



LAPORAN TUGAS AKHIR

Disusun guna mencapai derajat Ahli Madya Gizi

GAMBARAN ASUPAN ENERGI, ZAT GIZI MAKRO, DAN TINGKAT PENGETAHUAN MENGENAI DIABETES MELITUS PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS INDIHIANG KOTA TASIKMALAYA

Disusun oleh:

RISTA DWI NAWANGSIH

NIM. P2.06.31.1.22.034

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 ENERGI, ZAT GIZI MAKRO, DAN
TINGKAT PENGETAHUAN MENGENAI DIABETES MELITUS
PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2
DI PUSKESMAS INDIHIANG KOTA TASIKMALAYA**

Disusun oleh:

RISTA DWI NAWANGSIH

NIM. P2.06.31.1.22.034

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA GIZI TASIKMALAYA

JURUSAN GIZI

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

TAHUN 2025



KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta nikmat-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro, dan Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya”.

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

1. Ibu Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Bapak Sumarto, MP selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
3. Ibu Edri Indah Yuliza Nur, M. Gizi selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan masukan dan saran dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
4. Seluruh *staff* dan Dosen Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan banyak pengajaran, bimbingan dan bantuan selama perkuliahan.
5. Kedua orang tua yang senantiasa telah memberikan dukungan, baik moril, materi maupun doa sehingga laporan tugas akhir ini dapat terselesaikan.
6. Seluruh rekan-rekan mahasiswa Prodi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang telah memberikan dukungan dan bantuan dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.

Laporan tugas akhir ini sudah dibuat semaksimal mungkin, namun penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan, baik dalam hal penulisan maupun tata bahasa. 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, Mei 2025

Rista Dwi Nawangsih

Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro, dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Diabetes Melitus pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya

Rista Dwi Nawangsih

INTISARI

Diabetes Melitus merupakan sekelompok penyakit metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia. Hiperglikemia yaitu kondisi ketika kadar gula darah dalam tubuh lebih tinggi dari batas normal akibat kelainan sekresi insulin, kerja insulin, atau keduanya. Upaya untuk penanganan kadar gula darah penderita Diabetes Melitus adalah dengan mengatur pola makan dan asupan makanan yang tepat untuk penderita Diabetes Melitus. Pengetahuan yang cukup tentang penyakit dapat memengaruhi perilaku makan seseorang yang pada akhirnya akan memengaruhi kontrol gula darah dan kesehatan. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik tentang penyakit Diabetes Melitus akan cenderung lebih memahami pentingnya menjaga pola makan sehat untuk mengontrol kadar gula darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Asupan Energi, Zat Gizi Makro dan Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik. Metode dalam pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *consecutive sampling*. Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini berjumlah 95 penderita diabetes melitus tipe 2. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu *food recall* 24 jam untuk melihat asupan energi dan zat gizi makro, dan DKQ-24 untuk mengukur tingkat pengetahuan responden tentang penyakit Diabetes Melitus. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori sedang (77%), dengan asupan energi (58%), protein (53%), lemak (47%), dan karbohidrat (65%), berada dalam kategori kurang. Hasil ini menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara pengetahuan dan praktik konsumsi, sehingga diperlukan upaya edukasi gizi yang berkesinambungan guna mendukung pengelolaan penyakit Diabetes Melitus yang lebih optimal.

Kata Kunci: Diabetes Melitus, Asupan Zat Gizi, Pengetahuan

ABSTRACT

RISTA DWI NAWANGSIH. *Description of Energy Intake, Macro Nutrients, and Level of Knowledge Regarding Diabetes Mellitus in Patients Type 2 Diabetes Mellitus at Indihiang Community Health Center, Tasikmalaya City.* Under supervision of Edri Indah Yuliza Nur

