PENGARUH POLA MAKAN TERHADAP KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUMAH SAKIT UMUM SUMEKAR KABUPATEN SUMENEP

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

David Prayogi

NPM: 23700101

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

PENGARUH POLA MAKAN TERHADAP KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUMAH SAKIT UMUM SUMEKAR KABUPATEN SUMENEP

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

DAVID PRAYOGI

NPM: 23700101

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal: kamis, 25 Juni 2026

Pembimbing Utama,

Dr. Sri Lestari Utami, S.Si, M.Kes
NIK: 99289-ET

Pembimbing Pendamping,

dr. Jimmy Hadi Widjaja, Sp.PA
NIK: 01316-ET

Penguji

Dr. dr. Budi Arief Waskito, SP.JP
NIK: 02346-ET

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH POLA MAKAN TERHADAP KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUMAH SAKIT UMUM SUMEKAR KABUPATEN SUMENEP

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

DAVID PRAYOGI

NPM: 23700101

Telah diuji Pada

Hari: kamis, 25 Juni 2026

Dan dinyatakan lulus oleh

Pembimbing Utama,

Dr. Sri Lestari Utami, S.Si, M.Kes
NIK: 99289-ET

Pembimbing Pendamping,

dr. Jimmy Hadi Widjaja, Sp.PA
NIK: 01316-ET

Penguji

Dr. dr. Budi Arief Waskito, SP.JP
NIK: 02346-ET

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : David Prayogi;

NPM : 23700101

Program Studi : Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul:

PENGARUH POLA MAKAN TERHADAP KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUMAH SAKIT UMUM SUMEKAR KABUPATEN SUMENEP

Bersedia untuk diunggah dalam e-repository Universitas Wijaya Kusuma Surabaya dan dimanfaatkan untuk masyarakat luas.

Surat pernyataan persetujuan ini digunakan sebagaimana diperlukan.

Surabaya, 12 November 2026

Yang membuat pernyataan,



(David prayogi)

NPM. 23700101

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : David Prayogi;

NPM : 23700101

Program Studi : Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul:

PENGARUH POLA MAKAN TERHADAP KADAR GULA DARAH PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI RUMAH SAKIT UMUM SUMEKAR KABUPATEN SUMENEP

Bersedia untuk dimuat di dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama pembimbing dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti.

Surabaya, 11 November 2026

Yang membuat pernyataan,



(David Prayogi)

NPM. 23700101

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah kepada ALLAH SWT yang telah memberikan berbagai kemudahan kepada penulis untuk menyelesaikan Proposal Skripsi dengan judul ”Pengaruh Pola Makan Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit Umum Sumekar di Kabupaten Sumenep”. Proposal Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan strata satu (SI) pada Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Proposal Skiripsi ini berhasil penulis selesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis sampaikan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan kekuatan sehingga penulis dapat mengerjakan tugas akhir ini dengan lancar dan baik.
2. Prof. Dr. dr. Indri Safitri Mukono, MS. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberi kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Dr. Sri Lestari Utami, S.Si, M.Kes. Sebagai Dosen Pembibing 1 yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi untuk menyelesaikan Proposal Skripsi ini.
4. dr. Jimmy Hadi Widjaja, Sp. PA sebagai dosen pembimbing II yang sudah memberikan masukan, arahan, serta motivasi untuk menyelesaikan Proposal Skripsi ini.
5. Dr. dr. Budi Arief Waskito, Sp. JP sebagai dosen penguji Proposal Skripsi.

