



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN STATUS GIZI DAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS MANGKUBUMI KOTA TASIKMALAYA TAHUN 2025

Disusun oleh:

**CINDI NURHASANAH
NIM.P2.06.31.1.22.008**

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



Gambaran Status Gizi dan Konsumsi Makanan Cepat Saji Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025

Cindi Nurhasanah

INTISARI

Diabetes Melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya. Pengukuran status gizi menggunakan IMT bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi serta wawancara menggunakan SQ-FFQ bertujuan untuk mengetahui kebiasaan konsumsi makanan cepat saji pada penderita DM Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya tahun 2025. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Penentuan sampel penelitian dilakukan dengan metode *accidental sampling* sebanyak 64 orang. Pengumpulan data dilakukan melalui pengukuran berat badan, tinggi badan serta wawancara konsumsi makanan cepat saji menggunakan SQ-FFQ. Hasil dari pengukuran IMT didapatkan sangat kurus (3%), kurus (2%), normal (72%), Berat badan lebih tingkat ringan (2%) dan obesitas (22%). Hasil dari wawancara konsumsi makanan cepat saji menggunakan SQ-FFQ didapatkan hasil konsumsi tidak sering (55%), konsumsi sering (45%), Konsumsi dalam jumlah energi rendah (59%) serta konsumsi dalam jumlah energi tinggi (41%). Kelebihan lemak yang dapat diketahui dari status gizi dengan IMT lebih dari normal dikaitkan dengan resistensi insulin yang merupakan salah satu penyebab terjadinya DM Tipe 2. Konsumsi makanan cepat saji dapat meningkatkan risiko DM tipe 2 karena memiliki kandungan karbohidrat yang tinggi yang akan dilepaskan menjadi glukosa ke dalam darah akibatnya, kadar gula dalam darah akan meningkat.

Kata kunci : Diabetes Melitus Tipe 2, Status gizi, Makanan cepat saji

ABSTRACT

CINDI NURHASANAH. *Description of Nutritional Status and Fast Food to Diabetes Mellitus Type 2 Patients in Mangkubumi Health Center Tasikmalaya City. Under supervision of MARIANAWATI SARAGIH*

Diabetes Mellitus (DM) is a group of metabolic diseases with hyperglycemia characteristics that occur due to abnormalities in insulin secretion, insulin action or both. Nutritional status measurement using BMI aims to find out an overview of nutritional status and interviews using SQ-FFQ aim to find out fast food consumption habits in patients with Type 2 DM at the Mangkubumi Health Center, Tasikmalaya City in 2025. This type of research is descriptive. The determination of the research sample was carried out by the accidental sampling method of 64 people. Data collection was carried out through weight, height measurements, and fast food consumption interviews using SQ-FFQ. The results of BMI measurements were obtained as very thin (3%), thin (2%), normal (72%), overweight (2%) and obese (22%). The results of the interview on fast food consumption using SQ-FFQ were obtained as results of infrequent consumption (55%), frequent consumption (45%), consumption in low amounts of energy (59%) and consumption in high amounts of energy (41%). Excess fat that can be determined from nutritional status with a BMI above normal is associated with insulin resistance which is one of the causes of Type 2 DM. Consumption of fast food can increase the risk of type 2 DM because it has a high carbohydrate content that will be released into glucose into the blood as a result, blood sugar levels will increase.

Keywords: *Diabetes Mellitus Type 2, nutritional status, fast food*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga Laporan Tugas Akhir dengan judul Gambaran Status Gizi dan Konsumsi Makanan Cepat Saji pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya Tahun 2025 dapat terselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam semoga selalu tercurah limpah kepada Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, sahabatnya, serta kepada kita selaku umatnya.

