



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN STATUS GIZI DAN PENGETAHUAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS INDIHLANG KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2025

Salsa Billa

NIM. P2.06.31.1.22.035

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 STATUS GIZI DAN PENGETAHUAN DIET PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS INDIHLANG KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2025

Disusun Oleh:

Salsa Billa

NIM. P2.06.31.1.22.035

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



Gambaran Status Gizi dan Pengetahuan Diet Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025

Salsa Billa

INTISARI

Diabetes melitus (DM) tipe 2 merupakan masalah kesehatan utama di Indonesia dengan prevalensi yang terus meningkat setiap tahun. Status gizi dan pengetahuan diet pada penderita DM menjadi faktor penting dalam pengelolaan penyakit untuk mencegah komplikasi jangka panjang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi dan tingkat pengetahuan diet pada penderita DM tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya tahun 2025. Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif pada 95 responden yang dipilih secara purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner terstruktur tentang pengetahuan diet dan pengukuran status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki status gizi normal (55,8%), namun masih terdapat 28,4% obesitas dan 15,8% overweight. Tingkat pengetahuan diet tergolong baik (54,7%), namun masih ditemukan kekurangan pemahaman pada aspek pengelolaan lemak dan penanganan hipoglikemia. Sebagian besar responden telah menerima edukasi gizi, tetapi perubahan perilaku konsumsi makanan berlemak masih perlu ditingkatkan. Simpulan: Status gizi dan pengetahuan diet penderita DM tipe 2 di Puskesmas Indihiang sudah cukup baik, namun edukasi gizi berkelanjutan tetap diperlukan untuk meningkatkan pemahaman dan penerapan diet yang tepat.

Kata kunci: diabetes melitus, status gizi, pengetahuan diet, edukasi gizi, Puskesmas Indihiang

ABSTRACT

***SALSA BILLA* Description of Nutritional Status and Dietary Knowledge in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus at Indihiang Health Center in 2025.**

Under supervision of EDRI INDAH YULIZA NUR

Type 2 diabetes mellitus (DM) is a major health problem in Indonesia, with prevalence continuing to increase every year. Nutritional status and dietary knowledge among DM patients are important factors in disease management to prevent long-term complications. This study aims to determine the nutritional status and level of dietary knowledge among type 2 DM patients at the Indihiang Community Health Center in Tasikmalaya City in 2025. The study employed a descriptive method with a quantitative approach, involving 95 respondents selected through purposive sampling. Data were collected via a structured questionnaire on dietary knowledge and nutritional status measurements using the Body Mass Index (BMI). The results showed that the majority of respondents had normal nutritional status (55.8%), but 28.4% were obese and 15.8% were overweight. Dietary knowledge levels were good (54.7%), but there were still gaps in understanding regarding fat management and hypoglycemia management. Most respondents had received nutrition education, but changes in behavior regarding the consumption of fatty foods still need to be improved. Conclusion: The nutritional status and dietary knowledge of type 2 diabetes patients at the Indihiang Community Health Center are already quite good, but ongoing nutrition education is still needed to improve understanding and implementation of an appropriate diet.

Keywords: diabetes mellitus, nutritional status, dietary knowledge, nutrition education, Indihiang Health Center

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Status Gizi dan Pengetahuan Diet Pada Penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025” dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam selalu tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, kepada sahabat, keluarga serta umatnya.

Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan atas bimbingan, arahan, bantuan, dorongan, 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 Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, STP.,MP selaku Ketua Jurusan Gizi dan Ketua program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Edri Indah Yuliza Nur, M.Gizi. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan dalam penyusunan proposal penelitian.
4. Seluruh staff dosen dan tenaga kependidikan Program Studi DIII Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya
5. Kedua orang tua dan kakak dan orang tercinta yang senantiasa memberikan dukungan, baik moril dan materi maupun do’a sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
6. Teman-teman Program Studi D III Gizi Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya angkatan 2022.

Penulis menyadari bahwa Laporan Tugas Akhir ini masih banyak kekurangan, baik dalam hal penulisan maupun tata bahasa, karena sejatinya kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan guna kesempurnaan Laporan Tugas Akhir ini. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca.

Tasikmalaya, 12 Juni 2025

Salsa Billa

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ORISINALITAS KARYA ILMIAH	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
INTISARI	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Peneliti	4
2. Bagi Institusi Pendidikan.....	4
3. Bagi peneliti Lainnya	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Tinjauan Teori.....	5
1. Diabetes Melitus	5
2. Penatalaksanaan Diabetes Melitus Tipe 2	10
3. Status Gizi	12
4. Pengetahuan Diet	14
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. Teknik Sampling.....	18
E. Variabel dan Definisi Operasional	19
F. Teknik pengumpulan Data	20
1. Data Primer.....	20
2. Data Sekunder.....	20
3. Instrumen.....	21
4. Teknik Pengolahan Data.....	21
5. Analisis Data.....	23
G. Jalanya Penelitian	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	25
A. Hasil Penelitian.....	25
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	25
2. Gambaran Umum Penelitian	25
3. Karakteristik Responden	26
4. Gambaran Status Gizi	29
5. Gambaran Pengetahuan Diet	30
B. Pembahasan.....	30
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	46
A. Simpulan	46
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Kadar tes laboratorium darah untuk diagnosis diabetes	7
Tabel 2 Klasifikasi Berat badan Berdasarkan IMT pada Dewasa	13
Tabel 3 Variabel dan Definisi Operasional	19
Tabel 4 Instrumen Penelitian	21
Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	27
Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	27
Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Menderita Diabetes Melitus Tipe 2	27
Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Diabetes Keluarga	28
Tabel 9 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Diabetes Keluarga	28
Tabel 10 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	29
Tabel 11 Karakteristik Responde Berdasarkan Edukasi gizi	29
Tabel 12 IMT penderita Diabetes Melitus Tipe 2	30
Tabel 13 Pengetahuan Diet Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Indihiang Tahun 2025	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	13
-------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

1. Rencana Jadwal Penelitian
2. *Informed consent*
3. Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP)
4. Formulir Data Identitas dan Karakteristik
5. Formulir Pengetahuan Diet
6. Dokumentasi Kegiatan