

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA PREDIABETES DI PUSKESMAS KALASAN

Satrio Budi Wicaksono¹, Yaltafit Abror Jeem², Edi Fitriyanto³

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia

³Departemen Biokimia Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia

INTISARI

Latar Belakang: Prediabetes merupakan hiperglikemia menengah atau suatu kondisi gula darah yang melebihi normal tetapi belum dapat dikatakan sebagai diabetes melitus. Seseorang dengan kondisi tersebut memiliki risiko tinggi untuk mengalami diabetes melitus tipe 2. Indonesia merupakan negara dengan prevalensi prediabetes yang cukup tinggi. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya prediabetes, salah satunya adalah pola makan tinggi kalori yang melebihi kebutuhan kalori harian.

Tujuan: Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kadar glukosa darah pada penderita prediabetes di Puskesmas Kalasan Kabupaten Sleman

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling* dan responden yang didapatkan pada penelitian ini sebanyak 53 orang. Penderita prediabetes dilakukan pengecekan kadar GDS dan data pola makan didapatkan dengan kuesioner *Food Recall*. Data yang telah didapatkan kemudian dianalisis dengan uji *Chi-Square*.

Hasil: Uji *Chi-Square* menunjukkan hasil $p = 0,001$ pada asupan energi total, $p = 0,002$ pada konsumsi karbohidrat, $p = 0,356$ pada konsumsi protein, $p = 0,002$ pada konsumsi lemak dan $p = 0,002$ pada konsumsi serat. Pada hasil penelitian tersebut terdapat hubungan pola makan dengan kadar glukosa darah pada penderita prediabetes di Puskesmas Kalasan Kabupaten Sleman. Terutama pada konsumsi total, karbohidrat, lemak dan korelasi negatif pada konsumsi serat.

Kesimpulan: Terdapat hubungan pola makan dengan kadar glukosa darah pada penderita prediabetes di Puskesmas Kalasan Kabupaten Sleman.

Kata kunci: Pola makan, Prediabetes

**ASSOCIATIONS OF DIETARY PATTERNS WITH BLOOD GLUCOSE LEVEL
IN PREDIABETES PATIENTS AT PUSKESMAS KALASAN**

Satrio Budi Wicaksono¹, Yaltafit Abror Jeem², Edi Fitriyanto³

¹Medical student of Universitas Islam Indonesia

³Departement of Biochemistry, Faculty of Medicine, Universitas Islam Indonesia

ABSTRACT

Background: *Prediabetes is an intermediate hyperglycemia or a condition of blood sugar that exceeds normal but cannot be called to diabetes mellitus. Someone with this condition has a high risk of developing type 2 diabetes mellitus. Indonesia is a country with a high prevalence of prediabetes. There are several factors that influence the occurrence of prediabetes, one of which is dietary patterns with high calories intake which exceeds daily calorie needs.*

Objective: *The aim of this study is to determine the associations of dietary patterns with blood glucose level in prediabetes patients at Public Health Care (Puskesmas) Kalasan Sleman.*

Method: *This research is an observational study with cross sectional design. Sampling method is purposive sampling and there are 53 respondents. Prediabetes patients were examined for blood glucose level and dietary pattern form were obtained by the food recall questionnaire. The data that has been obtained is then analyzed by Chi-Square test and multivariate analysis.*

Results: *Chi-Square tests showed $p = 0,001$ in total energy intake, $p = 0,002$ in carbohydrate consumption, $p = 0,356$ in protein consumption, $p = 0,002$ in fat consumption and $p = 0,002$ in fiber consumption. In the result of this study there is have corelation between diet and blood glucose levels in prediabetes patients at the Public Healt Care (Puskesmas) Kalasan Sleman. Especially for total consumption, carbohydrate, fat and negative correlation on fiber consumption.*

Conclusion: *There is a relationship between diet and blood glucose levels in prediabetes patients at Public Health Care (Puskesmas) Kalasan in Sleman Regency.*

Keyword: dietary pattern, prediabetes