

**KARYA TULIS ILMIAH  
IMPLEMENTASI TERAPI DIET DAN OBAT UNTUK MENURUNKAN  
KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II  
DI PUSKESMAS ALAK KOTA KUPANG**



**FLORENSIA STEVANIA BOLLING**  
**PO5303201220868**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG  
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG  
PRODI DIII KEPERAWATAN  
TAHUN 2025**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**IMPLEMENTASI TERAPI DIET DAN OBAT UNTUK MENURUNKAN  
KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II  
DI PUSKESMAS ALAK KOTA KUPANG**

*Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk  
menyelesaikan program studi Diploma III Keperawatan Pada program studi D-III  
Keperawatan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang*



**OLEH**

**FLORENSIA STEVANIA BOLLING**  
**PO5303201220868**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG  
JURUSAN KEPERAWATAN KUPANG  
PRODI DIII KEPERAWATAN  
TAHUN 2025**

## PER PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Florensia Stevania Boling  
NIM : PO5303201220868  
Program Studi : D-III Keperawatan  
Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) Yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri Dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila Kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini Hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang..15..September..2025

Pembuat Pernyataan



Florensia Stevania Boling  
(PO5303201220868)

Mengetahui Pembimbing



Dr. Aemilianus Mau, S.Kp, Ns, M.Kes  
NIP:197205271998031001

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**IMPLEMENTASI TERAPI DIET DAN OBAT UNTUK MENURUNKAN**  
**KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI**  
**PUSKESMAS ALAK KOTA KUPANG**

Disusun Oleh



Florensia Stevania Bolling

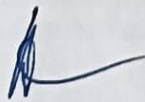
PO5303201220868

Telah Di Setujui Untuk Diseminarkan Di Depan Dewan Penguji Prodi D-III  
Keperawatan Kupang Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Pada Tanggal :

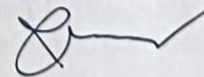
Kupang,  
Menyetujui

PEMBIMBING



Dr. Aemilianus Mau, S.Kp, Ns, M.Kes  
NIP:197205271998031001

PENGUJI



Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp, M.Kes  
NIP:196806181990032001

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**KARYA TULIS ILMIAH**  
**IMPLEMENTASI TERAPI DIET DAN OBAT UNTUK MENURUNKAN**  
**KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI**  
**PUSKESMAS ALAK KOTA KUPANG**

Disusun oleh



Florensia Stevania Bolling

PO5303201220868

Telah dipertahankan di depan Dewan penguji, pada tanggal 25 Maret 2025

Dewan Penguji

Mengetahui  
Penguji



Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp,M.Kes

NIP: 196806181990032001

Mengetahui  
Pembimbing



Dr. Aemilianus Mau, S.Kp.Ns,M.Kep

NIP: 197205271998031001

Mengesahkan  
Ketua Jurusan Keperawatan



Dr. Florentianus Tat, SKp.,M.Kes

NIP: 196811281993031005

Mengetahui  
Ketua Program Studi



Dr. Margareta Teli, S.Kep.Ns,M.Sc-PH.PhD

NIP: 19790432000122002

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas Berkat dan Rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyusun proposal Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Implementasi Terapi Diet Dan Obat Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Alak Kota Kupang” ini dari awal sampai akhir dengan baik.

Dalam penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini, penulis menyadari bahwa penulis tidak dapat mengerjakan sendiri tanpa bantuan dari orang lain. Untuk itu pada kesempatan ini, penulis hendak menyampaikan terima kasih kepada Bapak Dr. Aemilianus Mau, S.Kep, Ns, M.Kep, selaku Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah membimbing dan memotivasi penulis selama penyusunan proposal karya tulis ilmiah dari awal hingga selesai dengan baik. Terima kasih juga kepada Ibu Dr. Ina Debora Ratu Ludji, S.Kp, M.Kes, selaku penguji yang telah menguji dan memberikan masukan kepada penulis. Tidak lupa juga penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Irfan, SKM., M.Kes, selaku direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang.
2. Bapak Florentianus Tat, S.Kp., M.Kes, selaku ketua Jurusan Keperawatan Kupang sekaligus Dosen pembimbing akademik yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis selama perkuliahan dari awal semester.
3. Margareta Teli. S.Kep,Ns,M.Sc-PH.PhD, selaku ketua Program Studi DIII Keperawatan Kupang yang telah membimbing dan memotivasi penulis selama mengikuti perkuliahan di Program Studi DIII Keperawatan Kupang.
4. Seluruh dosen Poltekes Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan yang telah mengajar dan membimbing penulis dari awal perkuliahan hingga akhir ini.
5. Orang tua tercinta saya Bapak dan Mama yang telah melahirkan dan membesarkan serta mendoakan saya hingga kini telah menyusun dan menyelesaikan karya tulis

ilmiah ini. doa-doa saya Tuhan Maha Baik menjawab setiap harapan doa dan tangisan air mata yang keluar untuk setiap kesuksesan anaknya.

