Karya Tulis Ilmiah

**DENSITAS ENERGI ASUPAN MAKANAN DAN STATUS GIZI PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2**

**DI PUSKESMAS DINOYO KOTA MALANG**

**BELLA MAULIDHA WULANDARI**

**NIM. 1303000022**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN MALANG**

**JURUSAN GIZI**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III GIZI**

**MALANG**

**2016**

LEMBAR PENGESAHAN

**DENSITAS ENERGI ASUPAN MAKANAN DAN STATUS GIZI PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2**

DI PUSKESMAS DINOYO KOTA MALANG

Oleh :

Bella Maulidha Wulandari

NIM. 1303000022

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 21 Juli 2016

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Pembimbing

Etik Sulistyowati, S.Gz., M.Kes.

NIP. 197205111994032002

Mengetahui,

|  |  |
| --- | --- |
| Ketua Jurusan Gizi  Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang  I Nengah Tanu K., DCN., SE., M.Kes  NIP. 196503011988031005 | Ketua Program Studi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kememkes Malang  Sugeng Iwan Setyobudi, STP., M.Kes  NIP. 196609081989031003 |

Karya Tulis Ilmiah ini telah diuji dan dinilai

oleh tim penguji pada

Program Studi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

pada Tanggal 21 Juli 2016

Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Tanda Tangan

Ketua : Sutomo Rum Teguh K.,SKM.,M.Kes

Anggota : Etik Sulistyowati, S.Gz., M.Kes

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan kesempatan dan hidayahNya sehingga dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul : “Densitas Energi Asupan Makanan dan Status Gizi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Dinoyo Kota Malang”, serta penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Budi Susatia, S.Kp, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
2. I Nengah Tanu Komalyna DCN, M.Kes, selaku Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
3. Sugeng Iwan Setyobudi, STP., M.Kes, selaku Ketua Program Studi Diploma-III Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
4. Kepala Puskesmas Dinoyo Kota Malang yang telah memberikan ijin penelitian
5. Ahli Gizi Puskesmas Dinoyo Kota Malang yang telah membantu dalam memberikan data responden penelitian
6. Sutomo Rum Teguh K, SKM., M.Kes selaku Dosen Penguji
7. Etik Sulistyowati, SST., S.Gz. M.Kes. selaku Dosen Pembimbing
8. Pihak responden yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian
9. Serta semua pihak yang telah membantu dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik untuk penyempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Malang, Juli 2016

Penulis

**DAFTAR ISI**

Halaman

LEMBAR PENGESAHAN ii

KATA PENGANTAR iv

DAFTAR ISI v

DAFTAR TABEL vii

DAFTAR GAMBAR viii

DAFTAR LAMPIRAN ix

ABSTRAKSI x

BAB I PENDAHULUAN

1. Latar Belakang 1
2. Rumusan Masalah 3
3. Tujuan 3
4. Manfaat 4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

1. Diabetes Melitus 5
2. Pengertian Diabetes Melitus 5
3. Tipe Diabetes Melitus 5
4. Karakteristik dan Diagnosis Diabetes Melitus 5
5. Diabetes Melitus Tipe 2 7
6. Faktor Resiko 7
7. Patofisiologi Diabetes Melitus Tipe 2 8
8. Karakteristik Diabetes Melitus Tipe 2 9
9. Dasar-Dasar Pengobatan Diabetes Melitus Tipe 2 10
10. Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus 10
11. Densitas Energi 16
12. Status Gizi 18
13. Hubungan Densitas Energi, Status Gizi dan Diabetes

Melitus 20

BAB III KERANGKA KONSEPTUAL

1. Kerangka Konseptual 22

BAB IV METODE PENELITIAN

1. Jenis Dan Desain Penelitian 23
2. Waktu Dan Tempat Penelitian 23
3. Populasi Dan Sampel 23
4. Definisi Operasional 24
5. Instrumen Penelitian 25
6. Teknik Pengumpulan Data 25
7. Teknik Pengolahan Penyajian Dan Analisis Data 27
8. Alur Penelitian 28
9. Etika Penelitian 29

