

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :

**GAMBARAN DAYA TERIMA KENTANG REBUS DAN KENTANG
KUKUS SEBAGAI ALTERNATIF SUMBER KARBOHIDRAT
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI BANGSAL RAWAT INAP
RUMAH SAKIT UMUM BUDI RAHAYU PEKALONGAN**

Disusun oleh :

MURNI HERNITA SARI, AMG

067231001



Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta
telah diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 6 Agustus 2024

Pembimbing

A handwritten signature in blue ink, which appears to read 'Sugeng Maryanto'.

Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes.

NIDN. 0025116210

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

GAMBARAN DAYA TERIMA KENTANG REBUS DAN KENTANG KUKUS SEBAGAI ALTERNATIF SUMBER KARBOHIDRAT PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI BANGSAL RAWAT INAP RUMAH SAKIT UMUM BUDI RAHAYU PEKALONGAN

Disusun oleh :

MURNI HERNITA SARI, AMG
NIM. 067231001

Telah diujikan dan dipresentasikan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Senin
Tanggal : 19 Agustus 2024
Tim Penguji :

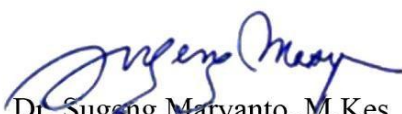
Ketua Penguji


Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M. Gizi
NIDN. 0618098601


Anggota/ Penguji I


Puji Afiatna, S.Gz.,M.Gz
NIDN. 0609128903

Anggota/ Penguji II


Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes
NIDN. 0025116210

Ketua Program Studi


Riva Mustika Anugrah, S.Gz. M.Gizi
NIDN. 0627038602

Dekan Fakultas Kesehatan


Eko Susilo, S.Kep. Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501



PERNYATAAN ORSINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Murni Hernita Sari, AMG

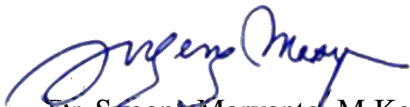
NIM : 067231001

Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul “Gambaran Daya Terima Kentang Rebus Dan Kentang Kukus Sebagai Alternatif Sumber Karbohidrat Pada Pasien Diabetes Melitus Di Bangsal Rawat Inap Rumah Sakit Umum Budi Rahayu Pekalongan” adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam penelitian ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing


Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes
NIDN. 0025116210

Pekalongan, Agustus 2024

uat pernyataan,



Murni Hernita Sari, AMG
NIM. 067231001

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Murni Hernita Sari, AMG

NIM : 067231001

Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi
Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “Gambaran Daya Terima Kentang Rebus Dan Kentang Kukus Sebagai Alternatif Sumber Karbohidrat Pada Pasien Diabetes Melitus Di Bangsal Rawat Inap Rumah Sakit Umum Budi Rahayu Pekalongan” untuk kepentingan akademik

Pekalongan, Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,



Murni Hernita Sari, AMG

NIM. 067231001

RIWAYAT HIDUP PENELITI

Nama : Murni Hernita Sari, AMG

Tempat/Tanggal Lahir : Pekalongan, 8 Oktober 1978

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Warga Negara : Indonesia

Alamat : Jl. Matana, Gg Mekar II No. IA Poncol Pekalongan

Handphone : 0856-4779-7289

Email : harifaprasetyo@gmail.com

Riwayat Pendidikan : 1. TK ABA Noyontaan Pekalongan
2. SDN Keputran III Pekalongan
3. SMPN 7 Pekalongan
4. SMA Dwija Praja Pekalongan
5. Akademi Gizi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Universitas Ngudi Waluyo Ungaran
Program Studi S1 Gizi
Skripsi, Agustus 2024
Murni Hernita Sari, AMG
067231001

GAMBARAN DAYA TERIMA KENTANG REBUS DAN KENTANG KUKUS SEBAGAI ALTERNATIF SUMBER KARBOHIDRAT PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI BANGSAL RAWAT INAP RUMAH SAKIT UMUM BUDI RAHAYU PEKALONGAN

ABSTRAK

Latar Belakang : Kentang kukus adalah sumber karbohidrat yang sehat dan rendah lemak. Karbohidrat merupakan sumber utama energi bagi tubuh, dan kentang kukus memberikan energi tahan lama yang dibutuhkan tubuh. Maka dari itu, makan kentang kukus membantu kegiatan sehari-hari tanpa menambah beban lemak berlebih.

