

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian



Kementerian Kesehatan Poltekkes Kupang

Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0380) 8800256
<https://poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXXVII/3953/2024
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

28 Mei 2024

Yth. Direktur RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang
di
Tempat

Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2023/2024, maka mohon kiranya diberikan ijin untuk melakukan penelitian bagi mahasiswa:

Nama Peneliti : Inzu Dina Ello
NIM : PO5303241210199
Jurusan/Prodi : D-III Gizi
Judul : Gambaran Asupan Zat Gizi Makro Kadar Gula Darah Dengan Status Gizi Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang
Tempat Penelitian : RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500867 dan <https://whs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tss.kominfo.go.id/verifyPDF>



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 2 Surat Ijin Pengambilan data awal



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
Jln. Piet A. Tallo Liliba – Kupang, Telp.: (0380) 8800256
Fax. (0380) 8800256; Email: poltekkeskupang@yahoo.com



Nomor : PP.08.02/1/6700/2023
Hal : Permohonan Data Awal

23 Agustus 2023

Yth. Direktur RSUD Prof. Dr.W. Z. Johannes Kupang
di
Tempat

Sehubungan dengan penulisan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang, maka bersama ini kami mohon diberikan ijin pengambilan data awal bagi:

Nama Peneliti	:	Inzu Dina Ello
NIM	:	PO5303241210199
Jurusan/Prodi	:	Prodi D-III Gizi Poltekkes Kemenkes Kupang
Judul	:	Gambaran Asupan Zat gizi Makro Dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Militus di RSUD. Prof. Dr. W. Z Johannes Kota Kupang.
Data yang dibutuhkan	:	Jumlah pasien diabetes militus 3 tahun terakhir yang rawat inap dan rawat jalan

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang,



Irfan, SKM., M.Kes



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 2 Surat Pernyataan Bersedia menjadi responden

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : [REDACTED]

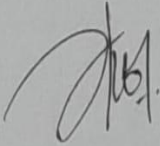
Umur : 64 tahun

Jenis Kelamin : P

Alamat : Mantasi (kelurahan)

Telah mendapat penjelasan dan memahami mengenai segala tindakan yang akan dilakukan terhadap saya. Dengan ini saya menyatakan setuju untuk diikuti sertakan sebagai subjek/responden dalam penelitian ini. Demikian surat persetujuan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan.

Kupang (16) Mei 2024

Peneliti	Yang Menyetujui
	
(INZA D. ELLO)	([REDACTED])

Lampiran 4 Form Food Recall 24 Jam

Lampiran 1 Form Food Recall 24 Jam

No	Waktu pemberian makan	Nama menu	Bahan Makanan		
			Nama Bahan	Jumlah	
				URT	Gram
1.	Pagi	Nasi	1	3 cang	150
		Perkedel daging		2 ptn	50
		Semur tempe		2 sngk	20
		babar labu		2 sngk	25
		Semangka		1 ptn	75
2.	Snack Pagi	Roti gulung		1 ptn	35
3.	Siang	Nasi		3 cang	150
		Bola-bola daging		2 ptn	50
		tahu bumbu		3 ptn	25
		tomat			
		Bening bayam & jagre		2 sdm	25
		Buah pir		1 buah	100
4.	Snack Sore	puding susu		1 cup	20
5.	Malam	Nasi		3 cang	150
		ikan kulcus		1 ptn	50
		tempe bumbu		2 ptn	25
		pinang			
		Cah sayuran		2 sdm	30

Lampiran 5 Dokumentasi Kegiatan Penelitian

Recall Hari-1



Recall Hari-2



Recall Hari-3



Wawancara



Lampiran 6 Leaflet Diabetes Melitus

Tanda dan Gejala?

- Timbulnya rasa gatal
- Sering kesemutan
- Mudah lelah
- Pandangan Kabur
- Kadar Gula darah Tinggi
- Luka lambat sembuh
- Banyak makan (Polifagia)
- Banyak minum (Polidipsia)
- Banyak kencing (Poliria)
- BB turun dengan cepat



Akibat/ Risiko Komplikasi ?

Gagal Jantung

Stroke

Gagal Ginjal (Nefropati)

Katarak (Retinopati)

Kerusakan syaraf (Neuropati)



Apa itu Diabetes Melitus?

