

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DAN LAMA MENDERITA
DIABETES MELITUS DENGAN KADAR GULA DARAH
PUASA PADA PASIEN DM TIPE 2 DI PUSKESMAS
CILACAP TENGAH 1**

SKRIPSI



Oleh :

RISMAWATI

NIM. 108 121 053

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD
CILACAP
2025**

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DAN LAMA MENDERITA
DIABETES MELITUS DENGAN KADAR GULA DARAH
PUASA PADA PASIEN DM TIPE 2 DI PUSKESMAS
CILACAPTENGAH 1**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana
Keperawatan (S.Kep) Pada Program Studi S 1 Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap**

Oleh:

RISMAWATI

NIM. 108 121 053

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD
CILACAP
2025**

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS
ATAU KEASLIAN PENELITIAN**

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Rismawati

NIM : 108121053

Tanda Tangan :

Tanggal :



HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DAN LAMA MENDERITA DIABETES MELITUS DENGAN KADAR GULA DARAH PUASA PADA PASIEN DM TIPE 2 DI PUSKESMAS CILACAP TENGAH 1

SKRIPSI

Disusun Oleh :

RISMAWATI

NIM. 108121053

Skrripsi ini Telah Disetujui

Tanggal 18 Juli 2025

Pembimbing Utama

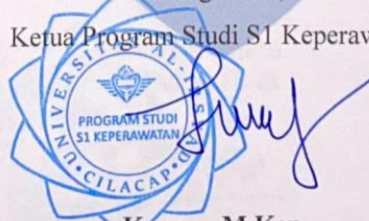
: Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes

Pembimbing Anggota

: Heru Ginanjar, M.Kep., Ns.

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Kasron, M.Kep.

NIP. 10310 09 718

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :
Nama : Rismawati
NIM : 108121053
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan Antara Pola Makan dan Lama Menderita
DM Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien
Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Cilacap
Tengah I

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama : Sodikin, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB ()

Penguji Anggota I : Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes ()

Penguji Anggota II : Heru Ginanjar, M.Kep.,Ns. ()

Ditetapkan di : Universitas Al-Irsyad Cilacap
Tanggal : 22 Juli 2025

Mengesahkan,
Dekan Fikes



Dr. Johariyah, S. ST., M.Keb.
NIP. 103100347

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Saya menyadari bahwa banyak dukungan dan bimbingan serta arahan dari berbagai pihak mulai dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Sarwa, MK.,S.Pd.,M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap
2. Dr. Johariyah, S. ST,, M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
3. Kasron, M.Kep. Selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
4. Sarwa, MK.,S.Pd.,M.Kes. selaku dosen pembimbing utama yang telah menyediakan waktu, tenaga,dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan proposal skripsi ini
5. Heru Ginanjar, M.Kep.,Ns. selaku dosen pembimbing anggota yang telah menyediakan waktu, tenaga,dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan proposal skripsi ini
6. Sodikin, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB. selaku dewan penguji utama dalam sidang skripsi ini

7. Puskesmas Cilacap Tengah 1 yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan
8. Teruntuk cinta pertamaku dan panutanku, Bapak Wasto Al Wagio. Bapak, sosok pekerja keras yang tak pernah mengenal lelah, selalu menjadi sumber motivasi, dukungan, dan pengorbanan yang tulus. Terimakasih atas segala kasih sayang dan ketegaran yang bapak tanamkan . Tanpa bapak, aku tak akan sampai sejauh ini.
9. Teruntuk pintu surgaku yaitu Ibu Casri yang telah melahirkan, memberikan kasih sayang kepada penulis, serta selalu menjadi tempat berpulang paling ternyaman bagi penulis. Terima kasih untuk do'a-do'anya aku percaya do'a ibu-lah yang selalu menyelamatkanku dan menuntunku melewati masa-masa sulit. Terimakasih atas cinta tanpa syaratmu ibu.
10. Sahabat dan rekan mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap yang selalu memberikan semangat dan kerja samanya selama Pendidikan.
11. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak bisa penulis sebut satu persatu.

Akhir kata, saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Cilacap, Mei 2025

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rismawati

NIM : 108121053

Program Studi : S1 Keperawatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al-Irsyad Al Islamiyyah Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : “Hubungan Antara Pola Makan dan Lama Menderita DM dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Cilacap Tengah 1” Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Al Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Cilacap

Pada tanggal :

Yang menyatakan

(Rismawati)

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DAN LAMA MENDERITA DIABETES
MELITUS DENGAN KADAR GULA DARAH PUASA PADA PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE II DI PUSKESMAS
CILACAP TENGAH 1**

“The Relationship Between Dietary Patterns and Duration of Diabetes Mellitus with Fasting Blood Glucose Levels in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus at Cilacap Tengah 1 Health Center”

Rismawati¹, Sarwa², Heru Ginanjar³

Universitas Al-irsyad Cilacap JL. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