Kentang rebus bukan hanya lezat, tetapi juga memberikan manfaat besar untuk kesehatan jantung. Kandungan potasium yang tinggi membantu menurunkan tekanan darah, sedangkan asam klorogenat dan kukoamines berperan dalam menjaga kestabilan tekanan darah.

Tujuan : Mengetahui Daya Terima pada modifikasi Kentang Rebus dan Kentang Kukus sebagai pengganti sumber karbohidrat pada pasien Diabetes Melitus, Mengetahui Sisa Makanan di Rumah Sakit Budi Rahayu Pekalongan

Metode : Uji Daya Terima, Sisa Porsi Makan Pasien, Uji Hedonik, Cek Kadar Gula Darah Sewaktu Sebelum & Sesudah Makan.

Hasil : Kentang Rebus 100% habis di makan oleh pasien Diabetes Melitus dari hari I sampai dengan hari III, Kentang Kukus 100% habis di makan oleh pasien Diabetes Melitus dari hari I sampai dengan hari III

Simpulan : Baik Kentang Rebus ataupun Kentang Kukus habis di makan oleh pasien juga dapat menurunkan kadar GDS (Gula Darah Sewaktu) pasien diabetes melitus.

Rincian kandungan nutrisi dalam 100 gram kentang rebus yang memiliki 87 kalori ini terdiri dari 1% lemak, 91% karbohidrat, dan 8% protein. Hal ini membuktikan bahwa kentang rebus dapat menjadi sumber karbohidrat yang sehat dan rendah lemak. Mengukus kentang cenderung menghasilkan tekstur yang lebih kencang, sedangkan merebusnya seringkali menghasilkan tekstur yang lebih lembut. Waktu memasak: Merebus kentang biasanya memakan waktu lebih singkat dibandingkan mengukusnya, karena merebus kentang dengan cepat akan memasak kentang dalam air panas. Kandungan nutrisi kentang kukus 20 gram karbohidrat. 1,9 gram protein. 1,8 gram serat. 380 miligram kalium.

Kata kunci : Kentang, Kentang Rebus, Kentang Kukus

Ngudi University Waluyo Ungaran
S1 Nutrition Study Program
Thesis , Agustus 2024
Murni Hernita Sari, AMG
067231001

**OVERVIEW OF THE ACCEPTANCE OF BOILED POTATOES AND
STEAMED POTATOES AS AN ALTERNATIVE SOURCE OF
CARBOHYDRATES IN DIABETES MELLITUS PATIENTS IN THE
INPATIENT WARD OF BUDI RAHAYU GENERAL HOSPITAL
PEKALONGAN**

ABSTRACT

Background Back : Steamed potatoes are a healthy source of carbohydrates and are low in fat. Carbohydrates are the main source of energy for the body, and steamed potatoes provide the long-lasting energy the body needs. Therefore, eating steamed potatoes helps with daily activities without adding to the burden of excess fat.

Boiled potatoes are not only delicious, but also provide great benefits for heart health. The high potassium content helps lower blood pressure, while chlorogenic acid and kukoamines play a role in maintaining stable blood pressure.

Purpose : Knowing the Acceptability of Modified Boiled Potatoes and Steamed Potatoes as a substitute source of carbohydrates in Diabetes Mellitus patients, Knowing Food Waste at Budi Rahayu Hospital Pekalongan

Method : Acceptability Test, Patient's Remaining Meal Portion, Hedonic Test, Check Blood Sugar Levels Before & After Meals.

