

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Pengaruh Diet Indeks Glikemik Rendah Terhadap Penurunan Berat Badan Pada Obesitas: Meta-Analisis

Shofia Nurul Amien

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=75510&lokasi=lokal>

Abstrak

Diet berperan dalam menurunkan berat badan pada penderita obesitas. Salah satu diet yang dilakukan oleh masyarakat adalah diet indeks glikemik rendah. Berbagai penelitian terkini menunjukkan bahwa terdapat penurunan berat badan yang signifikan terhadap kelompok yang menjalankan diet indeks glikemik rendah tetapi terdapat hasil yang berbeda pada penelitian Raatz et al, (2005) yaitu menunjukkan tidak adanya manfaat atau pengaruh dari diet indeks glikemik rendah terhadap penurunan berat badan terutama dalam mengatasi masalah obesitas pada dewasa. Untuk itu, permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah tentang pengaruh diet indeks glikemik rendah terhadap penurunan berat badan pada obesitas. Dalam penelitian ini, metodologi yang digunakan adalah meta-analisis. Penelitian yang diikutsertakan dalam meta-analisis merupakan penelitian yang dipublikasikan pada rentang waktu Januari 2010 hingga April 2020. Identifikasi penelitian secara sistematis dilakukan dengan menggunakan database online yaitu PubMed dan e-resource PNRI. Identifikasi penelitian secara manual dilakukan berdasarkan daftar referensi pada penelitian yang teridentifikasi secara sistematis. Proses identifikasi secara sistematis dan manual mendapatkan 4 penelitian yang potensial untuk dianalisis dalam meta-analisis. Jumlah sampel pada meta-analisis sebanyak 305 orang. Meta-analisis menghasilkan nilai beda mean yaitu 1,91 (95% CI: -0,38 ? 4,20). Disimpulkan bahwa selisih penurunan berat badan antara kelompok diet indeks glikemik rendah dengan diet rendah lemak yaitu 1,9 kg.