

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN EDUKASI DIET SEIMBANG PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 DENGAN MASALAH KEPERAWATAN DEFISIT
PENGETAHUAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU

*Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan*



OLEH

MARIA KARIRI HARA
NIM : PO53032032945

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
WAINGAPU

2026

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : MARIA KARIRI HARA
NIM : PO5303203230945
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Edukasi Diet Seimbang Pada
Pasien Diabetes Melitus Tipe II Dengan
Masalah Keperawatan Defisit pengetahuan
Di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya tulis ilmiah ini mengandung unsur plagiasi lebih dari 30 % sebagaimana hasil pemeriksaan menggunakan perangkat pendeteksi plagiarisme, maka saya bersedia sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Waingapu. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab.

Waingapu, 13-07-2026



(Maria Kariri Hara)

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri dan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi. Semua sumber dan referensi baik yang dikutip atau dirujuk telah dinyatakan dengan benar.

Nama : MARIA KARIRI HARA
NIM : PO5303203230945
Program Studi : D-III Keperawatan Waingapu
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penerapan Edukasi Diet Seimbang Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Dengan Masalah Keperawatan Defisit pengetahuan Di Wilayah Kerja Puskesmas Waingapu

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah murni hasil pemikiran, penelitian, dan analisi saya sendiri, bukan hasil jiplakan atau penyalinan dari karya orang lain tanpa mencantumkan sumber yang sesuai. Semua kutipan, data, atau informasi yang berasal dari sumber lain telah dituliskan sesuai dengan kaidah penulisan ilmiah yang berlaku.

Saya juga menyatakan bahwa karya ini belum pernah diajukan untuk memenuhi tugas akhir atau karya ilmiah di institusi pendidikan lain. Apa bila di kemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap pernyataan ini, saya bersedia mempertanggungjawabkan sepenuhnya sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan penuh tanggung jawab

Waingapu, 27 Februari 2026

Yang menyatakan,



(Maria kariri Hara)

LEMBAR PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN EDUKASI DIET SEIMBANG PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 DENGAN MASALAH KEPERAWATAN DEFISIT
PENGETAHUAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU

*Karya Tulis Ilmiah ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
menyelesaikan pendidikan Diploma III Keperawatan*

OLEH
MARIA KARIRI HARA
NIM :PO53032032945

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi DIII Keperawatan Waingapu,
Pada Tanggal 27 Februari 2026

PEMBIMBING


AYU WAHYUNI LESTARI,S.Kep.Ns.M.Kep
NIP:199203262024042001

MENGETAHUI
KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU


MARIA KARERI HARA,S.Kep.Ns.,M.Kes
NIP. 1967021019890327001

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH**

**PENERAPAN EDUKASI DIET SEIMBANG PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 DENGAN MASALAH KEPERAWATAN DEFISIT
PENGETAHUAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS WAINGAPU**

OLEH

MARIA KARIRI HARA

PO53032032945

Telah diuji dan dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi DIII Keperawatan Waingapu,
Pada Tanggal 27 Februari 2026

PENGUJI I

PENGUJI II


UMBU NGGIKU NIAKATARA, S.Kep.Ns.M.Kep

NIP: 198005312005001010


AYU WAHYUNI LESTARI, S.Kep.Ns.M.Kep

NIP: 199203262024042001

MENGETAHUI

KETUA PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN WAINGAPU


MARIA KARIRI HARA, S.Kep.Ns., M.Kes

NIP. 1967021019890322001

BIODATA PENULIS

Nama : Maria Kariri Hara

Tempat Tanggal Lahir : Waingapu, 14 Januari, 2005

Agama : Kristen Protestan

Riwayat Pendidikan : 1. Tamat SDI Pulupanjang 2014
2. Tamat SMPN Satap Pulupanjang 2020
3. Tamat SMA PGRI Waingapu 2023
4. Mahasiswa Poltekes Kesehatan Kemenkes Kupang Program Studi Keperawatan Waingapu 2023 Sampai Sekarang.

