

TUGAS AKHIR

**GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH BERDASARKAN
POLA KONSUMSI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2
RAWAT JALAN DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT**



Oleh :

LUH GEDE PUTRI AAN WIDI CAHYANI

NIM. P07131121041

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2024**

TUGAS AKHIR

GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH BERDASARKAN POLA KONSUMSI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 RAWAT JALAN DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Prodi Gizi Program Diploma Tiga
Poltekkes Kemenkes Denpasar**

Oleh :

**LUH GEDE PUTRI AAN WIDI CAHYANI
NIM. P07131121041**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI GIZI
PROGRAM DIPLOMA TIGA
DENPASAR
2024**

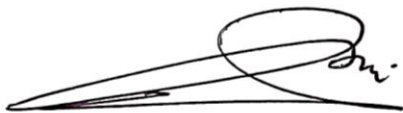
LEMBAR PERSETUJUAN

GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH BERDASARKAN POLA KONSUMSI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 RAWAT JALAN DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

Oleh :
LUH GEDE PUTRI AAN WIDI CAHYANI
NIM. P07131121041

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



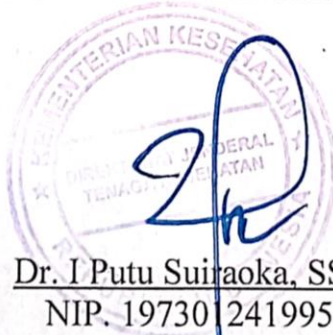
Dr. I Wayan Juniarsana, SST.M.Fis
NIP. 196706071992031004

Pembimbing Pendamping



Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes
NIP. 195912111982012001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR &



Dr. I Putu Suraoka, SST.M.Kes
NIP. 197301241995031001

TUGAS AKHIR DENGAN JUDUL :

**GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH BERDASARKAN
POLA KONSUMSI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2
RAWAT JALAN DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT**

Oleh :

LUH GEDE PUTRI AAN WIDI CAHYANI
NIM. P07131121041

TELAH DIUJI DIHADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 17 MEI 2024

TIM PENGUJI :

1. Ir. Hertog Nursanyoto, M.Kes (Ketua)
2. Pande Putu Sri Sugiani, DCN. M.Kes (Anggota 1)
3. Dr. I Wayan Juniarsana, SST. M.Fis (Anggota 2)

(.....)
(.....)
(.....)

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN GIZI
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Dr. I Putu Sulraoka, SST.,M.Kes
NIP. 197301241995031001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Siapa yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Luh Gede Putri Aan Widi Cahyani
NIM : P07131121041
Program Studi : Diploma Tiga
Jurusan : Gizi
Tahun Akademik : 2023/2024
Alamat : Jl. Letda Made Putra 1C 8 Dps, Br/Link. Batu Mas

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul “Gambaran Kadar Glukosa Darah Berdasarkan Pola Konsumsi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan Di Puskesmas II Denpasar Barat” adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang – undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 17 Mei 2024
Yang membuat pernyataan



Luh Gede Putri Aan Widi Cahyani
NIM. P07131121041

DESCRIPTION OF BLOOD GLUCOSE LEVELS BASED ON
CONSUMPTION PATTERNS IN OUTPATIENT TYPE 2 DIABETES
MELLITUS PATIENTS AT PUSKESMAS II, WEST DENPASAR

ABSTRACT

Consumption patterns are a known risk factor that can cause diabetes mellitus. This study aims to determine the description of blood glucose levels based on consumption patterns in outpatients with type 2 diabetes mellitus at Puskesmas II West Denpasar. The research design uses cross-sectional survey methods. Sampling was carried out using a study population with a sample of 20 people. Fasting blood glucose levels are obtained from the results of sample examination records. Data on consumption patterns (quantity, type, and schedule) were collected through interviews using the SQ-FFQ form. The results showed that most of the samples were aged 50–64, namely 80%, and the majority were female, namely 55%; the highest level of education was high school/vocational school at most 50%; the majority of the sample's occupation was not working, namely 55%; and the majority of the sample suffered from diabetes mellitus for ≤ 5 years, as much as 55%. As many as 70% have uncontrolled blood glucose levels, most have 65% more carbohydrate consumption, most have 45% less protein consumption, most have 65% less fat consumption, 80% are compliant in consuming types of food, and as many as 100% have a non-compliant eating schedule. As many as 60% have a body weight of 61–75 kg, and as many as 65% have a body height of 145–160 cm.

