

Abstrak
**HUBUNGAN ANTARA POLA KONSUMSI LEMAK DAN
KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI
PROLANIS PUSKESMAS PURWOKERTO BARAT**

Fitri Hidayatul Ni'mah, Yovita Puri Subartjo, Atikah Proverawati

Latar Belakang: Diabetes melitus merupakan penyakit yang memiliki prevalensi penderita yang tinggi yang dapat berdampak pada gangguan fungsi kognitif melalui gangguan pembuluh darah termasuk pembuluh darah di otak. Gangguan fungsi kognitif pada penderita diabetes dihubungkan dengan adanya stres oksidatif dan akumulasi *advanced glycation and products* (AGEs). Selain itu, pola konsumsi lemak dan kualitas tidur juga dapat mempengaruhi fungsi kognitif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola konsumsi lemak dan kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat.

Metodologi : Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Purwokerto Barat pada bulan September 2024. Sampel penelitian sebanyak 43 orang yang diambil menggunakan *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner FFQ untuk pola konsumsi lemak, PSQI untuk kualitas tidur, dan MoCA-Ina untuk fungsi kognitif.

Hasil Penelitian : Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian responden berusia ≥ 60 tahun (69,8%), berjenis kelamin perempuan (76,7%), tingkat pendidikan SD dan SMA (32,6%), lama menderita ≤ 5 tahun (58,1%), dan kadar glukosa darah yang tinggi (65,1%). Hasil bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola konsumsi lemak dan kualitas tidur dengan fungsi kognitif dengan masing-masing *p-value* 0,03 dan 0,035.

Kesimpulan : Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola konsumsi lemak dan kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Prolanis Puskesmas Purwokerto Barat.

Kata kunci : diabetes melitus tipe 2, , fungsi kognitif, kualitas tidur, pola konsumsi lemak.

Abstract

RELATIONSHIP BETWEEN FAT CONSUMPTION PATTERNS AND SLEEP QUALITY WITH COGNITIVE FUNCTION OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS AT THE WEST PURWOKERTO HEALTH CENTER PROLANIS

Fitri Hidayatul Ni'mah, Yovita Puri Subardjo, Atikah Proverawati

Background: Diabetes mellitus is a disease that has a high prevalence of sufferers which can have an impact on cognitive function disorders through blood vessel disorders including blood vessels in the brain. Cognitive dysfunction in people with diabetes is associated with oxidative stress and accumulation of advanced glycation and products (AGEs). Cognitive function is also influenced by fat consumption patterns and sleep quality. This study aims to determine the relationship between fat consumption patterns and sleep quality with cognitive function in people with type 2 diabetes mellitus at Prolanis Purwokerto Barat Health Center.

Methodology : This research is an observational study with an approach cross sectional. The research was conducted at the West Purwokerto Health Center in September 2024. The research sample was 43 people who were taken using purposive sampling. Data collection using FFQ questionnaire for fat consumption patterns, PSQI for sleep quality, and MoCA-Ina for cognitive function.

Research result : The results of the univariate analysis showed that most respondents were aged ≥ 60 years (69.8%), female (76.7%), elementary and high school education (32.6%), duration of suffering ≤ 5 years (58.1%), and high blood glucose levels (65.1%). The bivariate results showed that there was a relationship between fat consumption patterns and sleep quality with cognitive function with each p -value 0.03 and 0.035.

Conclusion : This study shows that there is a relationship between fat consumption patterns and sleep quality with cognitive function in patients with type 2 diabetes mellitus at the Prolanis Health Center of West Purwokerto.

Keywords : cognitive function, fat consumption patterns, sleep quality, type 2 diabetes mellitus.