

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN MEDIA “*TRAFFIC LIGHT CARD* PRINSIP 3 J  
(JUMLAH, JENIS, JADWAL)” TERHADAP PENGETAHUAN PADA  
PENDERITA DIABETES MELLITUS**



Disusun Oleh:

**FERRIKA DIAH ALITA**

**P07131218017**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN**

**YOGYAKARTA**

**TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN MEDIA “TRAFFIC LIGHT CARD PRINSIP 3 J  
(JUMLAH, JENIS, JADWAL)” TERHADAP PENGETAHUAN PADA  
PENDERITA DIABETES MELLITUS**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi



Disusun Oleh:

**FERRIKA DIAH ALITA**

**P07131218017**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA**

**JURUSAN GIZI**

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN**

**YOGYAKARTA**

**TAHUN 2022**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

“Pengaruh Media *Traffic Light Card* Prinsip 3 J (Jumlah, Jenis, Jadwal)  
Terhadap Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Mellitus”

Disusun Oleh:

FERRIKA DIAH ALITA

NIM.P07131218017

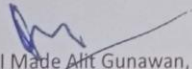
Telah diesetujui pembimbing pada tanggal:

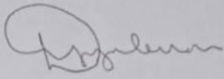
.....15 Juni.....2022

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

  
Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M. Si  
NIP. 196303241986031001

  
drh. Idi Setiyobroto, M.Kes.  
NIP.196802071994031002

Yogyakarta, .....15 Juni'.....2022

Ketua Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M. Si  
NIP. 196303241986031001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“Pengaruh Media *Traffic Light Card* Prinsip 3 J (Jumlah, Jenis, Jadwal)  
Terhadap Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Mellitus”

Disusun Oleh

Ferrika Diah Alita

NIM.P07131218017

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 10 Juni ..... 2022

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M. Si

NIP. 196303241986031001 (.....)

Anggota,

drh. Idi Setiyobroto, M.Kes.

NIP.196802071994031002 (.....)

Anggota,

Rini Wuri Astuti, S.Si.T.,M.Gz.

NIP. 198004052008122002 (.....)

Mengetahui

Ketua Jurusan Gizi



Dr. Ir. I Made Alit Gunawan, M. Si

NIP. 196303241986031001

#### HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Ferrika Diah Alita

NIM : P07131218017

Tanda Tangan :



Tanggal : 15 Juni 2022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA  
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

---

Nama : Ferrika Diah Alita  
NIM : P07131218017  
Program Studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Noneklusive Royalty- Fee Right*)** atas Skripsi saya yang berjudul:  
"Pengaruh Media *Traffic Light Card* Prinsip 3 J (Jumlah, Jenis, Jadwal) Terhadap Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Mellitus"  
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti Noneklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/ formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta  
Pada tanggal : 15 Juni 2022  
Yang menyatakan



(Ferrika Diah Alita)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi pada Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Joko Susilo SKM, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Ir, I Made Alit Gunawan selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sekaligus dosen pembimbing utama skripsi yang telah memberikan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan proposal skripsi ini.
3. Dr. Agus Wijanarka, S. Si. T, M. Kes selaku Ketua Prodi jurusan gizi prodi sarjana terapan gizi dan dietetika
4. drh. Idi Setiyobroto, M.Kes. selaku dosen Pembimbing Pendamping skripsi yang telah memberikan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan proposal skripsi ini.
5. Rini Wuri Astuti, S.Si.T.,M.Gz. selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan arahan guna perbaikan Skripsi.
6. Kedua Orang tua dan juga adik-adik Saya yang telah memberikan doa, dukungan material dan dukungan moral serta semangat

7. Semua rekan-rekan mahasiswa Sarjana Terapan Gizi Angkatan 2018 yang memberikan semangat
8. Semua pihak yang telah membantu saya dalam penyusunan skripsi

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas semua kebaikan pada pihak-pihak yang telah membantu. Penulis menyadari bahwa dalam menyusun skripsi ini masih jauh dari sempurna. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Yogyakarta, .....2022

Penulis



## DAFTAR ISI

### Halaman

|  |           |
|--|-----------|
| HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....              | ii        |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                         | iii       |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....            | iv        |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN KARYA ILMIAH..... | v         |
| ABSTRACT .....                                   | vi        |
| ABSTRAK .....                                    | vii       |
| KATA PENGANTAR .....                             | viii      |
| DAFTAR ISI .....                                 | x         |
| DAFTAR TABEL .....                               | xii       |
| DAFTAR GAMBAR .....                              | xiii      |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                             | xiv       |
| <br>   |           |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                   | <b>1</b>  |
| A. Latar Belakang.....                           | 1         |
| B. Rumusan Masalah .....                         | 3         |
| C. Tujuan Penelitian .....                       | 4         |
| 1. Tujuan Umum .....                             | 4         |
| 2. Tujuan Khusus .....                           | 4         |
| D. Ruang Lingkup .....                           | 4         |
| E. Manfaat Penelitian.....                       | 5         |
| 1. Manfaat Teoritis .....                        | 5         |
| 2. Manfaat Praktis .....                         | 5         |
| F. Keaslian Penelitian .....                     | 5         |
| <br>   |           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>             | <b>8</b>  |
| A. Telaah Pustaka .....                          | 8         |
| 1. Definisi Diabetes Mellitus .....              | 8         |
| 2. Klasifikasi Diabetes Mellitus .....           | 9         |
| 3. Diagnosis Diabetes Mellitus .....             | 10        |
| 4. Tatalaksana Diabetes Mellitus .....           | 11        |
| 5. Konseling Gizi .....                          | 17        |
| 6. Media Konseling .....                         | 18        |
| 7. Pengetahuan Gizi .....                        | 20        |
| B. Kerangka Teori .....                          | 23        |
| C. Kerangka Konsep.....                          | 23        |
| D. Hipotesis .....                               | 23        |
| <br>   |           |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>       | <b>24</b> |
| A. Jenis dan Desain Penelitian .....             | 24        |
| B. Populasi dan Sampel .....                     | 25        |
| C. Waktu dan Tempat Penelitian.....              | 26        |

