

ABSTRACT

Background: Based on Riskesdas in 2018, Indonesia ranks seventh out of the top ten most populous countries in the world with 10.7 million people suffering from diabetes mellitus, with 8.5% of the Indonesian population aged over 15 years having diabetes mellitus based on blood sugar tests. Unhealthy eating patterns that often include fatty, high-calorie, and cholesterol-containing foods can increase blood sugar levels and the risk of diabetes. The aim of this study was to determine the relationship between dietary patterns and fasting blood sugar levels in the community at the Talang Bakung Health Center in Jambi City.

Methods: This research is an analytical type of study using a cross-sectional design. The total sample in this study was 107 respondents. The sampling technique used a non-probability sampling method with a Purposive sampling approach. Data were obtained by examining fasting blood sugar levels and filling out a 2x24-hour food recall questionnaire guided by the researcher. Data was tested using fisher's exact test.

Results: The majority of the samples were female (60.7%) and aged 19-44 years (54.2%), with many having unbalanced dietary patterns (81.4%) and many having normal blood sugar levels (81.3%). The results of the statistical analysis of dietary patterns with a p-value of 1.0 for fasting blood sugar levels indicate no significant relationship.

Conclusion: There is no relationship between dietary patterns and fasting blood sugar levels among the community at Puskesmas Talang Bakung, Kota Jambi.

Keywords: Dietary patterns, fasting blood sugar levels

ABSTRAK

Latar Belakang : Berdasarkan Riskesdas pada tahun 2018, Indonesia menempati peringkat nomor tujuh dari sepuluh besar negara terpadat di dunia dengan 10,7 juta orang menderita diabetes melitus dengan 8,5% penduduk Indonesia yang mengidap diabetes melitus berusia di atas 15 tahun berdasarkan hasil pemeriksaan gula darah. Pola makan tidak sehat yang sering mengonsumsi makanan berlemak, berkalori, dan mengandung kolesterol dapat membuat kadar gula darah naik serta dapat meningkatkan risiko terkena diabetes. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah puasa pada masyarakat di Puskesmas Talang Bakung Kota Jambi.

Metode : Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Total sampel dalam penelitian ini ialah 107 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode non-probability sampling dengan pendekatan *Purposive sampling*. Data didapatkan dengan pemeriksaan kadar gula darah puasa dan pengisian kuesioner *food recall* 2x24 jam yang dipandu oleh peneliti. Data diuji menggunakan uji alternatif *fisher's exact test*.

Hasil : Hasil penelitian ini sebagian besar sampel ialah perempuan (60.7%) dan berusia 19-44 tahun (54.2%), dengan banyak pola makan tidak seimbang (81.4%) dan banyak yang memiliki kadar gula darah normal (81.3%). Hasil analisis statistik pola makan dengan nilai *p-value* 1.0 dengan kadar gula darah puasa yang menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna.

Kesimpulan : Tidak adanya hubungan pola makan dengan kadar gula darah puasa pada masyarakat di Puskesmas Talang Bakung Kota Jambi.

Kata Kunci : Pola makan, kadar gula darah puasa