

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR GULA DARAH
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II USIA 45-59 TAHUN DI
PUSKESMAS KEDURUS TAHUN 2019**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

**Enggar Kharisma Afroditta
NPM: 16700165**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
SURABAYA
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR GULA DARAH
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II USIA 45-59 TAHUN DI
PUSKESMAS KEDURUS TAHUN 2019**

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

Enggar Kharisma Afroditta

NPM: 16700165

Menyetujui untuk di uji

Pada tanggal : 21 Juli 2020

Penguji I/Pembimbing,



dr. Meivy Isnoviana, SH., MH.

NIK : 03396- ET

Penguji II,



Putu Oky Ari Tania, Ssi., Msi.

NIK : 11557-ET

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR GULA DARAH
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II USIA 45-59 TAHUN DI
PUSKESMAS KEDURUS TAHUN 2019**

Oleh:

Enggar Kharisma Afroditta

NPM: 16700165

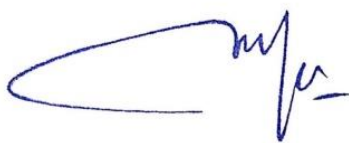
Telah diuji pada :

Hari : Selasa

Tanggal : 21 Juli 2020

dan dinyatakan lulus oleh:

Penguji I / Pembimbing,



**dr. Meivy Isnoviana, SH., MH.
NIK : 03396 - ET**

Penguji II,



**Putu Oky Ari Tania, Ssi., Msi.
NIK : 11557 - ET**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Enggar Kharisma Afroditta

NPM : 16700165

Progran Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Usia 45-59 Tahun Di Puskesmas Kedurus Tahun 2019”, benar-benar hasil karya saya sendiri, sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya akan menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, 21 Juli 2020

Yang membuat pernyataan



(Enggar Kharisma Afroditta)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Enggar Kharisma Afroditta

NPM : 16700165

Progran Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Mengatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang saya buat dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Usia 45-59 Tahun Di Puskesmas Kedurus Tahun 2019” Bersedia untuk diunggah dalam e-repository Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Surat pernyataan persetujuan ini digunakan sebagaimana diperlukan.

Surabaya, 21 Juli 2020

Yang membuat pernyataan



(Enggar Kharisma Afroditta)

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Usia 45-59 Tahun di Puskesmas Kedurus Tahun 2019”

Penyusunan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Yth. Prof. Dr. Suhartati, dr., MS selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelenggarakan penelitian ini.
2. Yth. dr. Meivy Isnoviana, SH, MH selaku dosen pembimbing tugas ini yang dengan rela meluangkan waktu, memberikan pengarahan, dan nasihat kepada penulis demi kelancaran penyusunan Proposal Skripsi ini.
3. Yth. Putu Oky Ari Tania, Ssi., M.Si selaku penguji yang telah meluangkan waktunya untuk menguji Proposal Skripsi ini.
4. Yth. Segenap Pegawai Puskesmas Kedurus yang telah memberikan fasilitas dan membimbing saya dalam pembuatan Proposal Skripsi ini.
5. Yth. Segenap Tim Pelaksana Tugas Akhir dan Sekretariat Tugas Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberi fasilitas dalam pembuatan Skripsi ini.
6. Yth. Kedua orangtua saya Bapak Yoyok Adiyanto dan Ibu Titin Sulastin dan adik saya Rehan Farhad, Rhandyants Vicky Hanggara selaku

keluarga penulis yang selalu memberikan dukungan, nasihat, dan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Skripsi ini.

7. Kepada sahabat sahabat saya Vivi, Risda, Tsamarah, Hanna, Dita, Esa, Adyjuw, Hilmi, Nadya, Ary, Sulaiman, Ayu, Fuad, Indra, Masbet, yang telah memberikan dukungan dan doa kepada saya.
8. Semua pihak yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu yang membantu dalam menyelesaikan Skripsi ini. Penulis berharap agar karya tulis ini dapat bermanfaat bagi para pembaca untuk menambah pengetahuan dan memperluas wawasan.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa karya tulis ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca agar tulisan ini lebih sempurna.

