

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN NILAI GULA DARAH PADA  
PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE II DI PUSKESMAS X  
KABUPATEN BEKASI**

**Lala**

**NIM.201905052**

**ABSTRAK**

**Pendahuluan :** Hubungan pola makan dengan nilai gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II berkaitan pada perubahan gula darah yang ada di dalam tubuh dimana yang dipengaruhi oleh pola makan. Pola makan yang baik sangat penting untuk kesehatan dan dapat mengurangi penyakit tidak menular (PTM) dengan salah satunya yaitu penyakit diabetes mellitus tipe II. Hasil berdasarkan riset kesehatan dasar bahwa pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi diabetes mellitus yaitu sebesar 8,5 %.

**Tujuan :** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan nilai gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II di puskesmas X Kabupaten Bekasi.

**Metode :** Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan rancangan dekstriptif dan design cross sectional. Pengumpulan data primer dari pengisian kuesioner pada responden melalui kuesioner *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) secara langsung dengan jumlah responden 87 sampel. Pengolahan data menggunakan sistem komputer dianalisa menggunakan SPSS uji *Chi-Square* dengan alternatif uji *Fisher Exact*

**Hasil :** Berdasarkan uji *Chi-Square* dengan alternatif uji *Fisher Exact* didapatkan Pvalue  $0,005 < \alpha 0,05$  menunjukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku pola makan dengan nilai gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas X Kabupaten Bekasi.

**Kesimpulan :** Pola makan berhubungan dengan peningkatan nilai gula darah pada penderita diabetes mellitus tipe II di Puskesmas X Kabupaten Bekasi.

**Kata kunci :** Pola Makan, Diabetes Mellitus, Gula Darah

## ABSTRACT

**Introduction:** The relationship between diet and blood sugar values in people with type II diabetes mellitus is related to changes in blood sugar in the body which are influenced by diet. A good diet is very important for health and can reduce non-communicable diseases (NCDs), one of which is diabetes mellitus type II. The results of basic health research showed that in 2018 the prevalence of diabetes mellitus was 8.5%.

**Purpose:** The purpose of this study was to determine the relationship between diet and blood sugar values in patients with type II diabetes mellitus at Puskesmas X, Bekasi Regency.

**Methods:** This research method uses quantitative descriptive design and cross sectional design. Primary data collection from filling out questionnaires to respondents through the Food Frequency Questionnaire (FFQ) questionnaire directly with a sample of 87 respondents. Data processing using a computer system was analyzed using the SPSS Chi-Square test with the Fisher Exact test alternative.

**Results:** Based on the chi-square test with the Fisher Exact test alternative, it was obtained a P-value of  $0.005 < \alpha 0.05$  indicating that there was a significant relationship between dietary behavior and blood sugar values in patients with type II diabetes mellitus at Puskesmas X, Bekasi Regency.

**Conclusion:** Diet is associated with an increase in blood sugar values in patients with type II diabetes mellitus at Health Center X Bekasi District.

**Keywords:** Diet, Diabetes Mellitus, Blood Sugar