

HUBUNGAN KONSUMSI *SUGAR-SWEETENED BEVERAGES* (SSBS) DAN PEMESANAN MAKANAN BERISIKO SECARA *ONLINE* DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH PEKERJA USIA 25-44 TAHUN DI PERUMAHAN KASUARI, CIKARANG

Agatha Katherine Widi Puspita Jayanti

Abstrak

Usia 25-44 tahun merupakan usia produktif dalam bekerja dan masih bisa dilakukan upaya pencegahan diabetes melitus dengan memantau dan menjaga kadar glukosa darah. Kenaikan kadar glukosa darah dapat disebabkan oleh konsumsi *Sugar-Sweetened Beverages* (SSBs) dan frekuensi pemesanan makanan *online* yang tinggi akan Glukosa, garam, dan lemak (makanan berisiko). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan konsumsi SSBs dan pemesanan makanan berisiko secara *online* dengan kadar Glukosa darah pada pekerja usia 25-44 tahun di Perumahan Kasuari, Cikarang. Metode penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Responden penelitian berjumlah 47 orang pekerja berusia 25-44 tahun yang tinggal di Perumahan Kasuari, Cikarang dan memenuhi kriteria inklusi. Kadar Glukosa darah diukur menggunakan glukometer. Konsumsi SSBs diperoleh melalui wawancara menggunakan formulir *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ) dan pemesanan makanan *online* dengan formulir FFQ. Setelah dilakukan pengolahan dan analisis data diperoleh hasil terdapat hubungan antara konsumsi SSBs, pemesanan makanan tinggi gula secara *online*, dan pemesanan makanan berisiko secara *online* dengan kadar glukosa darah (p value = 0,044 ; 0,001 ; 0,008). Tidak terdapat hubungan signifikan antara pemesanan makanan tinggi garam dan tinggi lemak secara *online* dengan kadar glukosa darah (p value = 0,184 dan 0,079).

Kata Kunci : *Sugar-Sweetened Beverages* (SSBs), Pemesanan Makanan *Online*, Kadar Glukosa Darah, Pekerja

THE RELATIONSHIP OF SUGAR-SWEETENED BEVERAGES (SSBS) CONSUMPTION AND ONLINE RISKY FOODS ORDERING TO EMPLOYEES AGED 25-44 YEARS BLOOD GLUCOSE LEVELS IN KASUARI, CIKARANG

Agatha Katherine Widi Puspita Jayanti

Abstract

25-44 years are the productive age to work and still can prevent diabetes mellitus by maintaining blood sugar levels. The increase of blood glucose levels can be caused by consuming high Sugar-Sweetened Beverages (SSBs) and often order food by online that contain a lot of sugar, salt, dan fat (risky foods). The aim of this research was to find out correlation of consuming SSBs and online risky foods ordering to employee aged 25-44 years blood glucose levels in Kasuari, Cikarang. The method used in this research is cross sectional. The respondents are 47 employees aged 25-44 years who live in Kasuari, Cikarang and fulfill the inclusion criteria. Blood glucose levels is measured with glucometer. Data of consuming SSBs is obtained by interview with Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire form (SQ-FFQ), while online food order is obtained with FFQ form. After processing and analyze data, the following results are there is correlation between consuming SSBs, online high sugar foods ordering, and online risky foods ordering with blood glucose levels (p value = 0,044 ; 0,001 ; 0,008). There is no correlation between online high salt foods and high fat foods ordering with blood glucose levels (p value = 0,184 and 0,079).

Key Words : *Sugar-Sweetened Beverages (SSBs), Online Food Ordering, Blood Glucose Levels, Employees*