

## Lampiran 9 Lembar Konsultasi



### LAPORAN BIMBINGAN TA/SKRIPSI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang - Jawa Tengah  
Email: ngudiwaluyo@unw.ac.id, Telp: Telp. ( 024 ) 6925408 & Fax. ( 024 ) -6925408

Nomor Induk Mahasiswa : 081201022  
Nama Mahasiswa : **Ainul Farikhah**  
Ketua Program Studi : **Ana Puji Astuti, S.Kep.,Ns.,M.Kes**  
Dosen Pembimbing (1) : **Ahmad Kholid, S.Kep.,Ns.M.Kes**  
Dosen Pembimbing (2) : **Ahmad Kholid, S.Kep.,Ns.M.Kes**  
Judul Ta/Skripsi : **Pengelolaan Kesiapan Meningkatkan Manajemen Kesehatan Pada Keluarga Dengan Diabetes Mellitus Di Desa Kebumen Kecamatan Banyubiru Kabupaten Semarang**

Abstrak : A. Latar Belakang  
Keberadaan penyakit diabetes melitus kian meningkat dari tahun ke tahunnya. World Health Organization (WHO) menunjukkan data bahwa pada 2021 penyebab nomor satu angka kematian di dunia adalah penyakit tidak menular, mencapai angka 71%. Selain itu, WHO juga menyebutkan bahwa terjadi peningkatan penderita Diabetes Mellitus sebesar 8,5% pada populasi orang dewasa, yakni tercatat 422 juta orang menderita Diabetes Mellitus di dunia. Terutama di negara-negara dengan status ekonomi menengah dan rendah. Diperkirakan di usia kurang dari 70 tahun terdapat angka 2,2 juta kematian yang diakibatkan oleh Diabetes Mellitus. Bahkan akan terus terjadi peningkatan sebesar 600 juta jiwa pada tahun 2035.  
Sedangkan Indonesia menempati urutan ke-5 yang tinggi terutama penderita DM tipe II dengan prevalensi 9,1 juta, setelah India, Cina dan Amerika Serikat. Laporan ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah penyandang DM sebanyak 2-3 kali lipat pada tahun 2035. Di Indonesia, jumlah orang dengan diabetes terus meningkat dari 10,7 juta pada tahun 2019 menjadi 19,5 juta pada tahun 2021. Indonesia pun kini menduduki peringkat kelima dengan jumlah orang dengan diabetes terbanyak di dunia, naik dari peringkat ketujuh pada tahun 2019 (Kemenkes, 2022). Sedangkan untuk Prevalensi diabetes melitus di Provinsi Jawa Tengah berada di posisi ke 2 dalam kategori penyakit tidak menular dengan 16% dan hanya berada dibawah hipertensi dengan 66% (Dinkes Jateng, 2022). Dalam lingkup Kabupaten Semarang, Merujuk data pada portal Sirandu milik Dinas Kesehatan Kota Semarang, sejak awal tahun (1/1/2021) hingga hari ini (15/7/2022), penderita hipertensi tercatat sebanyak 61.950 jiwa. Kasus terbanyak berada di Kecamatan Gayamsari dengan jumlah penderita 4089 jiwa (Dinkes Kab. Semarang, 2022)  
Penyakit DM merupakan sekelompok kelainan heterogen yang ditandai oleh kenaikan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia. Glukosa secara normal bersirkulasi dalam jumlah tertentu dalam darah, glukosa dibentuk di hati dari makanan yang di konsumsi. Diabetes di tandai dengan Pengeluaran Urin (Poliuria), timbul Rasa Haus (Polidipsia), Timbul Rasa Lapar (Polifagia) (Smeltzer Bare, 2018).  
Timbul Rasa Lapar atau Polifagia pada penderita diabetes tipe 2, akan memicu pasien mengalami obesitas atau kegemukan maka risiko diabetes meningkat secara progresif yang ditunjukkan oleh indeks massa tubuh (IMT), yakni berat badan dalam kg dibagi tinggi badan dalam m<sup>2</sup> yang meningkat. Indeks Massa Tubuh dibagi menjadi dua kategori yaitu normal apabila IMT <25 kg/m<sup>2</sup> dan obesitas apabila IMT ≥27 kg/m<sup>2</sup>. Penderita obesitas dapat mengalami gangguan metabolisme tubuh terutama insulin sebagai kunci untuk glukosa memasuki sel sehingga diabetes melitus yang diderita akan semakin parah. Tujuan pengobatan pengidap diabetes melitus dengan obesitas dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi adalah mengembalikan fungsi normal proses metabolik dan organ tubuh.

Penurunan berat badan terbukti memperbaiki toleransi glukosa dan kadar gula darah puasa (Arisman, 2017).

Pengaturan pola makan, terutama konsumsi lemak, karbohidrat dan serat cukup akan membantu dalam mengontrol glukosa darah. Asupan zat gizi mikro, salah satunya vitamin C terdapat dalam makanan sumber alami, yang berperan sebagai antioksidan akan menurunkan resistensi dan melalui perbaikan fungsi endothelial dan menurunkan stress oksidatif sehingga mencegah perkembangan kejadian diabetes tipe 2. Selain menerapkan pola makan sehat juga dianjurkan bagi masyarakat untuk melakukan olahraga secara teratur, dari masalah tersebut diet nutrisi merupakan masalah yang harus menjadi perhatian bagi penderita diabetes militus (Nurlina, 2018).

