

ABSTRAK

Sampai saat ini penyakit Diabetes Mellitus (DM) masih merupakan salah satu penyakit yang ditakuti oleh masyarakat, mengingat banyaknya komplikasi yang dapat timbul akibat dan penyakit ini.

Penyakit Diabetes Mellitus disebut juga penyakit kencing manis, ditandai dengan naiknya kadar gula darah (hiperglikemia) dan tingginya kadar gula dalam urine (glukosuria). Terdapat **4** tipe DM yaitu tipe I disebut Insulin Dependent Diabetes Mellitus (IDDM), tipe yang tergantung pada insulin, biasa terjadi **pada** anak-anak, tipe II disebut Non Insulin Dependent Diabetes Mellitus (NIDDM), tipe yang tidak tergantung pada insulin, biasa terjadi pada dewasa dan orang tua, tipe **III** disebut Malnutrition Diabetes Mellitus dan tipe IV adalah tipe DM yang berhubungan dengan keadaan atau sindrom tertentu. Pada tulisan ini hanya akan dibatasi pada tipe II (NIDDM), yang merupakan tipe yang paling sering dijumpai, biasanya dapat dikontrol dengan diit, olahraga yang teratur dan obat anti diabetes.

Tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini adalah memberikan gambaran tentang apa itu penyakit Diabetes Mellitus terutama Diabetes Mellitus tipe II, bagaimana penanganan dengan cara chit, macam-macam diit, dan jumlah kalori untuk diit.

Dengan adanya karya tulis ini diharapkan dapat lebih mengetahui bahwa peranan diit sangat penting, mengingat diit merupakan salah satu terapi primer dalam penanganan penyakit Diabetes Mellitus, tentunya **harus** diimbangi dengan penerangan kepada penderita Diabetes Mellitus agar lebih memahami tentang dasar-dasar pengobatan untuk penyakitnya.

ABSTRACT

Till today, Diabetes Mellitus (DM) still appear as one of mortality disease in our society, considering so many complication which can be emerged because of this disease.

DM as people usually said by "kencing manis". can be recognized by hyperglycemia or the increasing of glucose level in blood and glucosuria or the height of glucose level in the urine. Actually there are 4 types of DM, which consist of: Type I or usually called by Insulin Dependent Diabetes Mellitus (IDDM), this type is depending on insulin and usually occur to children, Type II or usually called Non insulin Dependent Diabetes Mellitus (NIDDM), the type which not depending on insulin and usually occur to adult or old people, Type III or Usually called Malnutrition Related Diabetes Mellitus (MRDM), and Type IV is the type which has connected with a certain condition or syndrome. This writing will only be defined into the analysis of Type II (NIDDM), as the most popular type which can be controlled by diet, regular sporting and taking anti diabetic medicine.

The aim of this scientific writing is presenting the clear picture of what the DM disease is, especially DM Type II, how to handle it by diet, various kind of diet, the amount of calories and several kind of food which is recommended to be consumed for the diet itself.

This writing, hopefully can give more knowledge about the importance of the diet, considering that diet is still one of primary therapy in taking up Diabetes Mellitus disease and of course must be balance with the right information for the patient so they can be more understand about the principal treatment of their disease.

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGAKTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Maksud dan Tujuan	2
1.4 Kegunaan Penulisan	3
1.5 Kerangka Pemikiran	3
1.6 Metodologi Penulisan	5
1.7 Lokasi dan <i>Waktu</i> Penulisan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Pengertian Diabetes Mellitus	6
2.2 Dasar Terapi Diabetes Mellitus	7
2.3 Terapi gizi pada Diabetes Mellitus Tipe II	7
2.4 Kebutuhan zat gizi	8
2.4.1 Protein	8
2.4.2 Total Lemak	8
2.4.3 Lemak Jenuh dan Kolesterol	9
2.4.4 Karbohidrat dan Pemanis	9
2.4.4.1 Sukrosa	9
2.4.4.2 Pemanis	10
2.4.5 Serat	10
2.4.6 Alkohol	10
2.4.7 Vitamin dan Mineral	11

2.5 Diit Diabetes Mellitus	12
2.5.1 Indikasi Penggunaan Diit B	12
2.5.2 Indikasi Penggunaan Diit B1	13
2.5.3 Penggunaan Diit B Puasa dan Diit B1 Puasa	13
2.5.4 Indikasi Penggunaan Diit B2 dan Diit B3	14
BAB III PEMBAHASAN	
3.1 Tujuan pengobatan dengan diit bagi penderita Diabetes Mellitus	15
3.2 Penentuan jumlah kalori diit bagi penderita Diabetes Mellitus	15
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	
4.1 Kesimpulan	19
4.2 Saran	20
DAFTAR PUSTAKA	21
RIWAYAT HIDUP PENULIS	22