

GAMBARAN TINGKAT KEPATUHAN DIET DIABETES MELITUS TIPE 2 DAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEIN DIEABETES MELITUS (STUDI KASUS RAWAT JALAN DI PUSKESMAS WAGIR KABUPATEN MALANG)

Adelia Dwi Anggraini/P17110231011

Program Studi D3 Gizi Politeknik Kesehatan Malang

Jl. Besar Ijen No.77, Oro-oro Dowo, Kec. Klojen, Kota Malang, Jawa Timur

Email: p17110231011_adelia@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit metabolik kronis yang memerlukan pengelolaan jangka panjang melalui kepatuhan terhadap diet berdasarkan prinsip 3J, yaitu tepat jumlah, tepat jenis, dan tepat jadwal makan. Kepatuhan diet berperan penting dalam membantu pengendalian kadar glukosa darah sehingga dapat menurunkan risiko terjadinya komplikasi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kepatuhan diet diabetes melitus tipe 2 dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus rawat jalan di Puskesmas Wagir Kabupaten Malang. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus terhadap 5 pasien diabetes melitus tipe 2 yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data kepatuhan diet dikumpulkan melalui wawancara menggunakan formulir *food recall* 2×24 jam dan kuesioner kepatuhan diet diabetes melitus, sedangkan data kadar glukosa darah puasa diperoleh dari rekam medis pasien. Analisis data dilakukan secara deskriptif. **Hasil:** Sebagian besar responden tidak patuh pada aspek tepat jumlah (80%), sedangkan sebagian besar responden patuh pada aspek tepat jenis (60%) dan tepat jadwal makan (60%). Secara keseluruhan hanya 1 responden (20%) yang memenuhi seluruh prinsip diet 3J, sedangkan 4 responden (80%) tergolong tidak patuh. Seluruh responden (100%) memiliki kadar glukosa darah puasa dalam kategori diabetes (≥ 126 mg/dL). **Kesimpulan:** Sebagian besar pasien diabetes melitus tipe 2 belum menerapkan kepatuhan diet secara menyeluruh berdasarkan prinsip 3J, dan seluruh responden masih memiliki kadar glukosa darah puasa yang belum terkendali.

Kata Kunci: diabetes melitus tipe 2; kepatuhan diet; kadar glukosa darah