HUBUNGAN KEBIASAAN MEROKOK DAN KONSUMSI KOPI DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS POLOWIJEN

Khotimatus Sa'adatil Fitria, Nurul Hidayah

Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemnekes Malang, Jl. Besar Ijen No 77C Malang

Email : khotimatussaadatil25@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Merokok dan konsumsi kopi merupakan kebiasaan yang berpengaruh terhadap metabolisme glukosa. Nikotin meningkatkan resistensi insulin, sedangkan kafein menurunkan sensitivitas insulin dan menaikkan glukosa darah. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan kebiasaan merokok dan konsumsi kopi dengan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. **Metode Penelitian:** Penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional dilakukan pada 73 pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Polowijen, Malang. Data kebiasaan merokok dan konsumsi kopi diperoleh melalui wawancara, sedangkan kadar glukosa darah puasa diperiksa dengan spektrofotometri. Analisis menggunakan uji korelasi Spearman dan Odds Ratio (OR). **Hasil Penelitian:** Rata-rata usia responden 59,7 tahun dengan distribusi jenis kelamin seimbang. Sebanyak 56,2% responden merokok dan 83,6% mengonsumsi kopi. Rata-rata kadar glukosa darah puasa 193,1 mg/dL, dengan 91,8% responden mengalami hiperglikemia. Kebiasaan merokok berhubungan signifikan dengan kadar glukosa darah (OR = 7,88; r = 0,676; p < 0,001), sedangkan konsumsi kopi juga signifikan (OR = 42,86; r = 0,449; p < 0,001). Perokok memiliki peluang hampir delapan kali lebih besar mengalami hiperglikemia, sedangkan peminum kopi sekitar 43 kali lebih besar dibandingkan yang tidak minum kopi. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan merokok dan konsumsi kopi dengan kadar glukosa darah pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2. **Saran:** Edukasi gaya hidup sehat, berhenti merokok, dan konsumsi kopi secara moderat penting dalam manajemen Diabetes Melitus Tipe 2.

Kata Kunci: Merokok, Konsumsi Kopi, Glukosa Darah, Diabetes Melitus Tipe 2