



TUGAS AKHIR

**Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus
Tipe 2 terhadap Asupan Karbohidrat,
Lemak dan Serat pada Pasien Rawat Inap
di Rumah Sakit Permata Cirebon
(Studi Kasus)**

**Risya Rizki Ramdani
P2.06.31.2.22.075**

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

**JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**



TUGAS AKHIR

**Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus
Tipe 2 terhadap Asupan Karbohidrat,
Lemak dan Serat pada Pasien Rawat Inap
di Rumah Sakit Permata Cirebon
(Studi Kasus)**

**Risya Rizki Ramdani
P2.06.31.2.22.075**

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI CIREBON

**JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul

**“Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2
terhadap Asupan Karbohidrat, Lemak dan Serat pada Pasien Rawat Inap
di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus)”**

Disusun oleh:

RISYA RIZKI RAMDANI

P2.06.31.2.22.075

Pembimbing:



Hj. Alina Hizni, SKM, MPH

NIP. 196611261989032003

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir dengan judul

**“Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2
terhadap Asupan Karbohidrat, Lemak dan Serat pada Pasien Rawat Inap
di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus)”**

Disusun Oleh :

Nama : **Risya Rizki Ramdani**

NIM : P2.06.31.2.22.075

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji pada tanggal 23 Mei 2025 dan
dilakukan revisi sesuai saran Dewan Penguji.

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Hj. Alina Hizni, SKM, MPH

NIP. 196611261989032003

(.....)

Penguji I

H. Arif Fachrudin, S.Gz, Dietisien, MM

NIP. 196611131990031003

(.....)

Penguji II

Samuel, SKM, M.Gizi

NIP. 196409021987031005

(.....)

Mengetahui

Program Studi D III Gizi Cirebon

Ketua



Dr. Hj. Wiwit Estuti, S.TP, M.Si

NIP.19680418199312001

Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 terhadap Asupan Karbohidrat, Lemak dan Serat pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus)

Risya Rizki Ramdani¹, Hj. Alina Hizni²

INTISARI

Diabetes Melitus Tipe 2 adalah salah satu penyakit tidak menular yang termasuk dalam suatu kelompok penyakit dengan penyebab berupa gangguan pada metabolisme yang memiliki tanda berupa meningkatnya kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia. Berdasarkan prevalensi DM Provinsi Jawa Barat, estimasi jumlah penderita DM di kabupaten Cirebon sebanyak 14.055 orang.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui asupan karbohidrat, lemak dan serat dalam Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT) secara individual pada pasien diabetes melitus di Rumah Sakit Permata Cirebon.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif observasional dengan rancangan *case study* (studi kasus) dengan jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 2 responden yang memenuhi kriteria inklusi penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penatalaksanaan diet pada responden telah dilaksanakan dengan baik sesuai standar diet diabetes melitus. Asupan karbohidrat pada responden I mendapatkan rata-rata (56%) defisit berat, responden II mendapatkan rata-rata (53%) defisit berat. Asupan lemak responden I mendapatkan rata-rata (79%) defisit sedang, responden II mendapatkan rata-rata (76%) defisit sedang. Asupan serat responden I mendapatkan rata-rata (35,6%) defisit berat, responden II mendapatkan rata-rata (64%) defisit berat. Hal ini menunjukkan bahwa asupan karbohidrat, lemak dan serat kedua responden tidak memenuhi kebutuhan hariannya. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh keluhan klinis seperti mual, muntah dan anoreksia yang dapat menurunkan nafsu makan responden.

Kata Kunci : Asupan Karbohidrat, Asupan Lemak, Asupan Serat, Penatalaksanaan Diet, Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2

1. Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadiran Allah Swt yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul **“Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus Tipe 2 terhadap Asupan Karbohidrat, Lemak dan Serat pada Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Permata Cirebon (Studi Kasus)”** tepat pada waktunya.

