

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU – ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU GIZI
SKRIPSI, SEPTEMBER 2011

FADHLINA ZAHARA

HUBUNGAN POLA MAKAN, ASUPAN MAGNESIUM, DAN ASUPAN ZINC TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA KELOMPOK SENAM DM DI KRAKATAU MEDIKA HOSPITAL-CILEGON

xi, VI Bab, 69 Halaman, 19 Tabel, 4 Lampiran

Latar Belakang : Prevalensi kejadian DM tipe 2 di Indonesia (2000) mencapai \pm 5,6 juta dan setiap tahunnya diprediksikan meningkat. Menurut laporan epidemiologi hanya 50% dari kelompok tersebut yang sadar bahwa dirinya terkena DM dan hanya 30% yang melakukan pengobatan teratur. Penderita DM tipe 2 seringkali ditemukan kekurangan mineral, antara lain Mg dan Zn.

Tujuan : Mengetahui hubungan pola makan, asupan Mg, dan Zn terhadap kadar glukosa darah sewaktu pasien DM tipe 2 pada kelompok senam DM di Krakatau Medika Hospital-Cilegon.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* bersifat analitik dengan sampel 70 orang pasien DM tipe 2 dengan atau tanpa komplikasi, diperiksa kadar glukosa darah sewaktu menggunakan sistem enzimatik. Data karakteristik dan pola makan didapat melalui wawancara kuesioner, dan data asupan didapat dari formulir *recall* 2x24 jam. Analisa data menggunakan uji korelasi pearson dan regresi linier.

Hasil : Menunjukkan 81,4% berjenis kelamin perempuan, sebagian besar sampel tidak memiliki asupan Mg dan Zn yang cukup. Asupan Mg pada perempuan hanya 26,3%, sedangkan pada asupan Zn pada perempuan hanya 3,5 % (AKG 2005). Ada perbedaan signifikan KGDS kelompok pola makan seimbang dan tidak seimbang, ada hubungan status gizi pada KGDS ($p < 0,05$). Tidak ada perbedaan jenis kelamin terhadap KGDS ($p > 0,05$), tidak ada hubungan umur, asupan Zn terhadap KGDS ($p > 0,05$). Hasil memprediksikan setiap kenaikan 1 mg Mg menurunkan kadar glukosa darah pasien sebesar 0,129 mg/dl, namun hubungan rendah.

Kesimpulan : Ada hubungan pola makan dan status gizi terhadap KGDS, namun tidak ada hubungan asupan Mg dan Zn terhadap KGDS. Karena asupan Mg dan Zn dinilai masih kurang, penderita DM tipe 2 dapat dianjurkan mengonsumsi makanan seperti sayuran hijau, sereal, kacang-kacangan, daging, telur, susu sebagai sumber zinc dan magnesium termasuk zat gizi lainnya, agar glukosa darah dapat selalu terkendali.

Daftar Bacaan : 22 (1987-2010)