

HUBUNGAN GULA DARAH PUASA, TINGKAT KONSUMSI LEMAK, STATUS GIZI (IMT) DAN LATIHAN FISIK DENGAN KADAR TRIGLISERIDA DARAH (STUDI PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI POLI RAWAT JALAN RSUP DR. KARIADI SEMARANG)

ELOK FAEKOH -- E2A098021
(2003 - Skripsi)

Diabetes mellitus disebabkan oleh defisiensi insulin, hormon yang diproduksi oleh kelenjar pankreas. Penyakit diabetes juga membuat hati memproduksi terlalu banyak trigliserida. Akibatnya hipertrigliserida lebih sering ditemukan pada penderita diabetes. Adapun faktor yang mempengaruhi kadar trigliserida darah yang dapat dilakukan pencegahan adalah konsumsi lemak, konsumsi gula, status gizi (IMT) dan latihan fisik.

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui adanya hubungan antara konsumsi lemak dan gula, status gizi (IMT) serta latihan fisik dengan kadar trigliserida darah pada diabetes mellitus. Populasi yang diambil adalah pasien diabetes mellitus yang sudah menjalani terapi minimal dua tahun dan pada saat penelitian berlangsung, sedang melakukan kontrol kesehatan di poli rawat jalan RSUP Dr. Kariadi Semarang. Sampel diambil secara purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Jenis penelitian yang digunakan adalah explanatory dengan metode survei dan pendekatan cross sectional. Pengolahan data dilakukan dengan program SPSS dan diuji dengan menggunakan Pearson Corellation. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara gula darh puasa, tingkat konsumsi lemak jenuh, status gizi (IMT) dan latihan fisik dengan kadar trigliserida darah.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara gula darah puasa dengan kadar trigliserida darah (p value = 0,008), tingkat konsumsi lemak jenuh dengan kadar trigliserida darah (p value = 0,000), status gizi (IMT) dengan kadar trigliserida darah (p value = 0,021) serta ada hubungan latihan fisik dengan kadar trigliserida darah (p value = 0,007). Dari penelitian ini diharapkan penderita diabetes mellitus melakukan diit rendah lemak jenuh, gula, dan tinggi lemak tidak jenuh serta melakukan latihan fisik secara teratur.

Kata Kunci: KADAR GULA DARAH PUASA, KADAR TRIGLISERIDA DARAH, TINGKAT KONSUMSI LEMAK, STATUS GIZI (IMT), LATIHAN FISIK.