Result : Boiled Potatoes are 100% consumed by Diabetes Mellitus patients from day I to day III, Steamed Potatoes are 100% consumed by Diabetes Mellitus patients from day I to day III

Conclusion : Both Boiled Potatoes and Steamed Potatoes after being eaten by patients can also reduce the GDS (Secondary Blood Sugar) levels of diabetes mellitus patients.

Details of the nutritional content in 100 grams of boiled potatoes, which have 87 calories, consist of 1% fat, 91% carbohydrates and 8% protein. This proves that boiled potatoes can be a source of healthy, low-fat carbohydrates. Steaming potatoes tends to produce a firmer texture, while boiling them often produces a softer texture. Cooking time: Boiling potatoes usually takes less time than steaming them, because boiling them quickly cooks them in hot water. The nutritional content of steamed potatoes is 20 grams of carbohydrates. 1.9 grams of protein. 1.8 grams of fiber. 380 milligrams of potassium.

Keywords :

Potatoes, Boiled Potatoes, Steamed Potatoes

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti curahkan atas segala berkah dan rahmat Allah SWT yang telah memberikan kekuatan dan kesehatan serta kesempatan untuk peneliti sehingga berehasil menyelesaikan tugas skripsi ini.

Semoga Sholawat serta salam tercurah Kepada Penghulu para Nabi rosulullah Muhammad SAW yang telah memberikan cahaya islam dan iman kepada penulis.

Akan tetapi sesungguhnya peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka penyusunan skripsi ini tidak dapat berjalan dengan baik. Hingga selesainya penulisan skripsi ini telah banyak menerima bantuan waktu, tenaga dan pikiran dari banyak pihak. Sehubungan dengan itu, maka pada kesempatan ini perkenankanlah peneliti menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr.Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Eko Susilo, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Dekan Kesehatan Fakultas Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ibu Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gz selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Bapak Dr. Sugeng Maryanto, M.Kes selaku dosen pembimbing yang senantiasa memberikan arahan serta masukan dalam penyusunan skripsi penelitian ini.
5. Bapak Galeh Septiar Pontang S.Gz., M. Gizi selaku ketua penguji yang senantiasa memberian masukan dalam skripsi penelitian ini.
6. Seluruh dosen Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah membimbing dan memotivasi saya untuk menyusun proposal penelitian ini.
7. Bapak dan ibu Alm. H. Sutarno dan Almarhumah Ibu Hj. Waliyem Kedua orang tua tercinta, Dullah Subandi Masku, Dwi Irawati Sutisna mbakyuku, Heri Nugroho pakdenya anak-anak, Neniek Kurnianingsih tante Haji yang baik dan pintar, Lita Yuni Nastiti adik paling bungsu, Gus Mahmud Mansyur S.Ag.,

M.HA (Assalamualikum My Future Imam) and In Love With You, Muhammad Ali Haydar Bujangnya mama yang pertama, mas Adek Muhammad Ridho Al Mu'thi gantengnya mama, Muhammad Fatah Nasrulloh Ontot mama yang Smart, Kakak Nafis, Kakak Najib, juga Adik Maya (Welcome my Little Angel), you all my big MOOD BOOSTER.

8. Terima kasih untuk Suster Yayasan Santa Maria RSUD Budi Rahayu Pekalongan, para suster SND :
 - Suster Maria Kristiana
 - Suster Maria Valeria
 - Suster Maria Resa
 - Suster Maria Agatha
 - Suster Maria FranselinTerima kasih Suster untuk semuanya terutama doa, perhatian dan semangat
9. Seluruh Jajaran Direksi Manajemen RSUD Budi Rahayu Pekalongan terkhusus kepada Ibu Direktur dr.J. Jahyani Malonda , MARS
10. Ibu Murni Can Ka. Ruang St Maria dan Mb Susi Can Ka. Ruang St Yosef
Thanks a lot sudah bantu dalam penelitian skripsi ini
11. Buat Ibu Manajer Pelayanan Medik yang tercantik dan terunik dokcan Monik
maturnuwun untuk semangat juga masukannya
12. Mbak Gloria dan Mas Yudha from Diklat RSBR yang sudah memberikan pendampingan dan memfasilitasi ruangan untuk Ujian
13. Teman-teman sejawat Instalasi Gizi RSUD Budi Rahayu Pekalongan LOPE U
Pull sak Kebon Sengon
14. Teman-teman seperjuangan angkatan I 2023 S1 GIZI RPL UNW yang selalu mendukung dan memberikan motivasi, saran dan masukan kepada penulis.
15. Teruntuk teman satu daerah baik Kota/Kab. Pekalongan Mb Rob, Mb Dwi, Mak Ren, MB Nung juga Adik Selly terima kasih telah membantu, menggandeng dan mendukung penulis ketika susah maupun senang.
16. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu dalam penyusunan proposal penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa dalam skripsi penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna kesempurnaan skripsi ini. Besar harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangan dan manfaat bagi semua pihak. Aamiin.

Ungaran, Agustus 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN ORSINILITAS	iv
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI.....	v
RIWAYAT HIDUP PENELITI	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori	5
1. Diabetes Melitus.....	5
2. Kadar Glukosa Darah	5
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar glukosa darah...	6
4. Jenis pemeriksaan kadar glukosa darah	9
5. Daya Terima Makan	10
6. Kentang	18
7. Serat.....	23
8. Sisa Makanan	25
B. Karangka Teori.....	35

BAB III	METODE PENELITIAN	
	A. Desain Penelitian.....	36
	B. Lokasi dan Waktu Penelitian	36
	C. Subjek Penelitian.....	36
	D. Definisi Operasional.....	37
	E. Prosedur Penelitian	39
	F. Pengumpulan Data Penelitian	40
	G. Pengolahan Data Penelitian.....	40
	H. Analisis Data	41
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	
	A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	44
	1. Letak RSUD Budi Rahayu kota Pekalongan	44
	2. Instalasi Gizi RSUD Budi Rahayu Pekalongan	44
	B. Hasil Penelitian	44
BAB V	PENUTUP	
	A. Kesimpulan	69
	B. Saran.....	69

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1.	Nilai Gizi Kentang.....	22
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	37
Tabel 4.1	Statistics.....	45
Tabel 4.2	Data Pasien Penelitian	45
Tabel 4.3	Jenis_Kelamin	48
Tabel 4.4	Nilai GDS Kentang Data Pasien DM Ranap RSUD Budi Rahayu Pekalongan	49
Tabel 4.5	Data Perbandingan Nilai GDS Nasi Pasien DM Ranap RSUD Budi Rahayu Pekalongan	
Tabel 4.6	GDS_Sebelum_Kentang_Rebus.....	55
Tabel 4.7	GDS_Setelah_Kentang_Rebus.....	56
Tabel 4.8	GDS_Sebelum_Kentang_Kukus	56
Tabel 4.9	GDS_Setelah_Kentang_Kukus	56
Tabel 4.10	Data Camstock.....	58
Tabel 4.11	Comstock_Kentang_Rebus	62
Tabel 4.12	Comstock_Kentang_Kukus	63
Tabel 4.13	Data Daya Terima Pasien Dm Ranap Rsu Budi Rahayu Pekalongan	63
Tabel 4.14	Daya_Terima_Kentang_Rebus.....	68
Tabel 4.15	Daya_Terima_Kentang_Kukus	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Tanaman Kentang.....	18
Gambar 2.2	Kentang Rebus.....	18
Gambar 2.3	Kentang Kukus	18
Gambar 2.4	Kerangka Teori	35
Gambar 2.5	Alur Penelitian.....	39

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Informed Consent
- Lampiran 2 Kuesioner Uji Daya Terima
- Lampiran 3 Taksiran Visual Skala Camstock