6. Semua teman-teman kelas C dan seluruh teman seperjuangan yang telah memberikan bantuan selama perkuliahan dari awal semester dan telah berbagi suka duka bersama, doa saya Tuhan memampukan dan menguatkan kita hingga selesai sampai akhir Bersama.
7. Untuk diri sendiri terima kasih telah berjuang sejauh ini. Tetap kuat dan selalu semangat Akhir kata penulis sangat menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah (KTI) ini masih banyak kekurangan dan keterbatasan, untuk itu penulis berharap adanya kritik dan saran yang membangun dari semua pihak yang membaca guna memperbaiki dari kekurangan Karya Tulis Ilmiah ini.

Kupang, Juni 2025

Penulis

## ABSTRAK

### **Implementasi Terapi Diet Dan Obat Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Alak Kota Kupang**

**Florensia Stevania Bolling (2025)**

**Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang**

**Dr. Aemilianus Mau, S.Kep, Ns, M.Kep**

Email: [stevanibolling@gmail.com](mailto:stevanibolling@gmail.com)

**Latar belakang:** Diabetes Melitus tipe 2 merupakan penyakit kronis yang memerlukan kepatuhan tinggi terhadap pengobatan dan diet untuk mencegah komplikasi. Namun, banyak pasien belum patuh dalam menjalani terapi, baik yang sudah lama terdiagnosis maupun yang baru didiagnosis. **Tujuan penelitian:** mengetahui kepatuhan pasien Diabetes Melitus tipe 2 dalam menjalani terapi obat dan diet sebelum serta sesudah diberikan intervensi edukasi. **Metode:** penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada dua partisipan di wilayah kerja Puskesmas Alak Kota Kupang. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi, kemudian dianalisis secara tematik. **Hasil:** sebelum intervensi, partisipan pertama (Ny. B. N, 47 tahun) dan partisipan kedua (Ny. Y. B, 61 tahun) sama-sama tidak rutin minum obat, jarang melakukan kontrol kesehatan, serta masih mengonsumsi makanan tinggi gula dan gorengan. Setelah mendapatkan edukasi, kedua partisipan mulai lebih disiplin minum obat dengan bantuan pengingat, merencanakan kontrol kesehatan, serta mengurangi konsumsi makanan tinggi gula dan gorengan, meskipun partisipan baru masih dalam tahap adaptasi. **Kesimpulan:** intervensi edukasi terbukti meningkatkan kepatuhan pasien dalam pengelolaan Diabetes Melitus tipe 2, baik pada pasien lama maupun pasien yang baru didiagnosis. Tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi yang sederhana, praktis, dan berkesinambungan agar pasien lebih patuh dalam menjalani pengobatan dan diet.

**Kata kunci:** Diabetes Melitus tipe 2, kepatuhan, terapi obat, diet, edukasi

## ABSTRACT

### **Implementation of Diet and Medication Therapy to Reduce Blood Glucose Levels in Type II Diabetes Mellitus Patients at Alak Health Center, Kupang City**

**Florensia Stevania Bolling (2025)**

**Diploma III Nursing Program, Poltekkes Kemenkes Kupang**

**Dr. Aemilianus Mau, S.Kep, Ns, M.Kep**

Email: [stevanibolling@gmail.com](mailto:stevanibolling@gmail.com)

