

## INTISARI

**Latar belakang:** Kepatuhan penderita DM tipe 2 pada terapi diet merupakan masalah yang sulit dikendalikan, sehingga pasien datang ke rumah sakit dengan kadar glukosa darah yang tinggi, disertai berbagai komplikasi.

**Tujuan penelitian:** Untuk mengetahui efektivitas konseling gizi dengan liflet DM modifikasi terhadap pengetahuan, pengendalian asupan zat gizi, berat badan, dan kadar glukosa darah penderita DM tipe 2.

**Rancangan penelitian:** *Quasi experimental* dengan rancangan *two group pre test* dan *post test*. Subjek penelitian adalah pasien DM tipe 2 yang berobat jalan di Puskesmas. Dua puskesmas di Surakarta, diseleksi berdasarkan prevalensi DM tertinggi, selanjutnya dirandomisasi untuk menentukan kelompok yang mendapat konseling dengan liflet DM modifikasi (kelompok intervensi, n=53) dan liflet standar (kelompok pembandingan, n=41).

**Hasil penelitian:** Pada minggu ke-4 setelah konseling, terdapat peningkatan pengetahuan pada ke-2 kelompok, baik yang pengetahuan awalnya rendah maupun tinggi ( $p < 0,001$ ). Peningkatan pengetahuan penderita DM yang pengetahuan awalnya rendah, 2 poin lebih tinggi daripada yang pengetahuan awalnya tinggi. Efek konseling dengan liflet DM modifikasi terlihat pada pengendalian asupan energi ( $p < 0,05$ ) dan karbohidrat ( $p < 0,10$ ) pada minggu ke-4, dimana kelompok intervensi menunjukkan penurunan asupan energi 11,6% dan karbohidrat 12,5% lebih tinggi daripada kelompok pembandingan. Penurunan BB tampak pada responden yang gemuk yaitu 0,739 kg lebih tinggi daripada yang tidak gemuk, sedangkan penurunan kadar glukosa darah 2 jam *post prandial* tampak bermakna pada kelompok intervensi ( $p < 0,05$ ).

**Kesimpulan:** Penggunaan liflet DM modifikasi dalam konseling gizi dapat meningkatkan pengetahuan, menurunkan berat badan penderita DM yang gemuk, menurunkan kadar glukosa darah 2 jam *post prandial*, serta lebih efektif memperbaiki asupan energi dan karbohidrat dibandingkan liflet standar (liflet diet DM).

## ABSTRACT

**Background:** The adherence of patients with type 2 diabetes mellitus (DM) on nutrition therapy is a difficult problem to control. Usually, they come to hospital with high blood glucose and many complications.

**Objective:** The study was conducted to examine the effectiveness of counseling with a modification DM leaflet on knowledge, nutrition intake, weight, and blood glucose control of patients with type 2 DM.

**Method:** The study was a quasy experimental with two group pre test and post test design. The subjects were out patients, who come to community health service (*puskesmas*), were diagnosed had type 2 DM. Two community health services were selected based on prevalence of DM at Surakarta City, then randomized by counseling with a modification DM leaflet (intervention group, n=53) or a standard leaflet (control group, n=41) of DM.

**Result:** After counseling (fourth week), there was an improvement of knowledge at the intervention and control group ( $p < 0,001$ ). The knowledge improvement of patients who had low early knowledge were higher (2 point) than high early knowledge. There was a positive significant effect of nutrition counseling with a modification DM leaflet to energy ( $p < 0,05$ ) and carbohydrate ( $p < 0,10$ ) intake at the fourth week after counseling, whereas lowering of the energy and carbohydrate intake at the intervention group were higher (11,6% and 12,5%) than the control group. Lowering of the weight in the fat subjects were higher (0,739 kg) than the normoweight. Lowering of 2 hour post prandial blood glucose appeared in the intervention group ( $p < 0,05$ ).

**Conslusion:** Nutirition counseling with a modification DM leaflet increased knowledge, lowered weight in the fat subjects, lowered 2 hour post prandial blood glucose, and more effective to repair energy and carbohydrate intake than a standard leaflet.