

**HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DAN TINGKAT STRES TERHADAP KADAR
GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
DI RAWAT JALAN RSUD Dr MOEWARDI SURAKARTA**



Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Ijazah
S1 Ilmu Gizi

Disusun Oleh:

CANDRA TRIAS WULANDARI

J310100103

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

**HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DAN TINGKAT STRES TERHADAP KADAR
GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
DI RAWAT JALAN RSUD Dr MOEWARDI SURAKARTA**

Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Ijazah
S1 Ilmu Gizi



Oleh:

CANDRA TRIAS WULANDARI

J310100103

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

ABSTRAK

CANDRA TRIAS WULANDARI. J310100103

HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DAN TINGKAT STRES TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RAWAT JALAN RSUD Dr MOEWARDI SURAKARTA

Pendahuluan : Diabetes mellitus merupakan suatu kumpulan gejala yang timbul pada seseorang karena adanya peningkatan kadar glukosa dalam darah akibat kekurangan insulin. Kepatuhan diet dapat mempengaruhi pengendalian kadar glukosa darah. Stres memperburuk gaya hidup dan pola makan yang buruk serta akan mempengaruhi kadar glukosa darah.

Tujuan : Peneliti ini bertujuan mengetahui hubungan kepatuhan diet dan tingkat stres terhadap kadar glukosa darah penderita diabetes mellitus tipe 2 di rawat jalan RSUD Dr Moewardi Surakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini termasuk penelitian *observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Kepatuhan diet diukur dengan *form recall* selama 4 hari tidak berturut-turut. Tingkat stres diukur dengan *Holmes Rating Scale*. Kadar glukosa darah diambil dari rekam medis. Uji hubungan kepatuhan diet dengan kadar glukosa darah dan uji tingkat stres dengan kadar glukosa darah menggunakan uji *Rank Spearman*.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan kepatuhan diet pasien yang patuh 75,5% ($p=0,874$) dengan jumlah makanan yang kurang baik 82,5% ($p=0,959$), ketepatan jenis makanan yang baik 77,5% ($p=0,596$), jadwal yang kurang baik 60% ($p=0,780$). Tingkat stres pasien yang stres berat 70% ($p=0,358$) dan kadar glukosa pasien yang tidak baik 87,5%.

Kesimpulan : Tidak ada hubungan antara kepatuhan diet dan kadar glukosa darah pasien DM tipe 2 instalasi rawat jalan penyakit dalam RSUD Dr. Moewardi Surakarta. Tidak ada hubungan antara tingkat stres dan kadar glukosa darah pasien DM tipe 2 instalasi rawat jalan penyakit dalam RSUD Dr. Moewardi Surakarta.

Kata Kunci : kepatuhan diet, tingkat stres, kadar glukosa darah, DM tipe 2

Kepustakaan : 67 (1991-2014).

PROGRAM STUDY S1 NUTRIENT
HEALTH FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA

ABSTRACT

CANDRA TRIAS WULANDARI. J310100103

RELATIONSHIP BETWEEN DIET PURSUANCE, LEVEL OF STRESS AND BLOOD GLUCOSE LEVEL OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENT IN OUTPATIENT UNIT Dr. MOEWARDI HOSPITAL SURAKARTA

Introduction : Diabetes mellitus is symptom collection that appear to someone because of increasing of glucose in the blood caused by decreasing of insulin. Diet pursuance may control blood glucose level has. Stress worsens their life style and food patient and influence blood sugar level.

Goal :This reseach is aimed to know relationship between diet pursuance, level of stress and blood glucose level of type 2 diabetes mellitus patient in outpatient unit Dr. Moewardi Hospital Surakarta.

Research Method : This research is classified as observation research by using Cross Sectional approach. Diet pursuance is measured by recall form for 24 days infrequently. The level of stress is measured by Holmes Rating Scale. blood glucose level data artaken from by medical record. Relationship test between patiend diet and blood glucose level and between stress level and blood glucose level of patient DM type 2 used test of Rank Spearman.

