

## ABSTRAK

**Anjani, Laila Kusuma. 2020. Gambaran Konsumsi Sayur Dan Buah Dan Kadar Glukosa Darah Puasa Pasiendiabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikancung Kabupaten Bandung. Pembimbing: Witri Priawantiputri, S.Gz., M.Gz.**

Diabetes mellitus merupakan suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang yang disebabkan oleh karena adanya peningkatan kadar glukosa darah yang diakibatkan oleh penurunan sekresi insulin yang progresif dilatar belakangi oleh resistensi insulin. Salah satu faktor yang mempengaruhi peningkatan kadar glukosa darah puasa yaitu kurangnya konsumsi sayur dan buah. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran konsumsi sayur dan buah dan kadar glukosa darah puasa pasiendiabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas cikancung kabupaten Bandung. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *crosssectional*. Besar sampel dalam penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 21 orang yang merupakan pasien diabetes mellitus tipe 2 yang berobat di puskesmas cikancung kabupaten Bandung. Pengumpulan data konsumsi sayur buah diperoleh melalui metode *Semi-quantitative food frequency questionnaire*. Kadar glukosa darah puasa diperoleh dengan melihat data kadar glukosa darah puasa terbaru pada rekam medik pasien. Rata-rata tingkat konsumsi sayur buah sampel sebesar 351,1 gram dimana sebanyak 81% memiliki tingkat konsumsi sayur buah kurang dan 19% memiliki tingkat konsumsi sayur buah cukup. Rata-rata kadar glukosa darah puasa sampel sebagian besar tidak baik yaitu sebesar 85,7%. Persentase sampel dengan kadar glukosa darah puasa tidak baik lebih tinggi pada konsumsi sayur buahnya yang kurang (88,2%) dibandingkan dengan sampel yang konsumsi sayur buahnya cukup (75%), sedangkan sampel dengan kadar glukosa darah puasa yang baik lebih tinggi konsumsi sayur buahnya yang cukup (25%) dibandingkan dengan sampel yang konsumsi sayur buahnya kurang (11,8%). Berdasarkan hasil penelitian disarankan memenuhi kecukupankonsumsi sayur buah sebanyak 400 gram per hari sesuai dengan pedoman gizi seimbang.

Kata kunci: Konsumsi Sayur Buah, Kadar Glukosa Darah Puasa