Key words: blood glucose levels, consumption patterns, diabetes mellitus

GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH BERDASARKAN POLA KONSUMSI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 RAWAT JALAN DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

ABSTRAK

Pola konsumsi merupakan faktor risiko yang diketahui dapat menyebabkan diabetes melitus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Kadar Glukosa Darah Berdasarkan Pola Konsumsi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan di Puskesmas II Denpasar Barat. Desain penelitian menggunakan *cross sectional* dengan metode survey. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan populasi studi dengan sampel 20 orang. Kadar glukosa darah puasa diperoleh dari hasil catatan pemeriksaan sampel. Data pola konsumsi (jumlah, jenis, jadwal) dikumpulkan melalui wawancara menggunakan formulir SQ-FFQ. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar sampel berumur 50 – 64 yaitu 80%, dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu 55%, tingkat pendidikan terakhir paling banyak SMA/SMK sebanyak 50%, pekerjaan sampel sebagian besar tidak bekerja yaitu 55%. Sebagian besar sampel menderita diabetes melitus yaitu ≤ 5 tahun sebanyak 55%. Sebanyak 70% memiliki kadar glukosa darah tidak terkontrol, sebagian besar memiliki jumlah konsumsi karbohidrat lebih sebanyak 65%, sebagian besar memiliki jumlah konsumsi protein kurang sebanyak 45%, sebagian besar memiliki jumlah konsumsi lemak kurang sebanyak 65%, sebanyak 80% sudah patuh dalam mengkonsumsi jenis makanan dan sebanyak 100% memiliki jadwal makan yang tidak patuh. Sebanyak 60% memiliki berat badan 61 – 75 kg, sebanyak 65% memiliki tinggi badan 145 – 160 cm.

Kata kunci : kadar glukosa darah, pola konsumsi, diabetes melitus

RINGKASAN PENELITIAN

GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH BERDASARKAN POLA KONSUMSI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 RAWAT JALAN DI PUSKESMAS II DENPASAR BARAT

Oleh :

Luh Gede Putri Aan Widi Cahyani
NIM. P07131121041

Diabetes melitus merupakan penyakit gangguan metabolik yang ditandai dengan adanya peningkatan glukosa darah yang melebihi batas normal. Di Indonesia penderita diabetes melitus menduduki peringkat ke-7 dengan jumlah penderita sebesar 10,7 juta diantara 10 negara. Jumlah penderita diabetes melitus terbesar di kota Denpasar terdapat di Puskesmas 2 Denpasar Barat yaitu sebanyak 1.384 orang penderita diabetes melitus. Penyebab dari diabetes melitus dapat disebabkan karena interaksi dari berbagai faktor salah satunya pola konsumsi merupakan faktor risiko yang diketahui dapat menyebabkan diabetes melitus. Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Kadar Glukosa Darah Berdasarkan Pola Konsumsi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan di Puskesmas II Denpasar Barat.

Pola konsumsi makan adalah susunan makanan yang merupakan suatu kebiasaan yang dimakan seseorang mencakup jenis dan jumlah bahan makanan rata – rata per orang yang umum dikonsumsi dalam satu hari yang perlu diperhatikan dalam pengaturan makanan sehat bagi penderita diabetes melitus. Penderita diabetes melitus mengalami resistensi insulin sehingga tidak semua glukosa hasil dari metabolisme dalam tubuh tidak dapat masuk ke dalam sel, akibatnya terjadi penumpukan diluar sel atau didalam pembuluh darah., keadaan ini akan meningkat kadar glukosa darah. Pada hasil penelitian kadar glukosa darah sampel yang dikumpulkan adalah kadar glukosa darah puasa, hasil pemeriksaan ini dilakukan ketika tubuh mengalami puasa setelah makan terakhir di malam hari dan melakukan pemeriksaan keesokan harinya.

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan metode survey. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan populasi studi dengan sampel 20 orang dengan wawancara menggunakan formulir SQ-FFQ.

Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan menghitung menggunakan rumus Perkeni kemudia akan dikategorikan.

