

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG JURUSAN GIZI
Tugas Akhir, Mei 2025

Lala Hijriyah Nurhasanah

**Gambaran Pengetahuan, Asupan Serat dan Kolesterol, Obesitas Sentral
serta Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe - II Anggota
Prolanis di Puskesmas Hajimena tahun 2025**

xii +58 halaman + 17 tabel, 3 gambar 7 lampiran

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan salah satu kelompok penyakit metabolik yang terjadi karena adanya sekresi insulin dengan karakteristik hiperglikemia. Kadar gula darah yang tidak terkontrol pada penderita diabetes melitus akan meningkatkan resiko komplikasi akut dan kronis. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pengetahuan, asupan serat dan kolesterol, obesitas sentral serta kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe-II anggota Prolanis Puskesmas Hajimena tahun 2025

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* dan menggunakan analisis univariat dengan menggunakan metode *aksidental sampling* dengan jumlah responden yaitu seluruh populasi yang hadir pada kegiatan senam prolanis yang dilakukan pada bulan April 2025. Alat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuisisioner pengetahuan, formulir SQ FFQ, metline, dan glucometer.

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan memperoleh hasil bahwa sebanyak 26,5% responden memiliki pengetahuan terkait gizi yang kurang, 76,5% responden memiliki asupan serat yang kurang dan 35,3% responden memiliki asupan kolesterol berlebih. Sebagian besar lingkaran perut responden berada dalam kategori obesitas sentral yaitu sebanyak 94,1% dan 97,1% responden memiliki Kadar Gula Darah Puasa (GDP) diatas normal. Dalam upaya pengendalian DM Puskesmas diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan anggota Prolanis melalui konseling dan edukasi, sehingga mampu meningkatkan asupan serat dan mengurangi asupan kolesterol yang berlebih serta meningkatkan aktivitas fisik

Kata kunci : Pengetahuan, Serat dan Kolesterol, Obesitas , Gula Darah

Daftar Pustaka: 46 (2015 – 2024)

**TANJUNG KARANG HEALTH POLYTECHNIC NUTRITION
DEPARTMENT**

Final Project, Mei 2025

Lala Hijriyah Nurhasanah

**Description of Knowledge, Fiber and Cholesterol Intake, Central Obesity
and Blood Sugar Levels in Type - II Diabetes Mellitus Sufferer, Prolanis
Members at the Hajimena Community Health Center 2025.**

xii + 58 page + 17 table, 3 picture, 7 attachment

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a group of metabolic diseases that occur due to insulin secretion with characteristics of hyperglycemia. Uncontrolled blood sugar levels in diabetes mellitus sufferers will increase the risk of acute and chronic complications. The aim of this research is to determine the description of knowledge, fiber and cholesterol intake, central obesity and blood sugar levels in type II diabetes mellitus sufferers, members of Prolanis Health Center Hajimena in 2025.

This type of research is descriptive research with a cross sectional approach using the Accidental Sampling method with the sample size being the entire population who attended the prolanis gymnastics activities carried out in April 2025. The tools used in this research are knowledge questionnaires, in the form of SQ FFQ, metline, and glucometer.

The results of the research that has been carried out obtained results that as many as 26,5% of respondents have insufficient knowladge. 76,5% of respondents have insufficient fiber intake and as many as 35,3% of respondents have excessive cholesterol intake. Most of respondents waist circumference is in the central obesity category, which is 94,1% and 97,1% of respondents have Fasting Blood Sugar Levels above normal. In an effort to control diabetes melitus r, the healthy center is expected to be able to increase the knowladge of Prolanis members through counceling and education, so that they can increase fiber intake and rudeau excessive cholesterol intake and increase physical activity.

Keyword : Knowledge, Fiber and Cholesterol, Obesity, Blood Sugar

Reference : 46 (2015 – 2024)