

ABSTRAK

Salsa Nisa Nindradini, 2021. Hubungan Asupan Zat Gizi Makro dan Vitamin C dengan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang. Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing: **Dr.Ir.Endang Sutjiati.M.Kes. dan Dr. Nur Rahman, STP., MP.**

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia. Prevalensi diabetes melitus tipe 2 berdasarkan hasil Riskesdas tahun 2018 yaitu sebesar 2%. Asupan zat gizi makro (karbohidrat, protein, dan lemak) akan berpengaruh terhadap kadar glukosa darah. Vitamin C merupakan antioksidan yang berfungsi untuk mencegah stress oksidatif sehingga dapat menurunkan kadar glukosa darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan Zat Gizi Makro dan vitamin C dengan kadar glukosa darah pasien diabetes melitus tipe 2 di puskesmas Mulyorejo Kota Malang.

Jenis penelitian ini yaitu *Observational Analitik*, dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 rawat jalan di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang. Jumlah sampel adalah 20 pasien dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Hasil penelitian ini menunjukkan karakteristik responden sebagian besar berusia >46 tahun (lansia) dan menderita DM Tipe 2 kurang dari 5 tahun. Sebagian besar responden memiliki riwayat keluarga DM dan penyakit penyerta seperti hipertensi dan kolesterol. Sebesar 30% responden masih belum patuh mengkonsumsi obat sesuai anjuran. Asupan karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin C pada pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang sebagian besar termasuk kategori kurang dari kebutuhan. Hasil uji statistik disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara asupan karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin C dengan kadar glukosa darah. Nilai p-value >0,05 untuk semua variabel (Karbohidrat p-value = 0,160 ; Protein p-value = 0,769 ; Lemak p-value = 0,286 ; dan Vitamin C p-value = 0,326)

Kata kunci : Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Vitamin C, Kadar Glukosa Darah, Diabetes Mellitus (DM) tipe 2.