

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG DIET UNTUK MENGONTROL
KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS
DI PUSKESMAS CEMORO KECAMATAN DONOMULYO
KABUPATEN MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan
Politeknik Kesehatan RS.dr. Soepraoen
Malang



OLEH:

PUTRI AYU NINGSIH

NIM.17.1.138

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS.dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2019/2020**

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG DIET UNTUK MENGONTROL
KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS
DI PUSKESMAS CEMORO KECAMATAN DONOMULYO
KABUPATEN MALANG**



**OLEH
PUTRI AYU NINGSIH
NIM.17.1.138**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS.dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN AKADEMIK 2019/2020**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Putri Ayu Ningsih

Tempat/tanggal lahir : Malang, 03 Maret 1999

NIM : 17.1.138

Alamat : Jl. Raya Bamban No.58 Saptorenggo

Menyatakan dan bersumpah bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 04 Juni 2020

Yang menyatakan



5000
LIMA RIBU RUPIAH

Putri Ayu Ningsih

NIM. 17.1.138

CURRICULUM VITAE



Nama : Putri Ayu Ningsih
Tempat Tgl Lahir : Malang, 03 Maret 1999
Alamat Rumah : Jl. Raya Bamban No.58 Desa Saptorenggo
Nama Orang Tua :
Ayah : Senari
Ibu : Sulikah
Riwayat Pendidikan :
TK : TK Dharma Wanita
SD : SDN SAPTORENGGO 01
SMP : MTs Mambaul Ulum Pakis
SMA : SMK Kesehatan Kendedes Malang

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“MASA LALUMU ADALAH BUKTI PERJALANANMU SAMPAI DISINI”

Karya Tulis Ini Saya Persembahkan Untuk:

1. Kedua orang tua saya, Bapak Senari Ibu Sulikah yang selalu mendukung saya sampai berada disini, mendorong ketika saya berada dititik jenuh, dan mendoakan saya setiap waktu tanpa henti.
2. Kedua pembimbing saya Bapak Ardhiles Wahyu K, S.Kep Ns, M.Kep dan Ibu Heny Nurmayunita, S.Kep Ns, MMRS yang telah memberikan bimbingan kepada saya sehingga terwujudnya karya tulis ilmiah ini.
3. Untuk bude dan kakak ipar saya, Ibu Mesti dan Kakak Siti Nur Aisyah yang slalu mendoakan saya dan memberikan dukungan disetiap langkah saya.
4. Para sahabatku Rafy Ulfiah, Putri Adestya Saraswati, dan Puput Septriasih yang sudah mmberikan saya dukungan dan doa untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
5. Seluruh rekan-rekan kelas 3C Keperawatan yang slalu memberikan semangat dan doa.

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan di
Depan Tim Penguji



Tanggal Persetujuan:

Oleh:

Pembimbing I

Ardhiles Wahyu K, S.Kep Ns, M.Kep

Pembimbing II


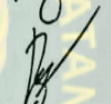
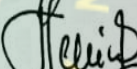
Heny Nurmayunita, S.Kep Ns, MMRS

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang di
Program Studi Keperawatan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen
Malang

Pada Tanggal : 04 Juni 2020

TIM PENGUJI:

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	Riki Ristanto, S.Kep, Ns, M.Kep	
Anggota	1. Bayu Budi Laksono, S.Kep, Ns, M.Kep	
	2. Heny Nurmayunita, S.Kep Ns, MMRS	

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Kumoro Asto Lenggono, M. Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Tentang Diet Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Cemoro Kecamatan Donomulyo Kabupaten Malang” sesuai dengan waktu yang ditentukan.

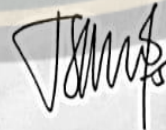
Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Letnan Kolonel (Ckm) Arief Effendi, S.MPh., SH, S.Kep., Ners, M. M, M.Kes selaku Direktur Poltekkes RS. Dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Kumoro Asto Lenggono, S.kep., Ners, M.kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.
3. Ibu Drg. Angga An Novita selaku Kepala Puskesmas Cemoro Kecamatan Donomulyo yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian di Puskesmas Cemoro Kecamatan Donomulyo.
4. Bapak Ardhiles Wahyu K, S.Kep Ns, M.Kep selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan saran kepada penulis.

5. Ibu Heny Nurmayunita, S.Kep Ns, MMRS selaku pembimbing II dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak Riki Ristanto, S.Kep, Ns, M.Kep Penguji I dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis.
7. Bapak Bayu Budi Laksono, S.Kep, Ns, M.Kep Penguji II dalam penelitian ini yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis.
8. Respon yang sudah bersedia dan berpartisipasi dalam penelitian.
9. Kedua orang tua saya yang selalu mendukung, membantu dan mendo'akan saya.
10. Serta teman-teman yang banyak membantu kelancaran penelitian ini.

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini, dengan sebaik-baiknya. Namun, demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak, untuk menyempurnakannya.

