

## ABSTRAK

**Vinolia Wahyuning Agustine**, 2025. Pengaruh Pemberian Pangan Nabati dan Hewani Sumber Protein Sebelum Karbohidrat terhadap Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Janti Kota Malang. Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Malang. Pembimbing: **Sutomo Rum Teguh Kaswari, SKM., M. Kes** dan **Dwipajati, SST., M. Gz.**

**Latar Belakang:** Diabetes Melitus Tipe 2 (DMT2) merupakan penyakit metabolik kronis dengan prevalensi yang terus meningkat di Indonesia sehingga memerlukan pengelolaan diet yang tepat untuk mencegah komplikasi. Salah satu strategi non-farmakologis adalah modifikasi urutan makan, yaitu konsumsi protein sebelum karbohidrat yang terbukti dapat memperlambat penyerapan glukosa dan menurunkan respon glikemik. **Tujuan:** Menganalisis pengaruh pemberian pangan nabati dan hewani sumber protein sebelum konsumsi karbohidrat terhadap kadar glukosa darah puasa (GDP) dan glukosa darah 2 jam post prandial (GD2JPP) pada penderita Diabetes Melitus Tipe 2. **Metode:** Penelitian menggunakan desain *Quasi Eksperimental* dengan *Pretest–Posttest Group Design* pada penderita DMT2 yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok 1 diberikan sup kacang merah 40 g dan kelompok 2 diberikan sup daging sapi 22 g. Intervensi A (protein sebelum karbohidrat) dilakukan pada minggu pertama dan Intervensi B (protein bersamaan karbohidrat) pada minggu kedua, masing-masing diberikan tiga kali. Pemeriksaan GDP dan GD2JPP dilakukan pada setiap tahap, dan data dianalisis dengan *Independent Samples T-Test* ( $p < 0,05$ ). **Hasil:** Tidak terdapat perbedaan signifikan kadar GD2JPP antara kelompok 1 dan kelompok 2 pada intervensi A ( $p = 0,597$ ) maupun intervensi B ( $p = 0,625$ ). **Kesimpulan:** Pemberian protein nabati maupun hewani sebelum karbohidrat tidak memberikan efek secara signifikan pada kedua kelompok.

**Kata Kunci:** Diabetes Melitus Tipe 2, Kadar Glukosa Darah, Konsumsi Protein Sebelum Karbohidrat.