6. Seluruh dosen pengajar dan staf Fakultas Kedokteram Universitas Wijaya Kusuma Surabaya atas ilmu dan bantuan yang telah diberikan selama kegiatan perkuliahan.
7. Kepada orang tua penulis, Bapak Atmawi dan Ibu Norma Sipa, serta saudara penulis, Rangga Dwi Prayogi dan Dara Asyifa Prayogi yang telah memberikan kasih sayang, pengorbanan waktu dan tenaga, dukungan, motivasi, dan doa yang tiada henti kepada penulis.
8. Kepada teman hidup saya yaitu Imroatun Amsuroh, dan teman-teman saya yaitu, Abdal, Aby, Fahri, dan Feliks yang selalu memberikan masukan dan dukungan dalam penulisan Proposal skripsi ini.
9. Semua pihak yang tidak mungkin disebut satu persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan Proposal Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Proposal Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini. Akhirnya kamis berharap semoga Proposal Skripsi ini bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Surabaya, 29 November 2025

Penulis.

ABSTRAK

Prayogi, David. 2026. Pengaruh Pola Makan Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabates Melitus Tipe II Di Rumah Sakit Umum Sumekar Kabupaten Sumenep. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing: Sri Lestari Utami[1)], Jimmy Hadi Widjaja[2)], Budi Arief Waskito[3).]

Diabetes Melitus Tipe II merupakan penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan kerja insulin. Pola makan merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi pengendalian kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II. Pola makan yang tidak sesuai, seperti konsumsi makanan tinggi gula dan lemak serta rendah serat, dapat mengganggu pengendalian kadar gula darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kadar gula darah pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit Umum Sumekar Kabupaten Sumenep tahun 2026. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan case control (potong lintang). Sampel penelitian berjumlah 47 pasien Diabetes Melitus Tipe II yang memenuhi kriteria penelitian. Data pola makan diperoleh menggunakan kuesioner Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), sedangkan data kadar gula darah diperoleh dari rekam medis pasien. Analisis data dilakukan menggunakan uji Fisher Exact dengan tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan dalam kategori kurang, yaitu sebanyak 37 responden (78,7%), dengan rata-rata asupan sebesar 56,29% AKG. Sebagian besar responden juga memiliki kadar gula darah tinggi, yaitu sebanyak 37 responden (78,7%), dengan rata-rata kadar gula darah sebesar 317,72 mg/dL. Hasil uji Fisher Exact menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola makan dan kadar gula darah dengan nilai $p < 0,001$. Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar gula darah pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit Umum Sumekar Kabupaten Sumenep tahun 2026. Pengaturan pola makan yang tepat diperlukan untuk membantu mengendalikan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II.

Kata Kunci: Diabates Melitus Tipe 2, Pola Makan, Kadar Gula Darah.

ABSTRACT

Prayogi, David. 2026. The Effect of Eating Patterns on Blood Sugar Levels of Type II Diabetes Patients at Sumekar General Hospital, Sumenep Regency. Thesis, Medical Education Study Program, Faculty of Medicine, Wijaya Kusuma University Surabaya. Advisors: Sri Lestari Utami[1)], Jimmy Hadi Widjaja[2)], Budi Arief Waskito[3)].

Type II Diabetes Mellitus is a chronic metabolic disease characterized by increased blood glucose levels due to impaired insulin function. Diet is one factor that can affect blood sugar control in patients with Type II Diabetes Mellitus. An inappropriate diet, such as consuming foods high in sugar and fat and low in fiber, can interfere with blood sugar control. This study aims to find out the relationship between diet and blood sugar levels in Type II Diabetes Mellitus patients at Sumekar General Hospital, Sumenep Regency, in 2026. This study uses an analytic quantitative design with a case-control (cross-sectional) approach. The study sample consisted of 47 Type II Diabetes Mellitus patients who met the research criteria. Diet data was collected using a Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire (SQ-FFQ), while blood sugar data was obtained from patients' medical records. Data analysis was done using the Fisher Exact test with a significance level of 5% ($\alpha = 0.05$). The results showed that most respondents had a poor diet, with 37 respondents (78.7%) and an average intake of 56.29% of the RDA. Most respondents also had high blood sugar levels, with 37 respondents (78.7%) and an average blood sugar level of 317.72 mg/dL. The Fisher Exact test results showed a significant relationship between diet and blood sugar levels with a p-value < 0.001. There is a significant relationship between eating patterns and blood sugar levels in Type II Diabetes patients at Sumekar General Hospital in Sumenep Regency in 2026. Proper diet management is needed to help control blood sugar levels in Type II Diabetes patients.

