

**PENGARUH KONSELING GIZI TERHADAP
TINGKAT KEPATUHAN DIET DAN KADAR GLUKOSA DARAH
PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS RAMPAL CELAKET**

Oleh : Lailatul Amalia

ABSTRAK

Diabetes mellitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin atau keduanya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling gizi terhadap tingkat kepatuhan diet dan kadar glukosa darah. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif *Quasi Eksperimental* dengan desain *one grup pre test-post test*. Jumlah sampel yang diteliti sebanyak 20 orang penderita DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Rampal Celaket Kota Malang pada tahun 2023 dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan formulir *SQ-FFQ* untuk mengetahui hasil sebelum dan sesudah dilakukan konseling gizi. Uji statistic yang digunakan untuk melihat pengaruh antar variabel adalah uji *Paired t test*. Hasil Analisa univariat didapatkan bahwa 70% responden adalah berjenis kelamin perempuan dan 60% responden telah menderita diabetes mellitus tipe 2 lebih dari 5 tahun. Hasil penelitian didapatkan terdapat pengaruh konseling gizi terhadap kepatuhan diet 3J dan kadar glukosa darah puasa dengan *P-Value* energi <0,002, protein <0,001, lemak <0,001, dan KH <0,004, tingkat kepatuhan jenis dengan *P-Value* <0,001, dan tingkat kepatuhan jadwal dengan *P-Value* <0,003, serta kadar glukosa darah puasa dengan *P-Value* <0,001. Berdasarkan hasil penelitian disarankan bagi Puskesmas Rampal Celaket bisa melakukan konseling gizi dengan tujuan dapat memonitoring perubahan kebiasaan makan hingga kepatuhan diet untuk pencegahan dan pengendalian kejadian diabetes mellitus tipe 2.

Kata kunci : Diabetes Mellitus tipe 2, Tingkat kepatuhan diet, Kadar glukosa darah puasa