al., 2025). Secara umum, diabetes melitus terbagi menjadi tiga tipe utama, yaitu diabetes melitus tipe I, diabetes melitus tipe II, dan diabetes melitus gestasional. Di antara ketiga tipe tersebut, diabetes melitus tipe II merupakan penyakit yang paling banyak ditemukan pada Masyarakat. Kondisi ini berawal dari munculnya hiperglikemia akibat berkurangnya kemampuan sel-sel tubuh dalam memberikan respons yang optimal terhadap insulin, sehingga terjadi keadaan yang dikenal sebagai resistensi insulin (International Diabetes Federation, 2026).

Diabetes melitus tipe II merupakan penyakit metabolik kronis yang terjadi Ketika tubuh tidak mampu memanfaatkan insulin secara optimal. Kondisi ini ditandai oleh defisiensi insulin relatif yang muncul sebagai akibat gangguan fungsi sel β pankreas serta adanya resistensi insulin pada jaringan tubuh. Gejala klinis yang umum ditemukan meliputi polyuria, polydipsia, polifagia, serta penurunan berat badan yang terjadi tanpa penyebab yang dapat dijelaskan (Widiasari et al., 2021).

Menurut World Health Organization (2022), jumlah penderita diabetes melitus secara global mengalami kenaikan yang sangat pesat, yaitu dari 200 juta orang pada tahun 1990 menjadi 830 juta orang pada tahun 2022. Namun, peningkatan jumlah penderita tersebut belum diikuti dengan optimal cakupan pengobatan. Pada tahun 2022 tercatat lebih dari 59% orang dewasa berusia ≥ 30 tahun yang hidup dengan diabetes belum mengonsumsi obat sebagai

bagian dari pengendalian penyakit. Kondisi ini paling banyak dijumpai di negara-negara dengan tingkat pendapatan rendah dan menengah, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko komplikasi diabetes sekaligus memperberat beban sistem pelayanan kesehatan Masyarakat (World Health Organization, 2022).

Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus tipe II mencapai 1,7%. Di Provinsi Nusa Tenggara Timur mencatatkan prevalensi 1,2% pada tahun yang sama (Survei Kesehatan Indonesia (SKI), 2023). Menurut Profil Kesehatan Kota Kupang tahun 2023, total penderita diabetes melitus yang telah menerima pelayanan Kesehatan sesuai standar di Kota Kupang mencapai 4.533 orang (Dinas Kesehatan Kota Kupang, 2023). Dan berdasarkan data yang didapat dari Puskesmas Oesapa, total pasien yang tercatat selama periode Januari hingga Desember 2025 berjumlah 1.234 pasien.

Meningkatnya prevalensi diabetes melitus tipe II di pengaruhi oleh berbagai faktor risiko, terutama yang berkaitan dengan gaya hidup. Pola konsumsi yang tidak sehat, rendahnya aktivitas fisik, serta obesitas adalah faktor yang berkontribusi terhadap munculnya penyakit ini. Konsumsi makanan dalam jumlah yang berlebihan dapat meningkatkan peluang seseorang mengalami diabetes melitus tipe II. Selain itu, pola makan yang didominasi oleh asupan karbohidrat tinggi dan tidak diimbangi dengan konsumsi serat yang memadai berperan dalam terjadinya gangguan metabolisme glukosa. Kondisi tersebut menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah akibat gungsi insulin, sementara asupan karbohidrat yang berlebihan juga diketahui memengaruhi kadar glukosa darah serta sekresi insulin (Widyasari et al., 2022).

Hasil penelitian Metta Yunali (2023) menunjukkan bahwa sebagian besar penderita diabetes melitus tipe II (86,5%) di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang memiliki asupan karbohidrat yang melebihi rekomendasi harian. Asupan karbohidrat yang berlebihan tersebut dapat meningkatkan risiko terjadinya dan memperburuk kondisi diabetes melitus, karena karbohidrat yang dikonsumsi akan diubah menjadi glukosa dalam tubuh sehingga meningkatkan

kadar gula darah dan merangsang pelepasan insulin secara terus menerus (Puteri, 2023).

Hasil penelitian Fhatin Hamama (2023) menunjukkan bahwa 76,8% penderita diabetes mengonsumsi asupan serat yang kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang, Asupan serat yang kurang menjadi salah satu faktor yang berpotensi memengaruhi pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II, karena serat membantu memperlambat penyerapan glukosa dalam darah sehingga kadar gula tetap lebih stabil (Hamama et al., 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat diketahui bahwa tingginya kejadian diabetes mellitus berkaitan dengan pola makan, khususnya asupan karbohidrat yang berlebihan dan rendahnya asupan serat. Pola konsumsi tersebut berperan dalam peningkatan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan mengetahui gambaran asupan karbohidrat dan asupan serat, serta kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang penelitian, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gamabaran Asupan Karbohidrat dan Asupan Serat serta Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Oesapa Kota Kupang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran mengenai asupan karbohidrat, asupan serat, serta kadar gula darah pada pasien diabetes melitus Tipe II di UPTD Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat asupan karbohidrat pada pasien diabetes melitus tipe II di UPTD Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
- b. Untuk mengetahui tingkat asupan serat pada pasien diabetes melitus tipe II di UPTD Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

- c. Untuk mengetahui kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II di UPTD Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
- d. Untuk mengetahui gambaran asupan karbohidrat dan asupan serat berdasarkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II di UPTD Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan
Sebagai sumber informasi bagi mahasiswa yang dapat digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya.
2. Bagi Puskesmas
Menjadi sumber informasi yang dapat melengkapi data mengenai gambaran tingkat asupan karbohidrat, asupan serat, dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
3. Bagi Peneliti
Menjadi sarana bagi peneliti untuk meningkatkan pengetahuan, memperluas wawasan, serta memperoleh pengalaman mengenai gambaran asupan karbohidrat, asupan serat, dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Oesapa Kota Kupang.

E. Keaslian Penelitian

Table 1. Keaslian Penelitian

No	Nama Penelitian	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1.	(Fhatin et al., 2024)	Hubungan asupan serat dengan kadar glukosa darah penderita diabetes melitus tipe II di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 76,8% penderita diabetes mengonsumsi asupan serat yang kurang.	Variabel yang diteliti sama yaitu asupan serat.	Jenis penelitian yang digunakan menggunakan penelitian analitik, sedangkan jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif observasional, selain itu, penelitian ini dilakukan pada lokasi yang berbeda, yaitu di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang.
2.	(Metta Yunali, 2023)	Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Status Gizi Dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Andalas Pandang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 85% responden memiliki asupan karbohidrat diatas anjuran harian. Rata-rata asupan karbohidrat mencapai 75% per hari.	Variabel yang diteliti sama yaitu asupan karbohidrat.	Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian analitik, sedangkan jenis penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif observasional, selain itu, penelitian ini dilakukan pada lokasi yang berbeda, yaitu di wilayah kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang.