

**KARYA TULIS ILMIAH**

**KAJIAN KEPATUHAN DIET 3J TERHADAP KUALITAS  
HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 RAWAT JALAN  
DI RUMAH SAKIT PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**



AFIDA AINUR RAHMAH  
P07131113051

**PRODI D-III GIZI  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
TAHUN 2016**

## **KARYA TULIS ILMIAH**

### **KAJIAN KEPATUHAN DIET 3J TERHADAP KUALITAS HIDUP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 RAWAT JALAN DI RUMAH SAKIT PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi



Diajukan oleh:

AFIDA AINUR RAHMAH  
P07131113051

**PRODI D-III GIZI  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
TAHUN 2016**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri, dan sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Afida Ainur Rahmah

NIM : P07131113051

Tanda tangan :



Tanggal : 26 Juli 2016

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui oleh pembimbing  
pada tanggal: 20 Juli 2016

Menyetujui,  
Pembimbing Utama,



Isti Suryani, DCN, M.Kes  
NIP. 19651003 198902 2001

Menyetujui,  
Pembimbing Pendamping,



Weni Kurdanti, S.SiT, M.Kes  
NIP. 19730206 199703 2001

Menyetujui,  
Ketua Jurusan Gizi,



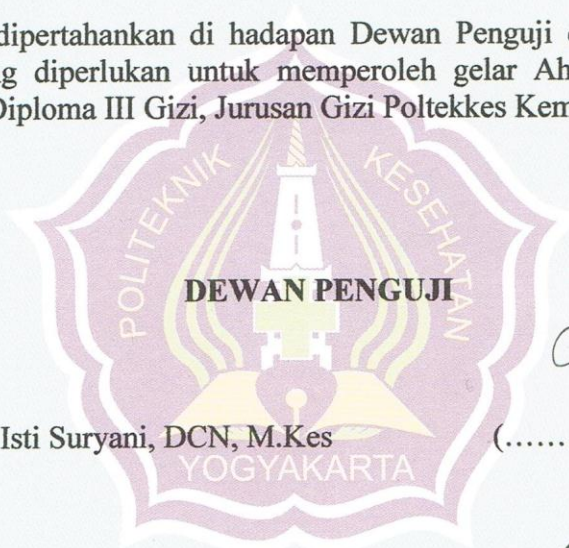
Tjarono Sari, SKM, M.Kes  
NIP. 19610203 198501 2001

## HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh,

Nama : Afida Ainur Rahmah  
NIM : P07131113051  
Program Studi/Jurusan : D-III/Gizi  
Judul Tugas Akhir : Kajian Kepatuhan Diet 3J terhadap Kualitas Hidup  
Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan  
di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi Diploma III Gizi, Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.



Pembimbing : Isti Suryani, DCN, M.Kes (.....)

Pembimbing : Weni Kurdanti, S.SiT, M.Kes (.....)

Penguji : DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si (.....)

Ditetapkan di : Yogyakarta  
Tanggal : 26 Juli 2016

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat ALLAH SWT, atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga tugas akhir Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul “Kajian Kepatuhan Diet 3J terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta”, dapat terselesaikan tepat pada waktunya.

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

1. Abidillah Mursyid, SKM, M.S., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Tjarono Sari, SKM, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
3. Isti Suryani, DCN, M.Kes., selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
4. Weni Kurdanti, S.SiT M.Kes., selaku Ketua Program Studi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta dan selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan arahan kepada peneliti dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. DR. Ir. I Made Alit Gunawan M.Si., selaku penguji yang telah memberikan saran kepada peneliti.
6. Almarhumah ibu dan almarhum ayah tercinta.

7. Kakak dan kakak ipar, yang telah memberikan dukungan, baik material, moral, maupun spiritual.
8. Teman-teman Poltekkes Jurusan Gizi yang telah memberikan semangat dan dukungan.
9. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan baik moral, material, maupun spiritual.

Peneliti mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti juga berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat berguna bagi pengembangan keilmuan di bidang gizi klinik.

Yogyakarta, Juli 2016

Peneliti

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

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Afida Ainur Rahmah  
NIM : P07131113051  
Program Studi/Jurusan : D-III/Gizi  
Judul Tugas Akhir : Kajian Kepatuhan Diet 3J terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta

demikian demi pengembangan 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:

Kajian Kepatuhan Diet 3J terhadap Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, 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.

Dibuat di : Yogyakarta

Pada tanggal : 26 Juli 2016

Yang menyatakan



(Afida Ainur Rahmah)



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
HALAMAN PENRNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vii
<i>ABSTRACT</i> .....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Ruang Lingkup .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Telaah Pustaka .....	9
B. Kerangka Teori .....	36
C. Pertanyaan Penelitian.....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	38
B. Populasi dan Sampel .....	39
C. Tempat dan Waktu .....	40
D. Variabel Penelitian.....	40
E. Batasan Istilah.....	41
F. Instrumen dan Bahan Penelitian .....	44
G. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	45
H. Prosedur Penelitian .....	46
I. Manajemen Data .....	48
J. Etika Penelitian .....	53
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	55
B. Gambaran Karakteristik Responden .....	56
C. Kepatuhan Diet .....	60

D. Kualitas Hidup .....	74
E. Gambaran Kepatuhan Diet 3J dengan Kualitas Hidup .....	76
F. Keterbatasan Penelitian.....	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan .....	80
B. Saran .....	80
DAFTAR PUSTAKA .....	82

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Bahan Makanan yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan.....	21
Tabel 2. Pengaturan Jadwal Makan Pasien DM .....	22
Tabel 3. Ruang Lingkup Penilaian Kualitas Hidup (WHOQL, 2004).....	30
Tabel 4. Perhitungan Skor Kualitas Hidup WHOQL .....	32
Tabel 5. IMT untuk Orang Asia.....	49
Tabel 6. Distribusi Penyakit Rawat Jalan untuk semua golongan umur di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2015 .....	56
Tabel 7. Distribusi Karakteristik Responden (n=23) .....	57
Tabel 8. Distribusi Responden berdasarkan Kategori Kualitas Hidup .....	75
Tabel 9. Keterkaitan Kepatuhan Diet 3J dengan Kualitas Hidup .....	77

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian.....	36
Gambar 2. Alur Rancangan Penelitian.....	38
Gambar 3. Distribusi Prosentase Kepatuhan Diet 3J .....	61
Gambar 4. Distribusi Prosentase Kepatuhan Jumlah Makanan .....	62
Gambar 5. Distribusi Prosentase Kepatuhan Jumlah Energi .....	64
Gambar 6. Distribusi Prosentase Kepatuhan Jumlah Protein .....	65
Gambar 7. Distribusi Prosentase Kepatuhan Jumlah Lemak.....	67
Gambar 8. Distribusi Prosentase Kepatuhan Jumlah Karbohidrat.....	68
Gambar 9. Distribusi Prosentase Kepatuhan Jenis Makanan.....	69
Gambar 10. Distribusi Prosentase Jenis Makanan yang Dianjurkan .....	70
Gambar 11. Distribusi Prosentase Jenis Makanan yang Dibatasi.....	71
Gambar 12. Distribusi Prosentase Jenis Makanan yang Dihindari.....	72
Gambar 13. Distribusi Prosentase Kepatuhan Jadwal Makan .....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Standar Pengaturan Jenis Makanan Diet DM.....	85
Lampiran 2. Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP) .....	87
Lampiran 3. Informed Consent .....	89
Lampiran 4. Formulir Identitas Responden .....	90
Lampiran 5. Formulir <i>Food Frequency</i> Semi Kuantitatif (DM).....	92
Lampiran 6. Kuesioner WHOQOL-BREF .....	96
Lampiran 7. Formulir Kebutuhan Kalori .....	101
Lampiran 8. Data Responden.....	102
Lampiran 9. Uji Statistik .....	103
Lampiran 10. Surat Persetujuan Komisi Etik.....	107
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian .....	108
Lampiran 12. Surat Izin Penelitian RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta..	109
Dokumentasi .....	110