Result : The result of research shows that the diet of patient that obedient 75,5% ($p=0,874$) with bad food amount 82,5% ($p=0,959$). Accuracy of food type 77,5% ($p=0,596$). The bad schedule 60% ($p=0,780$). The level stress of patient that has a heavy stress 70% ($p=0,385$) and bad glucose level of patient 87,5%.

Conclusion : There is no relationship between relationship between diet pursuance, level of stress and blood glucose level of type 2 diabetes mellitus patient in outpatient unit Dr. Moewardi Hospital Surakarta. There is no relationship between relationship between diet pursuance, level of stress and blood glucose level of type 2 diabetes mellitus patient in outpatient unit Dr. Moewardi Hospital Surakarta.

The key words : diet of patient, level of stress, level blood glucose, DM type 2
Literature : 67 (1991-2014)

**HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DAN TINGKAT STRES TERHADAP KADAR
GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2
DI RAWAT JALAN RSUD Dr MOEWARDI SURAKARTA**

Skripsi Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Ijazah
S1 Ilmu Gizi



Oleh:

CANDRA TRIAS WULANDARI

J310100103

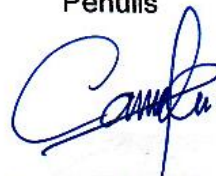
**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbit maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, Desember 2014

Penulis



Candra Trias Wulandari

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Hubungan Kepatuhan Diet dan Tingkat Stres
terhadap Kadar Glukosa Darah Penderita
Diabetes Mellitus tipe 2 di Rawat Jalan RSUD Dr.
Moewardi Surakarta

Nama Mahasiswa : Candra Trias Wulandari

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 100 103

Telah diuji dan dinilai oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jejang S1
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal
07 November 2014 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, 21 Desember 2014

Menyetujui

Pembimbing I

(Siti Zulaekah, A., M. Si)

NIK/NIDN: 751/06-0612-7501

Pembimbing II

(Rusjiyanto, SKM., M. Si)

NIP. 196702171989021002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

(Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., PhD)

NIK/NIDN: 744/0623127301

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Hubungan Kepatuhan Diet dan Tingkat Stres terhadap Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Rawat Jalan RSUD Dr. Moewardi Surakarta

Nama Mahasiswa : Candra Trias Wulandari

Nomor Induk Mahasiswa : J 310 100 103

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 07 November 2014 Dan telah dinyatakan memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 21 Desember 2014

Penguji I : Rusjiyanto, SKM., M. Si (.....)

Penguji II : Setia Asyanti, S. Psi., M. Si (.....)

Penguji III : Elida Soviana, S. Gz., M. Gizi (.....)

Mengetahui,

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan,


Dr. Suwadi, M.Kes

NIP/NIDN.195311231983031002/00-2311-5301

MOTTO

"Buat apakah sebuah kemenangan jika harus dilakukan dengan cara menghancurkan, melukai, atau mematikan kehidupan orang lainnya?"

(Confucius)

"Yakinilah semua yang terjadi dalam hidup ini Allah SWT mempunyai tujuan baik. Janganlah menyesali apa yang sudah terjadi, lalui semua dengan apa adanya Allah SWT ciptakan jalannya serta syukuri lalu lihat apa yang terjadi."

(Penulis)

"Seseorang berkata kepada Sayyidina Ali bin Abi Thalib ra : *Ya Ali kulihat sahabat-sahabatmu begitu banyak sekali, berapakah sahabatmu itu?*, Sayyidina Ali menjawab; *Nanti akan kuhitung setelah aku tertimpa musibah.*"

"Semua yang kau berikan kepada orang lain adalah pemberian untuk dirimu sendiri."

(Anthony De Mello)

"Kamu dapat merantaiku, kamu dapat menyiksaku, bahkan kamu dapat menghancurkan tubuh ini, tetapi kamu tidak akan dapat memenjarakan pikiranku."

