HUBUNGAN POLA KONSUMSI GULA DAN FAKTOR SOSIODEMOGRAFIS ORANGTUA DENGAN KADAR GULA DARAH REMAJA PUTRI DI SMP ANNUR 2 BULULAWANG

Safanisa Aprilia Ayu Fernanda, Dr. Nurul Pujiastuti, Budiono, Nurul Hidayah.

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

Email : nisasyafa040@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Kadar gula darah yang meningkat pada remaja putri dapat dipengaruhi oleh pola konsumsi gula dan kondisi sosiodemografis orangtua. Pola makan tinggi gula dapat menyebabkan gangguan regulasi glukosa, sedangkan faktor keluarga turut menentukan kebiasaan makan remaja. **Tujuan Penelitian** : Menganalisis hubungan pola konsumsi gula dan faktor sosiodemografis orangtua dengan kadar gula darah remaja putri di SMP Annur 2 Bululawang. **Metode Penelitian** : Penelitian menggunakan desain deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri kelas IX sebanyak 100 orang dengan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner pola konsumsi gula, kuesioner sosiodemografis orangtua, dan pemeriksaan gula darah sewaktu. Analisis data menggunakan uji Rank Spearman. **Hasil Penelitian** : Menunjukkan adanya hubungan antara pola konsumsi gula dengan kadar gula darah remaja putri ($p < 0,05$) serta adanya hubungan antara faktor sosiodemografis orangtua dengan kadar gula darah remaja putri ($p < 0,05$). Semakin tinggi frekuensi dan jumlah konsumsi gula, semakin tinggi pula risiko peningkatan kadar gula darah pada remaja putri. Kondisi sosiodemografis orangtua yang kurang mendukung turut memperburuk pengendalian pola makan anak. **Kesimpulan** : Pola konsumsi gula yang tidak sehat dan kondisi keluarga yang kurang mendukung dapat meningkatkan risiko gangguan metabolik pada remaja putri. Disarankan remaja putri membatasi konsumsi gula dan orangtua meningkatkan pengawasan terhadap pola makan anak.

Kata Kunci: pola konsumsi gula, sosiodemografis orangtua, kadar gula darah, remaja putri.