Diabetes mellitus atau yang dikenal dengan kencing manis/penyakit gula merupakan penyakit dimana kadar gula dalam darah cukup tinggi karena tubuh tidak dapat melepaskan atau menggunakan insulin sehingga gula didalam darah tidak dapat dimetabolisme.

Penyebab DM?

Keturunan

Kegemukan

Kurang Olahraga

Gaya Hidup Stres Pola makan)






DIET DIABETES MELITUS



STOP DM



Oleh : Inzu Dina Ello

Pencegahan DM?

- Cek gula darah teratur
- Konsumsi makanan yang sehat dan pola makan yang baik
- Menjaga BB ideal
- Olahraga secara teratur
- Minum Air putih
- Jangan merokok
- Kontrol tekanan

Tujuan Diet?

1. Memberikan makanan sesuai dengan kebutuhan kalori
2. Mengontrol kadar gula darah sampe normal
3. Mencapai dan mempertahankan kadar lemak darah
4. Mengendalikan tekanan darah
5. Mengurangi/mencegah komplikasi

Syarat Diet?

1. Kebutuhan energi ditentukan dengan memperhitungkan aktivitas fisik ringan 30 kkal/kg BBi, sedang 35 kkal/kg BBi, berat 40 kkal/kg BBi
2. Kebutuhan protein 10-15% dari kebutuhan energi total
3. Kebutuhan lemak 20-25% dari kebutuhan energi total
4. Karbohidrat 55-65% dri kebutuhan energi total
5. serat dianjurkan 25g/hari
6. Penggunaan gula murni tidak diperbolehkan

PENGATURAN MAKANAN

BAHAN MAKANAN	DI ANJURKAN	DIBATASI/DIHINDARI
Sumber Karbohidrat	Nasi, bubur, roti, aneka tepung, mie, kentang, singkong, ubi, jagu, gandum, pasta, jagung, talas, havermout, sereal, ketan, makaron	Gula pasir, gula merah, gula batu, madu. Makanan/ minuman yang manis, cake, kue-kue manis, dodol, tarts, sirup, selai manis, coklat, pementape, mayonaise.
Sumber Protein hewani	Ayam tanpa kulit, ikan, telur rendah kolesterol atau putih telur, daging tidak berlemak.	hewani tinggi lemak jenuh (komet, acis, sarden, otak, jeroan, kuning telur, keju, abon, dendeng, sausfull cream.
Sumber Protein Nabati	tempe, tahu, kacang hijau, kacang merah, kacang tanah, kacang kedelai	
Sayuran	Kangkung, daun kacang, ayong, ketimun, tomat, labu air, kembang kol, lobak, sawi, selada, selada, terong, bayam, buncis, daun melinjo, labu siam, daun singkong, daun ketela, jagung muda, kapti, kacang panjang, pare, wortel, daun katuk, kayu manis.	
Buah-buahan	jeruk, apel, pepaya, jambu air, salak, belimbing, nanas, anggur, mangga, sirsak, pisang, alpukat, sawo, semangka, nangka masak (sesuai kebutuhan)	Buah-buahan yang manis dan diawetkan, durian, kurma, manisan buah.

