

LAPORAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN EDUKASI GIZI DAN
KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS TIPE 2 DI RSUD SITI FATIMAH
PALEMBANG**



KAYLA DIANDRA HERLIANSYAH

Nomor Induk Mahasiswa PO.71.31.1.23.052

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG
JURUSAN GIZI
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA
TAHUN 2026**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN EDUKASI GIZI DAN
KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS TIPE 2 DI RSUD SITI FATIMAH
PALEMBANG**

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Ahli Madya Gizi**



KAYLA DIANDRA HERLIANSYAH

Nomor Induk Mahasiswa PO.71.31.1.23.052

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN PALEMBANG

JURUSAN GIZI

PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM DIPLOMA TIGA

TAHUN 2026

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) merupakan salah satu masalah kesehatan paling serius di dunia, dengan jumlah kasus yang terus meningkat. Sekitar 90–95% dari 422 juta penderita diabetes di seluruh dunia menderita diabetes tipe 2. Kondisi ini merupakan penyebab utama morbiditas dan mortalitas akibat komplikasi kronis, seperti penyakit kardiovaskular, gagal ginjal, neuropati, dan kebutaan. WHO menyatakan bahwa salah satu faktor terpenting dalam pencegahan DM adalah edukasi dan konseling gizi untuk mendukung perubahan gaya hidup sehat dan terapi (*WHO, 2024*)

Menurut (Survey kesehatan Indonesia (SKI) 2023) menunjukkan bahwa jumlah orang yang menderita Diabetes Mellitus (DM) meningkat berdasarkan pengukuran kadar gula darah. Hal ini terjadi pada kelompok usia lebih dari 15 tahun. Angka ini setara dengan hasil (Riskesmas 2018) yang menunjukkan prevalensi DM sebesar 10,9%, namun naik menjadi 11,7% pada Survei Kesehatan Indonesia 2023. Lebih dari separuh kasus diabetes di Indonesia adalah tipe 2 (50,2%), menjadikan jenis ini masalah kesehatan yang paling serius (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Upaya pengendalian telah dilakukan, salah satu metodenya adalah edukasi dan pengobatan, yang telah mencapai 81,4% secara total, dengan tingkat pengobatan 89,5%.

Provinsi Sumatera Selatan menunjukkan pola epidemiologi diabetes yang sejalan dengan tingkat nasional dan merupakan salah satu daerah dengan jumlah kasus diabetes melitus tertinggi di Indonesia mencapai angka 62,6% (Dinkes Sumsel, 2019)

Adapun jumlah penderita DM di Sumatera Selatan tahun 2024 adalah sebesar 397.253 jiwa. Kasus ini menurun bila dibandingkan dengan tahun 2023 yang menyerang 434.296 jiwa. Wilayah dengan jumlah kasus DM terbanyak adalah Kabupaten Banyuasin sebanyak 56.762 kasus, sedangkan terendah pada

Kota Prabumulih sebanyak 2.963 kasus. Cakupan penderita DM mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar sebesar 100,0% (Dinkes Sumsel, 2019) Sementara itu, di kota Palembang, tercatat sebanyak 112.112 penderita diabetes pada tahun 2022. Angka tersebut menunjukkan bahwa Palembang merupakan salah satu daerah dengan jumlah penderita DM tertinggi di Sumatera Selatan.

Untuk meningkatkan pengetahuan pasien tentang DM bisa dilakukan dengan cara memberikan penyuluhan gizi atau edukasi gizi. Edukasi kesehatan ini dapat dilakukan dengan menggunakan Penelitian media leaflet, dapat disimpulkan bahwa dengan metode ini dapat meningkatkan pengetahuan pasien DM. Dari penelitian (Yuni *et al.*, 2020) menunjukkan bahwa pengetahuan meningkat sebesar 15,97% dibandingkan dengan nilai rerata 22,03 pada pre-test dan 27,30 pada post-test. (Alfreyzal *et al.*, 2024)