**Background:** Type 2 Diabetes Mellitus is a chronic disease that requires high adherence to medication and diet to prevent complications. However, many patients are still non-adherent to therapy, both those who have long been diagnosed and those newly diagnosed. **Objective:** This study aims to explore the adherence of type 2 Diabetes Mellitus patients in following medication and dietary therapy before and after receiving educational intervention. **Method:** This study employed a qualitative design with a case study approach involving two participants at Puskesmas Alak, Kupang City. Data were collected through in-depth interviews and observations, then analyzed thematically. **Results:** Before the intervention, the first participant (Ms. B. N, 47 years old) and the second participant (Ms. Y. B, 61 years old) were both irregular in taking medication, rarely attending health check-ups, and still consuming foods high in sugar and fried foods. After receiving education, both participants began to be more disciplined in taking medication with reminders, planning health check-ups, and reducing the intake of sugary and fried foods, although the newly diagnosed participant was still in the adaptation stage. **Conclusion:** Educational interventions proved effective in improving patient adherence in the management of type 2 Diabetes Mellitus, both in long-term and newly diagnosed patients. Health workers are expected to provide simple, practical, and continuous education to encourage better adherence to medication and diet. **Keywords:** Type 2 Diabetes Mellitus, adherence, medication therapy, diet, educatio

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
ABSTRAK .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
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.....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Pasien .....	4
1.4.2 Manfaat Untuk Penulis .....	4
1.4.3 Manfaat Untuk Profesi .....	4
BAB 2 TINJAUAN TEORI.....	5
2.1 Konsep Dasar Diabetes Melitus (DM).....	5
2.1.1 Pengertian Diabetes Melitus.....	5
2.1.2 Klasifikasi Diabetes Melitus .....	6
2.1.3 Etiologi Diabetes Melitus Tipe II.....	7
2.1.4 Patofisiologi Diabetes Melitus Tipe II .....	9
2.1.5 Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe II.....	10
2.1.6 Tanda dan Gejala Diabetes Melitus Tipe II.....	10
2.1.7 Komplikasi Diabetes Melitus Tipe II .....	12
2.1.8 Penatalaksanaan Diabetes Melitus .....	13
2.2 Prinsip 3J (Jenis, Jumlah, Jadwal) dalam Pengelolaan Diabetes Melitus....	15
2.2.1 Pengertian .....	15
2.2.2 Jenis makanan.....	17
2.2.3 Jumlah Makan .....	18
2.2.4 Jadwal Makan.....	19
2.3 Konsep Implementasi Kesehatan.....	20

2.3.1. Pengertian Implementasi Kesehatan .....	20
2.3.2 Tujuan Implementasi Kesehatan .....	20
2.3.3 Sasaran Implementasi Kesehatan .....	21
2.3.4 Metode Implementasi Kesehatan .....	22
2.4 Kadar Gula Darah .....	22
2.4.1 Pengertian Gula Darah .....	22
2.4.2 Terapi Diet dan Obat Gula Darah.....	23
2.4.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gula Darah .....	24
2.5 Kerangka Teori .....	25
2.6 Kerangka Konsep.....	26
2.7 Hipotesis .....	26
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Jenis/desain/ rancangan penelitian.....	27
3.2 Subjek Studi Penelitian.....	27
3.3 Definisi Operasional .....	27
3.4 Instrumen Penelitian .....	28
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	29
3.6. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
3.7 Analisa Data dan Penyajian Data.....	29
3.8 Etika Keperawatan.....	30
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN .....	31
4.1 Hasil Penelitian .....	31
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	31
4.1.2 Karakteristik Partisipan .....	31
4.1.3 Identifikasi Masalah .....	33
4.2 Pembahasan .....	46
4.2.1 Karakteristik Partisipan .....	46
4.2.2 Kebiasaan Partisipan Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi Diet Yang Diberikan Kepada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Alak Kota Kupang .....	50
4.2.3 Kebiasaan Partisipan Setelah Dilakukan Penerapan Terapi Diet Yang Diberikan Kepada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Alak Kota Kupang .....	51
4.3 Keterbatasan .....	53

BAB KESIMPULAN DAN SARAN .....	54
5.1 Kesimpulan .....	54
5.1.1 Karakteristik Partisipasi .....	54
5.1.2 Kebiasaan Partisipan Sebelum Dilakukan Penerapan Terapi Diet Yang Diberikan Kepada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Alak Kota Kupang .....	54
5.1.3 Kebiasaan Partisipan Setelah Dilakukan Penerapan Terapi Diet Yang Diberikan Kepada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Alak Kota Kupang .....	55
5.2 Saran.....	55
5.2.1 Bagi Pasien.....	55
5.2.2 Bagi Penulis .....	55
5.2.3 Bagi Profesi Keperawatan .....	56
DAFTAR PUSTAKA .....	56
LAMPIRAN.....	571