

HUBUNGAN STATUS GIZI, LINGKAR PINGGANG, DAN KONSUMSI SAYUR DAN BUAH DENGAN KEJADIAN PRA-DIABETES PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Zakiyyatul Fuaadah

Abstrak

Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit yang disebabkan oleh kelainan hormon yang memengaruhi insulin, dan penyakit kronik yang tidak menyebabkan kematian secara langsung. Menurut *American Diabetes Association* (ADA) salah satu klasifikasi DM adalah pra-diabetes, yang merupakan tahap prekursor yang ditandai dengan gula darah diatas normal, namun tidak setinggi pada penderita diabetes. Prevalensi pra-diabetes di Indonesia pada tahun 2007 sebesar 10%, dan 5-14% kondisi pra-diabetes menjadi penyakit diabetes tiap tahunnya. Pada kelompok usia muda prevalensi pra-diabetes dan diabetes 55% dari keseluruhan populasi dewasa. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara status gizi, lingkaran pinggang, dan konsumsi sayur dan buah terhadap kejadian pra-diabetes pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN “Veteran” Jakarta. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain rancangan *cross-sectional*. Data diambil dengan melakukan pengukuran antropometri terhadap berat badan, tinggi badan, serta lingkaran pinggang, dan juga menggunakan *food frequency questionnaire* (FFQ) untuk melihat konsumsi sayur dan buah dalam satu bulan terakhir. Analisis data menggunakan uji korelasi pearson. Hasil penelitian menyatakan tidak terdapatnya hubungan yang signifikan antara status gizi ($p = 0,057$) dan konsumsi sayur dan buah ($p = 0,801$) dengan kejadian pra-diabetes, namun terdapat hubungan yang signifikan antara lingkaran pinggang dan kejadian pra-diabetes ($p = 0,018$).

Kata Kunci: Pra-diabetes, Status Gizi, Lingkaran Pinggang, Konsumsi Sayur dan Buah

RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL STATUS, WAIST SIZE, AND VEGETABLE AND FRUIT CONSUMPTIONS WITH THE INCIDENT OF PRA-DIABETES IN STUDENTS OF FACULTY OF HEALTH SCIENCE

Zakiyyatul Fuaadah

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is a disease caused by a hormone disorder that affects insulin, and a chronic disease that does not cause death directly. According to the American Diabetes Association (ADA) one classification of DM is pre-diabetes, which is a precursor stage characterized by blood sugar above normal, but not as high as in diabetics. The prevalence of prediabetes in Indonesia in 2007 was 10%, and 5-14% of pre-diabetes conditions became diabetes every year. In the young age group the prevalence of prediabetes and diabetes is 55% of the total adult population. The purpose of this study was to look at the relationship between nutritional status, waist circumference, and consumption of vegetables and fruit on the incidence of pre-diabetes in students of the Faculty of Health UPN "Veteran" Jakarta. his study was an analytic observational study with a cross-sectional design. Data was taken by taking anthropometric measurements of body weight, height, and waist circumference, and also using a food frequency questionnaire (FFQ) to see the consumption of vegetables and fruit in the past month. Data analysis using the correlation pearson test. The results stated that there was no significant relationship between nutritional status ($p = 0.083$) and consumption of vegetables and fruit ($p = 0.944$) with the incidence of pre-diabetes, but there was a significant relationship between waist circumference and the incidence of pre-diabetes ($p = 0.031$).

Keywords: Pre-diabetes, Nutritional Status, Waist Circumference, Vegetable and Fruit Consumption