

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI DENGAN KADAR GULA DARAH PASIEN RAWAT JALAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS SIDOSERMO SURABAYA

Oleh : Wanda Novia Palupi Sunarko

Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya, Jln. Pucang Jajar Selatan No. 24b, Kertajaya, Gubeng, Surabaya

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes melitus (DM) adalah penyakit metabolik ditandai dengan hiperglikemia akibat efek sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Prevalensi di Indonesia telah mengalami peningkatan dari 6,9% (2013) menjadi 10,9% (2018).

Tujuan: Menganalisis pola makan dan status gizi dengan kadar gula darah pada pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Sidosermo Surabaya.

Metode: Jenis penelitian ini menggunakan rancangan penelitian survei analitik observasional dengan studi *cross sectional*. Populasi penelitian adalah semua pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Sidosermo Surabaya yang diambil menggunakan teknik simpel random sampling. Pengumpulan data pola makan menggunakan *Food Frequency Quesionaire* (FFQ), data status gizi diperoleh dengan cara pengukuran, dan data kadar gula darah didapat dari pengumpulan data gula darah sewaktu.

Hasil: Pasien diabetes melitus tipe 2 sebagian besar memiliki pola makan yang kurang baik (75%), status gizi dalam kategori *overweight* (41,7%), dan kadar gula darah di atas normal (51,7%). Hasil uji korelasi *Spearman* menyatakan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$ serta ada hubungan antara status gizi dengan kadar gula darah dengan nilai $p = 0,001 < 0,05$.

Kesimpulan dan Saran: Ada hubungan antara pola makan dan status gizi dengan kadar gula darah pasien rawat jalan diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Sidosermo. Saran yang diberikan yaitu perlu penelitian lebih lanjut dalam membuat media untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan pasien DM tipe 2.

Kata Kunci : Pasien Diabetes Tipe 2, Pola Makan, Status Gizi, dan Kadar Gula Darah

**THE CORRELATION OF DIETARY HABIT AND NUTRITIONAL
STATUS WITH BLOOD SUGAR LEVEL OF ROAD PATIENTS
DIABETES MELLITUS TYPE 2 IN SIDOSERMO HEALTH CENTER
SURABAYA**

By : Wanda Novia Palupi Sunarko

**Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Surabaya, Jln. Pucang Jajar Selatan No.
24b, Kertajaya, Gubeng, Surabaya**

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus (DM) is a metabolic disease characterized by hyperglycemia as a result by defect either of insulin secretion, insulin work or both of them. Prevalention in Indonesia has increased from 6,9% (2013) to 10,9% (2018).

Objective: To analyze of dietary habit and nutritional status with blood sugar level of road patients diabetes mellitus type 2 in Sidosermo Health Center Surabaya.

Method: This research uses an observational analytic survey research design with cross sectional study. Population is all road patients of Type 2 Diabetes Mellitus in Sidosermo Health Center with simple random sampling. Dietary habit data was obtained from interview with subjects using questionnaire and blood glucose level obtained from GDS data.

Result: Type 2 diabetes mellitus patients mostly have poor diet (75%), nutritional status in the overweight category (41,7%), and blood sugar levels above normal (51,7%). *Spearman* correlation test results state that there is a correlation between diet and blood sugar levels with a value of $p = 0,000 < 0.05$ and there is a correlation between nutritional status and blood sugar levels with a value of $p = 0.001 < 0.05$.

Conclusion and Suggestion: There is a correlation of between dietary habit and nutritional status with blood sugar level of road patients diabetes mellitus type 2 in Sidosermo Health Center Surabaya. Suggestions that can be given in further research are expected to be able to dig deeper into several other factors that influence blood sugar levels in people with type 2 diabetes mellitus.

Keywords : *Type 2 Diabetes Mellitus, Dietary Habit, Nutritional Status, and Blood Glucose Level*