

LAPORAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN SERAT PADA
PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN STATUS
GIZI OBESITAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
OESAPA**



DISUSUN

PETRONELA SULASTRI KELEN

PO.5303241210103

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG

PRODI GIZI

ANGKATAN XVI

2024

LAPORAN TUGAS AKHIR

GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN SERAT PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN STATUS GIZI OBESITAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA

**Sebagai Laporan Tugas Akhir Yang Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Tugas Akhir Dalam Menyelesaikan Pendidikan Diploma III Gizi
Tahun Akademik 2023/2024**

DISUSUN

PETRONELA SULASTRI KELEN

PO.5303241210103

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI GIZI
ANGKATAN XVI
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**LAPORAN TUGAS AKHIR
GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN SERAT PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN STATUS GIZI OBESITAS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA**

Disusun Oleh:

PETRONELA SULASTRI KELEN

NIM: Po.5303241210103

**Telah Mendapat Persetujuan
Pembimbing**



Meirina Sulastris Loaloka, SST, M.Gizi

NIP. 198705142010122001

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi



Juni Gressilda L. Sine, STP.,M. Kes

NIP. 198006012009122001

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN SERAT PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN STATUS GIZI OBESITAS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA**

Disusun Oleh:

PETRONELA SULASTRI KELEN
PO.5303241210103

Telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Pada Tanggal 22 Mei 2024

Penguji 1



Maria Helena Dua Nita, SST.M.Gizi
NIP:198212192009122002

Penguji 2



Meirina Sulastri Loaloka, SST,M.Gizi
NIP:198705142010122001

Mengetahui

Ketua Program Studi Gizi



Juni Gressilda L. Sine, STP., M.Kes
NIP: 198006012009122001

HALAMAN PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah, saya:

Nama : Petronela Sulastri Kelen

NIM : PO5303241210103

Prodi : Gizi

Angkatan : XVI

Jenjang : Diploma III

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan Laporan Tugas Akhir saya yang berjudul:

“GAMBARAN ASUPAN ZAT GIZI MAKRO DAN SERAT PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DENGAN STATUS GIZI OBESITAS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS OESAPA”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Kupang, 22 Mei 2024

Penulis

Petronela Sulastri Kelen

NIM: PO.5303241210103

BIODATA PENULIS



DATA PRIBADI

Nama : Petronela Sulastri Kelen
TTL : Kolidatang, 24 Februari 2001
Alamat : Kolaka, Tanjung Bunga
Jenis Kelamin : Perempuan
Kewarganegaraan : Indonesia
Agama : Katolik
Email : kelenfenny@gmail.com
Telepon : 082144794903

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. Lulusan SDK Kolidatang Tahun 2014
2. Lulusan SMP Negeri 3 Tanjung Bunga Tahun 2017
3. Lulusan SMA Negeri 1 Larantuka Tahun 2020

MOTTO

Bekerja Tanpa Berdoa Sama Dengan Kebohongan Semata, So Selalu Libatkan Tuhan Dalam Hal Apapun, Karena Hanya Dengan Bekerja Dan Meminta Kepada Tuhan Maka Seberat Apapun Tantangan Dalam Hidup Ini Akan terselesaikan Dan Yang Tidak Mungkin Terjadi Akan Menjadi Mungkin Dengan Mengandalkan Tuhan

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat dan Rahhmat- nya sehingga penulis mampu menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “**Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Serat pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Status Gizi Obesitas di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa.**”

Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, memberi semangat, dan memotivasi selama penyelesaian Laporan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Irfan, SKM., M. Kes.selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang.
2. Ibu Juni Gressilda L. Sine, STP., M. Kes Selaku Ketua Program Studi Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
3. Ibu Meirina Sulastri Loaloka, SST, M. Gizi selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberikan arahan selama penulisan laporan tugas akhir ini
4. Ibu Maria Helena Dua Nita, SST.,M.Gizi selaku dosen penguji
5. Bapak/ibu dosen program studi gizi yang telah memberikan dukungan bagi penulis selama penyusunan laporan tugas akhir ini
6. Kedua orangtua tercinta, keluarga, sahabat dan teman-teman yang sudah memberikan dukungan dan doa bagi penulis dalam menyelesaikan laporan tugas akhir ini

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan karya ini masih jauh dari kata sempurna, baik dari segi penulisan maupun isi. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan masukan, ide, dan kritik dari semua pihak agar laporan tugas akhir ini dapat disempurnakan.

