

ABSTRAK

Indeks glikemik (IG) adalah salah satu konsep penting yang diajukan dalam memilih makanan yang sesuai bagi penderita DM (Riccardi dkk., 2008). Semakin tinggi Indeks Glikemik suatu makanan maka semakin cepat dampaknya terhadap kenaikan glukosa darah. Data yang dimuat oleh Kemenkes tahun 2011 tentang konsumsi makanan dan minuman manis menempati peringkat kedua tertinggi (65,2%) yang sering dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Dilihat dari jumlah total penderita diabetes dalam RISKESDAS 2007 dan 2013 terjadi peningkatan dari 1.1% menjadi 1.5% dan begitu juga di Kota Surabaya prevalensi penderita Diabetes Melitus Mencapai 6,2%. Ditahun 2018 Puskesmas Perak menyumbang 0.5% dari jumlah total penderita diabetes di Kota Surabaya. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis Hubungan Antara Asupan Indeks Glikemik Tinggi Dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Perak Kota Surabaya. Jenis penelitian ini analitik observasional dengan jenis pendekatan *cross sectional* (potong lintang). Metode pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan menggunakan formulir ffq-sq (*food frekuensi quitionnaire – semi kuantitatif*). Populasi dalam penelitian ini adalah pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Perak dengan jumlah 304 orang dan besar sampel sejumlah 46 orang.

Hasil penelitian ini diperoleh nilai $p = 0.122 > 0.05$ dengan nilai Korelasi Rank Spearman 0.234 Jadi, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pola konsumsi dengan Kadar Gula darah 2 jam PP Pasien Diabaetes melitus Tiper 2 di Puskesmas Perak Tahun 2019. Saran yang dapat diberikan pada penelitian lanjutan diharapkan dapat menggunakan form FFQ – Sq yang berisi menu sehari – hari agar dapat menghitung seberapa sering responden dalam mengkonsumsi makanan tersebut.

Kata Kunci : *Indeks Glikemik, Gula Darah, Diabetes Melitus Tipe 2, Pola konsumsi*

ABSTRACT

Glycemic index (IG) is one of the important concepts proposed in choosing foods that are suitable for DM sufferer (Riccardi et al., 2008). The higher the glycemic index of a food, the faster the impact on the increase in blood glucose. Data published by the Ministry of Health in 2011 about consumption of sweet foods and beverages ranked second highest (65.2%) which is often consumed by the people of Indonesia. Judging from the total number of diabetics in the 2007 and 2013 RISKESDAS there was an increase from 1.1% to 1.5% and so in the city of Surabaya the prevalence of diabetes mellitus patients reached 6.2%. In 2018 Perak Timur Health Center contributed 0.5% of the total number of diabetics in the city of Surabaya. The purpose of this study was to analyze the relationship between intake of high glycemic index and blood sugar levels of Type 2 Diabetes Mellitus patients in Perak Timur Puskesmas Surabaya. This type of research is observational analytic with the type of cross sectional approach. The method of data collection was done by interviewing and using the ffq-sq (food frequency questionnaire - semi quantitative). The population in this study were patients with type 2 diabetes mellitus in the Perak Timur Community Puskesmas Perak with 304 people and a sample of 46 people.

The results of this study obtained p value of $0.122 > 0.05$ with the Spearman Rank Correlation value 0.234. So, it can be concluded that there is no relationship between consumption patterns with blood sugar Post Prandial Diabetes mellitus type 2 Suffered in Perak Puskesmas in 2019. Suggestions that can be given to further research are expected to use the FFQ-Sq form containing daily menus so that can calculate how often respondents in consuming these foods.

Key Words : *Glycemix Index, Blood Glucose, Diabetes Melitus Type 2, The Consumption Pattern*