

ABSTRAK

Khoirina Lathifah. 2024. Pengaruh Pemberian Substitusi Sorgum Terhadap Indeks Glikemik Makanan Campur Sehari dan Tingkat Rasa Lapar Kenyang Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang.

Pembimbing : **Sutomo Rum Teguh Kaswari, M.Kes dan Dwipajati .,M.Gz**

Latar Belakang : Diabetes mellitus merupakan penyakit yang disebabkan karena tubuh tidak bisa melepaskan atau menggunakan insulin secara adekuat sehingga kadar glukosa(gula sederhana) di dalam darah tinggi. Penderita DM perlu diberikan beberapa perawatan agar tidak semakin parah dan juga untuk mencegah terjadinya komplikasi yang dapat menimbulkan masalah kesehatan. Dua faktor yang mempengaruhi peningkatan kadar gula darah,yaitu jumlah dan jenis karbohidrat.Sorgum adalah salah satu bahan pangan yang memiliki IG rendah yaitu sebesar 41 yang bisa dikonsumsi sebagai makanan pengganti nasi yang dapat dikonsumsi bagi penderita diabetes mellitus karena juga dapat menunda peningkatan kadar gula darah. Bahan makanan dengan IG rendah dapat meningkatkan rasa kenyang dan menunda rasa lapar.

Metode : Jenis penelitian quasi-eksperimen dan desain penelitian yang digunakan *cross-over*. Jumlah sampel yang digunakan yaitu sebanyak 16 orang pasien rawat jalan yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok A dan kelompok B masing-masing berjumlah 8 orang. Uji analisis statistik yang digunakan uji beda t-dependen dan uji t-independen dengan tingkat kepercayaan 95%

Hasil : Dari hasil penelitian terdapat pengaruh terhadap indeks glikemik makanan campur sehari pada kelompok A dan B. Artinya substitusi sorgum memberi pengaruh terhadap indeks glikemik makanan campur sehari. Hasil uji beda kelompok A $p\text{-value}=0.0001$ dan kelompok B $p\text{-value}=0.000$. Hasil uji antar kelompok tidak terdapat pengaruh pemberian substitusi sorgum terhadap kelompok A dengan $p\text{-value} 0.604$ pada kelompok B terdapat pengaruh pemberian dengan $p\text{-value}=0.001$. Pemberian substitusi sorgum juga memberikan pengaruh terhadap tingkat rasa lapar kenyang pada pasien diabetes melitus dengan hasil uji statistik pada kelompok B dengan $p\text{-value}=0.000$, sedangkan pada kelompok A tidak ditemukan adanya pengaruh pemberian substitusi sorgum terhadap tingkat rasa lapar kenyang.

Kesimpulan : Didapatkan hasil penelitian terdapat pengaruh pemberian substitusi sorgum terhadap indeks glikemik makanan campur sehari dan tingkat rasa lapar kenyang pada penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Mulyorejo Kota Malang.

Kata Kunci : Diabetes Melitus , Indeks Glikemik , Tingkat Rasa Lapar ,Sorgum