

ABSTRAK

Rohma Lusita Hidayah, 2024. *Asuhan Gizi pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.* Karya Tulis Ilmiah, program Studi Diploma 3 Gizi, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Malang. (Di bawah bimbingan: **Dr. Nur Rahman, STP, MP., RD**)

Latar Belakang: Diabetes Melitus (DM) merupakan penyakit kronik yang tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikendalikan melalui penatalaksanaan DM. Tingginya angka kasus DM erat kaitannya dengan gaya hidup masyarakat, seperti kurang berolahraga, riwayat keluarga, kelebihan berat badan, dan obesitas. Sebagian besar timbulnya penyakit DM Tipe 2 disebabkan karena adanya kelainan berupa resistensi insulin. Peningkatan kadar glukosa darah pada pasien karena terlalu banyak mengonsumsi karbohidrat sehingga sulit dikendalikan. Keberhasilan penatalaksanaan DM tergantung pada upaya pasien dalam mengubah perilakunya agar sesuai dengan pengetahuan, dan sikap.

Tujuan: Memberikan asuhan gizi pada pasien yang menderita Diabetes Mellitus Tipe 2.

Metode: Metode Penelitian ini menggunakan metode observasional dengan menggunakan desain studi kasus (case study). Subyek penelitian ini mengambil data 1 responden penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.

Hasil: hasil penelitian asuhan gizi yang dilakukan selama 4 minggu terdapat evaluasi bahwa pada minggu keempat intervensi gizi, didapatkan hasil nilai laboratorium pasien mengalami perubahan. Fisik klinis pada pasien mengalami perubahan selama dilakukan intervensi gizi. Upaya pencegahan penyakit diabetes yang disebabkan oleh pola makan masyarakat yang buruk harus diubah dan diatasi dengan mengurangi konsumsi gula dan kecap manis serta hindari penggunaan gula buatan, mengurangi karbohidrat dan memperbanyak makan buah dan sayur; dan yang terakhir yaitu mengurangi konsumsi minyak.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa rata-rata asupan zat gizi, kadar glukosa darah selama 4minggu tergolong normal, kemudian rata-rata asupan protein termasuk dalam kategori defisit tingkat ringan, dan untuk asupan lemak dan karbohidrat termasuk kategori normal.

Saran: Memberikan edukasi yang efektif menggunakan leaflet dalam memberikan informasi tentang diet DM B kepada pasien. Selain itu, pentingnya pengendalian tekanan darah sebagai bagian dari penyakit diabetes mellitus tipe 2.

Kata Kunci: *Diabetes Mellitus Tipe 2, PAGT*