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden 30
2. Pola Makan 34
3. Densitas Energi Asupan Makan 39
4. Gambaran Densitas Energi dan Status Gizi serta Lingkar

Perut 41

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan 45
2. Saran 45

DAFTAR PUSTAKA 47

LAMPIRAN 49

**DAFTAR TABEL**

Nomor Teks Halaman

1. Bahan Makanan berdasarkan Densitas Energi 17
2. Definisi Operasional 24
3. Teknik Pengumpulan Data 26
4. Karakteristik Responden 31
5. Densitas Energi Bahan Makanan dan/ Makanan Responden 38
6. Distribusi Frekuensi Makan dan Densitas Energi Asupan Makanan

Responden 40

1. Distribusi Densitas Energi Asupan Makanan dan Status Gizi IMT 41
2. Distribusi Densitas Energi Asupan Makanan dan Lingkar Perut 43

DAFTAR GAMBAR

Nomor Teks Halaman

1. [Langkah-langkah diagnostik DM 6](#_Toc426525562)
2. Piramida Makanan 15
3. Alur Penelitian 28

**DAFTAR LAMPIRAN**

Nomor Teks Halaman

1. Surat Ijin Penelitian 50
2. Permohonan Kesediaan menjadi Responden 51
3. Inform Consent 52
4. Kuesioner Identitas Responden 54
5. Form FFQ 55
6. *Food Recall* 24 Jam 57
7. Data Karakteristik Responden 58
8. Frekuensi Konsumsi berdasarkan Densitas Energi 63
9. Densitas Energi Asupan Makan 65

ABSTRAKSI

BELLA MAULIDHA W, 2016. **Densitas Energi Asupan Makanan dan Status Gizi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Dinoyo Kota Malang**. Karya Tulis Ilmiah, Program Studi DIII Gizi Malang, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Malang. Dibimbing Oleh: Etik Sulistyowati S.Gz.,M.Kes.

Meningkatnya prevalensi diabetes melitus diiringi dengan tingginya kejadian obesitas serta adanya hubungan antara konsumsi makanan densitas energi tinggi dengan kejadian obesitas Dimana obesitas, terutama obesitas sentral secara bermakna berhubungan dengan sindrom dismetabolik (dislipidemia, hiperglikemia, hipertensi), yang didasari oleh resistensi insulin. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji densitas energi asupan makanan dan status gizi penderita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Dinoyo Kota Malang. Penelitian ini merupakan penelitian *observasional analytic* dengan desain studi kasus, peneliti dalam pelaksanaannya ingin mengetahui densitas energi asupan makanan dan pola makan bahan makanan dan makanan berdasarkan densitas energi serta status gizi penderita diabetes melitus tipe 2. Penelitian dilakukan pada Februari 2016 diwilayah kerja Puskesmas Dinoyo Kota Malang. Besar sampel dalam penelitian ini berjumlah 32 responden. Hasil yang diperoleh, densitas energi bahan makanan dan/ makanan yang sering dikonsumsi berkisar antara 0,30-9,00 kkal/g. Sumber karbohidrat yang masih dikonsumsi antara lain; biskuit, roti dan nasi putih. Densitas energi asupan makanan termasuk dalam kategori sedang pada sebagian besar responden laki-laki dan perempuan. Densitas energi asupan makanan menunjukkan tidak adanya keterkaitan dengan status gizi dan lingkar perut karena densitas energi asupan makanan sebagian besar responden sudah tergolong baik.namun densitas energi asupan makanan menjadi salah satu prediktor/pencetus terjadinya kelebihan berat badan dan pembesaran lingkar perut serta resistensi insulin dan tidak terkendalinya gula darah.Untuk itu perlu meningkatkan dan mengevalusi diet di Puskesmas serta penelitian tentang densitas energi makanan yang sering dan biasa dikonsumsi oleh masyarakat kota Malang khususnya, demi memperoleh informasi guna mencegah kejadian penyakit degeneratif yang berhubungan dengan pola makan.

**Kata Kunci : Densitas Energi, Densitas Energi Asupan Makanan, Status Gizi, Diabetes Melitus Tipe 2**