



SINOPSIS

Judul : Pengaruh Penerapan Pola Makan Seimbang Terhadap Pengendalian Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2
Peneliti : Dr. Andi Mahendra

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas penerapan pola makan seimbang terhadap pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus tipe 2. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada meningkatnya jumlah penderita diabetes di Indonesia, khususnya di kalangan usia dewasa. Penerapan pola makan yang salah dan kurangnya edukasi tentang gizi menjadi faktor utama penyebab kondisi ini semakin parah. Penelitian dilakukan di RSUD Dr. Sutomo, Surabaya, dengan melibatkan 150 partisipan penderita diabetes tipe 2. Partisipan dibagi menjadi dua kelompok: kelompok pertama menerima intervensi berupa konseling gizi tentang pola makan seimbang, sementara kelompok kedua hanya menerima perawatan standar tanpa edukasi khusus.

Pengukuran kadar gula darah dilakukan sebelum dan setelah intervensi selama 12 minggu. Metode yang digunakan untuk mengukur pengendalian gula darah adalah pemeriksaan kadar HbA1c, yang mencerminkan kadar gula darah rata-rata selama 3 bulan terakhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang menerima intervensi pola makan seimbang mengalami penurunan signifikan dalam kadar HbA1c mereka dibandingkan dengan kelompok kontrol. Selain itu, kualitas hidup pasien dalam kelompok intervensi juga meningkat, dengan penurunan keluhan seperti rasa lelah dan gejala hipoglikemia.

Sebagai kesimpulan, penelitian ini merekomendasikan pentingnya edukasi gizi dan penerapan pola makan seimbang bagi pasien diabetes mellitus tipe 2. Program konseling gizi dapat menjadi bagian dari perawatan rutin di rumah sakit untuk membantu pasien mengelola penyakit mereka secara lebih efektif. Studi ini juga menekankan pentingnya kolaborasi antara dokter, ahli gizi, dan pasien dalam mencapai hasil pengobatan yang optimal.

ASEP WINARDI SUNDOWO, Amd. Ft, S.H.
SERDIK SPPK – POKJAR I
NO SERDIK: 202409002010