

TUGAS AKHIR

**GAMBARAN ASUPAN KARBOHIDRAT, SERAT DAN
KADAR GULA DARAH PUASA PENDERITA DIABETES
MELITUS TIPE 2 PADA ANGGOTA PROLANIS DI
PUSKESMAS GODEAN I**



MAULINDA RAYHANA KHUSNAWATI
P07131115026

PRODI D-III

JURUSAN GIZI

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA**

TAHUN 2018

TUGAS AKHIR

**GAMBARAN ASUPAN KARBOHIDRAT, SERAT DAN
KADAR GULA DARAH PUASA PENDERITA DIABETES
MELITUS TIPE 2 PADA ANGGOTA PROLANIS DI
PUSKESMAS GODEAN I**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Ahli Madya Gizi



MAULINDA RAYHANA KHUSNAWATI
P07131115026

PRODI D-III
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2018

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Tugas Akhir

"Gambaran Asupan Karbohidrat, Serat Dan Kadar Gula Darah Puasa Penderita
Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Anggota Prolanis Di Puskesmas Godean I"

Disusun oleh :

MAULINDA RAYHANA KHUSNAWATI
NIM. P07131115026

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

12 Juli 2018

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



drh. Idi Setiyobroto, M. Kes
NIP. 196802071994031002



Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
NIP. 196701141991032001

Yogyakarta, 12 Juli 2018

Ketua Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si
NIP. 196303241986031001

HALAMAN PENGESAHAN

TUGAS AKHIR

**"GAMBARAN ASUPAN KARBOHIDRAT, SERAT DAN KADAR GULA
DARAH PUASA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 PADA
ANGGOTA PROLANIS DI PUSKESMAS GODEAN I"**

Disusun oleh :

MAULINDA RAYHANA KHUSNAWATI
NIM. P07131115026

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal : 04 Juli 2018.

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Weni Kurdanti, M.Kes
NIP. 197302061997032001

Anggota,
drh. Idi Setiyobroto, M. Kes
NIP. 196802071994031002

Anggota,
Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
NIP. 196701141991032001

Yogyakarta, 12 Juli 2018
Ketua Jurusan Gizi

Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si
NIP. 196303241986031001

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Akhir ini adalah hasil karya penulis sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah penulis nyatakan dengan benar.

Nama : Maulinda Rayhana Khusnawati

NIM : P07131115026

Tanda Tangan :



Tanggal : 12 Juli 2018

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : MAULINDA RAYHANA KHUSNAWATI
NIM : P07131115026
Program Studi : D-III
Jurusan : GIZI

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas Tugas Akhir saya yang berjudul :

“GAMBARAN ASUPAN KARBOHIDRAT, SERAT DAN KADAR GULA DARAH PUASA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 PADA ANGGOTA PROLANIS DI PUSKESMAS GODEAN 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 : 12 Juli 2018

Yang menyatakan



(Maulinda Rayhana K...)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir (TA) ini. Penulisan TA ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Gizi pada Program Studi DIII Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Tugas Akhir ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari Bapak drh. Idi Setiyobroto, M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH selaku pembimbing pendamping serta bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Joko Susilo, SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bapak DR. Ir. I Made Alit Gunawan, M.Si_ selaku Ketua Jurusan Gizi
3. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes selaku Ketua Prodi DIII Gizi
4. Bapak drh. Idi Setiyobroto, M.Kes selaku pembimbing utama
5. Ibu Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH selaku pembimbing pendamping
6. Ibu Frida Hatiningrum selaku Ahli Gizi Puskesmas Godean I
7. Orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan bantuan dukungan berupa material dan moral
8. Ibu Weni Kurdanti M.Kes dan Alm. Ibu Nurul Huda Syamsyiatun, S.Si.T, M.Kes yang selama 3 tahun ini telah menjadi ibu bagi kami.
9. Teman-teman penulis yang sudah membantu dalam pengambilan data yaitu Fety, El, Kw, Supa, Anin, Niken, Salsa, Safir dan Puput
10. Teman-teman penulis yang terlalu banyak disebutkan satu persatu

Akhir kata penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, Juli 2018

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRACK	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Ruang Lingkup.....	5
E. Manfaat Penelitian	5
F. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Telaah Pustaka	9
1. Diabetes Melitus.....	9
2. Kadar Gula darah	13
3. Karbohidrat	22
4. Serat.....	19
B. Kerangka Teori.....	29
C. Kerangka Konsep	29
D. Pertanyaan Penelitian	30
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Jenis Dan Desain Penelitian	31
B. Populasi dan Sampel	31
C. Aktu dan Tempat.....	32
D. Aspek-aspek yang diamati	32
E. Batas Istilah.....	32
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	33
G. Instrumen dan Bahan Penelitian.....	34
H. Prosedur Penelitian.....	36
I. Manajemen data	36
J. Etika Penelitian	38

K. Hambatan Penelitian	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	41
B. Gambaran Karakteristik Responden	42
C. Kadar Gula darah Puasa	47
D. Asupan Karbohidrat	48
E. Asupan Serat	49
F. Kadar Gula Darah Puasa Berdasarkan Asupan Karbohidrat.....	50
G. Kadar Gula Darah Puasa Berdasarkan Asupan Serat.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Faktor Resiko Diabetes	10
Tabel 2. Perbedaan antara DM 1 dan DM 2.....	12
Tabel 3. Komponen Penilaian Gizi Awal Diabetesi	13
Tabel 4. Kadar Gula Darah	22
Tabel 5. Daftar 10 Besar Penyakit Puskesmas Godean I.....	41
Tabel 6. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Umur, Pekerjaan, Pendidikan dan Lama Sakit	43
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah Puasa	47
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Menurut Konsumsi Karbohidrat.....	48
Tabel 9. Kadar Gula Darah Puasa Berdasarkan Asupan Karbohidrat	51
Tabel 10. Kadar Gula Darah Puasa Berdasarkan Asupan Serat.....	53

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian.....	29
Gambar 2. Peta Wilayah Kerja Puskesmas Godean I	40

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Jadwal Penelitian	57
Lampiran 2. Rencana Anggaran.....	58
Lampiran 3. Naskah PSP	59
Lampiran 4. Informed Consent	61
Lampiran 5. Form Identitas Responden	62
Lampiran 6. Form FFQ Semi Kuantitatif.....	63
Lampiran 7. Surat Kelaikan Etik.....	67
Lampiran 8. Surat Izin Badan Kesatuan Bangsa dan Politik	68
Lampiran 9. Dokumentasi	69