

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah
“Gambaran Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus
di Puskesmas Mlati I”

Disusun Oleh :
NIKMAH RISKI UTAMI
P07120116022

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

.....

Menyetujui,

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Ida Mardalena, S.Kep., Ns., M.Si
NIP. 197107181994032003

Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 196705151989031005

Yogyakarta, Mei 2019

Ketua Jurusan

Bondan Palestin, SKM., M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH

**“GAMBARAN KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES
MELLITUS DI PUSKESMAS MLATI I”**

Disusun Oleh

NIKMAH RISKI UTAMI
NIM. P07120116022

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : 14 Mei 2019

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Dr. Catur Budi Susilo, S.Pd., S.Kp., M.Kes (.....)
NIP. 196406301988031004

Anggota,

Ida Mardalena, S.Kep., Ns., M.Si (.....)
NIP. 197107181994032003

Anggota,

Abdul Majid, S.Kep., Ns., M.Kep (.....)
NIP. 196705151989031005

Yogyakarta, Mei 2019

Ketua Jurusan Keperawatan,

Bondan Palestin, SKM, M.Kep., Sp.Kom
NIP. 197207161994031005

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Nikmah Riska Utami

NIM : P07120116022

Tanda tangan :

Tanggal :

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Nama : Nikmah Riska Utami

NIM : P07120116022

Program Studi : D-III

Jurusan : Keperawatan

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta ***Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)*** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul :

Gambaran Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus
di Puskesmas Mlati I

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal :

Yang menyatakan

(Nikmah Riska Utami)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga tugas penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul “Gambaran Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus di Puskesmas Mlati I”, dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh jenjang pendidikan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
2. Bondan Palestin, SKM, M.Kep, Sp.Kom selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyusun Karya Tulis Ilmiah ini,
3. Abdul Majid, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Ketua Program Studi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini,
4. Ida Mardalena, S.Kep, Ns, M.Si selaku pembimbing utama dalam penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikirannya untuk memberikan bimbingan serta pengarahan kepada penulis,
5. dr. Ernawati selaku Kepala Puskesmas Mlati I yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian
6. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan dukungan dan motivasi untuk kelancaran penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
7. Teman-teman penulis yang telah memberikan dukungan dan motivasi untuk kelancaran penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

8. Segenap pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan dukungan moral, material, dan spiritual.

Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis juga berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat berguna bagi pengembangan keilmuan.

Yogyakarta, 10 Mei 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRACT.....	xiii
INTISARI.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Uraian Teori	12
B. Kerangka Teori.....	36
C. Pertanyaan Penelitian	36
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	37
B. Populasi dan Sampel	37
C. Waktu dan Tempat Penelitian	39
D. Variabel Penelitian	39
E. Definisi Operasional.....	39
F. Instrumen Penelitian dan Bahan.....	40
G. Uji Pemahaman	41
H. Prosedur Penelitian.....	42
I. Manajemen Data	45
J. Etika Penelitian	48

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Gambaran Lokasi Penelitian	50
B. Hasil Penelitian	51
C. Pembahasan.....	54
D. Keterbatasan Penelitian	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan	71
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka teori	36

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Persamaan dan perbedaan penelitian Yulia, Siti. (2015) dengan peneliti.....	8
Tabel 2. Persamaan dan perbedaan penelitian Phitri, Herlena Essy, dkk. (2013) dengan peneliti.....	9
Tabel 3. Persamaan dan perbedaan penelitian Dewi Thresia, dkk. (2018) dengan peneliti	11
Tabel 4. Jenis bahan makanan yang dianjurkan bagi penderita DM.....	20
Tabel 5. Jenis bahan makanan yang harus dihindari/dibatasi bagi penderita DM.....	20
Tabel 6. Jumlah Bahan Makanan Sehari Menurut Standar Diet DM.....	27
Tabel 7. Standar pengaturan jadwal makan sehari pada penderita DM	28
Tabel 8. Definisi Operasional.....	40
Tabel 9. Kisi-Kisi Kuesioner Kepatuhan Diet Penderita DM	41
Tabel 10. Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik di Puskesmas Mlati I Tahun 2019 (n=63)	52
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Kepatuhan diet penderita DM sesuai pedoman 3J (jenis, jadwal, jumlah)di Puskesmas Mlati I Tahun 2019	53
Tabel 12. Tabulasi silang kepatuhan diet DM dengan karakteristik responden di Puskesmas Mlati I tahun 2019	54

