

## Abstrak

### HUBUNGAN ASUPAN SERAT, SUKROSA DAN TINGKAT STRES TERHADAP KADAR TRIGLISERIDA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANGLEWAS

Anita Rachmatun Nikmah, Hesti Permata Sari, Dika Betaditya

**Latar Belakang:** Diabetes Mellitus Tipe II (DMT2) merupakan jenis PTM yang jumlah kasusnya meningkat setiap tahun di dunia. Pilar utama pengelolaan DMT2 adalah pengaturan makan bergizi seimbang dan sesuai kebutuhan, khususnya serat dan sukrosa, sehingga kadar trigliserida (TG) dapat terkendali. Karakteristik pengelolaan diabetes terutama pembatasan diet yang berlangsung seumur hidup menuntut penderita dapat menyesuaikan diri dengan pola hidup yang baru sehingga seringkali membuat penderita jenuh dan stres yang akan memunculkan reaksi ketidakpatuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan serat, sukrosa dan tingkat stres terhadap kadar TG penderita DMT2 di Puskesmas Karanglewas.

**Metodologi:** Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 30 pasien DMT2 menggunakan metode *purposive sampling*. Data asupan dan tingkat stres diambil menggunakan form *Food recall* 24 jam dan kuesioner DASS serta analisis kadar trigliserida menggunakan metode GPO-PAP.

**Hasil Penelitian:** Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar memiliki asupan serat kurang, sukrosa cukup, tidak stres dan kadar trigliserida normal. Tidak ada hubungan signifikan antara asupan serat, sukrosa dan tingkat stres dinilai secara berurutan  $p=0,433$ ;  $p= 1,00$ ;  $p=0,098$ .

**Kesimpulan:** Asupan serat, sukrosa dan tingkat stres tidak berhubungan signifikan dengan kadar trigliserida penderita DMT2 di Puskesmas Karanglewas.

**Kata Kunci:** Asupan Serat, Asupan Sukrosa, Tingkat Stres, Kadar Trigliserida, Diabetes Mellitus Tipe II

## Abstract

### THE RELATIONSHIP BETWEEN FIBER INTAKE, SUCROSE INTAKE, STRESS LEVELS AND TRIGLYSERIDE LEVELS OF DIABETES MELLITUS TYPE II IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS KARANGLEWAS

*Anita Rachmatun Nikmah, Hesti Permata Sari, Dika Betaditya*

**Background:** Diabetes Mellitus Type II is the number of cases increases annually in the world. The main pillar of DMT2 management is a balanced nutritional eating arrangement, especially fiber and sucrose, so triglyceride levels can be controlled. Characteristics of diabetes management, especially dietary restrictions requires the patient to adjust to a new lifestyle that often makes people with stress that will lead to noncompliance. This study aims to determine the relationship fiber intake, sucrose and stress levels to TG levels of patients with DMT2 in Puskesmas Karanglewas.

**Methods:** This research used cross sectional design. There are 30 patients of DMT2 taken by purposive sampling method. Data intake was taken by 24 hour Food Recall form, stress level data using DASS questionnaire and triglyceride levels analysis using GPO-PAP method.

**Results:** The results showed that most of patients had less fiber intake, enough sucrose, no stress and normal triglyceride levels. There was no significant relationship between fiber intake, sucrose and stress levels:  $p= 0.433$ ;  $p= 1,00$ ;  $p= 0.098$ .

**Conclusion:** Fiber intake, sucrose and stress level were not significantly correlated with triglyceride levels of patients with DMT2 in Puskesmas Karanglewas.

**Keywords:** Fiber Intake, Sucrose Intake, Stress Level, Triglyceride Level, Diabetes Mellitus Type II