

Asupan Energi, Asupan Lemak, dan Beban Glikemik berhubungan dengan Persen Lemak visceral Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kebon Jeruk

Intake energi, Intake Fat, and Glycemic Load Associated with Percent Visceral Fat in Type 2 Diabetes Mellitus Outpatients in Kebon Jeruk Health Center

Diva Cynthia Putr¹, Anugrah Novianti², Mertien Sa'pang³

¹ Universitas Esa Unggul, Prodi Gizi Universitas Esa Unggul

² Universitas Esa Unggul, Prodi Gizi Universitas Esa Unggul

³ Universitas Esa Unggul, Prodi Gizi Universitas Esa Unggul

ABSTRACT

Introduction Central obesity or can be called visceral fat is a condition of excess abdominal fat (central fat) that occurs due to less of physical activity and an unbalanced diet so that more fat accumulation occurs in the abdomen, thereby causing a decrease in pancreatic beta cell response to an increase in blood glucose or insulin resistance. **Objective** the aim of this study the Relationship of Energi Intake, Macro Nutrition Substance, Fiber Intake and Glycemic Load with Percent of visceral fat in patients diabete type 2 Puskesmas Kebon Jeruk. **Design** this study use a cross-sectional design and of descriptive correlation study research. Use the study sample amounted to 62 respondents. Data collection techniques using 2x24 hours food recall questionnaire, BIA, glucometer, food photogrhap, and nutrisurvey. **Results** based on result of correlation statistical test showed a Energi Intake ($p=0.019$), Fat Intake ($p= 0.020$) and Glycemic Load ($p=0.024$) and on Carbohydrate Intake ($p=0.324$), intake protein ($p=0.994$) and Fiber Intake ($p=0.68$). **Conclusion:** there is a significant relationship between total energy intake, fat intake and the level of glycemic load to increase the incidence of high percent visceral fat in patients with type diabetes mellitus. And there is no significant relationship between carbohydrate intake, protein intake and fiber intake with percent fat visveral. This study has PASSED the ethical review: 0011-19.007 / DPKE-KEP / FINAL-EA / UEU / I / 2019

Keywords: Macronutrien, Fiber, Glycemic Load and Visceral Fat

ABSTRAK

Pendahuluan Obesitas sentral atau dapat disebut lemak viseral adalah kondisi kelebihan lemak perut (lemak pusat) yang terjadi akibat kurangnya aktifitas fisik serta pola makan yang tidak seimbang sehingga akumulasi lemak lebih banyak terjadi di bagian perut, sehingga menyebabkan menurunnya respon sel beta pankreas terhadap peningkatan glukosa darah atau resistensi insulin. **Tujuan** Untuk mengetahui adanya hubungan antara Hubungan Asupan Energi, Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Serat dan Beban glikemik dengan persen lemak visceral pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Kebon Jeruk. **Metode** penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dan penelitian deskriptif korelasi. menggunakan jumlah sampel penelitian untuk 62 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner recall makanan 2x24 jam, BIA, glukometer, fotografi makanan, dan survei nutrisi. **Hasil** berdasarkan nilai uji statistik korelasi menunjukkan bahwa Asupan Energi ($p=0,019$), Asupan Lemak ($p=0,020$) dan Beban Glikemik ($p=0,024$) pada Asupan Karbohidrat ($p=0,324$), asupan protein ($p=0,994$) dan Asupan Serat ($p=0,68$). **Kesimpulan** terdapat hubungan signifikan antara total dari Asupan energi, asupan lemak dan tingkat beban glikemik untuk meningkatkan kejadian tingginya persen lemak visceral pada pasien diabetes mellitus tipe. Dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan karbohidrat, protein dan asupan serat dengan persen lemak visveral. Penelitian ini telah **LOLOS** prosedur kaji etik (*ETHICAL APPROVAL*) dengan Nomor : 0011-19.007/DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/I/2019.

Kata Kunci : Zat Gizi Makro, Serat ,Beban Glikemik dan Lemak Viseral