

GAMBARAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI DAN ZAT GIZI MAKRO PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS RAMPAL CELAKET KOTA MALANG

Indah Amalia Putri
Dr. Etik Sulistyowati, SST., S.GZ., M.Kes
Program Studi D3 Gizi Politeknik Kesehatan Malang
Jl. Besar Ijen 77 C, Kota Malang
Email : p17110223030_indah@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes Melitus tipe 2 merupakan penyakit metabolik yang ditandai dengan kadar glukosa darah tinggi akibat resistensi insulin dan gangguan sekresi insulin. Menurut IDF (2021), Indonesia berada pada peringkat kelima penderita diabetes terbanyak didunia dengan jumlah 19,47 juta dari jumlah penduduk sebesar 179,72 juta, ini berarti prevalensi diabetes di Indonesia sebesar 10,6%. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap pengelolaan Diabetes Melitus tipe 2 adalah pola konsumsi energi dan zat gizi makro, seperti karbohidrat, protein, dan lemak. **Tujuan Penelitian :** Mengetahui gambaran tingkat konsumsi energi dan zat gizi makro penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Rampal Celaket, Kota Malang. **Metode Penelitian :** Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang dilaksanakan pada bulan Juni-September 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah penderita Diabetes Melitus tipe 2 di Puskesmas Rampa Celaket, Kota Malang. Pengambilan subjek menggunakan teknik *purposive sampling*, sehingga didapatkan 22 subjek. Analisis data dilakukan secara deskriptif. **Hasil Penelitian :** Penelitian menunjukkan sebagian besar tingkat konsumsi energi normal (36,4%), protein defisit tingkat berat (63,6%), lemak lebih (63,6%), dan karbohidrat defisit tingkat berat (40,9%). **Kesimpulan :** responden sebagian besar tingkat konsumsi energi sebagian besar normal, tingkat konsumsi protein sebagian besar defisit tingkat berat, tingkat konsumsi lemak sebagian besar lebih, dan tingkat konsumsi karbohidrat sebagian besar defisit tingkat berat.

Kata Kunci : diabetes melitus, energi, karbohidrat, lemak, protein, tingkat konsumsi.