

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Booklet Diet Tinggi Serat Dan Indeks Glikemik Rendah Terhadap Pengetahuan Gizi, Sikap, Dan Pola Makan Pada Pasien Diabetes Tipe 2 Di Puskesmas Kecamatan Ciracas Tahun 2016

Nindy Apriliani Putri

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74359&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Diabetes Melitus (DM) adalah suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Ada empat pilar pelaksanaan DM yaitu, edukasi, terapi gizi medis, aktivitas fisik, dan obat hipoglikemik oral. Pengaturan pola makan yang baik merupakan kunci utama dalam penanganan DM. Memilih makanan yang tepat dapat membantu pengontrolan gula dalam darah, dengan mengonsumsi makanan tinggi serat dan indeks glikemik rendah dapat membantu mengontrol kadar glukosa darah pasien DM. Edukasi merupakan cara untuk peningkatan kualitas hidup pasien DM.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra-eksperimen dengan rancangan one group pre-test post-test. Untuk itu, pemberian edukasi gizi kepada pasien dengan metode penyuluhan gizi menggunakan media booklet Diet Tinggi Serat dan Indeks Glikemik Rendah diharapkan mampu mengubah pengetahuan gizi, sikap, dan pola makan pasien DM. Penentuan sampel dengan purposive sampling dengan total jumlah sampel sebanyak 66 sampel. Pengumpulan data dengan observasi dan wawancara. Teknik analisis data dengan uji statistik paired T-test. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa ada perbedaan signifikan pengetahuan gizi, sikap, dan pola makan berdasarkan jumlah konsumsi serat dan indeks glikemik pangan campuran ( $p < 0,05$ ) antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi edukasi gizi menggunakan media booklet diet tinggi serat dan indeks glikemik rendah.