



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN LEMAK PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS MANGKUBUMI KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2025

Disusun Oleh:

R.K.M. Nurmadinah

NIM. P2.06.31.1.22.031

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025





LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN LEMAK PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS MANGKUBUMI KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2025

Disusun Oleh:

R.K.M. Nurmadinah

NIM. P2.06.31.1.22.031

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025



HALAMAN PERSETUJUAN

Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Asupan Karbohidrat dan Lemak Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkuhumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025”

Disusun oleh:

R.K.M. NURMADINAH

NIM.P2.06.31.1.22.031

Hari : Rabu

Tanggal : 4 Juni 2025

Waktu : 15.30

PEMBIMBING



Marjanawati saragih, S.ST, M. Gizi

NIP. 197112261994032004

**LEMBAR PENGESAHAN
LAPORAN TUGAS AKHIR**

Laporan Tugas Akhir dengan judul “Gambaran Asupan Karbohidrat dan lemak Pada penderita Diabetes melitus Di puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025”

Disusun Oleh

Nama : R.K.M. Nurmadinah
NIM : NIM.P2.06.31.1.22.031

telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji
pada tanggal 4 Juni 2025

Susunan Dewan Penguji
Ketua Dewan Penguji

Marianawati Saragih, S.ST, M. Gizi
NIP. 197112261994032004


(.....)

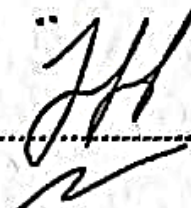
Penguji I

Lin Herlina, S.Gz, RD
NIP. 196507261989032003


(.....)

Penguji II

Isnar Nurul Alfiah, S.Gz, M.Gizi
NIP. 199006042019022001


(.....)

Mengetahui,
Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Sumarto MP
NIP. 198401032012123002



SURAT PERNYATAAN ORIGINALITAS

Saya Mahasiswa Program Studi Diploma III Gizi Tasikmalaya Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : R.K.M. Nurmadinah

NIM : P20631122031

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Tugas Akhir

Judul : GAMBARAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN LEMAK PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS MANGKUBUMI KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2025

Pembimbing : Marianawati saragih, S.ST, M.Gizi

Tanggal Ujian Sidang : 04 Juni 2025

Menyatakan bahwa Tugas Akhir (TA) yang saya susun adalah benar-benar karya saya sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya termasuk pencabutan gelar vokasi yang telah saya peroleh. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila di kemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Tasikmalaya, 04 Juni 2025



R.K.M. Nurmadinah

NIM. P2.06.31.1.22.031

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tasikmalaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : R.K.M. Nurmadinah

NIM : P20631122031

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Jurusan Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Tasikmalaya Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya berjudul:

GAMBARAN ASUPAN KARBOHIDRAT DAN LEMAK PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS MANGKUBUMI TAHUN 2025

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) Dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Tasikmalaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah (KTI) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta untuk kepentingan akademis. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Pada tanggal : 4 Juni 2025

Yang Menyatakan,



R.K.M. Nurmadinah

NIM. P2.06.31.1.22.031

Gambaran Asupan Karbohidrat dan Lemak Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025

R.K.M. Nurmadinah

INTISARI

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu penyakit yang terjadi karena kelainan pada sekresi insulin serta penyakit tidak menular yang mengganggu metabolisme tubuh dalam waktu yang lama, ditandai dengan tingginya kadar gula darah karena hormon insulin yang diproduksi oleh tubuh tidak berfungsi dengan baik. DM dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satu faktor yang bisa dirubah yaitu diet tidak seimbang, diet tidak seimbang karena asupan karbohidrat dan lemak yang berlebih dapat mengakibatkan resistensi insulin dan terjadi peningkatan resiko diabetes melitus. Menurut data puskesmas Mangkubumi pada tahun 2025 berada di urutan pertama dari 22 puskesmas yang ada di kota Tasikmalaya dengan jumlah penderita DM tertinggi. Penelitian ini untuk mengetahui gambaran asupan karbohidrat dan lemak pada DM tipe 2 di puskesmas Mangkubumi kota Tasikmalaya. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *accidental sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah penderita DM tipe 2 di wilayah Puskesmas Mangkubumi sebanyak 64 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara langsung kepada responden terkait data responden serta asupan menggunakan formulir *Food Recall* 24 jam, untuk mengetahui asupan karbohidrat dan lemak pada penderita. Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa asupan karbohidrat paling banyak kategori asupan kurang, dan untuk asupan lemak paling banyak kategori asupan lebih. Kesimpulan: Asupan Karbohidrat dengan kategori asupan kurang 83%, Asupan Lemak dengan kategori asupan lebih 83%.

Kata kunci : Diabetes melitus, karbohidrat, lemak.

