

ABSTRAK

Nurrul, Sarah. 2021. Pengaruh Pemberian Cookies Tepung Beras Hitam Dan Kedelai Hitam Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPT Puskesmas Riung Bandung Kota Bandung. Pembimbing : (Nitta Isdiany, M.Kes,RD)

Terapi diet dalam pengelolaan DM tipe 2 merupakan komponen utama dalam keberhasilan penatalaksanaan diabetes terutama kepatuhan terhadap prinsip gizi dan perencanaan makanan sehari-hari. Salah satu yang harus dilakukan adalah dengan memilih makanan yang mengandung serat yang tinggi dan rendah indeks glikemik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *cookies* tepung beras hitam dan kedelai hitam terhadap kadar glukosa darah puasa pada penderita DM Tipe 2.

Desain penelitian yang digunakan adalah Quasi Eksperimen dengan menggunakan *Two Group Pre Test-Post Test Design*. Populasi adalah pasien rawat jalan yang menderita DM tipe 2 di Puskesmas Riung Bandung. Kriteria Inklusi sampel berusia 25 – 80 tahun dan memiliki kadar glukosa darah puasa ≥ 126 mg/dL. Sampel yang diteliti berjumlah 26 orang dan pengambilan dilakukan secara *purposive sampling*. Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik sampel, asupan makan dengan cara wawancara, pengukuran antropometri dan kadar GDP. Uji *Saphiro Wilk* digunakan untuk analisis normalitas data.

Data dianalisis dengan uji *Wilcoxon dan Independent Samples T Tes* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan kelompok perlakuan mengalami penurunan kadar GDP yang tidak bermakna sebesar $-25,5$ mg/dl, sedangkan kelompok control juga mengalami penurunan GDP yang tidak bermakna sebesar $-6,1$ mg/dl. Secara statistik terdapat tidak ada perbedaan perubahan kadar GDP antara kelompok perlakuan dan control secara bermakna ($p > 0,05$) tetapi tidak meningkatkan kadar GDP. Diharapkan memperhatikan variabel pengganggu seperti asupan makanan (energi,protein,lemak dan KH) dan kebiasaan olahraga.

Kata Kunci : DM Tipe 2, Kadar Gula Darah Puasa, Beras Hitam, Kedelai Hitam