Lampiran 7 Master Tabel Data Pasien

NO	Emumerator	Inisial	Jenis Kelami n	Usia	Kategori	Pekerjaan	GDS (mg/dl)	Kategori	BB (kg)	TB (cm)	IMT	Kategori
1	INZU DINA ELLO	Y.L	P	62	> 40	IRT	389	Tinggi	45	158	18	Normal
2	INZU DINA ELLO	J.D	P	50	> 40	PNS	345	Tinggi	48	159	18,9	Normal
3	INZU DINA ELLO	T.W	L	57	> 40	PNS	203	Tinggi	55	160	21,4	Normal
4	INZU DINA ELLO	B.R	P	59	> 40	IRT	123	Normal	63	150	28	Overweight
5	INZU DINA ELLO	C.T	L	70	> 40	Wirasuasta	334	Tinggi	57	160	22,1	Overweight
6	INZU DINA ELLO	N.M	p	51	> 40	Wirasuasta	200	Tinggi	40	155	16,6	Underweight
7	INZU DINA ELLO	S.A	p	50	> 40	IRT	237	Tinggi	58	161	22,3	Normal
8	INZU DINA ELLO	H.J	L	64	> 40	Wirasuasta	146	Normal	54	160	21,9	Normal
9	INZU DINA ELLO	D.M	P	54	> 40	IRT	163	Normal	73	165	26,8	Overweight
10	INZU DINA ELLO	F.H	P	48	> 40	IRT	139	Normal	62	153	26,2	Overweight
11	INZU DINA ELLO	B.B	P	59	> 40	PNS	168	Normal	59	165	21,6	Normal
12	INZU DINA ELLO	M.L	P	56	> 40	IRT	173	Normal	63	152	27,2	Overweight
13	INZU DINA ELLO	L.W	L	62	> 40	PNS	128	Normal	49	138	25,7	Overweight
14	INZU DINA ELLO	F.M	L	47	> 40	Wirasuasta	191	Normal	62	170	21,4	Normal
15	INZU DINA ELLO	N.N	P	71	> 40	Wirasuasta	126	Normal	65	165	23,8	Overweight
16	INZU DINA ELLO	T.S	L	66	> 40	Wirasuasta	214	Tinggi	62	170	21,4	Normal
17	INZU DINA ELLO	M.M	P	39	< 40	IRT	180	Normal	65	165	23,8	Overweight
18	INZU DINA ELLO	H.J	L	69	> 40	Wirasuasta	129	Normal	62	160	24,2	Overweight
19	INZU DINA ELLO	R.T	P	68	> 40	IRT	259	Tinggi	60	170	24,2	Overweight
20	INZU DINA ELLO	R.S	P	54	> 40	IRT	151	Normal	54	155	22,5	Normal
21	INZU DINA ELLO	T.B	P	38	< 40	IRT	178	Normal	43	165	19,4	Normal
22	INZU DINA ELLO	S.S	P	59	> 40	IRT	214	Tinggi	45	154	18,9	Normal
23	INZU DINA ELLO	J.M	P	40	> 40	PNS	224	Tinggi	74	169	25,9	Overweight
24	INZU DINA ELLO	N.M	P	75	> 40	IRT	205	Tinggi	68	158	27,2	Overweight
25	INZU DINA ELLO	Y.K	L	57	> 40	PNS	203	Tinggi	44	146	20,6	Normal
26	INZU DINA ELLO	I.I	P	68	> 40	IRT	173	Normal	42	152	18,1	Underweight
27	INZU DINA ELLO	R.L	L	54	> 40	IRT	180	Normal	50	160	19,53	Normal
28	INZU DINA ELLO	Y.M	P	40	> 40	IRT	214	Tinggi	66	154	27,8	Overweight
29	INZU DINA ELLO	G.R	P	39	< 40	IRT	288	Tinggi	70	162	26,7	Overweight
30	INZU DINA ELLO	M.M	L	76	> 40	Wirasuasta	119	Normal	65	153	27,7	Overweight

