

# HUBUNGAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN RAWAT JALAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI RSUD IBNU SINA GRESIK

## ABSTRAK

**Latar belakang:** Prevalensi Diabetes Melitus tipe 2 yang terus meningkat secara global ini ditandai oleh gangguan metabolisme glukosa akibat resistensi insulin dan penurunan sekresi insulin. Pola makan dan status gizi sangat memengaruhi pengendalian kondisi ini. **Tujuan:** Menganalisis hubungan pola makan dan status gizi dengan kadar gula darah pada pasien rawat jalan Diabetes Melitus tipe 2 di RSUD Ibnu Sina Gresik. **Metode:** Penelitian ini observasional analitik dengan *cross-sectional*. Populasi dari penelitian ini ialah semua pasien rawat jalan dengan Diabetes Melitus Tipe 2 yang berusia di atas 20 tahun dan dirawat di RSUD Ibnu Sina Gresik periode Agustus 2023, berjumlah 949 pasien dengan ukuran sampel 34 sampel. **Hasil:** Sebagian besar pasien memiliki pola makan kurang baik (91,2%), Status gizi obesitas 1 (26,5%), dan kadar GDS pada kategori tidak normal (64,7%). **Kesimpulan:** Berdasarkan analisis data dengan uji *chi-square* dan nilai p kurang dari 0,05, dapat dinyatakan ada hubungan kadar glukosa darah pasien diabetes tipe 2 dengan pola makan dan status gizi. **Saran:** Pasien dapat mempraktikkan pola makan sesuai dengan prinsip 3J, melakukan aktifitas yang cukup, dan memantau kadar gula darah secara rutin.

Kata kunci : Pola makan, status gizi, kadar gula darah, Diabetes Melitus tipe 2

**RELATIONSHIP BETWEEN DIET AND NUTRITIONAL STATUS WITH  
BLOOD SUGAR LEVELS IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS  
OUTPATIENTS AT RSUD IBNU SINA GRESIK**

**ABSTRACT**

**Background:** The prevalence of type 2 Diabetes Mellitus which continues to increase globally is characterized by impaired glucose metabolism due to insulin resistance and decreased insulin secretion. Diet and nutritional status greatly affect the control of this condition. **Objective:** To analyze the relationship between diet and nutritional status with blood sugar level in outpatients with type 2 Diabetes Mellitus at Ibnu Sina Hospital, Gresik. **Method:** This study was an observational analytical study with a cross sectional approach. The population of this study were all outpatients with Type 2 Diabetes Mellitus aged over 20 years and treated at Ibnu Sina Hospital, Gresik in August 2023, totaling 949 patients with a sample size of 34 samples. **Results:** Most patients had poor diet (91,2%), obesity nutritional status 1 (26,5%), and GDS levels in the abnormal category (64,7%). **Conclusion:** Based on data analysis with the chi-square test and a p value of less than 0.05, it can be stated that there is a relationship between blood glucose levels in type 2 diabetes patients with diet and nutritional status. **Suggestion:** Patients can practice a diet according to the 3J principle, do sufficient activity, and monitor blood sugar levels regularly.

*Keywords: Diet, nutritional status, blood sugar levels, type 2 diabetes mellitus*