Kupang, Juni 2023

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
BIODATA PENULIS	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan	3
D. Manfaat Penelitian	3
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Diabetes Melitus Tipe	27
B. Asupan Zat Gizi Makro.....	13
C. Status Gizi Obesitas	18
D. Penilaian Status Gizi Obesitas	21
E. Kerangka Teori.....	24
F. Kerangka Konsep.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian	26
D. Teknik sampling.....	26
E. Variabel.....	27
F. Definisi Operasional.....	27
G. Instrumen	29
H. Jenis Data	29

I. Pengumpulan Data	30
J. Pengolahan Data.....	30
K. Etika Penelitian	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	32
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	32
B. Hasil Dan Pembahasan.....	32
BAB V PENUTUP.....	46
A. Kesimpulan	46
B. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2.Jenis Diet Diabetes Melitus	11
Tabel 3.Kategori IMT	21
Tabel 4.Definisi Operasional	27
Tabel 5.Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	32
Tabel 6.Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin ..	33
Tabel 7.Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan	34
Tabel 8.Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	35
Tabel 9.Distribusi asupan energi pasien Diabetes Melitus Tipe 2.....	36
Tabel 10.Distribusi asupan protein pasien Diabetes Melitus Tipe 2.....	37
Tabel 11.Distribusi Asupan Lemak pasien Diabetes Melitus Tipe 2.....	38
Tabel 12.Distribusi asupan karbohidrat pasien Diabetes Melitus Tipe 2....	39
Tabel 13.Distribusi Asupan serat pasien Diabetes Melitus Tipe 2	40
Tabel 14.Distribusi Status Gizi pasien Diabetes Melitus Tipe 2	41

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Rumus IMT	21
Gambar 2 Kerangka Teori.....	24
Gambar 3 Kerangka Konsep	25

LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Ijin Pengambilan Data Awal	50
Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian	51
Lampiran 3 Surat Persetujuan Permohonan Ijin Penelitian	52
Lampiran 4 Surat Keterangan Selesai Penelitian	53
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Responden	54
Lampiran 6 Form Reccal.....	55
Lampiran 7 Form FFQ	56
Lampiran 8 Master Tabel Data	57
Lampiran 9 Hasil Analisis Univariat	59
Lampiran 10 Dokumentasi.....	63
Lampiran 11 Leafleat	64

ABSTRAK

Petronela Sulastri Kelen “Gambaran Asupan Zat Gizi Makro dan Serat Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan Status Gizi Obesitas di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa” (Dibimbing oleh Meirina Sulastri Loaloka, SST, M.Gizi)

Latar Belakang : Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit metabolik yang disebabkan oleh berkurangnya sekresi insulin, yaitu kurangnya produksi insulin oleh pankreas atau penggunaan insulin oleh tubuh yang tidak efektif. Berdasarkan diagnosis dokter pada usia lima belas tahun atau lebih, hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia sebesar 2%, dan di Provinsi Nusa Tenggara Timur sebesar 0,9%.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui gambaran asupan zat gizi makro dan serat pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 dengan status gizi obesitas di wilayah kerja puskesmas oesapa

Metode Penelitian : Jenis penelitian observasional dengan desain deskriptif dilaksanakan pada bulan april s/d mei 2024. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Accidental sampling* yaitu terdiri dari 30 responden. Data yang diambil meliputi asupan zat gizi makro dan serat

Hasil Penelitian : Hasil penelitian menunjukkan bahwa di antara tiga puluh pasien Diabetes Melitus Tipe 2 dengan status gizi obesitas, mayoritas asupan energi (70%), persentase tertinggi asupan protein (50%), persentase tertinggi asupan lemak (66,7%), persentase tertinggi asupan karbohidrat (57,7%), dan mayoritas asupan serat (76,7%) semuanya berada dalam kategori defisit berat.

Kesimpulan : Gambaran asupan zat gizi makro dan serat pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 dengan status gizi obesitas di wilayah kerja puskesmas oesapa sebagian besar berada pada kategori defisit tingkat berat.

Kata kunci : Diabetes Melitus tipe 2, asupan zat gizi makro dan serat