

Hubungan Konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages*, Serat Pangan, dan Aktivitas *Sedentary* dengan Kadar GDP pada Penderita DM Tipe 2

Tahmid Bendoro Gorin

Program Studi Gizi Klinik

Jurusan Kesehatan

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 adalah penyakit kronis karena gangguan insulin atau kerja insulin yang buruk sehingga tidak mampu mengangkut glukosa masuk ke sel, dampaknya kadar glukosa meningkat. Determinan yang dapat memberikan pengaruh terhadap kadar glukosa darah yaitu konsumsi minuman manis (*sugar-sweetened beverages*), serat pangan, dan aktivitas *sedentary*. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan konsumsi *sugar-sweetened beverages*, serat pangan, dan aktivitas *sedentary* dengan kadar GDP pada dewasa penderita DM tipe 2 di unit rawat jalan Puskesmas Ledokombo Kabupaten Jember. Jenis penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan potong lintang. Subjek yang digunakan 97 subjek dengan teknik *purposive sampling* dan pengumpulan data menggunakan kuesioner identitas subjek, SQ-FFQ, SBQ, dan observasi langsung. Analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* dan multivariat dengan uji regresi logistik berganda. Hasil penelitian untuk frekuensi dan jumlah konsumsi *sugar-sweetened beverages* dan serat pangan menunjukkan nilai $p=0,032$; OR=4,4 dan $p=0,038$; OR=8,5 dan nilai $p=0,000$; OR=22,2 dan $p=0,000$; OR=93,6, dan untuk aktivitas *sedentary* menunjukkan nilai $p=0,164$; OR=2,4. Kesimpulan penelitian ini yaitu ada hubungan frekuensi dan jumlah konsumsi *sugar-sweetened beverages* dan konsumsi serat pangan dengan kadar GDP pada penderita DM tipe 2, tidak ada hubungan aktivitas *sedentary* dengan kadar GDP pada penderita DM tipe 2 di unit rawat jalan Puskesmas Ledokombo, dan jumlah konsumsi *sugar-sweetened beverages* merupakan faktor risiko terkuat dengan nilai $p=0,043$; OR=41,4.

Kata Kunci: Aktivitas *Sedentary*, Diabetes Melitus Tipe 2, Glukosa Darah Puasa, Serat Pangan, *Sugar-Sweetened Beverages*