

HUBUNGAN POLA MAKAN DAN STATUS GIZI DENGAN KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS GEDEG KABUPATEN MOJOKERTO

‘Ainin Fitrotun Nuzula

Program Studi Diploma 3 Gizi, Poltekkes Kemenkes Surabaya

e-mail: nuzulaainin15@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes Mellitus (DM) yakni sebuah kondisi penyakit jangka panjang yang menempati peringkat ketujuh sebagai penyebab kematian di dunia. Penyakit ini sering berkontribusi pada beragam komplikasi berat seperti stroke, jantung koroner, gagal ginjal, dan amputasi ekstremitas bawah. DM disebabkan oleh gangguan yang mengakibatkan tingginya kadar glukosa dalam darah. Terdapat tiga jenis utama DM: tipe 1, tipe 2, dan gestasional. Faktor-faktor pemicu DM meliputi faktor genetik, kadar gula darah tinggi, obesitas, usia, dan faktor lainnya. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara pola makan dan status gizi dengan kadar gula darah pada pasien DM di Puskesmas Gedeg, Kabupaten Mojokerto. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan pendekatan analitik observasional dengan desain cross-sectional, melibatkan 51 responden sebagai sampel. Data dikumpulkan melalui wawancara mengenai pola makan menggunakan form SQ-FFQ dan pengukuran antropometri untuk mengetahui tinggi dan berat badan responden. **Hasil Penelitian:** Analisis data menunjukkan hasil uji statistik dengan nilai $p = 0,00$ ($\alpha = 0,05$), yang berarti hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol ditolak. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dan status gizi dengan kadar gula darah pada pasien DM di Puskesmas Gedeg, Kabupaten Mojokerto. **Kesimpulan:** Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dan status gizi dengan kadar gula darah pada pasien DM. Mayoritas responden (78,4%) memiliki pola makan yang kurang baik dan 45% masuk dalam kategori obesitas. **Saran:** Disarankan agar diadakan program penyuluhan dan penelitian lebih lanjut untuk meningkatkan pemahaman, motivasi, dan keterampilan pasien DM dalam mengatur pola makan mereka sesuai dengan prinsip 3J, yaitu jumlah, jenis, dan jadwal makan yang tepat.

Kata Kunci: Pola Makan, Status Gizi, Diabetes Melitus

**THE RELATIONSHIP OF DIET AND NUTRITIONAL STATUS
WITH THE SUGAR LEVELS OF DIABETES MELLITUS PATIENTS
AT THE GEDEG HEALTH CENTER, MOJOKERTO DISTRICT**

‘Ainin Fitrotun Nuzula

Diploma 3 Nutrition Study Program, Surabaya health polytechnic

e-mail: nuzulaainin15@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Diabetes Mellitus (DM) is the seventh leading cause of death globally and significantly contributes to serious health issues such as stroke, heart disease, kidney failure, and lower limb amputations. This persistent condition, characterized by chronic high blood sugar levels, includes Type 1 Diabetes Mellitus, Type 2 Diabetes Mellitus, and Gestational Diabetes Mellitus. Various factors, including genetic predisposition, elevated blood sugar levels, obesity, age, and other variables, contribute to DM.* **Research Objectives:** *This study aims to explore the relationship between dietary habits, nutritional status, and blood sugar levels among Diabetes Mellitus patients at the Gedeg Community Health Center in Mojokerto Regency.* **Research Methodology:** *An analytical observational study was carried out with a cross-sectional design, involving 51 participants. Data collection methods included dietary interviews using the SQ-FFQ questionnaire and anthropometric measurements, such as height and weight.* **Results:** *Statistical analysis revealed a p-value of 0.00 ($\alpha = 0.05$), resulting in the rejection of the null hypothesis (H0) and acceptance of the alternative hypothesis (H1). This indicates a significant relationship between diet and nutritional status among Diabetes Mellitus patients at the Gedeg Health Center.* **Conclusion:** *The study found a significant correlation between diet and nutritional status in individuals with Diabetes Mellitus. A notable portion of respondents, 78.4%, exhibited poor dietary practices, and 45% were classified as obese.* **Recommendations:** *To improve patient management, further educational initiatives and research are recommended. Developing modules and resources to enhance Diabetes Mellitus patients' understanding, motivation, and skills in diet management, adhering to the principles of appropriate quantity, type, and timing of meals, is essential.*

Keywords: *Diet, Nutritional Status, Diabetes Mellitus*