

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a metabolic disorder that characterized by elevated blood glucose levels accompanied by decreased of carbohydrates, fats and proteins metabolism. Elderly becomes the most risk group at developing DM because this group is a population which susceptible to carbohydrate metabolism disorders that can appear as DM. The purpose of this study was to analyze differences in knowledge, attitudes and nutritional intake of elderly patients with Diabetes Mellitus and non Diabetes Mellitus against the nutritional intake of foodstuffs with high glycemic index (GI) and antioxidant.

This research used case control study with retrospective approach. Samples were 50 respondents with 25 cases samples and 25 control samples in Puskesmas Pucangsewu Surabaya. Data collected by using questionnaires, food frequency questionnaire and 1x24 hour food recall questionnaire. Data were analyzed using independent-samples t test.

The results of this research showed that there was no difference in knowledge and attitude between DM elderly and non DM elderly in neither high GI food nor antioxidant food. There were differences in consumption intake of high GI foods, such as potato ($p= 0,002$) and biscuit ($p= 0.027$) and antioxidant foods such as white perch ($p= 0,006$), red eye snail ($p=0,042$), pineapple ($p= 0,001$), paprika ($p=0,021$), broccoli ($p= 0,000$), aloe vera ($p=0,028$), peas ($p= 0,003$) and green beans ($p=0,042$) in the DM group with non DM group.

The conclusion of this research is there was no differences of knowledge and attitude between DM elderly and non DM elderly in neither high GI food nor antioxidant food, however, most elderly DM groups more regularly reduce food intake with high GI and increase food intake with antioxidant sources. Therefore, there is a need for education on understanding and simulating food menu planning with glycemic index and sources of antioxidants to the elderly in order to help elderly control blood sugar levels through food to be consumed.

Keywords: elderly, diabetes mellitus, glycemic index, antioxidant, knowledge, attitude, nutritional intake

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan gangguan metabolik yang ditandai dengan adanya peningkatan kadar glukosa darah yang disertai dengan penurunan metabolisme karbohidrat, lemak dan protein. Kelompok lanjut usia (lansia) menjadi kelompok yang paling beresiko terkena DM karena kelompok ini merupakan populasi yang rentan terhadap gangguan metabolisme karbohidrat yang dapat muncul sebagai DM. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan pengetahuan, sikap dan asupan nutrisi lanjut usia penderita Diabetes Mellitus dan non Diabetes Mellitus terhadap asupan nutrisi makanan dengan indeks glikemik (IG) tinggi dan sumber antioksidan.

Penelitian ini menggunakan studi *case control* dengan pendekatan *retrospective*. Jumlah sampel yang diteliti adalah 50 responden dengan sampel kasus sebanyak 25 orang dan sampel kontrol sebanyak 25 responden di wilayah kerja Puskesmas Pucangsewu Surabaya. Pengumpulan data menggunakan kuesioner, kuesioner *food frequency*, dan kuesioner *food recal* 1x24 jam. Data dianalisis menggunakan *independent-samples t test*.

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada perbedaan pengetahuan dan sikap lansia DM dengan non DM baik dalam bahan makanan IG tinggi maupun makanan sumber antioksidan. Ada perbedaan asupan konsumsi makanan IG tinggi, seperti kentang ($p= 0,002$) dan biskuit ($p= 0,027$) dan makanan sumber antioksidan seperti ikan kakap putih ($p= 0,006$), keong mata merah ($p=0,042$), nanas ($p= 0,001$), paprika ($p=0,021$), brokoli ($p= 0,000$), lidah buaya ($p=0,028$), kacang polong ($p= 0,003$) dan kacang hijau ($p=0,042$) pada kelompok lansia DM dengan kelompok lansia non DM.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak adanya perbedaan pengetahuan dan sikap antara lansia DM dan non DM dalam pemilihan bahan makanan dengan IG tinggi, namun sebagian besar kelompok lansia DM lebih teratur mengurangi asupan makanan dengan IG tinggi dan memperbanyak asupan makanan dengan sumber antioksidan. Oleh karena itu, perlu adanya edukasi pemahaman dan simulasi perencanaan menu makanan dengan indeks glikemik dan sumber antioksidan kepada lansia agar dapat membantu lansia mengontrol kadar gula darah melalui makanan yang akan dikonsumsi.

Kata kunci: lansia, diabetes mellitus, indeks glikemik, antioksidan, pengetahuan, sikap, asupan nutrisi