

PENGARUH PEMBERIAN KONSELING GIZI TERHADAP PENGENDALIAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA KELOMPOK PROLANIS DI KOTA YOGYAKARTA

Rizna Notarianti¹, Emy Huriyati², Toto Sudargo³

INTISARI

Latar Belakang : Prevalensi penyakit Diabetes Melitus (DM) mengalami peningkatan setiap tahunnya dimana DI Yogyakarta menempati urutan tertinggi prevalensi DM di Indonesia sebesar 2,6% menurut Riskesdas 2013. DM merupakan penyakit menahun dan akan diderita seumur hidup, sehingga diperlukan pengendalian kadar gula darah yang baik agar dapat mengurangi risiko komplikasi. Pemberian konseling pada penderita DM mengenai gizi dan gaya hidup dapat meningkatkan kesadaran penderita DM dalam mengubah pola makan dan gaya hidup menjadi lebih sehat sehingga kadar gula darah dapat terkendali. Namun, masih terdapat anggota kelompok Prolanis yang tidak memanfaatkan layanan konseling gizi.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling gizi terhadap pengendalian kadar gula darah pada kelompok Prolanis di Kota Yogyakarta.

Metode Penelitian : Jenis penelitian kuasi eksperimental dengan rancangan *pretest-posttest control group design* terdiri dari 2 kelompok yang masing-masing berjumlah 26 orang. Pada penelitian ini pemilihan subyek penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Kelompok intervensi diberikan konseling gizi sedangkan kelompok kontrol diberikan leaflet. Analisis data menggunakan *Chi Square* dan uji bivariat.

Hasil : Terdapat perbedaan yang signifikan pada kadar glukosa darah setelah diberikannya konseling gizi dengan nilai $p < 0,05$. Namun, pada penelitian ini tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kadar gula darah ($p > 0,05$) dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan makan dengan kadar gula darah ($p > 0,05$).

Kesimpulan : Terdapat faktor lain selain aktivitas fisik dan asupan makan yang mempengaruhi kadar gula darah pada penyandang DM tipe 2, diantaranya stres dan penggunaan obat anti diabetes. Pada penelitian ini tidak terdapat perubahan aktivitas fisik dan asupan makan yang signifikan setelah pemberian konseling gizi, sehingga penggunaan obat anti diabetes mempengaruhi perubahan kadar gula darah subyek dimana seluruh subyek pada penelitian ini mengkonsumsi obat anti diabetes secara rutin 2-3x sehari.

Kata kunci : *konseling gizi, kadar gula darah*

¹Mahasiswa Program Studi Gizi Kesehatan FKKMK UGM

²Dosen Program Studi Gizi Kesehatan FKKMK UGM

³Dosen Program Studi Gizi Kesehatan FKKMK UGM

EFFECT OF NUTRITION COUNSELING ON BLOOD GLUCOSE LEVEL ON PROLANIS GROUP IN YOGYAKARTA

Rizna Notarianti¹, Emy Huriyati², Toto Sudargo³

ABSTRACT

Background: The prevalence of Diabetes Mellitus disease (DM) has increased every year where DI Yogyakarta occupies the highest prevalence of DM in Indonesia by 2.6% according to Riskesdas 2013. DM is a chronic disease and will be suffered for life, so it is necessary to control blood sugar levels in order to reduce the risk of complications. Counseling on DM patients on nutrition and lifestyle can increase awareness of DM patients in changing their diet and lifestyle to be healthier so that blood sugar levels can be controlled. However, there are still members of the Prolanis group who do not take advantage of nutritional counseling services.

Objective: To determine the effect of nutrition counseling to control blood sugar level in Prolanis group in Yogyakarta.

Methods: The quasi-experimental study with pretest-posttest control group design consisted of 2 groups, each of which amounted to 26 people. The selection of subjects using purposive sampling technique. The intervention group was given nutritional counseling while the control group was given leaflets. Data analysis using Chi Square and bivariate test.

Results: There was a significant difference in blood glucose levels following nutritional counseling with a value of $p < 0.05$. However, in this study there was no significant relationship between physical activity with blood sugar level ($p > 0.05$) and there was no significant relationship between food intake with blood sugar level ($p > 0,05$).

Conclusion: There are other factors besides physical activity and dietary intake that affect blood sugar levels in people with type 2 diabetes, such as stress and the use of anti diabetic drugs. In this study there was no significant change in physical activity and dietary intake after nutrition counseling, so the use of anti diabetic drugs influenced the change of blood glucose level, where all subjects in this study consume anti diabetic drugs routinely 2-3x every day

Key words: Nutrition Counseling, Blood Glucose Level

¹ Student of Department of Health and Nutrition Program, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing UGM

² Lecturer of Department of Health and Nutrition, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing UGM

³ Lecturer of Department of Health and Nutrition, Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing UGM