

**GAMBARAN PENGETAHUAN POLA DIET SEHAT PADA  
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II DI DESA LICIN**

**KARYA TULIS ILMIAH**

*Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar ahli madya  
keperawatan pada jenjang pendidikan Diploma III Keperawatan*



Oleh

Alya Adhayanti  
NIM 1902525

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA KAMPUS DAERAH  
DI SUMEDANG  
2022**

**GAMBARAN PENGETAHUAN POLA DIET SEHAT PADA  
PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II DI DESA LICIN**

Oleh  
Alya Adhayanti

Sebuah Karya Tulis Ilmiah yang diajukan untuk memenuhi salah satu  
syarat memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi  
Diploma III Keperawatan

©Alya Adhayanti 2022  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Juni 2022

Hak Cipta dilindungi undang-undang  
Karya Tulis Ilmiah ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto copy atau cara lainnya tanpa ijin penulis.

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Alya Adhayanti

NIM: 1902525

Program Studi : D3 Keperawatan

Institusi : Universitas Pendidikan Indonesia

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan dan pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Sumedang, Juni 2022

Alya Adhayanti

NIM 1902525

## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Alya Adhayanti, NIM 1902525, dengan judul “Gambaran Pengetahuan Pola Diet Sehat Pada Penderita Diabetes Melitus”, telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang untuk diujikan.

Sumedang, 14 Maret 2022

Mengetahui

Pembimbing Utama,



**H. Ahmad Purnama H, S.Kp., M.Kes**

NIP. 197703022006041013

Pembimbing Pendamping



**Ns. Ayu Prameswari, M.Kep**

NIP. 920190219841006201

## LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Alya Adhayanti NIM 1902525 dengan judul “Gambaran Pengetahuan Pola Diet Sehat Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka” telah dipertahankan di depan dewan pengaji Prodi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Daerah Sumedang pada tanggal Juni 2022.

Dewan Pengaji  
Pengaji Ketua

**Popon Haryeti, S.Kep., M.Hkes**

NIP. 196708261997032001

Pengaji Anggota I

Pengaji Anggota II

**H. Ahmad Purnama H, S.Kp., M.Kes**

NIP. 197703022006041013

**Ns. Ayu Prameswari, M.Kep**

NIP. 920190219841006201

Mengetahui,  
Ketua Prodi DIII Keperawatan

**Dewi Dolofah, M.Kep., Ners**

NIP. 197501202000032001

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta karunia-Nya, sehingga karya tulis ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Pola Diet Sehat Pada Penderita Diabetes Melitus di Desa Licin” ini dapat selesai tepat pada waktunya. Penulisan karya tulis ilmiah ini diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan program D3 Keperawatan UPI Kampus Sumedang.

Dalam penulisan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari adanya kekeliruan baik itu teknik penulisan maupun tata Bahasa yang digunakan. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat penting diperlukan demi perbaikan penulisan karya tulis ilmiah di masa yang akan datang.

Ucapan terima kasih telah membantu baik secara materi maupun nonmaterial terhadap penulisan karya tulis ilmiah kepada pihak-pihak berikut ini.

1. Prof. Dr. Yudha Munajat Saputra, M.Ed selalu Direktur UPI Kampus Sumedang.
2. Ibu Dewi Dolifah, M.Kep., Ners selaku Ketua Prodi D3 Keperawatan UPI Kampus Sumedang.
3. Bapak H. Ahmad Purnama H, S.Kp., M.Kes selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberi ilmu, bimbingan, pengarahan dan petunjuk dalam melaksanakan penyusunan karya tulis ilmiah.
4. Ibu Ns. Ayu Prameswari, M.Kep selaku pembimbing pendamping yang telah memberi ilmu, bimbingan, pengarahan dan petunjuk dalam melaksanakan penyusunan karya tulis ilmiah.
5. Bapak dan Ibu dosen Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang.
6. Orang tua yang telah memberikan dukungan dan memberikan semangat selama penulis melaksanakan pendidikan.

