**PENERAPAN DIET RENDAH KALORI PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA**

**PUSKESMAS SIMPANG IV SIPIN KOTA JAMBI**

**Alifia Septi\* Asmeriyani\*\* Putri Irwanti Sari\*\*\***

Sekolah Tinggi Kesehatan Garuda Putih Jambi

Jl. Raden Mattaher No. 35 Jambi

Email: [alifiaseptisriwahyuni@gmail.com](mailto:alifiaseptisriwahyuni@gmail.com)

# ABSTRAK

**Pendahuluan :**  Pertumbuhan dan perkembangan manusia akan dihadapkan pada masalah kesehatan, masalah sakit dan penyakit. Masalah kesehatan akan selalu menjadi issue yang dominan dalam perjalanan kehidupan sampai berakhirnya siklus kehidupan manusia.

**Tujuan :**  Dapat melakukan Penerapan Diet Rendah Kalori pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.

**Metode :**  Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskritif yang bertujuan untuk mendeskripsikan (memaparkan) .Subjek penelitian ini adalah dengan 2 responden metode pengumpulan data dengan cara observasi.

**Hasil :** Penelitian ini dilakukan dari tanggal 21 April – 11 Mei, pada 2 responden dengan diagnosa Diabetes Melitus Tipe 2. Didapatkan hasil dari 2 responden penerapan diet rendah kalori dapat menurunkan kadar gula darah.

**Kesimpulan :**  setelah dilakukan penerapan diet rendah kalori pada penderita diabetes melitus tipe 2, menunjukkan bahwa perubahan kadar gula darah yang optimal antara sebelum dan sesudah dilakukan penerapan diet rendah kalori

**Saran :**  Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan dalam melakukan penurunan kecemasan pada pasien penyakit diabetes melitus tipe 2

**Kata Kunci :** Penerapan Diet Rendah Kalori, Diabetes Melitus Tipe 2, Gula Darah

**THE IMPLEMENTATION OF LOW-CALORIE DIET FOR PATIENT WITH DIABETES MELLITUS TYPE 2 IN WORK AREA OF PUSKESMAS SIMPANG IV SIPIN AT JAMBI CITY**

**Alifia Septi\* Asmeriyani\*\* Putri Irwanti Sari\*\*\***

Institute of Health Garuda Putih Jambi

Jl. Raden Mattaher No. 35 Jambi

Email: [alifiaseptisriwahyuni@gmail.com](mailto:alifiaseptisriwahyuni@gmail.com)

# ABSTRAK

**Introduction :**  In the process of growth and development of their body, human will face issues in terms of health, illness, and desease. Such problems will always be the dominant issue in the journey of human life until the end of its cycle.

**Objective :**  To implement the low-calorie diet for patient of Diabetes Mellitus Type 2

**Method :** This research used qualitative descriptive approach which aims to describe the data. There are two respondents as the subject of research with observation as the method of collecting data.

**Result :** This research was held from April 21st – May 11th on two respondents who are diagnosed with Diabetes Mellitus Type 2. The finding of this research tells that the low-calorie diet can reduce the blood sugar level of two respondents.

**Conclusion :**  After the implementation of low-calaorie diet on patients of Diabetes Mellitus Type 2, the level of blood sugar indicates the optimal change in before and after condition.

**Advice :**  This research is expected to be a reference on reducing the anxiety of patient with Diabetes Mellitus Type 2.

**Key Words:** The Implementation of Low-calorie DIet, Diabetes Mellitus Type 2, Blood Sugar