

# **GAMBARAN ASUPAN GIZI DAN STATUS GIZI PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE II PASIEN RAWAT JALAN DI PUSKESMAS SUKOMORO NGANJUK**

## **ABSTRAK**

Diabetes mellitus (DM) adalah kumpulan gejala pada orang yang memiliki kadar glukosa darah tinggi karena kekurangan insulin secara absolut dan relatif. Diabetes mellitus telah meningkat dari 8,4 juta pada tahun 2000 menjadi sekitar 21,3 juta pada tahun 2030 di Indonesia (Arviani, 2015). Diabetes mellitus tipe II sangat dipengaruhi oleh asupan makan sehingga terapi gizi diperlukan untuk mengendalikan glukosa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran asupan makan dan status gizi penderita diabetes mellitus tipe II pada pasien rawat jalan di Puskesmas Sukomoro, Nganjuk. Penelitian ini menggunakan penelitian *analitik observational* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *recall* 24 jam untuk mengetahui tingkat asupan dan status gizi responden. Total sampel dalam penelitian ini sebanyak 58 responden. Responden dengan usia 40-50 tahun sebanyak 22 orang dan usia 50-55 tahun sebanyak 36 orang. Jenis kelamin mayoritas terdiri dari perempuan sebanyak 39 orang. Rata-rata responden menderita diabetes lebih dari dua tahun. Hasil penelitian menunjukkan karakteristik pasien cenderung memiliki kadar gula darah acak tidak normal, dengan status gizi normal. Asupan Gizi responden dari energi sudah banyak terpenuhi akan tetapi komposisi protein, lemak dan karbohidrat tidak sesuai dengan anjuran asupan untuk penderita diabetes mellitus. Penelitian ini menyarankan agar penderita diabetes mellitus tipe II mematuhi diet yang telah dianjurkan oleh pihak puskesmas, supaya tercapai asupan energi, karbohidrat, protein dan lemak agar tercipta kualitas hidup yang baik.

Kata kunci: Status Gizi, Asupan Gizi, Diabetes Mellitus

## **DESCRIPTION OF NUTRITIONAL INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS OF DIABETES MELLITUS TYPE II PATIENTS IN PUSKESMAS SUKOMORO NGANJUK**

### **ABSTRACT**

Diabetes mellitus (DM) is a set of symptoms in people who have high blood glucose levels due to insulin deficiency in absolute and relative terms. Diabetes mellitus has increased from 8.4 million in 2000 to around 21.3 million in 2030 in Indonesia (Arviani, 2015). Type II diabetes mellitus is strongly influenced by food intake so nutritional therapy is needed to control glucose. The purpose of this study was to determine the description of food intake and nutritional status of patients with type II diabetes mellitus in outpatients at the Puskesmas Sukomoro, Nganjuk. This research used observational analytic research with cross sectional approach. Data collection used a 24-hour recall questionnaire to determine the level of intake and nutritional status of respondents. The total sample in this study were 58 respondents. Respondents with the age of 40-50 years were 22 people and aged 50-55 years were 36 people. The majority sex consists of 39 women. The average respondent had diabetes for more than two years. The results showed the characteristics of patients tended to have abnormal random blood sugar levels, with normal nutritional status. Nutritional intake of respondents from energy has been fulfilled, but the composition of protein, fat and carbohydrate is not in accordance with the recommended intake for people with diabetes mellitus. This research recommends that patients with type II diabetes mellitus adhere to the diet recommended by the health center, so that energy, carbohydrate, protein and fat intake are achieved in order to create a good quality of life.

**Keywords:** Nutrition Status, Nutrition Intake, Diabetes Mellitus