

SKRIPSI

**PENGENDALIAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DENGAN
*DIABETES GESTASIONAL : LITERATURE REVIEW***

Penelitian Keperawatan Maternitas



SATYA AJI RAHAYU

NIM. 1911316033

PEMBIMBING :

- 1. Dr. dr. Susmiati, M. Biomed**
- 2. Gusti Sumarsih, S.Kp, M.Biomed**

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2020

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

JANUARI, 2021

Nama : Satya Aji Rahayu

No. Bp : 1911316033

PENGENDALIAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DENGAN
DIABETES GESTASIONAL : LITERATURE REVIEW

ABSTRAK

Diabetes gestasional merupakan intoleransi karbohidrat yang pertama kali dikenali saat hamil, yang beresiko mengalami *preeklampsia*, *makrosomia*, bayi prematur dan keguguran. Kondisi ini membutuhkan intervensi untuk mencegah ataupun mengurangi resiko yang mungkin akan terjadi. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan intervensi diet dan aktivitas fisik dalam upaya pengendalian kadar *glukosa* darah ibu dengan *diabetes gestasional*. Metode penelitian *literature review* dengan menggunakan empat database : *science direct*, *google scholar*, *proquest*, dan *PubMed* terbitan 2015-2020. Artikel ilmiah dicari dengan menggunakan kata kunci yang telah ditentukan, kemudian diekstraksi sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi sesuai *prisma flow diagram*. Sehingga ditemukan tujuh artikel yang akan dianalisis. Intervensi yang dilakukan berupa pengaturan asupan *macronutrient* seperti membagi porsi makan menjadi 5-6 kali, meningkatkan asupan karbohidrat dipagi hari, membatasi asupan lemak, ditambah asupan tinggi protein berbasis kedelai, selanjutnya melakukan aktivitas fisik seperti berjalan kaki, senam aerobik selama minimal 30 menit dalam sehari. Berdasarkan hasil penelitian asupan *macronutrient* yang diatur jenis, waktu dan porsi pemberiannya ditambah diet tinggi protein berbasis kedelai, diikuti dengan aktivitas fisik yang dilakukan minimal 30 menit perhari dapat mengontrol kadar *glukosa* darah *postprandial*. Saran bagi pelayanan kesehatan untuk memperhatikan waktu, jumlah dan jenis diet yang diberikan, merekomendasikan aktivitas fisik yang tepat untuk ibu dengan *diabetes gestasional*.

Kata kunci : *diabetes gestasional*, diet, aktivitas fisik, *glukosa* darah

Daftar Pustaka : 30 (2007-2020)

NURSING FACULTY

ANDALAS UNIVERSITY

JANUARY, 2021

Name: Satya Aji Rahayu

No. Bp: 1911316033

*CONTROLLING BLOOD SUGAR LEVELS IN PATIENTS WITH GESTASIONAL
DIABETES: LITERATURE REVIEW*

ABSTRACT

Gestational diabetes is the first recognized carbohydrate intolerance during pregnancy, which puts you at risk for preeclampsia, macrosomia, premature babies and miscarriage. This condition requires intervention to prevent or reduce the risks that might occur. This study aims to describe the dietary intervention and physical activity in an effort to control blood glucose levels for mothers with gestational diabetes. Literature review research methods using four databases: science direct, google scholar, proquest, and PubMed, published by 2015-2020. Scientific articles are searched using predetermined keywords, then extracted according to the inclusion and exclusion criteria according to the prism flow diagram. So that found seven articles to be analyzed. Interventions carried out were in the form of regulating macronutrient intake such as dividing food portions into 5-6 times, increasing carbohydrate intake in the morning, limiting fat intake, plus high intake of soy-based protein, then doing physical activities such as walking, aerobic exercise for at least 30 minutes a day. Based on the results of research on macronutrient intake which is regulated by type, time and portion of administration plus a high-protein soy-based diet, followed by physical activity that is carried out at least 30 minutes per day can control postprandial blood glucose levels. Suggestions for health services to pay attention to the time, amount and type of diet given, recommend appropriate physical activity for mothers with gestational diabetes.

Keywords : gestational diabetes, diet, physical activity, blood glucose

Bibliography : 30 (2007-2020)