Keywords: Type 2 Diabetes, Eating Patterns, Blood Sugar Levels.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN i
HALAMAN PENGESAHAN ii
KATA PENGANTAR iii
DAFTAR ISI v
DAFTAR GAMBAR x
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR SINGKATAN xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
BAB I 1
PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Hasil Penelitian 4
BAB II 6
TINJAUAN PUSTAKA 6
A. Diabetes Melitus 6
1. Definisi 6
2. Prevalensi 7
3. Faktor Risiko 7
4. Patofisiologi 8
5. Klasifikasi 9
6. Etiologi 9
7. Komplikasi 10
8. Penatalaksanaan 10
B. Kadar Gula Darah 13
1. Definisi 13
2. Kadar Gula Darah Normal 13

3. Hipoglikemia 14
4. Hiperglikemia 14
C. Pola Makan 15
1. Definisi 15
2. Frekuensi 15
3. Jenis Makanan 16
4. Analisis Pola Makan 16
D. Pengaruh Pola Makan 17
1. Pola Makan Sehat Pada Pasien Diabetes Melitus 17
2. Prevalensi Diabetes Melitus 17
3. Kadar Gula Darah Diabetes Melitus 18
BAB III 20
KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN 20
A. Kerangka Konsep 20
B. Penjelasan Kerangka Konsep 21
C. Hipotesis Penelitian 21
BAB IV 22
METODE PENELITIAN 22
A. Rancangan Penelitian 22
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 22
C. Populasi dan Sampel 22
D. Variabel Penelitian 25
E. Definisi Operasional Variabel 25
F. Prosedur Pengumpulan dan Pengolahan Data 26
1. Alur Penelitian 26
2. Pengumpulan Data 27
3. Instrumen Penelitian 27
4. Teknik Pengolahan Data 27
G. Metode Analisis Data 28
1. Analisis univariat 28
2. Analisis Bivariat 28

BAB V 29
HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS DATA 29
A. Gambar Lokasi Penelitian 29
B. Analisis Univariat 30
C. Analisi Bivariat 35
BAB IV 36
PEMBAHASAN 36
BAB VII 43
KESIMPULAN DAN SARAN 43
A. Kesimpulan 43
B. Saran 44
DAFTAR PUSTAKA 46
LAMPIRAN 50

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Mekanisme Diabetes Melitus 9
Gambar IV.1 Alur Penelitian.....26
Gambar V.1 Lokasi Penelitian.....29
Gambar V.2 Frekuensi Jenis Kelamin Pasien..... 31
Gambar V.3 Usia Pasien..... 32
Gambar V.4 Lama Penderita Diabetes Melitus 32

DAFTAR TABEL

Tabel IV.1: Definisi Operasional 25
Tabel V.1: Distribusi Karakterisitik Pasien Diabetes Melitus 30
Tabel V.2: Pola Makan Pada Pasien Penderita Diabetes Melitus.....33
Tabel V.3: Gula Darah Pada Pasien Penderita Diabetes Melitus 33
Tabel V.4: Distribusi Frekuensi Konsumsi Berdasarkan Kelompok Makanan .....
.....34
Tabel V.5: Pola Makan Terhadap Gula Darah Pada Pasien Penderita Diabetes
Melitus 35

DAFTAR SINGKATAN

Halaman

MP (Makanan Pokok).....24
PH (Protein Hewani).....24
PN (Protein Nabati).....24
SYR (Sayuran).....24
BH (Buah).....24
AKG (Angka Kecukupan Gizi).....24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Sertifikiat Etik 50
Lampiran 2. Inform Consent 51
Lampiran 3. Lembar Kuesioner 52
Lampiran 4. Lembar Konsultasi 54
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian 55
Lampiran 6. Hasil Uji Bivariat 56
Lampiran 7. Hasil uji Univariat 58