Penyusunan tugas akhir ini diajukan sebagai syarat menyelesaikan pendidikan gelar Ahli Madya Gizi Program Studi Diploma III Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Penyusunan tugas akhir ini melibatkan bimbingan dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr.Hj.Wiwit Estuti, STP, M.Si Ketua Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon.
2. Ibu Hj. Alina Hizni, SKM, MPH dosen pembimbing dengan penuh kesabaran memberikan perhatian, dorongan, bimbingan, pengarahan serta saran dalam pembuatan tugas akhir ini mulai dari awal hingga akhir.
3. H. Arif Fachrudin, S.Gz, Dietisien, MM dosen penguji 1 yang telah membantu serta memberikan saran dan masukan dalam penyusunan tugas akhir.
4. Samuel, SKM, M.Gizi dosen penguji 2 yang telah membantu serta memberikan saran serta masukan dalam penyusunan tugas akhir.
5. Dosen dan staff Program Studi D III Gizi Cirebon yang telah memberikan dukungan dan bantuan.

6. Teristimewa penulis ucapkan terima kasih kepada kedua orang tua tercinta penulis yakni Ayahanda Iding Rosidin dan Ibunda Hening Prisawati, terima kasih atas setiap tetes keringat dalam langkah pengorbanan dan kerja keras yang dilakukan untuk memberikan yang terbaik kepada penulis, mengusahakan segala kebutuhan penulis, mendidik, membimbing, dan selalu memberikan kasih sayang yang tulus, motivasi, dukungan serta mendoakan penulis dalam keadaan apapun. Terima kasih selalu ada di sisi penulis dan menjadi alasan bagi penulis dalam menyelesaikan penulisan tugas akhir ini hingga memperoleh gelar A.Md.Gz. Ayah, ibu, putri kecilmu sudah dewasa dan siap melanjutkan mimpi yang lebih tinggi lagi.
7. Alifia Yunita, Berlianda Marwah Sugiharto, Ririn Regina Affandi, Argedis Diva Salsabila Adrian, Anindhya Dwi Hadriani, Marsha Fameltha Kesya, Putri Andini Setiawan, dan Resti Dwi Juliyanti yang telah mendengarkan keluh kesah saya dan memberikan semangat untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
8. Teman-teman kelas 3B yang saya sayangi.

Cirebon, Mei 2025

Risya Rizki Ramdani

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
INTISARI.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Bagi Peneliti	6
2. Bagi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2.....	6
3. Bagi Rumah Sakit Permata Cirebon.....	7
4. Bagi Program Studi D III Gizi Cirebon.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Tinjauan Teori	8
1) Diabetes Melitus.....	8
a. Pengertian Diabetes Melitus	8
b. Etiologi Diabetes Melitus	8
c. Klasifikasi Diabetes Melitus.....	10

d. Gejala Diabetes Melitus.....	11
e. Patofisiologi Diabetes Melitus.....	11
2) Penatalaksanaan Diet Diabetes Melitus.....	12
a. Perencanaan Makan	13
1) Tujuan Diet.....	14
2) Syarat Diet.....	14
3) Jenis Diet dan Indikasi Pemberian	16
4) Bahan Makanan yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan Bagi Pasien DM	16
3. Asupan Zat Gizi.....	17
a. Karbohidrat	17
b. Lemak	19
c. Serat	20
4. Skrining Gizi	21
5. Proses Asuhan Gizi Terstandar (PAGT)	22
B. Kerangka Teori.....	28
C. Kerangka Konsep.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
A. Jenis Penelitian.....	30
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel	30
1. Populasi dan Sampel.....	30
2. Besar Sampel.....	31
3. Teknik Sampling.....	32
D. Variabel dan Definisi Operasional	33
E. Teknik Pengumpulan Data	35
1. Jenis Data.....	35