Email : riismawati1111@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Diabetes melitus (DM) tipe 2 merupakan penyakit kronis metabolik yang ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa darah. Faktor pola makan yang tidak sehat dan lamanya menderita DM merupakan penyebab utama kadar gula darah tidak terkontrol yang dapat mempercepat terjadinya komplikasi. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dan lama menderita diabetes melitus dengan kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Tengah 1. **Metode :** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien DM tipe 2 yang terdaftar di Prolanis Puskesmas Cilacap Tengah 1, dengan sampel sebanyak 59 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner untuk pola makan dan lama menderita DM, serta pemeriksaan kadar gula darah puasa menggunakan alat Autocheck. **Hasil dan Kesimpulan :** Analisis menggunakan uji rank spearman didapatkan nilai ($p=0,006 < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe II dan nilai ($p=0,000 < 0,05$) menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara lama menderita dengan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus tipe II. **Kata Kunci :** Diabetes Melitus Tipe 2, Pola Makan, Lama Menderita, Kadar Gula Darah.

ABSTRACT

Background : Type 2 Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disease characterized by elevated blood glucose levels. Unhealthy dietary patterns and the duration of DM are major contributing factors to uncontrolled blood glucose levels, which may accelerate the occurrence of complications. **Objective :** This study aimed to determine the relationship between dietary patterns and the duration of having DM with blood glucose levels in patients with type 2 DM at Puskesmas Cilacap Tengah 1. **Methods :** This research is a quantitative study with a cross-sectional design. The population consisted of all type 2 DM patients registered in the Prolanis program at Puskesmas Cilacap Tengah 1, with a sample of 59 respondents selected using purposive sampling. Data were collected using questionnaires on dietary patterns and duration of DM, along with fasting blood glucose measurements using the Autocheck device. **Results and conclusions :** Analysis using the Spearman rank test showed a significant relationship between dietary patterns and fasting blood glucose levels ($p = 0.006 < 0.05$), and a significant relationship between the duration of having DM and fasting blood glucose levels ($p = 0.000 < 0.05$) in patients with type 2 diabetes mellitus.

Keywords : Type 2 Diabetes Mellitus, Dietary Patterns, Duration of Illness, Blood Glucose Levels.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ATAU KEASLIAN PENELITIAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR BAGAN.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	11
A. TINJAUAN PUSTAKA.....	11
1. Konsep Diabetes Melitus.....	11
2. Konsep Kadar Gula Darah.....	20
3. Konsep Pola Makan.....	24
4. Konsep Lama Menderita Diabetes Melitus.....	33
B. KERANGKA TEORI.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	36
A. Kerangka Konsep.....	36
B. Hipotesis Penelitian.....	37

C. Variabel Penelitian.....	37
D. Definisi Operasional.....	38
E. Desain Penelitian.....	39
F. Populasi dan Sampel.....	40
G. Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
H. Etika Penelitian.....	44
I. Teknik Pengumpulan Data.....	46
J. Prosedur Pengumpulan Data.....	49
K. Analisa Data.....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	58
A. Karakteristik Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Cilacap Tengah 1.....	58
B. Analisa Univariat.....	60
C. Analisa Bivariat.....	62
BAB V PEMBAHASAN.....	66
A. Interpretasi Dan Diskusi Hasil.....	66
1. Analisa Univariat.....	66
2. Analisa Bivariat.....	73
B. Keterbatasan Penelitian.....	79
C. Implikasi Penelitian.....	80
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	81
A. Kesimpulan.....	81
B. Saran.....	81
DAFTAR PUSTAKA.....	83
LAMPIRAN.....	87

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2.1 Batas Nilai Kadar Gula Darah Sewaktu	21
Tabel 2.2 Batas Nilai Kadar Gula Darah Puasa	21
Tabel 2.3 Tabel Pembagian porsi berdasarkan kebutuhan kalori per harian(1.300 Kalori)	31
Tabel 3.1 Variabel, Definisi Operasional, Cara Ukur, Hasil Ukur, Skala Ukur	39
Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner Pola Makan	48
Tabel 3.3 Coding	53
Tabel 3.4 Daftar nilai keeratan hubungan	57
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Cilacap Tengah1 Tahun 2025 (n=59).....	59
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pola Makan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Cilacap Tengah 1	60
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Lama Menderita DM Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Cilacap Tengah 1	61
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Cilacap Tengah 1	61
Tabel 4.5 Hubungan Antara Lama Menderita DM Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Cilacap Tengah 1 Tahun 2025	62
Tabel 4.6 Hubungan Antara Lama Menderita DM Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Cilacap Tengah 1 Tahun 2025	64

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Teori.....	34
Bagan 2 Kerangka Konsep.....	35



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan kesediaan menjadi responden.....	88
Lampiran 2 (Surat Persetujuan Menjadi Responden)	89
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian.....	90
Lampiran 4 surat izin studi pendahuluan	94
Lampiran 5 surat izin penelitian.....	95
Lampiran 6 tabulasi.....	101
Lampiran 7 output SPSS	104
Lampiran 8 bukti perizinan kuesione	112
Lampiran 9 Lembar Konsultasi.....	113
Lampiran 10 Hasil Similarity.....	121