7. Keluarga besar NOCC19 dan teman-teman angkatan 2019 yang selama ini menemani penulis dalam masa perkuliahan.
8. Terimakasih kepada Andri Bukhori yang telah memberi dukungan dan semangat selama penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. Terimakasih kepada Sahabat-sahabat saya, Putrie, Resida, Diani, Nurrul, dan Iklima yang telah memberikan dukungan dan semangat selama penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bisa berkontribusi dalam upaya perbaikan kesehatan dan bermanfaat bagi semua pihak.

Sumedang, 14 Maret 2022

Alya Adhayanti

## **GAMBARAN PENGETAHUAN POLA DIET SEHAT PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE II DI DESA LICIN**

**Alya Adhayanti<sup>1</sup>, Ahmad Purnama H<sup>2</sup>, Ayu Prameswari Kusuma Astuti<sup>3</sup>**

Mahasiswa Prodi D-3 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia

Dosen Universitas Pendidikan Indonesia

### **ABSTRAK**

Diabetes melitus merupakan penyakit metabolisme yang ditandai dengan kegagalan pankreas untuk memproduksi insulin yang cukup, karena terjadi secara teratur, maka dikategorikan sebagai penyakit kronis. Diabetes gestasional, tergantung penyebabnya. Diet DM adalah rencana diet bagi penderita diabetes melitus yang berfokus pada jumlah, jenis dan waktu makan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Pengetahuan Pola Diet Pada Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Cimalaka. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif deskriptif. Penelitian deskriptif adalah ketika data digunakan untuk menjelaskan atau merinci apa yang harus dicari dalam suatu penelitian. Strategi penelitian kuantitatif adalah metode penelitian berbasis positiv untuk menganalisis populasi dan sampel tertentu, serta mengumpulkan data dengan menggunakan instrument penelitian analisis statistik dan instrument penelitian analisis data. Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan mengenai gambaran pengetahuan pola diet sehat DM di Wilayah kerja puskesmas Cimalaka tahun 2022 bisa disimpulkan bahwa, karakteristik responden di wilayah kerja puskesmas cimalaka didapatkan gambaran responden berdasarkan usia sebagian besar 35-44 tahun sebanyak 11 responden (28%) usia 45-54 tahun sebanyak 12 responden (31%) dan usia 55-64 tahun sebanyak 16 responden (16%), berdasarkan jenis kelamin responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 10 responden (26%) berjenis kelamin perempuan sebanyak 29 responden (74%). Tingkat pengetahuan pola diet sehat DM , didapatkan gambaran responden berdasarkan pengetahuan baik sebanyak 7 responden (18%) pengetahuan cukup sebanyak 18 responden (46%) pengetahuan kurang 14 responden (36%).

**Kata Kunci :** Diabetes Melitus, Diet, Pengetahuan

## **DESCRIPTION OF KNOWLEDGE OF HEALTHY DIET PATTERNS IN TYPE II DIABETES MELLITUS PATIENTS IN LICIN VILLAGE**

**Alya Adhayanti<sup>1</sup>, Ahmad Purnama H<sup>2</sup>, Ayu Prameswari Kusuma Astuti<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Student of D-3 Nursing Study Program at Indonesia University of Education

<sup>2,3</sup>Lecturers at the Indonesian University of Education

### **ABSTRACT**

*Diabetes mellitus is a metabolic disorder caused by pancreas's inability to produce enough insulin. It is classified as chronic diseases is classified into type 1 diabetes, type 2 diabetes or gestational diabetes, depending on the cause. Diet mellitus is a diet plan for people with diabetes mellitus that focuses on number, types and mealtimes. The purpose of this study was to determine the image of Dietary Pattern in Patients with Diabetes Mellitus at Cimalaka Health Center. The methodology used in this study is a descriptive quantitative approach. Descriptive research is when the data is used to explain or detail what he should be dated in a study. Quantitative research strategy is a positive-based research method for and samples, and collect data analysis research and discussion regarding the image of the healthy dietary pattern of Diabetes Mellitus in the Cimalaka Puskesmas Region in 2022 can be concluded that, respondents in the cimalaka health center area were obtained by a picture of respondenst based on the age of most 35-44 years as many as 11 respondents (28%) and age 45-54 years as many as 12 respondents (31%) and age 55-64 years as many as 16 respondents (16%), based on the male sexcy of male respondents 10 respondents (26%) gender of female 29 respondents (74%). The level of knowledge of the healthy diet pattern of Diabetes Mellitus, obtained an respondent for respondents (18%) knowledge of quite 18 respondents (46%) of less than 14 respondents(36%).*