ABSTRACT

R.K.M. NURMADINAH Description of Carbohydrate and Fat Intake in Type 2 Diabetes Mellitus Sufferers at the Mangkubumi Community Health Center, Tasikmalaya City in 2025. Under supervision of MARIANAWATI SARAGIH

Diabetes mellitus (DM) was a disease that occurred due to abnormalities in insulin secretion and was a non-communicable disease that disrupted body metabolism over a long period, characterized by high blood sugar levels because the insulin hormone produced by the body did not function properly. DM was influenced by several factors, one of which that could be changed was an unbalanced diet. An unbalanced diet due to excessive carbohydrate and fat intake could result in insulin resistance and an increased risk of diabetes mellitus. According to data from Puskesmas Mangkubumi in 2025, it ranked first out of 22 health centers in Tasikmalaya City with the highest number of DM sufferers. This study aimed to determine the profile of carbohydrate and fat intake in type 2 DM patients at Puskesmas Mangkubumi, Tasikmalaya City. This research was descriptive, using an accidental sampling technique. The sample in this study consisted of 64 type 2 DM patients in the Puskesmas Mangkubumi area. Data collection was carried out through direct interviews with respondents regarding respondent data and intake, using a 24-hour Food Recall form to determine carbohydrate and fat intake in the patients. From the research results, it was observed that carbohydrate intake was predominantly in the "less" category, and fat intake was mostly in the "excess" category. Conclusion: Carbohydrate intake in the low intake category was 83%, while fat intake in the high intake category was also 83%.

Keywords: *Diabetes mellitus, carbohydrate, fat*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Asupan Karbohidrat dan Lemak Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025” dapat diselesaikan dengan baik.

Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan atas bimbingan, arahan, dan semangat dari berbagai pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu, dan pada kesempatan kali ini penulis menyampaikan penghargaan dan terimakasih kepada :

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, STP.,MP selaku Ketua Jurusan Gizi dan Ketua Program Studi Diploma Tiga Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Marianawati saragih, S.ST, M.Gizi selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan serta masukan dalam penyusunan laporan tugas akhir.
4. Kedua orang tua dan kedua kakak yaitu R. Muh Daud darda dan R. Muh Wawan purwana wahyudin serta kedua kaka ipar yaitu Tiara yulianty dan Puji rahayu yang senantiasa menjadi *support system*, baik moril dan materi sehingga laporan tugas akhir ini dapat terselesaikan.
5. Teman-teman Program Studi Diploma Tiga Gizi Tasikmalaya angkatan 2022 “niskala nutritionist” yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam menyelesaikan laporan tugas akhir ini.

Penulis menyadari bahwa laporan Tugas Akhir ini masih terdapat berbagai kekurangan, baik dalam aspek penulisan maupun tata bahasa. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan dan penyempurnaan laporan ini. Semoga laporan Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi penulis maupun bagi para pembaca.

Tasikmalaya, Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
INTISARI	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
A. Tinjauan Teori.....	4
B. Kerangka Teori.....	16
BAB III METODE PENELITIAN	17
A. Jenis Penelitian.....	17
B. Waktu dan Tempat Penelitian	17
C. Populasi dan Sampel	17
D. Variabel dan Definisi Operasional	18
E. Teknik Pengumpulan Data.....	20
F. Pengolahan dan Analisis Data.....	22
G. Jalannya Penelitian	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	26
A. Hasil	26
B. Pembahasan.....	29
BAB V PENUTUP.....	36
A. Kesimpulan	36
B. Saran.....	36
DAFTAR PUSTAKA.....	37
LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP PENULIS	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Klasifikasi etiologi diabetes melitus.....	4
Gambar 2. Kerangka Teori.....	13

DAFTAR TABEL

No	Halaman
1. Tabel 1. Klasifikasi etiologi diabetes melitus.....	5
2. Tabel 2. Angka Kecukupan Gizi.....	11
3. Tabel 3. Bahan makanan sumber karbohidrat per 100 gr.....	11
4. Tabel 4. AKG.....	13
5. Tabel 5. Bahan makanan sumber karbohidrat per 100 gr.....	13
6. Tabel 6. Definisi Operasional.....	19
7. Tabel 7. Karakteristik Responden berdasarkan jenis kelamin.....	27
8. Tabel 8. Karakteristik Responden Berdasarkan jenis usia.....	27
9. Tabel 9. Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat DM Keluarga. .	27
10. Tabel 10. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	28
11. Tabel 11. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan.....	28
12. Tabel 12. Asupan Karbohidrat.....	28
13. Tabel 13. Asupan Lemak.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

1. *Informed Consent*
2. Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
3. Formulir Data Identitas Dan Karakteristik
4. *Food recall* 24 Jam
5. Surat izin penelitian
6. Surat keterangan penelitian
7. Dokumentasi

