

ABSTRAK

Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronis yang tidak menyebabkan kematian secara langsung, namun komplikasi yang serius akan mempengaruhi kualitas hidup pasien dan dapat menyebabkan mortalitas, sehingga membutuhkan perawatan yang berkelanjutan. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh konseling terhadap gaya hidup, pengendalian gula darah, serta kualitas hidup pada pasien *diabetes mellitus* tipe 2 yang menjalani pengobatan rawat jalan.

Penelitian dilakukan dengan *the one group pretest – posttest design*. Subyek adalah pasien *diabetes mellitus* tipe 2 di Puskesmas Kebomas Gresik sebanyak 30 orang yang diperoleh secara *purposive sampling*. Intervensi diberikan setiap 2 minggu sekali sebanyak 3 kali perlakuan. Variabel yang diukur adalah kadar glukosa darah, perilaku gaya hidup dan kualitas hidup. Variabel diukur sebelum dan sesudah intervensi konseling dengan wawancara langsung, pemeriksaan kadar glukosa darah serta kuesioner untuk menilai gaya hidup dan kualitas hidup.

Terdapat perbedaan bermakna gaya hidup, kadar glukosa darah dan kualitas hidup pasien *diabetes mellitus* tipe 2 sebelum dan sesudah konseling ($p < 0,05$). Hasil analisis faktor gaya hidup setelah intervensi yaitu konsumsi sayuran dan buah-buahan berpengaruh positif sedangkan untuk aktivitas fisik memiliki pengaruh yang negatif.

Intervensi konseling pada pasien *diabetes mellitus* tipe 2 yang menjalani pengobatan rawat jalan berpengaruh pada perubahan perilaku gaya hidup, pengendalian kadar glukosa darah dan meningkatkan kualitas hidup.

Kata kunci : **Intervensi Konseling, Gaya Hidup, Pengendalian Gula Darah, Kualitas Hidup, *Diabetes Mellitus* Type 2.**

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a chronic disease that could cause death indirectly, but serious complications will affect seriously to quality of life and can lead to mortality, thus requires continuous treatment. This study aimed to examine the influence of counseling on lifestyle, blood sugar and quality of life in outpatients type 2 of *diabetes mellitus*.

This study was conducted at Puskesmas Kebomas Gresik with *the one group pretest - posttest design*. Subject were 30 patients with type 2 of *diabetes mellitus* who obtained by purposive sampling. Intervention was given every two weeks as much as three times treatment. All variables in this study were blood glucose, lifestyle behaviour and quality of life. All variable were measured before and after counseling interventions by direct interview, blood glucose examination and questionnaire to assess lifestyle and quality of life.

There were significant differences in lifestyle, blood glucose level and quality of life of diabetic patients before and after intervention ($p < 0,05$). Analysis of lifestyle factor after intervention in vegetables and fruits consumption have positive effect while physical activity none.

Counseling intervention in patients with type 2 of *diabetes mellitus* undergoing outpatient treatment affect the changes in lifestyle behavior, glycaemic control and improve quality of life.

Key words : Counseling Interventions, *Diabetes Mellitus* Type 2, Lifestyle, Controlling Blood Glucose, Quality of Life.