Lampiran 8 Mater Tabel Data Asupan

Hasil Recall Energi 1	Hasil Recall Energi Hari	Hasil Recall Energi 3	Rata-Rata Asupan Energi	Kebutuhan	%	Kategori	Hasil Recall Protein Hari 1	Hasil Recall Protein	Hasil Recall Protein	Rata-Rata Asupan	Kebutuhan Protein	%	Kategori	Hasil recall Lemak Hari 1	Hasil Recall Lemak Hari	Hasil Recall Lemak Hari	Rata-Rata Asupan Lemak	Kebutuhan Lemak	%	Kategori	Hasil Recall KH Hari 1	Hasil Recall KH Hari 2	Hasil Recall KH Hari 3	Rata-Rata Asupan Kh	Kebutuhan
1483,2	1535,6	1520,1	1513	1299,3	95,96	baik	69,5	74,9	63,9	69,4	48,72	86,9	baik	33	46,1	35,5	38,1	28,87	133,49	lebih	227,3	207,3	242,5	225,8	211,14
1703,9	1661,1	1619,4	1674,8	1956,1	110,29	baik	83,3	63,6	77	74,6	73,75	126,93	Lebih	43	53,3	55,2	50,5	43,47	161,67	lebih	247,2	238,7	216,4	234,1	317,87
1796,5	1629,3	1924,2	1783,2	1638	115,26	baik	80,9	57	81,2	73	61,42	114,31	Lebih	63,8	33	55,9	50,9	36,4	179,28	lebih	226,9	283	274,9	261,6	266,17
1660,2	1929,4	2059,4	1882,9	1764,7	138,23	Lebih	77,2	81,8	84,9	81,3	66,17	147,31	Lebih	40,7	50,8	49,1	46,9	39,21	273,88	lebih	248,2	293,6	415,2	319	286,77
1495,4	1524,7	1469,1	1496,4	1535,6	125,89	Lebih	68,7	77,3	57,9	67,9	57,58	138,19	Lebih	31,3	37,4	35	34,6	34,12	223,82	lebih	243,5	222,4	233,1	233	249,53
1292,9	1453,2	1697,6	1481,2	1699,4	103	baik	47	56,1	73,3	58,8	63,72	114,79	Lebih	28,7	30,1	43,6	34,1	37,7	189,44	lebih	214	243,3	257,9	238,4	276,15
1470,7	1653,2	1455,7	1526,5	1376,5	158,18	Lebih	62,2	86,7	68,8	72,6	51,62	144,62	Lebih	22,7	39,3	28,5	30,2	30,59	208,95	lebih	253,9	237,2	232,8	241,3	223,68
1481,1	1497,2	1486,6	1489,3	2332,8	106,77	baik	72,1	71,3	75,3	72,9	87,48	97,91	baik	34,3	44,8	36,8	38,6	51,84	112,15	baik	224,6	202,7	220,8	261	379,08
1766,4	1852,4	1970,7	1863,2	1512	115,61	Lebih	64,9	69,7	82,6	72,4	56,72	103,22	baik	29,7	43,4	33,8	35,6	33,6	116,19	baik	313,3	296,7	333	314,3	245,7
1906,2	1966,4	1895,7	1922,4	1967,4	117,1	Lebih	74	83,2	69,5	75,6	73,77	126,59	Lebih	43	43,3	29,2	35,5	43,72	167,27	lebih	323	312	344	326,3	319,71
1966,3	2033,2	2055,3	2018,3	2386,4	96,77	baik	78,8	85,5	78,3	80,9	89,5	72,16	kurang	39,4	43,6	38,3	40,4	53,04	79,44	kurang	326,6	328,3	350,8	335,2	387,8
1461,7	1619,4	1787,8	1623	2243,1	101,51	baik	62,8	75,3	84,2	74,1	84,11	79,99	kurang	32	46,4	65,4	47,9	49,84	93,45	baik	237,8	215,9	373,5	275,7	364,51
1823,1	1505,2	1480,7	1602,9	1680	93,06	baik	85,4	68,7	75,1	76,4	63,2	76,33	kurang	55	33,8	37,4	42,1	37,3	94,1	baik	283,5	237,3	217,9	246,2	273
1643,4	1673,5	1745,3	1924,3	2080,3	112,63	Lebih	67,6	48,7	73,5	61,4	78,01	114,17	Lebih	38,5	70,2	65,6	73,9	46,23	95,8	baik	179,1	281,8	254,4	279,3	338,05
2024,4	1933,3	2765,8	1292,9	1449	111,72	Lebih	61,6	42,3	93,1	70,2	54,33	104,25	baik	58,6	63,9	71,2	76,3	32,2	100,8	baik	205,9	240,4	278,8	281,8	235,46
1757,1	1750,5	1702,9	1453,2	1453,7	125,59	Lebih	64,6	73,5	79,5	97,4	54,51	123,2	Lebih	84,6	73,3	42,4	44,7	32,3	104,79	baik	314,6	397,6	289,5	254,4	236,39
1771,1	2150,5	1802,1	1697,6	2242,5	104,37	baik	73,2	75,6	85,6	85,5	84,23	99,57	baik	33,5	32,4	44,2	35,1	62,1	94,14	baik	396,7	410,6	325,4	278,9	336,37
1938,2	2490,9	1654,6	1481,2	2569,7	107,6	baik	42,6	67,2	64,5	93,3	96,36	98,4	baik	58,5	55,2	36,7	35,4	57,1	96,69	baik	252,9	388,3	276,6	240,7	417,57
