ABSTRAK

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, FEBRUARI 2019

RUMAIT NOVIANTY BR NAIBAHO

HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO, STATUS GIZI, MANAJEMEN DIRI, DUKUNGAN KELUARGA DAN KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS JAKARTA BARAT

Latar Belakang : Diabetes melitus tipe 2 adalah gangguang metabolik yang ditandai oleh hiperglikemia kronik dan gangguan metabolisme karbohidrat, protein dan lemak. Untuk menjaga agar tidak terjadi hiperglikemia atau hipoglikemia yang berdampak pada kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2, dibutuhkan manajemen diri untuk dapat mengontrol asupan zat gizi makro sesuai dengan kebutuhan. Untuk mendukung manajemen diri yang baik pada penderita diabetes melitus dibutuhkan dukungan keluarga.
Tujuan : mengetahui hubungan asupan zat gizi makro, status gizi, manajemen diri, dukungan keluarga dan kualitas hidup pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas Jakarta Barat
Metode Penelitian : Desain penelitian ini *cross sectional* (potong lintang). Populasi penelitian ini adalah seluruh pasien diabetes melitus tipe 2 yang berobat ke puskesmas Jakarta Barat yang berusia dari 30 tahun sampai 65 tahun dengan sampel sebanyak 328 responden. Data yang dikumpulkan asupan zat gizi makro, status gizi, dukungan keluarga, manajemen diri dan kualitas hidup yang dilakukan oleh peneliti dan tenaga yang sudah dilatih. Analisa data penelitian ini menggunakan korelasi *Spearman.*
Hasil Penelitian : Dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden berusia 51-65 tahun sebanyak 167 orang (70.3%) dan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 172 orang (72.3%). Diketahui bahwa asupan karbidrat memiliki nilai median sebesar 173.62 kkal, asupan protein 51.97 gram, asupan lemak 44.45 gram dan status gizi berdasarkan IMT sebagian besar obesitas sebanyak 118 orang (49.6%), berdasarkan persen lemak tubuh sebagian besar obesitas sebanyak 38 orang (58.5%). Terdapat hubungan antara asupan zat gizi karbohidrat (p=0,000), asupan zat gizi lemak (p=0.013) dengan kualitas hidup, tetapi tidak terdapat hubungan antara asupan zat gizi protein (p=0.999), Indeks Massa Tubuh (p=0.873), persen lemak tubuh (p=0.430) dengan kualitas hidup.
Kesimpulan: Pada pasien diabetes melitus asupan zat gizi karbohidrat dan lemak sebaiknya dikonsumsi sesuai kebutuhan dan karbohidrat yang lebih baik dikonsumsi yaitu karbohidrat kompleks, lemak yang baik untuk dikonsumsi yaitu lemak tidak jenuh karena asupan karbohidrat kompleks dan lemak tidak jenuh karena sulit dicerna oleh usus, penyerapannya relatif pelan merasa kenyang lebih lama dan tidak cepat untuk menaikkan kadar glukosa darah.
Kata kunci : Asupan zat gizi makro, status gizi, manajemen diri, dukungan keluarga, kualitas hidup.