Menurut penelitian (Purnama dan Sari, 2019) Tingkat pendidikan memiliki pengaruh terhadap kejadian penyakit Diabetes Melitus Tipe II. Rendahnya pendidikan menyebabkan kurangnya pengetahuan tentang penyakit DM. Pasien diabetes melitus seringkali menunjukkan tingkat kepatuhan yang rendah terhadap diet diabetes karena kurangnya paparan informasi, minimnya minat, dan keengganan untuk mengubah gaya hidup. Oleh karena itu, edukasi gizi sangat penting untuk mendorong pasien agar bersedia dan mampu menjalani perubahan gaya hidup serta mengikuti diet diabetes dengan baik, untuk mengurangi risiko komplikasi di masa depan. (Peter *et al.*, 2022)

Hasil penelitian (Munir dan Yuliana, 2023) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pasien dan keluarga pasien tentang DM setelah diberikan edukasi kesehatan, di mana sebelum edukasi 67% pasien dan keluarga pasien memiliki pengetahuan rendah, dan setelah edukasi 75% pasien & keluarga memiliki pengetahuan baik. Hal ini membuktikan bahwa edukasi gizi efektif dalam meningkatkan pemahaman pasien.

Berdasarkan hasil penelitian (Septiani, 2019) diketahui bahwa ada pengaruh pemberian edukasi gizi terhadap kebiasaan makan dan mampu meningkatkan pemahaman pasien mengenai pengaturan makanan, pemilihan bahan pangan, serta pentingnya jadwal makan teratur.

Berdasarkan latar belakang penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran kepatuhan diet berdasarkan prinsip 3J pada pasien diabetes melitus tipe 2 RSUD Siti Fatimah yang mempunyai riwayat edukasi gizi

RSUD Siti Fatimah Palembang merupakan salah satu dari sedikit rumah sakit rujukan di Sumatera Selatan yang banyak menampung pasien DM tipe 2. Namun, berdasarkan penelitian awal, masih terdapat beberapa pasien yang belum sepenuhnya memahami pentingnya gizi dan belum sepenuhnya memahami gizi yang ditawarkan. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian tentang gambaran edukasi gizi terkait pengetahuan dan kebiasaan makan pasien DM tipe 2 di RSUD Siti Fatimah Palembang.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Edukasi Gizi Dan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di RSUD Siti Fatimah Palembang”

B. Rumusan Masalah

Mengetahui gambaran kepatuhan diet berdasarkan prinsip 3J pada pasien DM tipe 2 yang pernah mempunyai riwayat edukasi gizi.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui gambaran Pasien yang mempunyai riwayat edukasi gizi dan kepatuhan diet pada pasien DM tipe 2 di RSUD Siti Fatimah Palembang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui Karakteristik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Siti Fatimah Palembang
- b. Diketahui Riwayat Edukasi Gizi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Siti Fatimah Palembang
- c. Diketahui Kepatuhan Diet Pasien (Jenis, Jumlah, Jadwal) Terhadap Diet Diabetes Melitus Tipe 2 Yang Mempunyai Riwayat Edukasi Gizi Di RSUD Siti Fatimah Palembang

D. Manfaat Penelitian

1. **Bagi Pasien:** Memberikan pemahaman lebih baik tentang pentingnya diet dalam pengelolaan DM tipe 2, sehingga dapat meningkatkan kepatuhan
2. **Bagi Tenaga Kesehatan:** Menjadi bahan evaluasi dan masukan untuk meningkatkan kualitas edukasi gizi yang diberikan kepada pasien.
3. **Bagi Rumah Sakit:** Sebagai dasar dalam penyusunan program edukasi gizi yang lebih efektif untuk meningkatkan pelayanan kepada pasien DM tipe 2
4. **Bagi Peneliti Selanjutnya:** Memberikan referensi dan informasi awal untuk penelitian terkait edukasi gizi, pengetahuan, dan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus

DAFTAR PUSTAKA

- Alfreyzal, M., Paizer, D., Anggraini, D., Syahfitri, R. D., & Azhari, M. H. (2024). Edukasi Kesehatan Pada Keluarga Diabetes Melitus Dengan Masalah Keperawatan Pemeliharaan Kesehatan Tidak Efektif. *Jurnal Kesehatan*, 13(1).
- Amalia, A., & Agustina, D. (2023). Hubungan pola makan dengan kejadian diabetes melitus di wilayah kerja puskesmas medan johor. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(3), 20877–20885.
- Andala, S., Akbar, Y., & Nurjannah. (2024). Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang Pola Makan. *Aceh Journal of Health Innovation*, 1(1), 32–38.
- Anggi, S. A., & Rahayu, S. (2020). Kepatuhan Diet pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Ilmiah Stikes Hang Tuah Surabaya*, 15(1), 124–138. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v15i1.71>
- Arief, M. H. (2020). Penerapan Diet 3j Untuk Mengontrol Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Karya. In *Universtas Magelang*.
- Bangun, A. V., Jatnika, G., & Herlina, H. (2020). Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 3(1), 66. <https://doi.org/10.32584/jikmb.v3i1.368>
- Dafriani1, Tmp., Dewi2, R. I. S., (2020). Tingkat Pengetahuan Pada Pasien Diabetes Melitus(Dm) Tipe 2. *Comprehensive Board Review in Neurology*, 1, 45–50.
- Dinkes Sumsel. (2019). Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan 2019. *Dinkes Provinsi Sumatera Selatan*, xvi+96. <https://drive.google.com/file/d/1tdFCVQIxUyr80CYPdOYSAwUiwsJKzd98/view>
- Falah, F., & Apriana, R. (2022). Edukasi Pengelolaan Diet 3 J untuk Mengontrol Kadar Glukosa Darah pada Masyarakat Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Timur. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(5), 411–418. <https://doi.org/10.25008/altifani.v2i5.274>
- Garcia, U. G., Vicente, A. B., Jebari, S., & Sebal, A. L. (2020). Costus ignus: Insulin plant and it's preparations as remedial approach for diabetes mellitus. *International Journal of Molecular Sciences*, 17(21), 1–34. www.mdpi.com/journal/ijms
- Hariawan et al. (2019). Journal *Efektivitas Pendidikan Kesehatan Dengan Video Tentang Pencegahan Penularan Penyakit Terhadap Pengetahuan Pasien Tuberculosis Di Wilayah Kerja Puskesmas Sedau Tahun 2019*, 9698(1), 65–75.

- Herawati, N., Sa'pang, M., & Harna, H. (2020). Kepatuhan Diet Dan Aktivitas Fisik Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Yang Sudah Mengikuti Prolanis. *Nutrire Diaita*, 12(01), 16–22. <https://doi.org/10.47007/nut.v12i01.3154>
- International Diabetes Federation. (2013). International Diabetes Federation. In *Diabetes Research and Clinical Practice* (Vol. 102, Issue 2). <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2013.10.013>
- Kemenkes RI. (2022). *Mengenal Diet Diabetes Mellitus*. https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/3810/mengenal-diet-diabetes-mellitus
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia 2023*. https://kemkes.go.id/app_asset/file_content_download/17169067256655eae5553985.98376730.pdf
- Khasanah, J. F., Ridlo, M., & Putri, G. K. (2021). *Gambaran Pola Diet Jumlah , Jadwal , Dan Jenis (3j) Pada Pendahuluan Metodologi*. 1(1), 18–27.
- Komariah, & Rahayu, S. (2020). *Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan*. Dm, 41–50.
- Kusumawati, A. F., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Tuah, H. (2022). *Hubungan Pengetahuan Dengan Kepatuhan Diet , Aktivitas Fisik Dan Minum Obat Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Sedati,*.
- Lestari, Zulkarnain, & Sijid Aisyah. (2021). Diabetes Mellitus: Review Etiologi, Patofisiologi , Gejala, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *Jurnal UIN Alaudin, November*, 237–241.
- Munir, M., & Qonitun, U. (2025). *Analisis Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Melalui Implementasi Diet 3j (Jenis, Jumlah, Dan Jadwal)*. 6(2), 154–162.
- Munir, N. W., & Yuliana, A. (2023). Edukasi Pencegahan dan Pengendalian Diabetes Melitus. *Edukasi Pencegahan Dan Pengendalian Diabetes Melitus*, 3(1).
- Nirwan, Warsid, A., Wirdayanti, Sari, R., & Semaangga, N. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitusdi Puskesmas Kecamatan Tomoni Kabupaten Luwu Timur. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(6), 877–885. <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
- Nur, M. (2023). *Tingkat kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus (dm) di wilayah kerja puskesmas hutaimbaru kota padangsidiimpulan tahun 2023* (Issue Dm).
- Nurul Mutiani. (2019). Konsep Dasar Penyakit Diabetes Melitus. *Rabit : Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Univrab*, 1(1), 2019.
- PERKENI. (2021). Perkeni,2021. *Global Initiative for Asthma*, 46. www.ginasthma.org.