MOTTO :

“Sebab bagi Allah Tidak Ada Yang Mustahil”

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur Penulis Panjatkan ke hadirat Tuhan yang Maha Esa karena atas berkat dan Rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan karya Tulis Ilmiah ini sesuai harapan dengan judul "Penarapan Edukasi Diet Seimbang Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Dengan Keperawatan Defisit pengetahuan DiWilayah Kerja Puskesmas Waingapu”

Penulis Mengucapkan Terima Kasih kepada Ketua Penguji Ibu Ayu Wahyuni Lestari, S.kep.Ners.M.kep sebagai dosen pembimbing dan penguji I yang telah mendampingi dan memberikan arahan hingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan. Penulis mengucapkan terima kasih yang sama pula kepada Bapak Umbu Nggiku Njakatara S.kep,Ns,M.kep Sebagai penguji II yang telah memberikan masukan dan bimbingan kepada penulis demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini juga banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu ijin penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Maria Hilaria, S.Si.S.Farm.Apt.,M.Si.sebagai Direktur Politeknik kesehatan kemenkes Kupang, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Poltekes kesehatan kemenkes kupang Program studi D III keperawatan waingapu.
2. Ibu Maria Kareri Hara,S.Kep.,Ns.M.Kes. sebagai Ketua Program Studi Keperawatan Waingapu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti perkuliahan di prodi D III keperawatan waingapu.
3. Orang tua dan keluarga tercinta yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan baik secara spiritual, material dan moral kepada penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Semua teman-temanku melani,novita,raniwasti elsabeth,giovani yang telah memberikn dukungan secara spiritual, material dan moral kepada penulis Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan moral maupun material kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah masih memiliki kekurangan, oleh karna itu penulis mengharapkan adanya masukan dan saran yang menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini agar dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Waingapu, 27 Februari 2026

Penulis

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan RI
Politeknik Kesehatan Kemenkes
Kupang Program Studi Keperawatan
Waingapu Karya Tulis Ilmiah,
Januari 2026

MARIA KARIRI HARA

**PENERAPAN EDUKASI DIET SEIMBANG PADA PASIEN DIABETES
TIPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN DEFISIT
PENGETAHUAN**

Latar Belakang: Diabetes melitus tipe II merupakan kondisi dengan kadar gula darah tinggi akibat resistensi insulin. Faktor risikonya meliputi usia, riwayat keluarga, obesitas, kurang aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan tekanan darah tinggi. Pasien sering mengalami defisit pengetahuan terkait pengelolaan penyakitnya, termasuk pola makan dan perawatan diri. **Tujuan:** Mendeskripsikan penerapan edukasi diet seimbang pada pasien diabetes tipe II dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan. **Metode:** Penelitian ini adalah studi deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada satu pasien diabetes melitus tipe II di Puskesmas Waingapu. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. **Hasil Penelitian:** Penelitian menemukan masalah keperawatan berupa defisit pengetahuan, nyeri, dan keterbatasan dalam perawatan diri. Setelah diberikan edukasi diet seimbang, pemahaman pasien mengenai pengelolaan diabetes dan kemampuan perawatan dirinya menunjukkan peningkatan. **Kesimpulan:** Edukasi diet seimbang efektif dalam meningkatkan pengetahuan pasien diabetes tipe II serta mendukung kemampuan merawat diri dan mengontrol kondisi kesehatannya. Studi kasus ini dapat menjadi referensi untuk pelayanan keperawatan, khususnya dalam edukasi pasien dengan diabetes melitus.

Kata Kunci : Asuhan Keperawatan, Diabetes Melitus Tipe 2

ABSTRACT

Kementrian Kesehatan RI Politeknik
Kesehatan Kemenkes
Kupang Program Studi Keperawatan
Waingapu Karya Tulis Ilmiah,
Februari 2026

MARIA KARIRI HARA

IMPLEMENTATION OF BALANCED DIET EDUCATION IN TYPE II DIABETES PATIENTS WITH KNOWLEDGE DEFICIT NURSING PROBLEMS

Background: Type II diabetes mellitus is a condition characterized by high blood sugar levels due to insulin resistance. Risk factors include age, family history, obesity, lack of physical activity, smoking, and high blood pressure. Patients often experience knowledge deficits regarding disease management, including diet and self-care. **Objective:** To describe the implementation of balanced diet education in type II diabetes patients with knowledge deficit nursing problems. **Methods:** This is a descriptive study using a case study approach on one type II diabetes mellitus patient at the Waingapu Community Health Center. Data were collected through interviews, observations, and physical examinations. **Results:** The study identified nursing problems in the form of knowledge deficits, pain, and limitations in self-care. After being provided with balanced diet education, the patient's understanding of diabetes management and self-care skills showed improvement. **Conclusion:** Balanced diet education is effective in increasing the knowledge of type II diabetes patients and supporting their self-care and health management skills. This case study can be used as a reference for nursing services, particularly in educating patients with diabetes mellitus.

