

## ABSTRAK

**Nira Nio, 2023.** Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Tingkat Stres, Asupan Makanan dan Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Kauman Kabupaten Tulungagung. Skripsi, Progam Studi D-IV Gizi, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing : Dr. Annasari Mustafa, SKM., M.Sc., RD dan Dr. Nur Rahman, STP., MP., RD.

Penyakit Diabetes Melitus di Indonesia dari tahun 2013-2018 di dapatkan pada tahun 2013 berjumlah 6,9% dan pada tahun 2018 berjumlah 8,5%. Penyakit diabetes melitus tipe 2 berada di posisi ke 9 pada tahun 2016 – 2017, sedangkan pada tahun 2016 diabetes ada pada peringkat ke-9 dalam Jumlah Kasus Penyakit Terbanyak di Kabupaten Tulungagung yaitu sebanyak 4.767 kasus. Pasien diabetes melitus berjenis kelamin wanita lebih sering mengalami stres dibandingkan dengan pria, hal ini ditandai dengan frekuensi berkonsultasi mengenai penyakit diabetes mellitus lebih sering dilakukan wanita untuk menanyakan tentang kondisi, pengobatan, kadar gula, dan asupan makan. Tingkat stres tinggi mempengaruhi hasil kadar gula darahnya sehingga meningkat, sebaliknya jika pasien mengalami tingkat stres rendah akan menimbulkan kadar glukosa yang normal. Oleh karena itu, pemberian edukasi sangat diperlukan mutlak untuk pasien dan keluarganya. Edukasi serta informasi yang tepat bisa meningkatkan kepatuhan penderita dalam menjalani pengobatan yang komprehensif, sehingga pengendalian kadar glukosa darah bisa tercapai. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh edukasi terhadap faktor stres, asupan makan dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Metode penelitian menggunakan pre-experimental dengan desain rancangan one group pretest-posttest design. Analisis statistik menggunakan Uji Paired Sampel T-test untuk melihat pengaruh sebelum dan sesudah tingkat stres, asupan makan, dan kadar glukosa darah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh edukasi cenderung menurunkan tingkat stres, cenderung meningkatkan asupan makan dan cenderung menurunkan kadar glukosa darah puasa namun tidak signifikan.

Kata kunci : Eduksi Gizi, Tingkat Stres, Aupan Makan, Kadar Glukosa Darah Puasa.