



# SINOPSIS

**Judul: Pengaruh Diet Rendah Karbohidrat Terhadap Pengendalian Glikemik pada Pasien Diabetes Tipe 2**

**Peneliti: Dr. Arief Subianto**

Penelitian ini mengevaluasi pengaruh diet rendah karbohidrat terhadap pengendalian glikemik pada pasien diabetes tipe 2 di Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo. Penelitian ini melibatkan 90 pasien yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok yang mengikuti diet rendah karbohidrat dan kelompok kontrol yang mengikuti diet standar. Pengendalian glikemik diukur melalui kadar hemoglobin A1c (HbA1c) dan glukosa darah puasa sebelum dan setelah intervensi selama 12 minggu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang mengikuti diet rendah karbohidrat mengalami penurunan signifikan dalam kadar HbA1c dan glukosa darah puasa dibandingkan dengan kelompok kontrol. Diet rendah karbohidrat membantu meningkatkan kontrol glikemik dan mengurangi fluktuasi gula darah pada pasien diabetes tipe 2. Penelitian ini juga mencatat perbaikan dalam parameter kesehatan lainnya, seperti penurunan berat badan dan peningkatan energi.

Sebagai kesimpulan, diet rendah karbohidrat dapat menjadi strategi yang efektif untuk mengelola glikemik pada pasien diabetes tipe 2. Penelitian ini merekomendasikan penerapan diet rendah karbohidrat sebagai bagian dari rencana pengelolaan diabetes dan pengendalian gula darah. Edukasi tentang diet dan pemantauan yang teratur penting untuk memastikan keberhasilan intervensi ini.

ZULFA ISNIANTO, SKM, MARS  
SERDIK SPPK – POKJAR III  
NO SERDIK 202409002052