1623,9	1748,1	1992,8	1455,7	1638	103,96	baik	42,8	48,9	89,7	56,4	61,42	87,9	baik	63,7	72,4	42,9	38,4	45,6	80,68	baik	465,3	306,5	308,1	205,7	245,7
1818,9	2303,2	1298,5	1497,2	1680	107,26	baik	19,6	94,8	83,6	61,1	63,31	95,52	baik	44,6	39,7	58,3	33,2	37,3	94,98	baik	282,8	305,3	262,1	314,6	273
1002,6	2490,4	2700,5	1470,7	1368,6	120,89	Lebih	61,4	53,9	60,1	56,8	51,32	110,24	baik	65,7	56,3	67,2	22,9	30,41	126,53	lebih	424,7	237,8	327,6	397,6	222,4
1689,2	1748,1	1915,4	1703,9	1568,7	122,57	Lebih	46,5	45,2	43,6	72,9	58,8	122,77	Lebih	56,4	30,5	43,6	70,6	34,86	123,23	lebih	307,8	286,9	456,7	289,1	254,91
1416,1	2304,2	1797,3	1535,8	1299,3	99,93	baik	66,1	69,6	67,4	84,3	48,72	95,09	baik	65,7	45,5	54,3	65,7	28,87	59,71	kurang	255,5	299,4	367,6	325,4	211,14
1560,1	2309,8	1801,3	1520,8	2535	106,52	baik	36,6	48,8	60,5	49,4	95,34	105,7	baik	56,9	56,4	54,7	87,6	56,3	113,14	lebih	243,1	307,8	423,7	410,6	411,93
1878,9	2277,2	2801,3	1483,7	1513	127,59	Lebih	75,3	67,4	76,6	65,8	56,73	122,61	Lebih	76,5	32,5	65,4	75,6	33,62	132,68	lebih	317,8	286,9	237,8	396,7	245,87
1269,2	1563,4	1676,3	1619,4	1449,1	124,3	Lebih	67,2	56,4	57,6	64,3	54,3	125,05	Lebih	67,5	32,3	45,6	56,8	32,2	121,95	lebih	266,7	456,7	327,6	252,9	235,46
1233,8	2343,2	1371,9	1461,7	2535	110,5	baik	67,3	75,7	65,6	65,4	95,43	109,47	baik	45,6	51,7	56,7	76,7	56,3	103,25	baik	286,7	367,6	262,3	388,9	411,93
2157,5	1618,8	2083,4	1505,5	2187	95,28	baik	75,5	67,5	74,5	76,5	82,65	60,24	kurang	65,4	46,8	65,4	87,7	48,6	68,35	kurang	249,3	299,2	308,3	276,8	355,3
1894,3	1824,5	2308,7	1602,9	1455,3	115,19	Lebih	85,6	85,4	64,5	87,5	54,5	110,18	baik	54,6	37,5	43,5	56,7	32,34	70,81	kurang	275,6	252,5	282,6	306,7	236,48
2349,5	2340,5	1568,6	1966,5	1386	98,98	baik	65,4	76,8	75,4	65,4	51,9	96,01	baik	65,3	49,6	65,4	54,3	30,8	42,11	kurang	286,7	255,5	465,3	360,5	225,2

Lampiran 9 Hasil Analisis Univariat

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	10	33.3	33.3	33.3
	Perempuan	20	66.7	66.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	>40 Tahun	27	90.0	90.0	90.0
	<40 Tahun	3	10.0	10.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	16	53.3	53.3	53.3
	PNS	6	20.0	20.0	73.3
	Wiraswasta	8	26.7	26.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Status Gizi IMT/U

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	13	43.3	43.3	43.3
	Overweight	15	50.0	50.0	93.3
	Underweight	2	6.7	6.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Asupan Energi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	17	56.7	56.7	56.7
	Lebih	13	43.3	43.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Asupan Karbohidrat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	23	76.7	76.7	76.7
	Kurang	1	3.3	3.3	80.0
	Lebih	6	20.0	20.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Asupan Lemak

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	12	40.0	40.0	40.0
	Kurang	5	16.7	16.7	56.7
	Lebih	13	43.3	43.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Asupan Protein

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	14	46.7	46.7	46.7
	Kurang	4	13.3	13.3	60.0
	Lebih	12	40.0	40.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Kadar Gula Darah Sewaktu (mg/dl)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	14	46.7	46.7	46.7
	Normal	16	53.3	53.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	