

**GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI KARBOHIDRAT, LEMAK,
SERAT DAN KADAR GLUKOSA DARAH PUASA PADA PASIEN
DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RSUD DR. SOEDOMO
KABUPATEN TRENGGALEK**

Tesalonika Ardilan Putri

Program Studi D3 Gizi Politeknik Kesehatan

Malang Jl. Besar Ijen 77 Malang

Email : p17110223040_tesalonika@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes Mellitus Tipe 2 merupakan masalah kesehatan yang berkembang di seluruh dunia, dan prevalensinya terus meningkat setiap tahunnya. Menurut Riskesdas (2008), prevalensi Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia mencapai 11,7%, meningkat dari 10,9% pada tahun 2018. Asupan makan seimbang dengan perhatian khusus pada tingkat konsumsi karbohidrat, lemak, dan serat sangat penting bagi penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. **Tujuan Penelitian :** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat konsumsi karbohidrat, lemak, serat dan kadar glukosa darah puasa awal dan akhir pada pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di RSUD dr. Soedomo Kabupaten Trenggalek. **Metode Penelitian :** Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain *cross-sectional* yang dilakukan di RSUD dr. Soedomo Kabupaten Trenggalek pada bulan November 2024. Sampel penelitian ini adalah 3 pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di ruang rawat inap yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini dilakukan dengan observasi dan wawancara selama 3 hari terhadap pasien menggunakan instrument penelitian. **Hasil penelitian :** Berdasarkan data yang didapatkan, tingkat konsumsi karbohidrat seluruh pasien meningkat, tingkat konsumsi lemak seluruh pasien menurun pada hari ketiga, dan tingkat konsumsi serat seluruh pasien masih dalam kategori kurang. Sedangkan kadar glukosa darah puasa seluruh pasien menurun pada hari ketiga. **Kesimpulan :** Pasien dengan tingkat konsumsi karbohidrat, lemak dan serat yang normal dan/ mendekati normal cenderung memiliki kadar glukosa darah puasa yang normal.

Kata kunci : Diabetes Mellitus Tipe 2, tingkat konsumsi, glukosa darah