2. Cara Pengumpulan Data	36
3. Instrumen Penelitian.....	36
F. Pengolahan dan Analisis Data	37
1. Teknik Pengolahan Data.....	37
2. Teknik Analisis Data.....	38
G. Jalannya Penelitian.....	38
1. Tahap Persiapan Penelitian.....	38
2. Tahap Pelaksanaan.....	39
3. Tahap Akhir	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Hasil	41
1. Gambaran Umum Rumah Sakit Permata Cirebon.....	41
2. Karakteristik Responden	43
6. Asupan Lemak pada Penderita Diabetes Melitus.....	63
7. Asupan Serat pada Penderita Diabetes Melitus.....	64
B. Pembahasan.....	65
1. Karakteristik Responden	65
2. Penatalaksanaan Gizi Responden	66
3. Asupan Karbohidrat pada Penderita Diabetes Melitus.....	75
4. Asupan Lemak pada Penderita Diabetes Melitus.....	76
5. Asupan Serat pada Penderita Diabetes Melitus.....	77
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	79
A. Simpulan	79
B. Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jenis Diet DM berdasarkan kandungan energi, protein, lemak dan karbohidrat	16
Tabel 2. Variabel dan Definisi Operasional.....	33
Tabel 3. Skrining Gizi Responden 1	43
Tabel 4. Riwayat Penyakit Responden 1	44
Tabel 5. Riwayat Gizi Responden 1	44
Tabel 6. Kebiasaan Makan Responden 1	44
Tabel 7. Hasil <i>Recall</i> Responden 1	45
Tabel 8. Terapi Medis Responden 1	46
Tabel 9. Perhitungan Antropometri Responden 1	47
Tabel 10. Pemeriksaan Fisik Responden 1	48
Tabel 11. Pemeriksaan Klinis Responden 1	48
Tabel 12. Pemeriksaan Laboratorium Responden 1	49
Tabel 13. Diagnosa Gizi Responden 1	49
Tabel 14. Rencana Monitoring dan Evaluasi Responden 1	52
Tabel 15. Monitoring dan Evaluasi Responden 1	53
Tabel 16. Skrining Gizi Responden 2	54
Tabel 17. Riwayat Penyakit Responden 2	54
Tabel 18. Riwayat Gizi Responden 2	55
Tabel 19. Kebiasaan Makan Responden 2	55
Tabel 20. Hasil <i>Recall</i> Responden 2	56
Tabel 21. Terapi Medis Responden 2	56
Tabel 22. Perhitungan Antropometri Responden 2	57
Tabel 23. Pemeriksaan Fisik Responden 2	57
Tabel 24. Pemeriksaan Klinis Responden 2	58
Tabel 25. Pemeriksaan Laboratorium Responden 2	58
Tabel 26. Diagnosa Gizi Responden 2	58
Tabel 27. Rencana Monitoring dan Evaluasi Responden 2	61
Tabel 28. Monitoring dan Evaluasi Responden 2	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	28
Gambar 2. Kerangka Konsep	29
Gambar 3. Presentase Asupan Karbohidrat Responden.....	62
Gambar 4. Presentase Asupan Lemak Responden	63
Gambar 5. Presentase Asupan Serat Responden	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian	85
Lampiran 2. Surat Permohonan Data Awal Penelitian	86
Lampiran 3. Naskah Penjelasan Penelitian	88
Lampiran 4. Naskah Persetujuan Responden	90
Lampiran 5. Form Identitas Pasien	92
Lampiran 6. Formulir Proses Asuhan Gizi Terstandar	93
Lampiran 7. Form Food <i>Recall</i> 24 jam	99
Lampiran 8. Form Food Weighing 24 jam	100
Lampiran 9. Formulir Kesesuaian Penatalaksanaan Diet	101
Lampiran 10. Form Perencanaan Menu Responden 1	104
Lampiran 11. Form Perencanaan Menu Responden 2	107
Lampiran 12. Food <i>Recall</i> Responden 1	110
Lampiran 13. Food <i>Recall</i> Responden 2	113
Lampiran 14. Food Weighing Responden 1	116
Lampiran 15. Food Weighing Responden 2	119
Lampiran 16. Dokumentasi Penelitian	122