

ABSTRAK

Anugrah, Eca Bhalerina. 2025. Pengaruh Konseling Diet Media Booklet terhadap Asupan Energi dan Zat Gizi Makro serta Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. SKRIPSI. Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Malang. **Pembimbing I: Dr. Etik Sulistyowati, SST., S.Gz., M.Kes., Pembimbing II : Dr. Nur Rahman, STP., M.P., RD.)**

Latar Belakang: Diabetes mellitus (DM) tipe 2 termasuk salah satu penyakit degeneratif yang angka penderitanya dari tahun ke tahun mengalami peningkatan. Jumlah penderita DM di Indonesia diprediksi terjadi peningkatan dari 9,1 juta pada tahun 2014 menjadi 14,1 juta pada tahun 2035. Pemberian edukasi dan konseling gizi kepada pasien diharapkan memberikan pengetahuan yang cukup tentang penyakit DM dan komplikasinya, sehingga dapat merubah sikap dan perilaku pasien agar mampu mengendalikan kadar glukosa darah dan meningkatkan kualitas hidupnya. **Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling diet media booklet terhadap asupan energi dan zat gizi makro serta kadar glukosa darah pasien Diabetes mellitus tipe 2 **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan perlakuan *one group pre test-post test design*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Mei 2025. Jumlah sampel sebanyak 30 orang. Analisa data menggunakan uji *Paired T-Test* dan uji *Wilcoxon*. **Hasil:** Terdapat pengaruh pemberian konseling diet media booklet terhadap asupan energi dan zat gizi makro serta kadar glukosa darah dengan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$) **Kesimpulan:** Media booklet berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan asupan energi dan zat gizi makro serta menurunkan kadar glukosa darah pasien Diabetes mellitus tipe 2.

Kata Kunci : Asupan Energi dan Zat Gizi Makro, Diabetes Mellitus, Kadar Glukosa Darah, Media Booklet