Malang, 04 Juni 2020



Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	I
COVER DALAM	II
LEMBAR PERNYATAAN.....	III
CURRICULUM VITAE	IV
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	V
LEMBAR PERSETUJUAN	VI
LEMBAR PENGESAHAN	VII
KATA PENGANTAR	VIII
DAFTAR ISI.....	X
DAFTAR GAMBAR	XIII
DAFTAR TABEL	XIV
DAFTAR SINGKATAN	XV
DAFTAR LAMPIRAN	XIV
ABSTRAK.....	XVII
ABSTRACT.....	XVIII
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Bagi Profesi Keperawatan	4
1.4.1 Manfaat Bagi Penelitian Selanjutnya	4
1.4.1 Manfaat Bagi Responden	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Pengetahuan	5
2.1.1 Definisi Pengetahuan	5
2.1.2 Cara Memperoleh Pengetahuan	5
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan	7
2.1.4 Tingkat Pengetahuan	9
2.1.5 Pengukuran Pengetahuan	11
2.2 Konsep Diabetes Melitus	12
2.2.1 Definisi Diabetes Melitus	12
2.2.2 Klasifikasi Diabetes Melitus	13
2.2.3 Patofisiologi Diabetes Melitus	15
2.2.4 Manifestasi Klinis Diabetes Melitus	16

2.2.5 Faktor Resiko Diabetes Melitus	17
2.2.6 Komplikasi Diabetes Melitus	20
2.2.7 Penatalaksanaan Diabetes Melitus	20
2.3 Konsep Diet Diabetes Melitus	24
2.3.1 Pengertian Diet Diabetes Melitus	24
2.3.2 Tujuan Diet Diabetes Melitus	24
2.3.3 Syarat Diet Diabetes Melitus	25
2.3.4 Faktor yang Mempengaruhi Diet Diabetes Melitus	25
2.3.5 Jenis Diet Diabetes Melitus	27
2.3.6 Komposisi Makanan Diet Penderita Diabetes Melitus	28
2.3.7 Jadwal Makanan Diet Penderita Diabetes Melitus	31
2.4 Kerangka Konsep	33
2.5 Definisi Kerangka Konsep	34
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Kerangka Kerja	36
3.3 Populasi, Sample, dan Sampling	37
3.1.1 Populasi	37
3.2.2 Sample	37
3.3.3 Sampling	37
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	37
3.4.1 Identifikasi Variabel	38
3.4.2 Definisi Operasional	39
3.5 Pengumpulan Data dan Analisa Data	40
3.5.1 Pengumpulan Data	40
3.5.2 Analisa Data	42
3.6 Etika Penelitian	45
3.7 Keterbatasan Penelitian	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	48
4.4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	48
4.2 Data Umum	49
4.3 Data Khusus	50
4.4 Pembahasan	52

BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	60
5.2 Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN-LAMPIRAN	67



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	33
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	36



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Jenis Diet Diabetes Melitus.....	27
Tabel 2.2 Rumus Penghitungan Berat Badan.....	31
Tabel 2.3 Klasifikasi IMT	31
Tabel 2.4 Jadwal dan Menu Makanan Penderita Diabetes Melitus.....	32
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	39
Tabel 4.1 Data Umum.....	49
Tabel 4.2 Data Khusus	50
Tabel 4.3 Tabel Silang.....	51