|   |           |
|---|-----------|
| D. Variabel Penelitian.....   | 26        |
| E. Definisi Operasional Penelitian.....                             | 27        |
| F. Jenis dan teknik Pengumpulan Data .....                          | 28        |
| G. Alat Ukur/ Instrumen yang digunakan dalam Pengumpulan Data ..... | 29        |
| H. Uji Validitas dan Realibilitas.....                              | 30        |
| I. Uji Kelayakan Media .....  | 31        |
| J. Prosedur Penelitian.....   | 32        |
| K. Manajemen data.....  | 35        |
| L. Etika Penelitian .....   | 36        |
| M. Keterbatasan Penelitian .....                                    | 37        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>                             | <b>39</b> |
| A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....                            | 39        |
| B. Media <i>TrafficLight Card 3 J</i> .....                         | 44        |
| C. Karakteristik Responden .....                                    | 45        |
| D. Perbedaan Skor Pengetahuan.....                                  | 48        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                             | <b>51</b> |
| A. Kesimpulan.....  | 51        |
| B. Saran.....   | 51        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>  | <b>52</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>   | <b>55</b> |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Tabel 1. Kisi-kisi Kuisisioner Pengetahuan Pasien DM.....                 | 30 |
| Tabel 2. Jumlah Penduduk .....  | 42 |
| Tabel 3. Rekapitulasi 10 besar penyakit di puskesmas Kasihan II Bantul... | 43 |
| Tabel 4. Karakteristik Responden.....                                     | 45 |
| Tabel 5. Nilai Pre test dan Post Test kelompok perlakuan .....            | 48 |
| Tabel 6. Nilai Pre test dan Post Test kelompok kontrol.....               | 49 |
| Tabel 7. Kuisisioner Pengetahuan Referensi .....                          | 63 |
| Tabel 8. Kuisisioner yang digunakan .....                                 | 66 |
| Tabel 9. Form Identitas Responden .....                                   | 68 |
| Tabel 10. Rincian Biaya .....   | 69 |
| Tabel 11. Langkah- langkah konseling .....                                | 71 |
| Tabel 12. Jadwal Makan Pasien DM .....                                    | 75 |
| Tabel 13. Jenis makanan yang dianjurkan dan tidak dianjurkan .....        | 76 |
| Tabel 14. Data Identitas Pasien .....                                     | 81 |
| Tabel 15. Data Validitas dan realibilitas .....                           | 85 |
| Tabel 16. Hasil Pre test dan post test Puskesmas Kasihan I .....          | 86 |
| Tabel 17. Hasil Pre Test dan Post test Puskesmas Kasihan II.....          | 88 |
| Tabel 18. Uji Cronbach Alpha.....   | 90 |
| Tabel 19. Uji Normalitas Data Shapiro Wilk .....                          | 92 |
| Tabel 20. Uji Statistik Paired Sampel Test .....                          | 94 |

## DAFTAR GAMBAR

|   |     |
|---|-----|
| Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian .....                   | 23  |
| Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian .....                  | 23  |
| Gambar 3. EC .....  | 57  |
| Gambar 4. Surat Izin Penelitian Puskesmas Kaihan II .....   | 60  |
| Gambar 5. Surat Izin Penelitian Puskesmas Kaihan I.....     | 61  |
| Gambar 6. Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan Bantul..... | 62  |
| Gambar 7. Lembar Evaluasi Media .....                       | 78  |
| Gambar 8. Lembar evaluasi Materi .....                      | 80  |
| Gambar 9. Media TLC Diet 3 J .....                          | 96  |
| Gambar 10. Media Leaflet DM Kemenkes 2011 .....             | 98  |
| Gambar 11. Dokumentasi penelitian .....                     | 100 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|  |     |
|--|-----|
| Lampiran 1. <i>Inform Consent</i> .....                              | 56  |
| Lampiran 2. <i>Ethical Clearance</i> .....                           | 57  |
| Lampiran 3. Penjelasan Sebelum Penelitian .....                      | 58  |
| Lampiran 4. Surat Izin Penelitian .....                              | 60  |
| Lampiran 5. Kuisisioner Pengetahuan Referensi .....                  | 63  |
| Lampiran 6. Kuisisioner Pengetahuan yang digunakan .....             | 66  |
| Lampiran 7. Form Identitas Responden .....                           | 68  |
| Lampiran 8. Rincian Biaya Penelitian .....                           | 69  |
| Lampiran 9. SAP Konseling .....                                      | 70  |
| Lampiran 10. Lembar Evaluasi Media .....                             | 78  |
| Lampiran 11. Lembar Evaluasi Materi .....                            | 80  |
| Lampiran 12. Data Identitas Responden .....                          | 81  |
| Lampiran 13. Data Validitas dan Realibilitas .....                   | 85  |
| Lampiran 14. Hasil pre Test dan Post test Puskesmas Kasihan I .....  | 86  |
| Lampiran 15. Hasil pre Test dan Post test Puskesmas Kasihan II ..... | 88  |
| Lampiran 16. Hasil Uji Statistik .....                               | 90  |
| Lampiran 17. Media Penelitian .....                                  | 96  |
| Lampiran 18. Dokumentasi .....                                       | 100 |