Surabaya, 21 Juli 2020

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iii |
| PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN | iv |
| SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR GAMBAR | xi |
| DAFTAR TABEL | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| DAFTAR SINGKATAN | xiv |
| ABSTRAK | xv |
| ABSTRAC | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah Penelitian | 3 |
| C. Tujuan Penelitian | 3 |
| D. Manfaat Penelitian | 3 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. Diabetes Mellitus | |
| 1. Pengertian | 5 |
| 2. Klasifikasi | 5 |
| 3. Etiologi | 7 |
| 4. Patofisiologi | 9 |
| 5. Manifestasi Klinis | 10 |
| 6. Komplikasi | 11 |
| 7. Penatalaksanaan | 12 |
| 8. Prinsip Diet Diabetes Mellitus | 13 |
| B. Gula Darah/ Glukosa Darah | |

| | |
|---|----|
| 1. Pengertian | 16 |
| 2. Metabolisme | 16 |
| 3. Macam-macam Pemeriksaan Glukosa Darah..... | 17 |
| C. Pola Makan | |
| 1. Pengertian | 18 |
| D. Hubungan Pola Makan Dengan DM tipe II..... | 18 |
| BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN | |
| A. Kerangka Konsep..... | 20 |
| B. Penjelasan Kerangka Konsep..... | 20 |
| C. Hipotesis Penelitian | 21 |
| BAB IV METODE PENELITIAN | |
| A. Rancangan Penelitian | 22 |
| B. Lokasi dan Waktu Penelitian | 22 |
| C. Subjek Penelitian..... | 22 |
| D. Variabel Penelitian | 24 |
| E. Definisi Operasional | 25 |
| F. Prosedur penelitian/pengumpulan data | 26 |
| G. Analisis Data | 27 |
| H. Hipotesis Statistik | 28 |
| BAB V HASIL PENELITIAN | |
| A. Gambaran Umum Objek Penelitian | 29 |
| B. Karakteristik Responden | 29 |
| C. Uji Statistik | 33 |
| BAB VI PEMBAHASAN | |
| A. Jenis makanan yang di konsumsi responden..... | 36 |
| B. Jadwal makan yang di konsumsi responden | 37 |
| C. Jumlah makanan yang di konsumsi responden | 37 |
| D. Hubungan pola makan dengan kadar gula darah | 38 |
| BAB VII PENUTUP | |
| A. Simpulan | 41 |
| B. Saran..... | 41 |

| | |
|---------------------------------|-----------|
| DAFTAR PUSTAKA | 43 |
| LAMPIRAN – LAMPIRAN..... | 45 |

DAFTAR GAMBAR

Halaman

| | |
|---|----|
| Gambar III.1 Kerangka konsep | 19 |
| Gambar V.1 Grafik Jenis Makanan Responden..... | 28 |
| Gambar V.2 Grafik Jadwal Makanan Responden..... | 29 |
| Gambar V.3 Grafik Jumlah Makanan Responden | 30 |
| Gambar V.4 Grafik Pola Makan Responden..... | 30 |
| Gambar V.5 Grafik Kadar Gula Darah Penderita DM Tipe II | 31 |