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Rencana Anggaran Penelitian
- Lampiran 2. Jadwal Penelitian
- Lampiran 3. Naskah PSP (Penjelasan Sebelum Penelitian)
- Lampiran 4. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 6. Surat Permohonan Menjadi Asisten Penelitian
- Lampiran 7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9. Skor Kuesioner
- Lampiran 10. Data Responden

DESCRIPTION OF DIET OBEDIENT IN PATIENTS DIABETES MELLITUS IN MLATI HEALTH CENTER I

Nikmah Riska Utami¹, Ida Mardalena², Abdul Majid³

Nursing Department of Health Ministry of Health Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No.
3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293
Email : nikmahrisk@gmail.com¹

ABSTRACT

Background: Diabetes mellitus (DM) is a chronic disease and is one of the non-communicable diseases that has a high rate of sufferers. Indonesia ranks seventh in the world for the highest prevalence of diabetics in the world. PERKENI (2015) proclaims four pillars in the management of DM, namely education, medical, physical, and pharmacological interventions. Among these four pillars, diet planning is one of the main pillars. DM patients in carrying out a diet must pay attention 3J, namely the number of calories needed, the food schedule to be followed, and the type of food that must be considered. If the DM patient does not carry out the diet properly, the blood sugar level is not well controlled, so the emergence of complications and other serious diseases.

Goals: This study goals to describe the adherence of DM patients to undergo a diet program at the Mlati I Health Center in 2019.

Method: The research method used is a survey. This study included a type of descriptive study with a sample of 63 respondents using a questionnaire. Sampling uses accidental sampling. The research subjects were DM patients who went to the health center.

Results: In this study, it was found that most respondents (52.38%) adhered to the diet according to the 3J guide lines. DM patients who are obedient based on food type are 52.38%. obedient based on a meal schedule of 57.14%, compliant based on the amount of food of 65.08%.

Conclusion: From the results of the study it can be concluded that 52,38% of DM patients are obedient in carrying out a diet.

Keywords: adherence, DM diet, 3J guidelines

¹Yogyakarta Ministry of Health Polytechnic Student Yogyakarta

^{2,3}Yogyakarta Ministry of Health Polytechnic Lecturer

GAMBARAN KEPATUHAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI PUSKESMAS MLATI I

Nikmah Riska Utami¹, Ida Mardalena², Abdul Majid³

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Jl. Tata Bumi No. 3
Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta 55293
Email : nikmahrisk@gmail.com¹

INTISARI

Latar Belakang : Diabetes mellitus (DM) merupakan penyakit menahun dan merupakan salah satu penyakit tidak menular yang memiliki angka penderita yang tinggi. Indonesia menempati peringkat ke tujuh di dunia untuk prevalensi penderita diabetes tertinggi di dunia. PERKENI (2015) mencanangkan empat pilar dalam penanganan DM, yaitu edukasi, terapi nutrisi medis, jasmani, dan intervensi farmakologis. Diantara empat pilar tersebut, perencanaan pola makan merupakan salah satu pilar utama. Penderita DM didalam melaksanakan diet harus memperhatikan 3J, yaitu jumlah kalori yang dibutuhkan, jadwal makanan yang harus diikuti, dan jenis makanan yang harus diperhatikan, Jika penderita DM tidak melaksanakan diet dengan benar maka kadar gula darah tidak terkontrol dengan baik, sehingga dapat mengakibatkan timbulnya komplikasi dan penyakit serius lainnya.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepatuhan penderita DM dalam menjalani program diet di Puskesmas Mlati I Tahun 2019.

Metode : Metode penelitian yang digunakan adalah survei. Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif dengan jumlah sampel 63 responden dengan menggunakan kuesioner. Pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Subjek penelitian adalah penderita DM yang berobat ke puskesmas.

Hasil : Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden (52,38%) patuh terhadap diet sesuai pedoman 3J. Penderita DM yang patuh berdasarkan jenis makanan sebesar 52,38%. patuh berdasarkan jadwal makan sebesar 57,14%, patuh berdasarkan jumlah makanan sebesar 65,08%.

Kesimpulan : Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa 52,38% penderita DM patuh dalam melaksanakan diet.

Kata kunci : patuh, diet DM, pedoman 3J

¹Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

^{2,3}Dosen Poltekkes Kemenkes Yogyakarta