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar berumur 50 – 64 tahun sebanyak 16 sampel (80%), sebagian besar sampel berjenis kelamin perempuan yaitu 11 sampel (55%), tingkat pendidikan terakhir sampel tertinggi yaitu SMA/SMK yang berjumlah 10 sampel (50%), sebagian besar sampel tidak bekerja berjumlah 11 sampel (55%), sebagian besar sampel lama menderita diabetes melitus yaitu ≤ 5 tahun sebanyak 11 sampel (55%). Sebanyak 14 sampel (70%) memiliki kadar glukosa darah tidak terkontrol, sebagian besar sebanyak 13 sampel (65%) memiliki jumlah konsumsi karbohidrat lebih, sebagian besar sebanyak 9 sampel (45%) memiliki jumlah konsumsi protein kurang, sebagian besar sebanyak 13 sampel (65%) memiliki jumlah konsumsi lemak kurang, sebagian besar terdapat 16 sampel (80%) sudah patuh jenis makanan yang dikonsumsi dan seluruh sampel (100%) memiliki jadwal makan tidak patuh. Sebanyak 12 sampel (60%) memiliki berat badan 61 - 75 kg, sebanyak 13 sampel (65%) memiliki tinggi badan 145 - 160 cm. Disarankan penderita diabetes melitus lebih memperhatikan pola konsumsi 3j (jumlah, jenis, dan jadwal makan) secara tepat dan disiplin agar kadar glukosa darah dapat terkontrol.

Daftar Bacaan : 38 (2019 – 2023)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa sehingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan tugas akhir dengan judul “Gambaran Kadar Glukosa Darah Berdasarkan Pola Konsumsi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan Di Puskesmas II Denpasar Barat”.

Dalam menyusun tugas akhir ini penulis banyak mendapatkan pengarahan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan yang baik ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Dr. I Wayan Juniarsana, SST.M.Fis sebagai pembimbing utama yang sudah memberikan, saran, koreksi, motivasi serta semangat kepada penulis sehingga tugas akhir dapat diselesaikan dengan baik.
2. Ibu Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes sebagai pembimbing pendamping yang sudah memberikan, saran, motivasi serta dukungan kepada penulis sehingga tugas akhir dapat diselesaikan dengan baik.
3. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dalam pembuatan tugas akhir ini.
4. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar dan Kaprodi Diploma Tiga, yang telah memberikan kesempatan dan semangat dalam membantu kelancaran tugas akhir ini.
5. Keluarga dan teman – teman yang selalu memberikan doa, dukungan, motivasi serta semangat kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa masih banyak terdapat kekurangan dalam penulisan tugas akhir ini, maka dari itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun demi penyempurnaan tugas akhir ini.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Diabetes Melitus.....	5
B. Kadar Glukosa Darah	13
C. Pola Konsumsi.....	16
D. Karbohidrat.....	19
E. Protein.....	22

F. Lemak.....	24
BAB III KERANGKA KONSEP.....	28
A. Kerangka Konsep	28
B. Variabel dan Definisi Operasional	28
BAB IV METODE PENELITIAN	31
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	31
B. Alur Penelitian.....	31
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	32
D. Populasi dan Sampel Penelitian.....	32
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	33
F. Alat dan Instrumen Pengumpulan Data.....	35
G. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data	35
H. Etika Penelitian.....	38
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
A. Hasil.....	40
B. Pembahasan	51
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Simpulan.....	55
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	57
LAMPIRAN.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Konsep	28
2 Alur Penelitian	31
3 Lokasi Penelitian.....	40
4 Pola Konsumsi Karbohidrat	44
5 Pola Konsumsi Protein.....	45
6 Pola Konsumsi Lemak	46
7 Jenis Makanan.....	47
8 Jadwal Makan.....	48

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 Kebutuhan Karbohidrat.....	19
2 Penggolongan dan Sumber Karbohidrat	21
3 Kebutuhan Protein.....	23
4 Penggolongan dan Sumber Protein	24
5 Kebutuhan Lemak	25
6 Penggolongan dan Sumber Lemak.....	26
7 Definisi Operasional.....	29
8 Karakteristik Sampel	41
9 Kadar Glukosa Darah.....	43
10 Kadar Glukosa Darah berdasarkan Pola Konsumsi	49

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Surat Izin Penelitian dari Dinas Kesehatan	61
2 Surat Persetujuan Etik/ <i>Ethical Approval</i>	62
3 Surat Izin Lokasi Penelitian	64
4 Informed Consent.....	65
5 Dokumentasi	68
6 Hasil Turnitin	69