

**PENERAPAN PENGATURAN DIET 3J (JUMLAH, JENIS,
JADWAL) UNTUK MENGONTROL KADAR GULA
DARAH PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SIMPANG TIGA**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**SA'DIYYAH
P032114401076**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PEKANBARU
2024**

**PENERAPAN PENGATURAN DIET 3J (JUMLAH, JENIS,
JADWAL) UNTUK MENGONTROL KADAR GULA
DARAH PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
SIMPANG TIGA**

Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus ini disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

**SA'DIYYAH
P032114401076**



**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PEKANBARU
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sa'diyah
NIM : P032114401076
Program Studi : DIII Keperawatan
Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 22 Mei 2024



Mengetahui:

Pembimbing Utama

Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S.Kep., M.Kep
NIP.196406091989031003


Pembimbing Pendamping


R. Sakhnan, SKM., M.Kes
NIP.198702192018012001


HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Sa'diyah NIM P032114401076 dengan judul "Penerapan Pengaturan Diet 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga" telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau pada tanggal 30 Mei 2024


Tim Penguji

Penguji Ketua : Ns. Syafrisar Mcri Agritubella, S.Kep., M.Kep. 

Penguji Anggota I : Ns. Wiwiek Delvira, S.Kep., M.Kep. 

Penguji Anggota II : Ns. Masnun, SST., S.Kep., M.Biomed 

Mengetahui
Ketua Jurusan Keperawatan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


Ns. Hj. Rusherina Spd., S.Kep., M.Kes
NIP. 196504241988032002

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Puji Syukur kehadiran Allah SWT atas Berkat Rahmat Dan Karunia Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini yang berjudul “Penerapan Pengaturan Diet 3J (Jumlah, jenis, jadwal) Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga”

Karya Tulis Ilmiah ini ditulis untuk memenuhi syarat menyelesaikan pendidikan Program Studi D-III Keperawatan di Kemenkes Poltekkes Riau. Dalam menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapatkan bantuan baik bersifat bimbingan, petunjuk maupun dukungan moril. Pada kesempatan ini perkenankan penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam membuat Karya Tulis Ilmiah, diantaranya:

1. Ibu Rully Hevrialni, SST, Bdn, M. Keb, MH, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau selaku penguji II yang memberikan arahan dan saran kepada penulis dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah.
2. Ibu Hj. Rusherina, S. Pd, M. Kes, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Ibu Idayanti, S. Pd, M. Kes, selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kemenkes Riau.
4. Ibu Ns. Syafrisar Meri Agritubella, S. Kep, M. Kep selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan pengarahan, masukan, dan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah.

5. Bapak R. Sakhan, SKM., M. Kes selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan pengarahan, masukan, dan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
6. Bapak dan ibu dosen pengajar serta bapak dan ibu Staf Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Riau.
7. Kepada yang teristimewa kedua orang tua Bapak Sariman dan Ibu Supiah, saudara kandung Aisyah, serta keluarga besar yang telah banyak memberikan bantuan moril, materil, motivasi dan doa yang tiada hentinya kepada penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Teman-teman yang penulis sayangi Tasya Hirdia Safitri, Dhea Rizki Firani, Lisna Agustriandini, Saskya Aprilia Aurora, Novira Artha Mandalika dan Dela Nurkomalasari yang telah memberikan semangat serta teman-teman seperjuangan D-III Keperawatan Poltekkes Riau yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang selalu memberikan motivasi dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Dasar Penyakit Diabetes Mellitus Tipe II	8
2.1.1 Pengertian Diabetes Mellitus Tipe II.....	8
2.1.2 Etiologi	9
2.1.3 Manifestasi Klinis.....	10
2.1.4 Patofisiologi.....	11
2.1.5 Komplikasi	12