Tidak lupa penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat sehingga Laporan Tugas Akhir ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, MP selaku Ketua Prodi dan Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Marianawati Saragih, S.ST., M.Gizi selaku Dosen Pembimbing yang selalu memberikan bimbingan, masukan, semangat, dan motivasi dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.
4. Bapak/Ibu Dosen dan Staff Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan pengajaran dan bimbingan selama perkuliahan.
5. Kedua orang tua penulis bapak Uus Ginanjar dan ibu Titin Patimah yang menjadi salah satu alasan untuk selalu bersemangat dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini dan memberikan dukungan baik berupa materi maupun moril yang sangat luar biasa.
6. Kakak penulis Ade Firman Hasanudin dan Ayu, adik penulis Nayla Shofiatus Najwa serta keponakan penulis Risyad Syafiq Mujahid yang selalu memberikan semangat dan do'a dalam menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.
7. Seluruh keluarga dan teman-teman mahasiswa angkatan 2022 Program studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya atas segala dukungan, semangat dan bantuan yang diberikan dalam menyusun Laporan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari dalam pembuatan Laporan Tugas Akhir ini masih memiliki banyak kekurangan, baik dalam hal isi maupun sistematika dan Teknik penulisannya. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran yang membangun demi kesempurnaan Laporan Tugas Akhir ini. Penulis berharap semoga dengan Laporan Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Tasikmalaya, 28 Mei 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	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 I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	3
D. Manfaat	3
1. Bagi Peneliti	3
2. Bagi Institusi	3
3. Bagi Penderita	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Teori.....	5
1. Diabetes Melitus.....	5
2. Status Gizi	14
3. Konsumsi Makanan Cepat Saji	20
B. Kerangka Teori	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Jenis Penelitian	25
B. Waktu dan Tempat Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel.....	25
1. Populasi	25

2. Besar Sampel.....	25
3. Teknik Sampling	26
D. Variabel dan Definisi Operasional	26
1. Variabel Penelitian	26
2. Definisi Operasional.....	27
E. Teknik Pengumpulan Data	28
1. Jenis Data	28
2. Cara Pengumpulan Data.....	29
F. Pengolahan dan Analisis Data	29
1. Teknik Pengolahan Data	29
2. Teknik Analisis Data.....	31
G. Jalannya Penelitian	31
1. Tahap persiapan	31
2. Tahap Pelaksanaan	32
3. Tahap Akhir	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil.....	33
1. Gambaran Umum UPTD Puskesmas Mangkubumi Kota Tasikmalaya	33
2. Karakteristik Responden	34
3. Status Gizi	36
4. Konsumsi Makanan Cepat Saji	36
B. Pembahasan	37
1. Karakteristik Responden	37
2. Status Gizi	41
3. Konsumsi Makanan Cepat Saji	42
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	44
A. Simpulan	44
B. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kadar Tes Laboratorium Darah untuk Diagnosis	9
Tabel 2 Batas Ambang Indeks Massa Tubuh.....	17
Tabel 3 Definisi Operasional	27
Tabel 4. Karakteristik Jenis Kelamin Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Tahun 2025.	34
Tabel 5. Karakteristik Usia Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Mangkubumi Tahun 2025	34
Tabel 6. Karakteristik Riwayat DM Keluarga di Puskesmas Mangkubumi Tahun 2025	34
Tabel 7. Karakteristik Pendidikan Penderita DM di Puskesmas Mangkubumi Tahun 2025.....	35
Tabel 8. Karakteristik Pekerjaan pada Penderita DM di Puskesmas Mangkubumi Tahun 2025.....	35
Tabel 9. IMT Penderita DM di Puskesmas Mangkubumi Tahun 2025	36
Tabel 10. Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji Penderita DM di Puskesmas Mangkubumi Tahun 2025	36
Tabel 11. Jumlah Rata-Rata Energi Konsumsi Makanan Cepat Saji Penderita Dm di Puskesmas Mangkubumi Tahun 2025	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Diabetes Melitus Tipe 1	6
Gambar 2. Diabetes Melitus Gestasional	7
Gambar 3. Tes HbA1c.....	8
Gambar 4. Tes glukosa darah puasa.....	8
Gambar 5. Tes toleransi glukosa oral.....	8
Gambar 6. Penderita DM umur > 45 tahun.....	11
Gambar 7. Bayi Berat Badan Lahir Rendah.....	12
Gambar 8. Berat Badan Lebih.....	12
Gambar 9. Kurang Aktifitas Fisik.....	13
Gambar 10. Diet Tak Sehat.....	14
Gambar 11. Timbangan Berat Badan Digital.....	16
Gambar 12. Microtoice	16
Gambar 13. Buku Foto Makanan.....	20
Gambar 14. Skema Peningkatan Gula Darah yang disebabkan oleh penumpukan lemak.....	22

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar persetujuan

Lampiran 2. Formulir identitas dan status gizi responden

Lampiran 3. Formulir SQ-FFQ

Lampiran 4. Dokumentasi Kegiatan Pengambilan Data

Lampiran 5. Riwayat Hidup Penulis