

**PENGARUH KONSELING GIZI MENGGUNAKAN MEDIA APLIKASI
NUTRI DIABETIC CARE TERHADAP KEPATUHAN DIET
DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS GAMPING I**

Winaningsih*, Setyowati, Nugraheni Tri Lestari
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: winnaningsih2@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Bergesernya pola penyakit yang sering disebut dengan transisi epidemiologi yang ditandai dengan meningkatnya kematian dan kesakitan akibat penyakit tidak menular salah satunya adalah diabetes melitus. *Diabetes mellitus* merupakan penyakit gangguan metabolik menahun akibat pankreas tidak memproduksi cukup insulin. Perlu adanya suatu usaha pengendalian untuk mencegah meningkatnya angka kejadian tersebut salah satunya dengan memberikan edukasi berupa konseling gizi. Konseling erat kaitannya dengan media. Pemanfaatan sistem android yang banyak digunakan dalam *smartphone* dapat dijadikan alternatif dalam pembuatan media konseling. Oleh karena itu pembuatan media aplikasi *Nutri Diabetic Care* ini dimaksudkan untuk menjadi media dalam konseling sehingga dapat meningkatkan kepatuhan diet *diabetes mellitus* khususnya diet 3J pada klien.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konseling gizi menggunakan media *Nutri Diabetic Care* terhadap kepatuhan diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Gamping I khususnya pada diet 3J.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian dengan jenis penelitian kuasi eksperimental, dengan Rancangan penelitian *one group pretes-postest*. Sebanyak 20 pasien dinilai kepatuhan dietnya menggunakan *food recall* 1 x 24 jam dan *Food frequence quisionare* (FFQ). Sampel diberikan perlakuan berupa konseling menggunakan aplikasi *Nutri Diabetic Care*. Konseling dilakukan sebanyak dua kali dalam rentang waktu satu minggu.

Hasil Penelitian : Terjadi peningkatan kepatuhan diet 3J setelah dilakukan konseling menggunakan media *Nutri Diabetic Care* dengan presentase 25%. Terdapat perbedaan bermakna anatara kepatuhan diaet sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa konseling gizi dengan menggunakan media *nutri diabetic care* dengan nilai $p = 0,025$ ($p = <0,05$).

Kesimpulan : Ada pengaruh media aplikasi *Nutri Diabetic Care* terhadap kepatuhan diet *diabetes mellitus*. Diharapkan media aplikasi *Nutri diabetic care* dapat digunakan sebagai pedoman bagi responden dalam menjalankan diet untuk membantu meningkatkan kepatuhan dan mengontrol gula darah.

Kata kunci : Konseling, *Nutri Diabetic Care*, Kepatuhan Diet

**THE EFFECT OF NUTRITION USING APPLICATION MEDIA
CONSERVATION NUTRI DIABETIC CARE ON DIET COMPLIANCE
TYPE 2 DIABETES MELLITUS IN PUSKESMAS GAMPING I**

Winaningsih* Setyowati, Nugraheni Tri Lestar
Programs Nutrition Ministry of Health Polytechnic Yogyakarta,
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email: winnaningsih2@gmail.com: The shift

ABSTRACT

Background : Disease patterns which are often referred to as epidemiological transitions characterized by increased mortality and illness due to non-communicable diseases, one of which is diabetes mellitus. *Diabetes mellitus* is a chronic metabolic disorder caused by the pancreas not producing enough insulin. There needs to be an effort to control to prevent the increase in the number of events, one of which is by providing education in the form of nutritional counseling. Counseling is closely related to the media. Along with the development of technology, the media in counseling can be developed following technological developments. the use of android systems that are widely used in *smartphones* can be used as an alternative in making counseling media. Therefore the making of the application media *Nutri Diabetic Care* is intended to be a medium in counseling so that it can improve the adherence of the *diabetic mellitus* diet, especially the 3J diet to the client.

Objective: The aim of this study was to determine nutritional counseling using media *Nutri Diabetic Care* on compliance with type 2 diabetes mellitus at the Gamping I Puskesmas, especially on the 3J diet.

Research Methods: This research is a type of quasi-experimental research, with research design *one group pretest-posttest*. A total of 20 patients were assessed for adherence to their diet using *food recall* 1 x 24 hour and *Food frequency questionnaire* (FFQ). Samples were given in the form of counseling using the application of *Nutri Diabetic Care*. Counseling is done twice in a span of one week.

Research Results: There was an increase in 3J diet compliance after counseling using media *Nutri Diabetic Care* with a percentage of 25%. There were significant differences between adherence compliance before and after being given treatment in the form of nutritional counseling using nutrient media *diabetic care* with a value of $p = 0.025$ ($p = <0.05$).

Conclusion : There is an influence of application media *Nutri Diabetic Care* on the diet of *diabetes mellitus*. It is hoped that application media *Nutri diabetic care* can be used as a guideline for respondents in running a diet to help improve compliance and control blood sugar.

Keywords: Counseling, Nutri Diabetic Care, Diet Compliance