- Peter, P. I., Steinberg, W. J., van Rooyen, C., & Botes, J. (2022). Type 2 diabetes mellitus patients' knowledge, attitude and practice of lifestyle modifications. *Health SA Gesondheid*, 27, 1–7. <https://doi.org/10.4102/hsag.v27i0.1921>
- Purnama, A., & Sari, N. (2019). Aktivitas Fisik dan Hubungannya dengan Kejadian Diabetes Mellitus. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*, 2(4), 368–381. <https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.213>
- Rifatl, I. D., N2, Y. H., & Indriati3, G. (2023). *Gambaran Komplikasi Diabetes Melitus Di Puskesmas Rejosari Pekanbaru 11*.
- Riskesdas 2018. (2020). Laporan Riskesdas 2018 Nasional. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes*. [https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan%20Riskesdas%202018%20Nasional.pdf)
- Sa'adah, H. D., Kurniasih, E., & Ariyanti, A. R. P. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kunjungan Rutin Dan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Di Poliklinik Penyakit Dalam Rsud Dr. Seoroto Ngawi. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 12(1), 59. <https://doi.org/10.31596/jcu.v12i1.1423>
- Safitri1, N. M., & Diana Tri Lestari2, Y. (2025). *Jurnal Kesehatan Unggul Gemilang Pengaruh Penerapan Pola Makan Mindful Eating*. 9(12), 64–79.
- Sari, S. D., Muhlisin, A., Surakarta, U. M., & Tengah, J. (2023). *Relationship between Knowledge Level and Dietary Adherence in Patients with Type II Diabetes Mellitus at Pajang Health Center Surakarta 1*.
- Sarifah, S. N., Sundari1*, Yulianti, R., & Sutrisno2. (2023). *Studi Kasus : Pengaruh Edukasi Penerapan Diet Diabetes Mellitus Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. 1*.
- Sela, A. (2023). Resource alloca. *Journal of Economics/ Zeitschrift Fur Nationalokonomie*, 139(3), 235–260. <https://doi.org/10.1007/s00712-023-00827-w>
- Septiani, S. (2019). Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan Dan Kebiasaan Makan Pada Peserta Program Pengelolaan Penyakit Kronis (Prolanis) Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kelurahan Penggilingan I Elok Jakarta Timur. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 112. <https://doi.org/10.35329/jkesmas.v5i2.517>
- Suardi, Oktaviana, D., Patmawati, Alwi, Muriyati, & Kahar, Y. (2024). Pengaruh Edukasi Diet Diabetes Melitus Berbasis Poster Terhadap Kepatuhan Diet yang Mengalami Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Binamu Kota Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 9(2). <https://doi.org/10.37362/jkph.v9i2.1332>
- Suhartatik, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepatuhan Diet Penderita Diabetes Mellitus. *Healthy Tadulako Journal*, 8(3), 148–156.

- Survey kesehatan indonesia (Ski). (2023). Survei Kesehatan Indonesia 2023 (SKI). *Kemenkes*, 235.
- Tumanggor, L. S., Simorangkir, L., Dewi, S., & Ginting, H. (2024). Gambaran Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Harapan Permatangsiantar 2023. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 10(02), 232–241. <https://ejurnalstikeskesdamudayana.ac.id/index.php/jmu/index>
- Wahyuni, R., Ma'ruf, A., & Mulyono, E. (2019). Hubungan Pola Makan Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 4(2), 1–8. <http://jurnal.stikeswhs.ac.id/index.php/medika>
- Widiasari, K. R., Made, I., Wijaya, K., & Suputra, P. A. (2021). Tatalaksana Diabetes Melitus Tipe II. *Ganesha Medicina Journal*, 1(2), 114–120. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/GM/article/view/40006>
- World Health Organization. (2024). *diabetes*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- Yuni, C. M., Diani, N., & Rizany, I. (2020). Pengaruh Diabetes Self Management Education And Support (Dsme/S) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Manajemen Mandiri Pasien Dm Tipe 2. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 8(1), 17. <https://doi.org/10.20527/dk.v8i1.6998>
- Yunitasari, T., Mintarsih, S. N., Gizi, J., & Semarang, P. K. (n.d.). *Efektivitas Edukasi Empat Pilar Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terhadap Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Pasien Prolanis*. 131–134.