

**PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI
PRINSIP 3J (JUMLAH, JENIS, JADWAL) TERHADAP PENGETAHUAN
GIZI DAN SIKAP TENTANG ATURAN MAKAN PENYANDANG
DIABETES MELITUS**

Fitriyatul Munawaroh¹, Idi Setiyobroto², Nugraheni Tri Lestari³
^{1,2,3}Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : Fittymw@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes melitus merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular yang keberadaannya mendapatkan banyak perhatian. Meningkatnya prevalensi diabetes melitus dapat disebabkan oleh faktor yang dapat dimodifikasi dan tidak dapat dimodifikasi. Berbagai macam upaya penanggulangan terhadap diabetes melitus telah banyak dilakukan, salah satunya adalah dengan melalui edukasi gizi. Penggunaan media dalam edukasi gizi bertujuan untuk mempermudah proses penyampaian informasi, salah satu jenis media yang dapat digunakan adalah video. Video merupakan jenis media audio visual yang memiliki kelebihan diantaranya dapat digunakan untuk belajar mandiri dan memungkinkan penyesuaian klien, cocok untuk sasaran dalam jumlah sedang dan kecil, menghemat waktu, serta dapat diputar berulang-ulang.

Tujuan : Mengetahui pengaruh edukasi gizi dengan media video animasi prinsip 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) terhadap pengetahuan dan sikap penyandang diabetes melitus.

Metode : Jenis penelitian ini adalah pre-eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian adalah penyandang diabetes melitus peserta prolanis Puskesmas Gamping 1 berjumlah 30 orang.

Hasil : Pada penelitian ini jumlah responden perempuan lebih banyak yaitu 19 orang (63,3%) dibandingkan dengan responden laki-laki sebanyak 11 orang (36,7%). Terdapat peningkatan nilai rata-rata *pretest* dan *post-test* pengetahuan dan sikap responden. Pada variabel pengetahuan, nilai rata-rata responden sebelum diberikan intervensi adalah 9,07 meningkat menjadi 11,70 setelah diberikan intervensi. Sedangkan pada variabel sikap, nilai rata-rata responden sebelum diberikan intervensi adalah 83,56 meningkat menjadi 92,13 setelah diberikan intervensi. Hasil analisis dengan uji *wilcoxon* didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,001 (<0,05).

Kesimpulan : Ada pengaruh edukasi gizi menggunakan media video animasi prinsip 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) terhadap pengetahuan gizi dan sikap tentang aturan makan pada penyandang diabetes melitus.

Kata Kunci : Diabetes melitus, Edukasi Gizi, Video Animasi

**EFFECT OF NUTRITION EDUCATION USING VIDEO ANIMATION
MEDIA 3J PRINCIPLES (AMOUNT, TYPE, SCHEDULE) ON
NUTRITIONAL KNOWLEDGE AND ATTITUDE REGARDING EATING
RULES FOR PEOPLE WITH DIABETES MELLITUS**

Fitriyatul Munawarroh¹, Idi Setiyobroto², Nugraheni Tri Lestari³

^{1,2,3}Department of Nutrition Health Polytechnic Yogyakarta

Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman

Email : Fittymw@gmail.com

ABSTRACT

Background : *Diabetes mellitus is a type of non-communicable disease whose existence has received a lot of attention. The increasing prevalence of diabetes mellitus can be caused by modifiable and non-modifiable factors. Various kinds of efforts to control diabetes mellitus have been carried out, one of which is through nutritional education. The use of media in nutrition education aims to simplify the process of conveying information, one type of media that can be used is video. Video is a type of audio-visual media which has advantages including that it can be used for independent learning and allows client adjustments, is suitable for medium and small targets, saves time, and can be played repeatedly.*

Objective : *To determine the effect of nutrition education using animated video media on the 3J principles (Amount, Type, Schedule) on the knowledge and attitudes of people with diabetes mellitus.*

Method : *This type of research is pre-experimental with a one group pretest-posttest research design. The research subjects were 30 people with diabetes mellitus who participated in the Gamping 1 Health Center prolanis.*

Results : *In this study, the number of female respondents was greater, namely 19 people (63.3%) compared to 11 male respondents (36.7%). There was an increase in the average value of the pretest and post-test knowledge and attitudes of respondents. In the knowledge variable, the average score of respondents before being given the intervention was 9.07, increasing to 11.70 after being given the intervention. Meanwhile, for the attitude variable, the average score of respondents before being given the intervention was 83.56, increasing to 92.13 after being given the intervention. The results of analysis using the Wilcoxon test showed a p-value of 0.001 (<0.05).*

Conclusion : *There is an influence of nutrition education using animated video media on the 3J principles (Amount, Type, Schedule) on nutritional knowledge and attitudes about eating rules in people with diabetes mellitus.*

Keywords : *Diabetes mellitus, Nutrition Education, Animation Video*