

## ABSTRAK

### HUBUNGAN SARAPAN PAGI DENGAN KONTROL GULA DARAH PADA PESERTA PROLANIS PASIEN DM TIPE 2 DI BANDAR LAMPUNG

OLEH

ZAFIRA USWATUN HASANAH

**Latar Belakang:** Diabetes melitus (DM) adalah sekelompok gangguan metabolik dengan karakteristik hiperglikemia. Penatalaksanaan DM menggunakan empat pilar utama salah satunya adalah perencanaan makan. Salah satu faktor yang berperan dalam perencanaan makan adalah sarapan pagi. Melewatkan sarapan pagi dapat mempengaruhi kadar gula darah pasien DM tipe 2. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara sarapan pagi dengan kontrol gula darah pada pasien DM.

**Metode:** Desain penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan *cross-sectional* terhadap 115 pasien DM peserta Prolanis. Data yang diambil berupa data primer yaitu hasil pemeriksaan gula darah puasa (GDP) diidentifikasi dengan Glukometer dan sarapan pagi diidentifikasi dengan form *food reord* 3×24 jam.

**Hasil Penelitian:** Dari 115 responden dengan DM, didapatkan 41 responden (35%) melakukan sarapan pagi yang lengkap dengan jumlah kalori sesuai, 46 responden (40%) melakukan sarapan pagi yang lengkap dengan jumlah kalori tidak sesuai dan 28 responden (24%) tidak melakukan sarapan pagi atau sarapan pagi tidak lengkap. Dari pemeriksaan GDP, didapatkan 47 responden (41%) memiliki GDP terkontrol dan 68 responden (59%) dengan GDP tidak terkontrol. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan terdapat hubungan sarapan dengan kontrol gula darah dengan *p value* 0,00 ( $p < 0,05$ ).

**Simpulan:** Terdapat hubungan antara sarapan pagi dengan kontrol GDP pada pasien DM Tipe 2.

Kata kunci: Diabetes melitus, Sarapan, kontrol gula darah

## ABSTRACT

### RELATION OF BREAKFAST WITH BLOOD SUGAR CONTROL AT PROLANIS PARTICIPANTS OF TYPE 2 DM IN BANDAR LAMPUNG

By

ZAFIRA USWATUN HASANAH

**Background:** Diabetes mellitus (DM) is a group of metabolic disorders that share the characteristic of hyperglycemia. Management of DM includes 4 fundamental aspects, one of which is meal planning. One factor that plays a role in meal planning is breakfast. Skipping breakfast can affect blood sugar levels of patients with DM. The purpose of this study is to determine the correlation between breakfast and blood sugar control in type 2 DM patients.

**Methods:** The design of this study is analytical survey method with cross-sectional approach to 115 DM patients who participate in Prolanis. The data taken is primary data in the form of fasting blood glucose (FBG) test results identified with glucometer and breakfast identified with 3×24 hours food record form filling results.

**Results:** Out of 115 participants with DM, 41 participants (35%) was found to be doing full breakfast with appropriate calories count, 46 participants (40%) was found to be doing full breakfast with inappropriate calories count, and the remaining 28 (24%) was found to be not doing full breakfast or not doing breakfast at all. The FPG test results showed that 47 participants (41%) had controlled FPG and the remaining 68 (59%) had uncontrolled FPG. Chi-Square test results showed that there was correlation between breakfast and blood sugar level control with p value of 0,00 ( $p < 0,05$ ).

**Conclusions:** There was no correlation between breakfast and FPG control in subjects with type 2 DM.

Keywords: Blood sugar control, breakfast, diabetes melitus