DAFTAR TABEL

| | Halaman |
|---|----------------|
| Tabel IV.1 Definisi operasional | 24 |
| Tabel V.1 Karakteristik Berdasarkan Jenis Makanan | 28 |
| Tabel V.2 Karakteristik Berdasarkan Jadwal Makanan | 29 |
| Tabel V.3 Karakteristik Berdasarkan Jumlah Makanan | 29 |
| Tabel V.4 Karakteristik Berdasarkan Pola Makan | 30 |
| Tabel V.5 Grafik Kadar Gula Darah Penderita DM Tipe II | 31 |
| Tabel V.6 Hubungan antara Jenis Makanan Dengan Kadar Gula | 32 |
| Tabel V.7 Hubungan antara Jadwal Makan Dengan Kadar Gula | 32 |
| Tabel V.8 Hubungan antara Jumlah Makan Dengan Kadar Gula | 33 |
| Tabel V.9 Hubungan antara Pola Makan Dengan Kadar Gula | 33 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | Halaman |
|---|----------------|
| Lampiran 1 Pernyataan Keaslian Tulisan | 45 |
| Lampiran 2 Sertifikat Etik..... | 46 |
| Lampiran 3 Lembar Konsultasi Tugas Akhir..... | 47 |
| Lampiran 4 SPSS | 49 |
| Lampiran 5 Pengantar Kuesioner..... | 52 |
| Lampiran 6 Surat Persetujuan Menjadi Responden | 53 |
| Lampiran 7 Lembar Kuesioner | 54 |
| Lampiran 8 Dokumentasi..... | 57 |
| Lampiran 9 Data Responden | 58 |
| Lampiran 10 Contoh kuesioner salah satu responden | 59 |
| Lampiran 11 Jurnal | 63 |

DAFTAR SINGKATAN

- DM = Diabetes Melitus
- GMD = Diabetes Melitus Gestasional
- GDS = Glukosa Darah Sewaktu
- GDP = Glukosa Darah Puasa
- GD2PP = Glukosa Darah 2 Jam Post Prandial

HUBUNGAN POLA MAKAN DENGAN KADAR GULA DARAH PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II USIA 45-59 TAHUN DI PUSKESMAS KEDURUS TAHUN 2019

Enggar Kharisma Afroditta

Fakultas Kedokteran. Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Pembimbing : **Dr.Meivy Isnoviana, SH., MH**

dittaafro@gmail.com

ABSTRAK

Pola makan orang Indonesia masih jauh dari kebiasaan baik yang seharusnya diterapkan. Sebuah Penelitian menyebutkan seseorang yang tidak dapat mengatur pola makan dengan peraturan 3J (jadwal,jenis dan jumlah) maka dapat menyebabkan terjadinya peningkatan kadar gula darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II Usia 45-59 Tahun di Puskesmas Kedurus Tahun 2019. Dimana populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah penderita Diabetes Mellitus Tipe II Usia 45-59 Tahun di Puskesmas Kedurus dari Mei – Oktober 2019 berjumlah 113 orang dengan besar sampel yang diambil sebanyak 36 orang. Variabel terikat dari penelitian ini adalah kadar gula darah penderita DM tipe II usia 45-59 tahun. Sedangkan variabel bebasnya adalah pola makan penderita DM Tipe II. Selanjutnya data penelitian ini dianalisis menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus Tipe II Usia 45-59.

Kata kunci : pola makan, kadar gula darah, diabetes mellitus tipe II

**RELATION BETWEEN THE DIET AND BLOOD SUGAR
LEVEL OF PATIENTS WITH TYPE II DIABETES MELLITUS
IN 45-59 YEARS OLD AT THE KEDURUS HEALTH CENTER
IN 2019**

Enggar Kharisma Afroditta

Medical Faculty. Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Pembimbing : **Dr.Meivy Isnoviana, SH., MH**

dittaafro@gmail.com

ABSTRACT

Indonesian diet is still far from good habits that should be applied. A study described that someone who can not regulate diet with regulation 3J (schedule, type and amount) then it will increase the blood sugar levels. This research aimed determine the correlation between diet with blood sugar levels in patients with Diabetes mellitus type II age 45-59 years in the health Puskesmas in the year 2019. Population used in This study was the patients with Diabetes Mellitus type II aged 45-59 years in Puskesmas Kedurus from may – October 2019 amounted to 113 people with sample taken as many as 36 people. Subsequently, this research data was analyzed statistically by Chi-Square . The results showed that there is a correlation between diet with blood sugar levels in patients with diabetes mellitus type II age 45-59. With p-value 0,004

Keywords: diet, blood sugar levels, diabetes mellitus type II