

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPINANG JURUSAN GIZI

Tugas Akhir, 19 Mei 2025

Bertina Adelia

Gambaran Status Gizi, Asupan Zat Gizi dan Glukosa Darah pada Pasien Prolanis Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Hajimena

xiv + 42 halaman + 8 tabel, 2 gambar, dan 12 lampiran

ABSTRAK

Diabetes melitus adalah penyakit kronis yang ditandai dengan tingginya gula darah, tidak terkontrolnya gula darah pasien diabetes dapat mengakibatkan arteroklerosis, kebutaan, kerusakan ginjal, ulkus pada kaki yang meningkatkan resiko amputasi bahkan kematian. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran asupan zat gizi, status gizi dan juga glukosa darah anggota prolanis diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Hajimena.

Jenis Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan rancangan penelitian secara *cross sectional*, teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dengan variabel asupan zat gizi, status gizi dan kadar glukosa darah dengan metode aksidental sampling dengan jumlah responden yaitu seluruh populasi yang hadir pada kegiatan prolanis sebanyak 34 orang yang dilakukan pada bulan April 2025. Alat yang digunakan dalam penelitian ini yaitu formulir *SQ FFQ*, timbangan digital, microtoise dan glucometer. Analisis data secara deskriptif menggunakan tabel distribusi persentase masing-masing variabel yang ditampilkan dalam bentuk tabel dan narasi.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas anggota prolanis penderita diabetes melitus tipe II di Wilayah Puskesmas Hajimena memiliki usia >61 tahun (61,8%), jenis kelamin perempuan (79,4%), Pendidikan SD (52,9%), tidak bekerja (70,6%), status gizi lebih dari normal (67,7%) dengan rincian *overweight* (26,5%), obesitas 1 (35,3%) dan obesitas 2 (5,9%), asupan energi lebih (61,8%), protein lebih (50,0%), lemak lebih (88,2%), KH lebih (47,1%), serat kurang (79,4%), zink kurang (58,8%) dan pengendalian glukosa darah mandiri tinggi (73,5%). Anggota prolanis perlu diberikan perencanaan edukasi oleh petugas Puskesmas Hajimena dengan melakukan edukasi dan konseling gizi terkait pengaturan makan sesuai anjuran bagi penderita DM dengan prinsip 3 J (jadwal, jenis, jumlah) dan pentingnya menjaga berat badan ideal sehingga status gizi dan glukosa darah penderita dapat terkontrol dengan baik.

Kata Kunci : Status Gizi, Asupan Zat Gizi, Glukosa Darah, Diabetes Mellitus
Daftar bacaan : 38 (2005-2024)

**HEALTH POLYTECHNIC OF TANJUNGKARANG NUTRITION
DEPARTMENT**

Thesis, 19 May 2025

Bertina Adelia

**Description of Nutritional Status, Nutrition Intake and Blood Glucose Levels
of Prolanis Type 2 Diabetes Mellitus at the Hajimena Health Center**

xiii + 42 pages + 8 tables, 2 figures, and 12 appendices

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a chronic disease characterized by high blood sugar, uncontrolled blood sugar of diabetic patients can lead to arterosclerosis, blindness, kidney damage, leg ulcers that increase the risk of amputation and even death. The purpose of this study was to determine the description of nutrient intake, nutritional status and also blood glucose of prolans members of tipe 2 diabetes mellitus at the Hajimena Health Center.

This type of research is descriptive with cross sectional research, With the accidental sampling, data analysis technique are univariate with variables of nutrition intake, nutritional status and blood glucose levels method with the number of respondents, namely the entire population present at prolans activities conducted in March 2025. The tools used in this study are SQ FFQ formular, digital scale, microtoise and glucometer. Descriptive data analysis using percentage distribution tables of each foreign variable displayed in tabular form and narasi.

The results showed that the majority of prolans members with type II diabetes mellitus in the Hajimena Health Center Wilayath had an age of >61 years (61.8%>). female gender (79.4%), elementary school education (52.9%), not working (10,) nutritional status was more than normal (67.7%) with details of overweight (26.5%), obesity 1 (35.3%) and obesity 2 (5.9%), more energy intake (61.2%). more protein (50% 0%), more fat (88.2%), more KH (47.1%), less fiber (794%), less zinc (68.8%) and high independent blood glucose control (73.5%). Prolansi members need ti be given educational planning by Hajimena Puskesmas officers by conducting nutritional counseling on eating arrangements as recommended for people with diabetes mellitus sufferers with the 3 J principle (schedule, type, amount) and the importance of maintaining ideal body weight so that the nutritional status and blood glucose of patients can be well controlled

Keywords : nutritonal status, nutrient intake, blood glucose, diabetes mellitus
Reading list : 38 (2005-2024).