Diabetes Mellitus is a group of metabolic disorders characterized by hyperglycemia. Hyperglycemia is a condition in which blood glucose levels exceed the normal range due to abnormalities in insulin secretion, insulin action, or both. One of the efforts to manage blood glucose levels in individuals with Diabetes Mellitus is through proper dietary regulation and appropriate food intake. Adequate knowledge about the disease can influence eating behavior, which in turn affects blood glucose control and overall health. Individuals with good knowledge about Diabetes Mellitus are more likely to understand the importance of maintaining a healthy diet to regulate blood glucose levels. This study aims to describe the energy and macronutrient intake, as well as the level of knowledge among patients with type 2 Diabetes Mellitus at Indihiang Public Health Center in Tasikmalaya City. This research is a descriptive-analytic study. The sampling technique used was consecutive sampling. A total of 95 respondents with type 2 Diabetes Mellitus participated in this study. The instruments used were a 24-hour food recall to assess energy and macronutrient intake, and the DKQ-24 questionnaire to measure respondents' knowledge of Diabetes Mellitus. The results showed that most respondents had a moderate level of knowledge (77%), while energy (58%), protein (53%), fat (47%), and carbohydrate (65%) intake were in the insufficient category. These findings indicate a mismatch between knowledge and dietary practices, highlighting the need for continuous nutrition education to support better management of Diabetes Mellitus.

Keywords: *Diabetes Mellitus, Nutrient Intake, Knowledge*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
INTISARI.....	ii
ABSTRACT	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
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 Penelitian.....	4
1. Bagi Peneliti.....	4
2. Bagi Masyarakat	4
3. Bagi Puskesmas	4
4. Bagi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Tinjauan Teori	5
1. Diabetes Melitus	5
2. Asupan Energi.....	13
3. Asupan Zat Gizi Makro.....	14
4. Pengetahuan	15
5. Metode <i>Food Recall</i>	15
B. Kerangka Teori.....	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
A. Jenis Penelitian.....	18
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	18
C. Populasi dan Sampel.....	18
1. Populasi dan Sampel	18
2. Besar Sampel	18
3. Teknik Sampling	19

D. Variabel dan Definisi Operasional	20
1. Variabel Penelitian	20
2. Definisi Operasional	20
E. Teknik Pengumpulan Data	22
1. Jenis Data	22
2. Cara Pengumpulan Data.....	22
3. Instrumen Penelitian	23
F. Pengolahan dan Analisis Data	23
1. Teknik Pengolahan Data	23
2. Teknik Analisis Data.....	25
G. Jalannya Penelitian.....	25
1. Tahap Persiapan	25
2. Tahap Pelaksanaan	26
3. Tahap Akhir	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Hasil.....	27
B. Pembahasan.....	35
BAB V PENUTUP	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Variabel dan Definisi Operasional	20
Tabel 3.2 Instrument Penelitian	23
Tabel 4.1 Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025 Berdasarkan Jenis Kelamin.....	28
Tabel 4.2 Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025 Berdasarkan Usia	29
Tabel 4.3 Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025 Berdasarkan Lama Menderita Diabetes Melitus	29
Tabel 4.4 Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025 Berdasarkan Riwayat Keluarga	29
Tabel 4.5 Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025 Berdasarkan Pendidikan.....	30
Tabel 4.6 Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025 Berdasarkan Pekerjaan.....	31
Tabel 4.7 Gambaran Karakteristik Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025 Berdasarkan Edukasi.....	31
Tabel 4.8 Gambaran Tingkat Pengetahuan Responden Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025.....	32
Tabel 4.9 Gambaran Asupan Energi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025.....	33

Tabel 4.10 Gambaran Asupan Protein Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025.....	33
Tabel 4.11 Gambaran Asupan Lemak Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025.....	34
Tabel 4.12 Gambaran Asupan Karbohidrat Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025.....	34

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1.1 Kerangka Teori	17

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Lampiran

1. Jadwal Penelitian
2. Rencana Anggaran Biaya Penelitian
3. *Informed Consent* dan Persetujuan Setelah Penjelasan
4. Formulir Data Identitas dan Karakteristik
5. Instrumen Asupan Zat Gizi
6. Kuesioner Pengetahuan
7. Hasil Analisis Butir Pertanyaan Kuesioner Pengetahuan Penderita Diabetes
Melitus Tipe 2 di Puskesmas Indihiang Kota Tasikmalaya Tahun 2025
8. Surat Izin Penelitian
9. Dokumentasi Kegiatan Penelitian
10. Master Tabel Pengetahuan
11. Master Tabel Food Recall
12. Hasil Uji Kappa

