

Abstrak

Bagi penyandang diabetes mellitus tipe 2 (DMT2), salah satu hal terpenting adalah mencegah komplikasi jangka panjang dengan cara mengontrol kadar gula darah. Pengendalian kadar glukosa darah pada penyandang DMT2 erat kaitannya dengan faktor rencana makan atau pola makan, karena asupan makanan yang berlebih dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan rasio asupan makronutrien per energi pada penyandang DMT2 dan orang sehat di Surabaya, Sidoarjo, Mojokerto. Penelitian ini bersifat *observasional analitic* dengan desain penelitian *cross sectional*. Besar sampel sejumlah 42 responden yang terdiri dari 21 responden kelompok DMT2 dan 21 responden kelompok orang sehat. Teknik pengambilan sampel menggunakan *quota sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara pengukuran asupan makronutrien kepada responden dengan *Multiple Recall-24 Hours* yang menggunakan uji normalitas *Shapiro wilk*, sedangkan analisis perbedaan rata-rata menggunakan uji *parametrik independet T-tes* dan uji *Mann whitney* dengan signifikan $p = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan rasio asupan protein per energi memiliki nilai $p = 0,505$ yang berarti tidak adanya perbedaan asupan protein per energi, perbedaan rasio asupan lemak per energi memiliki nilai $p = 0,208$ yang berarti tidak adanya perbedaan asupan lemak per energi, perbedaan rasio asupan karbohidrat per energi memiliki nilai $p = 0,443$ yang berarti tidak adanya perbedaan asupan karbohidrat per energi. Kesimpulan penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan signifikan rasio asupan makronutrien per energi pada penyandang DMT2 dan orang sehat di Surabaya, Sidoarjo, Mojokerto.

Kata Kunci : Asupan Makronutrien Per Energi, Penyandang Diabetes Mellitus Tipe 2, Orang Sehat.