**Keywords :** *Diabetes Mellitus, Diet, Knowledge*

## DAFTAR ISI

### **LEMBAR PERSETUJUAN**

**KATA PENGANTAR** ..... i

**ABSTRAK** ..... iii

**DAFTAR ISI** ..... v

### **BAB I PENDAHULUAN**

1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Manfaat Praktis.....	3
1.4.2 Manfaat Pengembangan.....	3
1.4.3 Struktur Organisasi Penulisan .....	3

### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 Pengetahuan Dan Pola Diet .....	5
2.1.1 Definisi Pengetahuan.....	5
2.1.2 Tingkat Pengetahuan .....	5
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	6
2.1.4 Kriteria Pengetahuan .....	7
2.2 Pola Diet Diabetes Melitus .....	7
2.2.1 Definisi Pola Makan Diet Diabetes Melitus .....	7
2.2.2 Tujuan Diet Diabetes Melitus .....	8
2.2.3 Syarat-Syarat Diet Diabetes Melitus .....	8
2.2.4 Penatalaksanaan Diet.....	9
2.3 Diabetes Melitus .....	9
2.3.1 Definisi Diabetes Mellitus .....	9
2.3.2 Klasifikasi Diabetes Mellitus .....	10
2.3.3 Faktor Penyebab Diabetes Mellitus .....	10
2.3.4 Pencegahan Diabetes Mellitus .....	11
2.3.5 Komplikasi Diabetes Mellitus .....	11

2.3.6 Faktor Resiko Diabetes Mellitus .....	11
2.3.7 Penatalaksanaan Diabetes Mellitus .....	12
2.4 Kerangka Teori .....	13
2.5 Kerangka Konsep.....	14

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Desain Penelitian .....	15
3.2 Subjek Penelitian .....	15
3.2.1 Populasi .....	15
3.2.2 Sampel .....	15
3.3 Fokus Penelitian.....	16
3.4 Definisi Operasional .....	16
3.5 Lokasi & Waktu Penelitian .....	17
3.6 Instrumen Penelitian .....	17
3.7 Pengembangan Instrumen .....	17
3.7.1 Uji Validitas.....	17
3.7.2 Uji Reabilitas .....	18
3.8 Pengumpulan Data .....	18
3.8.1 Metode Pengumpulan Data.....	18
3.8.2 Langkah Pengumpulan Data.....	19
3.9 Pengolahan dan Analisa Data .....	19
3.9.1 Pengolahan Data .....	19
3.9.2 Analisa Data.....	20
3.10 Persyaratan Etik .....	20

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1 Hasil Penelitian .....	22
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	22
4.1.2 Gambaran Subjek Penelitian.....	22
4.1.3 Karakteristik Responden .....	22
4.1.4 Pengetahuan Pola Diet Sehat Diabetes Melitus .....	23
4.2 Pembahasan .....	23
4.2.1 Karakteristik Responden .....	23

4.2.2 Gambaran Pengetahuan Pola Diet Sehat di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka.....	24
---	----

## BAB 5 PENUTUP

5.1 Kesimpulan.....	26
5.2 Saran.....	26

## DAFTAR PUSTAKA .....

28

## LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Januari 2022-Juni 2022 .....	30
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian .....	31
Lampiran 3. Pernyataan Bersedia Menjadi Responden .....	33
Lampiran 4. Instrument.....	34
Lampiran 5. Lembar Proses Bimbingan .....	37
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas & Reabilitas .....	40
Lampiran 7. Hasil Pengolahan Data .....	41
Lampiran 8 Turnitin.....	43
Lampiran 8. Dokumentasi .....	44

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	19
Tabel 3.2 Skala Guttman.....	20
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka.....	25
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka .....	26
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka .....	26

## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 2.1 Kerangka Konsep .....	16
Bagan 2.2 Kerangka Teori.....	17

## DAFTAR PUSTAKA

- Amin, N. L. (2020). Edukasi Kesehatan Diabetes Melitus Di RW. 004 Kelurahan Benda Baru Kota Tanggerang Selatan. *Jurnal umj Vol. 1 No.1 Hal 23-27 Mei 2020*, 23-27.
- Armawati, S. (2017). Tren Gaya Hidup Sehat dan Saluran Komunikasi Pelaku Pola Makan Food Combining. *Jurnal Komunikasi Profesional Vol. 1*, 105-120.
- Asma Darmayanti, R. W. (2021). Gambaran Tingkat Kepatuhan Manajemen Diri Penderita Diabetes Melitus Type II . *Jurnal Keperawatan BSI, Vol. 9 No. 2 September 2021*, 263-270.
- Benary, R. (2017). Pengetahuan Sikap dan Tindakan Terhadap Pola Hidup Terkait Faktor Resiko Diabetes Melitus Tipe 2 pada Remaja Di Kecamatan Mantrijeron Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan*, 12-69.
- Fauzia, Y. (2019). Gambaran Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Puskesmas Pakis Surabaya. *Jurnal Akper Vol 3*, 65-73.
- Hidayat, D. (2021). Gambaran Tingkat Stress Penderita DM Tipe II Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal JOM FKp, Vol. 8 No.2 Juli-Desember 2021*, 1-10.
- Idris, A. M. (2018). Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pasien DM Type 2. *Jurnal MKMI, Desember 2018*, 211-218.
- Irwansyah. (2021). Identifikasi Keterkaitan Lifestyle Dengan Resiko Diabetes Melitus. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 62-69.
- Laoh, J. M. (1 Maret 2018). Gambaran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Di Poliklinik Endokrin RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado. *Jurnal Keperawatan Poltekkes Kemenkes Manado Vol. 4*, 32-37.
- Nalole, D. (2019). Gambaran Pengetahuan, Status Gizi, Konsumsi Zat Gizi dan Kepatuhan Diet pada Penderita DM . *Jurnal Keperawatan Vol 1, No. 2 Agustus 2019*, 74-81.
- Nursia. (2018). Gambaran pengetahuan dan dukungan keluarga terhadap kepatuhan penggunaan obat pada patient diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas perawatan jambula pada tahun 2018. *Jurnal Keperawatan 2018*, 19-26.

- PH, L. (2018). Gambaran Tingkat Stress Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Perawat Indonesia Vol. 2. Mei 2018*, 41-50.
- Ramadhan, Y. (2019). Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Pola Diet DM Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari Surakarta. *Jurnal Keperawatan*, 1-9.
- Rudini, D. (2020). Analisis Pengaruh Pola Diet DM Terhadap Kadar Gula Darah DM Tipe 2. *Jurnal Keperawatan 2020*, 1-16.
- Sembiringang, F. (2019). Gambaran Pengetahuan Tentang Diet Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Siloam Tamako. *Jurnal P3M Politeknik Negeri Nusa Utara Vol. 2*, 31-37.
- Soviana, E. (2019). Asupan Serat, Beban Glikemik dan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Vol. 12 . No, 1. Juni 2019*, 19-29.
- Sundari, A. (2019). Gambaran Tingkat pengetahuan tentang Ulkus Diabetik dan Perawatan Kaki Pada Pasien DM Tipe 2. *Jurnal Kesehatan Vol. 4. No. 2, September 2019*, 181-190.
- Trisnadewi, N. W. (2018). Gambaran Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus dan Keluarga Tentang Manajemen DM Tipe 2. *Jurnal BMJ Vol.5 No. 2, 2018*, 165-187.
- Widianto, J. (2019). Pengaruh Pola Makan Terhadap Kejadian Diabetes Melitus Di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru. *Jurnal FMIPAkes Vol. 1, Agustus 2019*, 1-7.
- Windani, C. (2019). Gambaran self-manajemen Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Tarogong Garut. *Jurnal Kesehatan Komunikasi Indonesia. Vol15 No.1, Maret 2019*, 1-11.