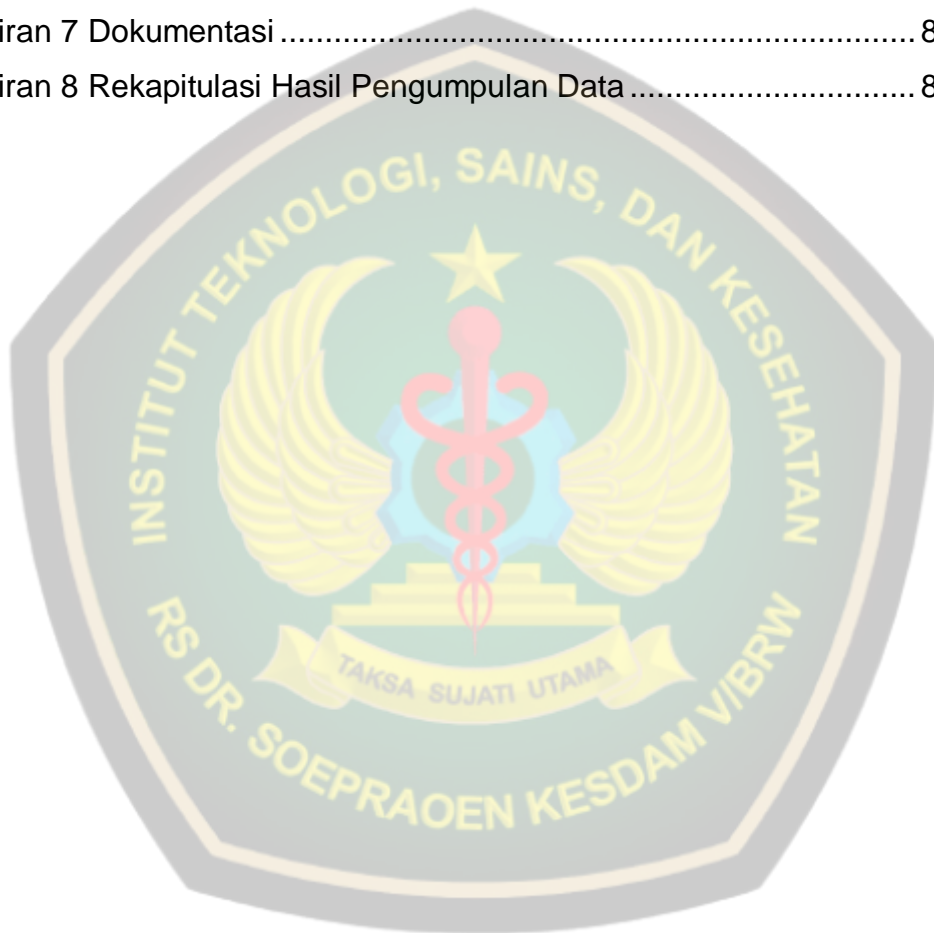
DAFTAR SINGKATAN



ADA	: <i>American Diabetes Association</i>
AIDS	: <i>Acquired Immuno Deficiency Syndrome</i>
BB	: Berat Badan
Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
DM	: Diabetes Melitus
Gls	: Gelas
HIV	: <i>Humman Immunodeficiency Virus</i>
IDDM	: <i>Insulin Dependent Diabetes Melitus</i>
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
IMT	: Indeks Masa Tubuh
KAD	: Ketoasidosis Diabetik
Kemenkes	: Kementrian Kesehatan
NIDDM	: <i>Non Insulin Dependent Diabetes Melitus</i>
PERKENI	: Perkumpulan Endokrinologi Kronik
PPOK	: Penyakit Paru Obstruktif Kronik
Ptg	: Potong
Sdm	: Sendok Makan
TB	: Tinggi Badan

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penelitian	66
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	67
Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Responden.....	68
Lampiran 4 Kisi-Kisi Kuesioner	69
Lampiran 5 Kuesioner	70
Lampiran 6 Surat Ijin.....	78
Lampiran 7 Dokumentasi	85
Lampiran 8 Rekapitulasi Hasil Pengumpulan Data	86



ABSTRAK

Ningsih, Putri Ayu. 2020. *Gambaran Pengetahuan Tentang Diet Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Cemoro Kecamatan Donomulyo Kabupaten Malang*. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Ardhiles Wahyu K, S.Kep Ns, M.Kep, Pembimbing II Heny Nurmayunita, S.Kep Ns, MMRS.

Saat ini penyakit diabetes masih cukup tinggi dan masih cenderung meningkat, yang disebabkan oleh penderita yang tidak patuh melaksanakan diet karena pengetahuan yang belum optimal. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang diet untuk mengontrol kadar gula darah pada penderita diabetes melitus.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan menggunakan populasi penderita DM. Tehnik pengambilan sampel dengan metode *consecutif sampling* sebanyak 23 responden pada tanggal 18,22,25 Januari 2020 di Puskesmas Cemoro Donomulyo. Variabel penelitian yaitu pengetahuan diet DM.

Hasil penelitian menunjukkan hampir setengahnya dari keseluruhan jumlah penderita diabetes melitus yaitu 10 orang (43%) kategori cukup, kategori kurang 8 orang (35%) dan sebagian kecil 5 orang (22%) kategori baik Hasil penelitian itu dimungkinkan karena beberapa faktor seperti pengetahuan, usia, dan pendidikan.

Oleh karena itu pendidikan atau promosi kesehatan tentang diet diabetes melitus sangat diperlukan agar dapat melaksanakan salah satu dari 4 pilar pengendalian penyakit diabetes melitus.

Kata Kunci: Pengetahuan, Diet, Diabetes Melitus

ABSTRACT

Ningsih, Putri Ayu. 2020. Description of Knowledge About Diet to Control Blood Sugar Levels in Patients with Diabetes Mellitus in Cemoro Health Center, Donomulyo District, Malang Regency. Scientific papers. Nursing Study Program of Health Polytechnic Dr. Soepraoen Malang Hospital. Advisor I Ardhiles Wahyu K, S.Kep Ns, M.Kep, Advisor II Heny Nurmayunita, S.Kep Ns, MMRS.

Currently, diabetes is still quite high and tends to increase, which is caused by patients who do not comply with their diet because their knowledge is not optimal. The aim of this study was to describe knowledge about diet to control blood sugar levels in people with diabetes mellitus.

This study used a descriptive research design using a population of people with DM. The sampling technique used the consecutive sampling method of 23 respondents on January 18,22,25, 2020 at Puskesmas Cemoro Donomulyo. The variable is the knowledge research on the DM diet.

The results showed that almost half of the total number of people with diabetes mellitus, namely 10 people (43%) in sufficient category, 8 people (35%) in poor category and a small proportion of 5 people (22%) same factor related to phenomena are knowing, age, and education.

Therefore, education or health promotion about diabetes mellitus diet is needed in order to carry out one of the 4 pillars of diabetes mellitus control.

Keywords: Knowledge, Diet, Diabetes Mellitus