(Mahatma Gandhi)

"Melakukan hal sebisa mungkin semampu mungkin tanpa merepotkan orang lain"

(Jumbadi Hadi Wardoyo)

"Melihat orang sukses itu lebih mudah namun mereka pernah tertatih dan berdarah-darah serta bercucuran airmata untuk mendapatkan posisi sekarang"

(Penulis)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan sebagai ungkapan rasa terimakasih yang tak terhingga kepada:

- ♥ *Alloh SWT, atas rahmat dan izin-NYA, saya dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.*
- ♥ *Rasululloh SAW, Sholawat dan Salam senantiasa tercurah kepada beliau, keluarga beserta para sahabat serta pengikutnya.*
- ♥ *Ayah saya Jumbadi Hadi Wardoyo., S.Pd (Alm), sebagai baktiku kepada beliau yang secara tidak langsung tanpa perjuangan beliau semasa hidupnya mungkin saya tidak bisa melangkah sejauh ini untuk menyelesaikan pendidikan sarjana ini. Terima kasih doa akan terhantar untuk beliau.*
- ♥ *Ibu saya Risnawati Sri Warsini, sebagai baktiku kepada beliau tanpa doa tiap sujudnya, jerih payah, tangisnya dan perjuangan beliau untuk saya sehingga dapat menyelesaikan pendidikan sarjana ini. Terima kasih panjang umur temani saya hingga nanti.*
- ♥ *Nenek saya Suratmi (Uyut) dan Om saya Purnama Aji., SP.d, sebagai baktiku kepada beliau yang telah mendukung dan mendoakan saya tanpa henti. Terima kasih.*
- ♥ *Kakak-kakak saya Aippink Risa Retnaningsih Jumbadi., SE dan Bramantya Juprihastaka., SE yang telah mendoakan dan memberikan semangat kepada saya. Terima kasih.*
- ♥ *Ponakan saya Arief Wicaksana Marga Putra, yang telah menjadi penghibur kala kesuntukan saat dirumah. Terima Kasih.*
- ♥ *Kepada sahabat-sababat saya yang tidak bisa disebut satu persatu (Reni, Rina, Riris, Juwita, Eno, Fita, Aries, Febri), yang telah merelakan waktunya untuk mendengar keluh kesah saya, mendukung dan mendoakan tanpa henti. Terima Kasih.*
- ♥ *Kepada Osy, Idha, Yuni, Galuh, Yana, Rirind, Opi, Asri, Fatima dan teman-teman Gizi angkatan 2010 yang telah mendoakan dan saling menyemangati untuk bersama-sama mewujudkan cita-cita menjadi sarjana gizi. Terima Kasih.*

RIWAYAT HIDUP

Nama : Candra Trias Wuandari
Tempat/Tanggal Lahir : Sragen, 06 Mei 1991
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Bedowo RT 03/07, Kelurahan Jetak, Kecamatan
Sidoharjo, Kabupaten Sragen, Provinsi Jawa
Tengah
Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Pertiwi Sragen
2. Lulus SD Negeri XI Sragen
3. Lulus SMP Negeri 2 Sragen
4. Lulus SMA Negeri 2 Sragen
5. Lulus S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Angkatan 2010

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Alhamdulillahhirobbil'alamin selalu penulis panjatkan atas nikmat dan berkah yang senantiasa Allah SWT limpahkan, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN KEPATUHAN DIET DAN TINGKAT STRES TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI RAWAT JALAN RSUD DR. MOEWARDI SURAKARTA”** , sebagai salah satu syarat menyelesaikan program akhir pendidikan Strata 1 (satu) Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis telah banyak mendapat bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Suwadi, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., PhD., selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Siti Zulaekah, A., M.Si., selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Rusjiyanto, SKM., M.Si., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat serta meluangkan waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.

5. Orang tua dan saudara yang selalu mendo'akan, memberikan motivasi dan bantuan moril maupun materil selama mengikuti pendidikan.
6. Teman-teman angkatan 2010 pada Program Studi Gizi Strata Satu, atas segala bentuk dukungannya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh pihak yang terlibat dan telah membantu penulis selama penelitian serta penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutka satu persatu.

Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kesempurnaan. Saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi perbaikan ke arah yang lebih baik. Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat menambah pengetahuan pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, Desember 2014

Penulis

Candra Trias Wulandari

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
COVER DALAM	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Diabetes Melitus	7
1. Definisi diabetes melitus	7
2. Klasifikasi diabetes mellitus	7
3. Etiologi diabetes melitus	9

4. Patofisiologi diabetes melitus	12
5. Komplikasi diabetes mellitus	13
6. Faktor resiko mempengaruhi diabetes mellitus	13
7. Penatalaksanaan diabetes mellitus	16
B. Glukosa darah	18
1. Definisi glukosa darah	18
2. Faktor-faktor mempengaruhi glukosa darah	18
3. Kriteria glukosa darah.....	20
C. Kepatuhan diet	20
1. Definisi kepatuhan diet	20
2. Faktor-faktor mempengaruhi kepatuhan diet	21
3. Asupan kebutuhan makanan	21
D. Stres.....	25
1. Definisi stres	25
2. Etiologi stress	26
3. Fisiologi stres	26
4. Tanda dan gejala	27
5. Tingkat stress	29
6. Faktor-faktor mempengaruhi manajemen stress	30
E. Hubungan kepatuhan diet terhadap kadar glukosa darah	32
F. Hubungan tingkat stress terhadap kadar glukosa darah	33
G. Internalisasi nilai islam tentang diabetes mellitus	34
H. Kerangka teori	37
I. Kerangka konsep	38
J. Hipotesis	38

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian Dan Rancangan Penelitian	39
B. Subjek penelitian	39
C. Waktu dan tempat penelitian	39
D. Populasi dan sampel	40
E. Variable penelitian	41
F. Definisi Operasional	42
G. Pengumpulan Data	45
H. Langkah-Langkah Penelitian	46
I. Pengolahan data	47
J. Analisis data	50

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	52
B. Gambaran karakteristik subjek	53
C. Analisis bivariat	63

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	80
B. Saran	81

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Kriteria Diagnosis Glukosa Darah	20
2. Pembagian Jadwal makan.....	25
3. Kategori penilaian jumlah makanan	42
4. Kategori penilaian jenis makanan	43
5. Kategori penilaian jadwal makanan	44
6. Kategori penilaian tingkat stress	44
7. Distribusi subjek berdasarkan jenis kelamin	54
8. Distribusi subjek berdasarkan umur	54
9. Distribusi subjek berdasarkan pekerjaan	55
10. Distribusi subjek berdasarkan status gizi	56
11. Distribusi subjek berdasarkan kadar glukosa darah puasa	57
12. Distribusi subjek berdasarkan jumlah makanan	58
13. Distribusi subjek berdasarkan jenis makanan	59
14. Distribusi subjek berdasarkan jadwal makanan	60
15. Distribusi subjek berdasarkan kepatuhan diet.....	61
16. Distribusi subjek berdasarkan tingkat stres	62
17. Distribusi kadar glukosa darah menurut jumlah makanan	63
18. Distribusi kadar glukosa darah menurut jenis makanan	66
19. Distribusi kadar glukosa darah menurut jadwal makanan	70
20. Distribusi kadar glukosa darah menurut kepatuhan diet	72
21. Distribusi kadar glukosa darah menurut tingkat stres.....	75

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori	37
Gambar 2. Kerangka Konsep	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Pernyataan kesediaan menjadi responden	
Lampiran 2. Identitas responden	
Lampiran 3. Data recall 24 jam	
Lampiran 4. Standart pengaturan jumlah makanan.....	
Lampiran 5. Standart pengaturan jenis makanan	
Lampiran 6. Standart pengaturan jadwal makanan	
Lampiran 7. Formulir perhitungan kalori (perkeni)	
Lampiran 8. Master tabel	
Lampiran 9. Kuesioner	
Lampiran 10. Hasil uji statistik	