Keywords: Nursing Care, Type 2 Diabetes Mellitus

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
BIODATA PENULIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR ISTILAH.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
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	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Keaslian penelitian.....	5

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Definisi Diabetes Melitus.....	6
2.1.1 Definisi Diabetes Melitus	6
2.1.2 Klasifikasi	7
2.1.3 Etiologi.....	8
2.1.4 Patofisiologi	9
2.1.5 Pathway.....	11
2.1.6 Manifestasi Klinis	12
2.1.7 Pemeriksaan Penunjang	13
2.1.8 Penatalaksanaan Medis	14
2.1.9 Pencegahan	17
2.1.10 Komplikasi.....	17
2.3 Konsep Diabetes Melitus Tipe 2.....	19
2.3 Konsep Diet Seimbang.....	20
2.4 Konsep Defisit pengetahuan.....	21
2.2 Konsep Asuhan Keperawatan.....	23
2.2.1 Pengkajian.....	23
2.2.2 Diagnosa Keperawatan	28
2.2.3. Intervensi Keperawatan	29
2.2.4. Implementasi Keperawatan.....	35
2.2.5 Evaluasi Keperawatan.....	35
BAB 3 METODE STUDI KASUS	37
3.1 Desain Penelitian	37
3.2 Subjek Penelitian Studi Kasus.....	37
3.3 Fokus Studi	37

3.4 Definisi Operasional.....	38
3.5 Instrumen Penelitian.....	38
3.6 Metode Pengumpulan Data	39
3.7 Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus.....	40
3.8 Lokasi Dan Waktu	41
3.9 Analisa Data	42
3.10 Penyajian Data.....	43
3.11 Etika Penelitian.....	43
<u>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN</u>	45
4.1 Hasil Penelitian.....	45
4.2 Pengkajian.....	46
4.3 Diagnosis Asuhan Keperawatan Medikal Bedah.....	69
4.4 Rencana Asuhan Keperawatan.....	60
4.5 Implementasi Dan Evaluasi Keperawatan	61
PEMBAHASAN.....	64
<u>BAB 5 PENUTUP</u>	68
5.1 Kesimpulan.....	68
5.2 Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	70
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Intervensi keperawatan.....	29
Tabel 1.2. Definisi Operasional.....	38
Tabel 1.3 Data Umum Partisipan.....	45
Tabel 1.4 Pola Fungsi Kesehatan.....	50
Tabel 1.5 Persyarafan(B3).....	54
Tabel 1.6 Tulang otot integumen.....	57
Tabel 1.7 Klafisikasi Data.....	59
Tabel 1.8 Analisa Data.....	59
Tabel 1.9 Intervensi keperawatan.....	60
Tabel 1.10 Implementasi dan evaluasi.....	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Pathway DM.....	11
Gambar 2. 1 Genogram Pasien.....	48

DAFTAR ISTILAH

DM	: Diabetes Melitus
Kemenkes	: Kementerian Kesehatan
SDKI	: Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luara Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
WHO	: Word Health Organization

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Pengambilan Data Awal.....	72
Lampiran Surat Ijin Penelitian.....	73
Lampiran Permohonan Menjadi Responden.....	75
Lampiran Persetujuan Menjadi Responden.....	76
Lampiran Keaslian Penelitian.....	77
Lampiran Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi.....	78
Lampiran Undangan Ujian Proposal.....	79
Lampiran Undangan Ujian KTI.....	80
Lampiran Berita Acara Ujian Proposal.....	81
Lampiran Daftar Hadir Ujian Proposal.....	82
Lampiran Berita Acara Ujian KTI.....	83
Lampiran Daftar Hadir Ujian KTI.....	84
Lampiran Lembar Konsultasi Proposal.....	85
Lampiran Lembar Konsultasi KTI.....	87
Lampiran pengkajian kmb.....	89
Lampiran Dokumentasi.....	110