

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN DIABETES MELITUS PADA USIA DEWASA DI PUSKESMAS X KOTA BEKASI

Rossa Berlian Cahyaningsih

NIM. 201905077

ABSTRAK

Pendahuluan: Hubungan antara pola makan dan kejadian diabetes melitus berkaitan dengan asupan energi atau pemasukan kalori dimana bahan makanan sangat berpengaruh pada terjadinya diabetes melitus terutama bahan makanan dan minuman yang mengandung tinggi gula. Pola makan yang baik dan teratur sangat penting untuk kesehatan, karena dapat menjaga gula darah pada penderita diabetes melitus agar tidak tinggi. Berdasarkan hasil riset kesehatan pada tahun 2019 prevalensi diabetes melitus secara global sebesar 10,2%.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus pada usia dewasa di Puskesmas X Kota Bekasi.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian dekskriptif dengan pendekatan kuantitatif dan design penelitian cross sectional. Pengumpulan data, data primer didapatkan dengan pengambilan secara langsung yang terdiri dari pengisian nilai gula darah puasa terakhir diukur, dan melalui pengisian kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ) secara langsung. Pengolahan data dengan menggunakan sistem komputer dan analisis data menggunakan SPSS dan uji Chi-square.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian diabetes melitus pada usia dewasa di Puskesmas X Kota Bekasi yang ditunjukkan P-value sebesar 0,000, dimana angka $\alpha = 0,05$. Kesimpulan: Pola makan berhubungan dengan kejadian diabetes melitus pada usia dewasa di Puskesmas X Kota Bekasi.

Kata kunci: usia dewasa, kejadian diabetes melitus, pola makan.

ABSTRACT

Introduction: The relationship between diet and the incidence of diabetes mellitus is related to energy intake or calorie intake where food ingredients are very influential in the occurrence of diabetes mellitus, especially food and drink ingredients that contain high sugar. A good and regular diet is very important for health, because it can keep blood sugar in people with diabetes mellitus from getting too high. Based on the results of health research in 2019 the prevalence of diabetes mellitus globally is 10.2%. **Purpose:** The purpose of this study was to determine the relationship between eating patterns and the incidence of diabetes mellitus in adults at Public Health Center X Bekasi City. **Methods:** This research is a descriptive study with a quantitative approach and a cross-sectional research design. Data collection, primary data obtained by direct collection consisting of filling in the value of the last fasting blood sugar measured, and by filling out the food frequency questionnaire (FFQ) directly. Data processing using a computer system and data analysis using SPSS and Chi-square test. **Results:** The results of the study showed that there was a relationship between diet and the incidence of diabetes mellitus in adulthood at Public Health Center X Bekasi City, which indicated a P-value of 0.000, where the number $\alpha = 0.05$.

Conclusion: Diet is associated with the incidence of diabetes mellitus in adults at Public Health Center X Bekasi City.

Keywords: diet, incidence of diabetes mellitus, adults.