

ABSTRAK

Fauzia, Anne R. 2020. Pengaruh Konseling Gizi Beban Glikemik Terhadap Asupan Beban Glikemik dan Kadar Glukosa Darah Puasa Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Padasuka. Skripsi. Program Studi Diploma 4. Jurusan Gizi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung. Pembimbing: Dr. Pusparini, SKM, M. Sc

Konseling gizi sebagai bagian dari penatalaksanaan diabetes melitus tipe 2 dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup penyandang diabetes. Kadar glukosa darah yang tidak terkontrol berhubungan dengan beban glikemik asupan makanan yang tidak baik pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling gizi beban glikemik terhadap asupan beban glikemik dan kadar glukosa darah puasa pasien diabetes melitus tipe 2. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasi-eksperimental pretest-posttest one group design* pada 18 orang sampel yang diambil secara *purposive sampling* di Puskesmas Padasuka. Data asupan beban glikemik diperoleh dengan wawancara menggunakan SFFQ dan data kadar glukosa darah puasa diperoleh dari data Prolanis dan pengukuran langsung dengan alat glukometer. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata asupan beban glikemik dan kadar glukosa darah puasa menurun setelah mendapatkan konseling gizi (117.73 menjadi 91.5 dan 218.83 mg/dl menjadi 179.78 mg/dl). Terdapat pengaruh konseling gizi beban glikemik terhadap asupan beban glikemik ($p = 0.001$) dan kadar glukosa darah puasa ($p = 0.019$), namun tidak ada pengaruh asupan beban glikemik terhadap kadar glukosa darah puasa ($p = 0,6384$). Puskesmas dapat memberikan konseling gizi dengan materi beban glikemik pada pasien diabetes melitus tipe 2 untuk mengontrol asupan dan kadar glukosa darah puasanya.

Kata Kunci: Konseling Gizi Beban Glikemik, Diabetes Melitus Tipe 2, Beban Glikemik, Kadar Glukosa Darah Puasa