Penelitian terkait diet nutrisi bagi penderita diabetes militus pernah dilakukan oleh Tumiwa (2021) Dengan menerapkan terapi nutrisi medis pada pasien DM dilaporkan adanya penurunan HbA1c (A1C) sebanyak 1% pada diabetes tipe 1 dan 1-2% pada diabetes tipe 2, serta berdasarkan studi meta-analisis pada individu nondiabetes, terapi nutrisi medis dapat mengurangi kolesterol LDL sebanyak 15-25mg/dL dimana perbaikan dapat dilihat dalam 2-4 bulan sejak dimulainya terapi. Berdasarkan penelitian tersebut dikatakan bahwa terapi nutrisi medis sebagai terapi non farmakologis sangat penting untuk diterapkan pada pasien diabetes maupun pasien yang belum terdeteksi diabetes mellitus.

Sedangkan menurut penelitian Hariawan (2021) responden diabetes melitus yang memenuhi nutrisi baik dengan pola makan sehat sebesar 35,5% sedangkan dengan pola makan tidak sehat lebih tinggi sebesar 65,5%. Selain itu juga pada penelitian yang sama responden diabetes melitus dengan aktivitas fisik tinggi sebesar 30,8% sedangkan aktivitas fisik yang rendah lebih tinggi sebesar 64,7% maka dalam kesimpulannya sebagian besar responden penderita diabetes melitus tipe 2 memiliki riwayat pola makan tidak sehat dan aktivitas fisik ringan yang akan beresiko terjadinya diabetes melitus tipe 2 maka disarankan kepada tenaga kesehatan untuk lebih memperhatikan diet dan memaksimalkan aktifitas fisik bagi penderita diabetes melitus tipe 2.

Berdasarkan data di atas penulis bermaksud untuk melakukan penelitian terkait masalah nutrisi yang dialami oleh penderita diabetes militus agar memiliki pola diet yang baik agar dapat menurunkan kadar gula dalam darah, sehingga fokus studi dalam penelitian ini adalah "pengelolaan kesiapan meningkatkan manajemen kesehatan pada keluarga dengan diabetes mellitus di Desa Kebumen Kecamatan Banyubiru kabupaten Semarang tahun 2023"

Tanggal Pengajuan : 27/03/2023 11:58:27

Tanggal Acc Judul : 30/03/2023 08:35:09

Tanggal Selesai Proposal : -

Tanggal Selesai TA/Skripsi : -

No	Hari/Tgl	Keterangan	Dosen/Mhs
<b>BIMBINGAN JUDUL</b>			
1	Kamis,30/03/2023 08:34:33	lanjutkan dengan dosen pembimbing yang telah ditentukan, untuk judul sesuaikan dengan masalah keperawatan yang ada di referensi atau jika menggunakan SDKI maka disesuaikan dengan SDKI tsb	Ana Puji Astuti, S.Kep.,Ns.,M.Kes
2	Kamis,30/03/2023 10:34:53	baik bu, terimakasih	-

<b>BIMBINGAN PROPOSAL</b>			
3	Selasa,09/05/2023 07:47:36	Assalamualaikum pak, sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya, izin mengirimkan bimbingan KTI Bab 1. Terimakasih pak	Ainul Farikhah
4	Rabu,10/05/2023 15:58:28	Assalamualaikum pak, sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya, Saya Ainul Farikhah mahasiswa D3 Keperawatan Semester 6 izin mengumpulkan bimbingan KTI Bab 2. Terimakasih pak	Ainul Farikhah
5	Rabu,14/06/2023 13:52:13	Assalamualaikum pak, sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya, Saya Ainul Farikhah mahasiswa D3 Keperawatan Semester 6 izin mengumpulkan bimbingan KTI Bab 3. Terimakasih pak	Ainul Farikhah
6	Kamis,15/06/2023 08:54:46	Assalamualaikum pak, sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya, Saya Ainul Farikhah mahasiswa D3 Keperawatan Semester 6 izin mengumpulkan bimbingan KTI Bab 4. Terimakasih pak	Ainul Farikhah
7	Jumat,16/06/2023 06:54:35	Assalamualaikum pak, sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya, Saya Ainul Farikhah mahasiswa D3 Keperawatan Semester 6 izin mengumpulkan bimbingan KTI Bab 5. Terimakasih pak	Ainul Farikhah
8	Senin,19/06/2023 16:07:48	Assalamualaikum pak, sebelumnya mohon maaf mengganggu waktunya, Saya Ainul Farikhah mahasiswa D3 Keperawatan Semester 6 izin mengumpulkan bimbingan KTI bagian Abstrak. Terimakasih pak	Ainul Farikhah

Mengetahui,  
Ketua Program Studi



Ana Puji Astuti, S.Kep.,Ns.,M.Kes  
( NIDN: 0625067604 )

Semarang , 19 Juni 2023



Ainul Farikhah  
(NIM: 081201022 )

Dosen Pembimbing (1)



Ahmad Kholid, S.Kep.,Ns.M.Kes  
( NIDN: 0621087702 )

Dosen Pembimbing (2)



Ahmad Kholid, S.Kep.,Ns.M.Kes  
( NIDN: 0621087702 )