

INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MAHARDIKA

FAKULTAS KESEHATAN

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

Skripsi, Juni 2025

Dea Nur Amelia, Ani Nurhaeni, H. Bambang Irianto

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN KADAR GULA DARAH
DI WILAYAH PUSKESMAS KALITANJUNG KOTA CIREBON**

ABSTRAK

Kadar gula darah, atau glukosa darah adalah konsentrasi glukosa yang terdapat dalam aliran darah. Glukosa merupakan sumber energi utama bagi sel-sel tubuh dan berasal dari metabolisme karbohidrat dalam makanan. Pola makan menjadi salah satu faktor risiko diabetes mellitus yang dapat dimodifikasi. Salah satu perilaku yang masih menjadi kebiasaan masyarakat Indonesia yaitu pola makan yang tidak sehat atau biasa mengonsumsi makanan cepat saji. Salah satu upaya untuk mengetahui status diabetes mellitus dalam suatu desa/kelurahan yaitu dengan mengetahui pola makan Masyarakat.

Desain penelitian ini menggunakan dengan pendekatan *cross sectional*. Instrument yang digunakan yaitu lembar kuesioner. Jumlah sampel sebanyak 100 responden. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Puskesmas Kalitanjung Kota Cirebon. Teknik dalam pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik *propotional random sampling* menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*.

Dari hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* diperoleh $p\text{-value} = 0,000 \leq 0,05$. Artinya H_0 ditolak dan H_a diterima menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara hubungan pola makan dengan kadar gula darah di Wilayah Puskesmas Kalitanjung Kota Cirebon.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat sehingga dapat merubah pola makan masyarakat yang lebih sehat dan bergizi.

Kata kunci : Pola makan, Kadar gula darah

MAHARDIKA INSTITUTE OF TECHNOLOGY AND HEALTH

HEALTH FACULTY

Study Program of Public Health

Mini Thesis, June 2025

Dea Nur Amelia, Ani Nurhaeni, H. Bambang Irianto

**THE RELATIONSHIP BETWEEN DIET AND BLOOD SUGAR LEVELS IN
THE KALITANJUNG HEALTH CENTER AREA, CIREBON CITY**

ABSTRACT

Blood sugar levels, or blood glucose, are the concentration of glucose is the main source of energy for body cells and comes from the metabolism of carbohydrates in food. Diet is one of the modifiable risk factors for increasing blood sugar levels. One behavior that is still a habit of the Indonesian people is an unhealthy diet or usually consuming fast food. One effort to find out the status of blood sugar levels in a village is to find out the eating patterns of the community.

The design of this study uses a cross-sectional approach. The instrument used is a questionnaire sheet. The number of samples is 100 respondents. This study was conducted in the Kalitanjung Health Center Area of Cirebon City. The sampling technique in this study is the propotional random sampling technique using univariate analysis with the chi-square law.

From the results of statistical tets using the chi-square tests, p -value = 0,000 \leq 0,05. This means that H_0 is rejected and H_a is accepted, indicating a significant relationship between diet and blood sugar levels in the Kalitanjung Health Center Area, Cirebon City.

The result of this study are expected to increase public knowledge so that they can change people's eating patterns to be healthier and more nutritious.

Keywords: Diet, Blood sugar levels