2.1.6	Pemeriksaan penunjang	13
2.1.7	Penatalaksanaan.....	15
2.2	Konsep Dasar Glukosa Darah.....	15
2.2.1	Pengertian Glukosa Darah	15
2.2.2	Faktor Yang Mempengaruhi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah ...	16
2.2.3	Jenis-jenis Pemeriksaan Glukosa Darah.....	17
2.3	Konsep Diet 3J	19
2.3.1	Pengertian Diet 3J.....	19
2.3.2	Hal Yang Harus Diperhatikan Dalam Diet 3J.....	19
2.3.3	Manfaat Dari Diet 3J	23
BAB III METODE PENELITIAN.....		24
3.1	Rancangan Penelitian	24
3.2	Subjek Studi Kasus.....	24
3.2.1	Kriteria Inklusi.....	25
3.2.2	Kriteria Eksklusi.....	25
3.3	Fokus Studi.....	25
3.4	Definisi Operasional	26
3.5	Instrumen Studi Kasus.....	26
3.6	Metode Pengumpulan Data	27
3.7	Lokasi dan Waktu Studi Kasus	28
3.8	Analisa Data dan Penyajian Data	28
3.9	Etika Studi Kasus	29
BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN.....		31
4.1	Hasil Studi Kasus	31
4.2	Pembahasan	36
4.3	Keterbatasan Studi Kasus	38

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	39
5.1 Kesimpulan.....	39
5.2 Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....	42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 Contoh Jadwal Makan.....	20

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2. 1 Contoh Jadwal Makan	20
Tabel 2. 2 Menu Makanan Bagi Pengidap Diabetes Mellitus Tipe II	22
Tabel 4. 1 Karakteristik Subjek.....	35
Tabel 4.2 Hasil pemeriksaan Kadar Gula Darah Subjek 1 dan Subjek 2 sebelum dan sesudah dilberikan penerapan pengaturan Diet 3J (Jumlah, jenis, jadwal)	35
Tabel 4.2 Jumlah penurunan Kadar Gula dara Pre-tes dan Pos-tes.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
<u>Lampiran 1 Formulir Penentuan judul Karya Tulis Ilmiah</u>	44
<u>Lampiran 2 Formulir kesediaan Pembimbing 1</u>	45
<u>Lampiran 3 Formulir kesediaan Pembimbing 2</u>	46
<u>Lampiran 4 Formulir Kegiatan bimbingan Pembimbing 1</u>	47
<u>Lampiran 5 Lembar kegiatan bimbingan pembimbing 2</u>	48
<u>Lampiran 6 Surat izin penelitian</u>	50
<u>Lampiran 7 Surat keterangan penelitian</u>	53
<u>Lampiran 8 Data penderita Diabetes Mellitus Tipe II</u>	54
<u>Lampiran 10 Contoh menu Diet</u>	55
<u>Lampiran 11 Leaflet</u>	56
<u>Lampiran 12 SPO (Standar Prosedur Operasional) Pengaturan Diet Penderita Diabetes Mellitus Tipe II</u>	57
Lampiran 13 Lembar Persetujuan Proposal.....	59
Lampiran 14 Halaman Pengesahan.....	60
Lampiran 15 Form Pengajuan Kaji Etik.....	61
Lampiran 16 Lembar Revisi Pembimbing 1.....	62
Lampiran 17 Lembar Revisi Pembimbing 2.....	63
Lampiran 18 <i>Informed Consent</i> Subjek I.....	64
Lampiran 19 <i>Informed Consent</i> Subjek II.....	65
Lampiran 20 Surat Kaji Etik.....	66
Lampiran 21 Surat Penelitian Puskesmas.....	67
Lampiran 22 Recall Makanan Subjek 1.....	68
Lampiran 23 Recal Makanan Subjek 2.....	69
Lampiran 21 Formulir Kegiatan bimbingan Pembimbing 1.....	70
Lampiran 25 Formulir Kegiatan bimbingan Pembimbing 2.....	73
Lampiran 26 Dokumentasi.....	74
Lampiran 27 jadwal kegiatan.....	77
Lampiran 28 Jumlah kalori.....	78