

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN, ASUPAN KARBOHIDRAT DAN SERAT
DENGAN PENGENDALIAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE II RAWAT JALAN
DI RSUD DR. MOEWARDI SURAKARTA**

SKRIPSI



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh:

UCIK WITASARI PRIHATIN

J 310 040 003

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2008

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perubahan pola makan serba *instant*, tinggi lemak, banyak mengandung gula dan protein, ditambah kurangnya olahraga menjadikan semakin banyak orang mengalami obesitas. Kondisi ini harus dicegah karena selain mengurangi estetika penampilan diri, obesitas juga memicu timbulnya beragam penyakit seperti diabetes melitus (DM).

Diabetes melitus merupakan penyakit endokrin yang paling umum ditemukan. Penyakit ini ditandai oleh naiknya kadar gula darah (hiperglikemia) dan tingginya kadar gula darah dalam urin (glikosuria) (Budiyanto, 2002). Diantara tipe DM yang ada, DM tipe II adalah jenis yang paling banyak ditemukan (lebih dari 90%). Kecepatan DM tipe II di Indonesia berkisar antara 1,5-2,3% kurang lebih 15 tahun yang lalu, tetapi pada tahun 2001 survei terakhir di Jakarta (Depok) menunjukkan kenaikan yang sangat nyata yaitu menjadi 12,8% (Suyono, 2005). Menurut Sujudi (2003), sekitar 2,5 juta jiwa atau 1,3% dari penduduk Indonesia setiap tahun meninggal dunia karena komplikasi DM.

WHO memastikan peningkatan penderita DM tipe II paling banyak akan terjadi di negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Sebagian peningkatan jumlah penderita DM tipe II karena kurangnya pengetahuan tentang pengelolaan DM. Pengetahuan pasien tentang pengelolaan DM sangat penting untuk mengontrol kadar glukosa darah. Penderita DM yang mempunyai pengetahuan yang cukup tentang diabetes, kemudian

selanjutnya mengubah perilakunya, akan dapat mengendalikan kondisi penyakitnya sehingga dapat hidup lebih lama (Basuki, 2005).

Menurut penelitian Ratnasari (2004), pasien DM rawat jalan di Poli Penyakit Dalam RSUD Dr. Moewardi Surakarta sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan rendah yaitu 51,61%. Hasil penelitian serupa oleh Suparni (2005) menunjukkan bahwa masih terdapat responden yang memiliki tingkat pengetahuan yang rendah di Puskesmas Gajahen Surakarta.

Tingkat pengetahuan yang rendah akan dapat mempengaruhi pola makan yang salah sehingga menyebabkan kegemukan, yang akhirnya mengakibatkan kenaikan kadar glukosa darah. Diperkirakan sebesar 80-85% penderita DM tipe II mengalami kegemukan. Hal ini terjadi karena tingginya asupan karbohidrat dan rendahnya asupan serat. Salah satu upaya pencegahan DM adalah dengan perbaikan pola makan melalui pemilihan makanan yang tepat. Semakin rendah penyerapan karbohidrat, semakin rendah kadar glukosa darah. Kandungan serat yang tinggi dalam makanan akan mempunyai indeks glikemik yang rendah sehingga dapat memperpanjang pengosongan lambung yang dapat menurunkan sekresi insulin dan kolesterol total dalam tubuh.

Menurut Basuki (2004), penderita DM dianjurkan menganut pola makan seimbang, akan tetapi dari hasil penelitian terhadap penderita DM, ternyata 75% tidak mengikuti pola makan atau diet yang dianjurkan. Hasil penelitian Prabowo (2004) menunjukkan bahwa konsumsi serat masih kurang dari angka yang dianjurkan (≥ 25 gram per hari), dengan rata-rata konsumsi serat 13,22 gram per hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Schulze *et al.* (2004) menyatakan bahwa diet tinggi karbohidrat sederhana dan sereal rendah serat dapat meningkatkan risiko DM tipe II. Penelitian serupa yang dilakukan oleh Montonen *et al.* (2003) menyatakan bahwa konsumsi gandum yang tinggi maka akan menurunkan risiko DM tipe II. Begitu juga dengan hasil penelitian Sheehan *et al.* (1997), asupan tinggi serat dapat mengendalikan kadar glukosa darah pada pasien DM.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas mendorong penulis untuk memperoleh gambaran lebih jelas tentang hubungan tingkat pengetahuan, asupan karbohidrat dan serat dengan pengendalian kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II di RSUD Dr. Moewardi Surakarta karena jumlah pasien DM pada bulan November 2007 sebesar 948 pasien. Berdasarkan latar belakang dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah ada hubungan antara tingkat pengetahuan tentang pengelolaan DM dan pengendalian kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II rawat jalan di RSUD Dr. Moewardi Surakarta?
2. Apakah ada hubungan antara asupan karbohidrat dan pengendalian kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II rawat jalan di RSUD Dr. Moewardi Surakarta?
3. Apakah ada hubungan antara asupan serat dan pengendalian kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II rawat jalan di RSUD Dr. Moewardi Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang pengelolaan DM, asupan karbohidrat dan serat dengan pengendalian kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II.

2. Tujuan khusus

- a. Mendiskripsikan tingkat pengetahuan tentang pengelolaan DM pada penderita Diabetes Melitus tipe II.
- b. Menganalisis asupan karbohidrat penderita Diabetes Melitus tipe II.
- c. Menganalisis asupan serat penderita Diabetes Melitus tipe II.
- d. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan tentang pengelolaan DM dengan pengendalian kadar glukosa darah puasa penderita Diabetes Melitus tipe II.
- e. Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan tentang pengelolaan DM dengan pengendalian kadar glukosa darah 2 jam *post prandial* penderita Diabetes Melitus tipe II.
- f. Menganalisis hubungan asupan karbohidrat dengan pengendalian kadar glukosa darah puasa penderita Diabetes Melitus tipe II.
- g. Menganalisis hubungan asupan karbohidrat dengan pengendalian kadar glukosa darah 2 jam *post prandial* penderita Diabetes Melitus tipe II.
- h. Menganalisis hubungan asupan serat dengan pengendalian kadar glukosa darah puasa penderita Diabetes Melitus tipe II.
- i. Menganalisis hubungan asupan serat dengan pengendalian kadar glukosa darah penderita Diabetes Melitus tipe II.

D. Manfaat

1. Bagi Instalasi Rumah Sakit

Memberikan informasi bagi rumah sakit mengenai hubungan tingkat pengetahuan tentang pengelolaan DM, asupan karbohidrat dan serat dengan pengendalian kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II dan sebagai bahan untuk menentukan strategi yang lebih baik yang akan digunakan bagi instalasi gizi dirumah sakit.

2. Bagi Ahli Gizi

- a. Sebagai bahan evaluasi untuk meningkatkan pelayanan gizi dan memberikan informasi mengenai hubungan tingkat pengetahuan tentang pengelolaan DM, asupan karbohidrat dan serat dengan pengendalian kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II.
- b. Memperoleh data yang dapat digunakan sebagai acuan kebijakan pemberian diet DM.

3. Bagi Diabetisi

Menambah informasi dan pengetahuan bagi diabetisi mengenai hubungan tingkat pengetahuan tentang pengelolaan DM, asupan karbohidrat dan serat dengan pengendalian kadar glukosa darah pada penderita DM tipe II dan diharapkan pasien dapat merubah perilakunya dalam menghadapi penyakitnya.