

**KONSELING GIZI MENGGUNAKAN MEDIA *WEBSITE*
PEDULI GIZI DIABETES TERHADAP PERILAKU 3J
(JADWAL JENIS, JUMLAH) PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2
DI RUMAH SAKIT PANTI RAPIH YOGYAKARTA**

Catherine Manuella¹, Tjarono Sari², Idi Setiyobroto³
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.03 Banyuraden, Gamping, Sleman Yogyakarta 55293
Email : cathrinemanuellag@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang : Tren pada penyakit diabetes melitus dari tahun ke tahun mengalami kenaikan, hal ini dibuktikan oleh *World Health Organization* yang mengungkapkan bahwa terdapat 1,5 juta kematian yang terjadi pada tahun 2012 (Kemenkes RI, 2018). Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan insulin yang cukup atau ketika tubuh tidak secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkan. Salah satu upaya pencegahan yang dilakukan ialah melalui proses konseling gizi. Hal ini dilakukan sesuai dengan empat pilar penatalaksanaan diet DM yaitu salah satunya edukasi gizi. Proses konseling gizi erat kaitannya dengan penggunaan media. Oleh karena itu pembuatan media *website* Peduli Gizi Diabetes dimaksudkan sebagai proses dalam melakukan konseling gizi sehingga dapat meningkatkan perubahan perilaku diet DM yaitu 3J (Jadwal, Jenis, Jumlah) responden.

Tujuan Penelitian : Mengetahui pengaruh penggunaan *website* Peduli Gizi Diabetes dalam konseling gizi terhadap perilaku 3J (Jadwal, Jenis, Jumlah) Diabetes Melitus Tipe 2 di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

Metode Penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat *Quasi Eksperimental* dengan rancangan penelitian yang digunakan *one grup pretest posttest without control group*. Lokasi penelitian di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta dengan jumlah sampel 26 orang pasien DM tipe 2. Analisis data perilaku 3J (Jadwal, Jenis, Jumlah) menggunakan Uji *Chi-Square*. *Pre-test* dilakukan sebelum konseling gizi sedangkan *Post-test* dilakukan setelah konseling gizi dengan pantauan selama satu bulan melalui hasil *recall* 1x24 jam, *Semi-Quantitative FFQ* (SQFFQ), dan pantauan perilaku 3J.

Hasil Penelitian : Terdapat peningkatan perubahan perilaku 3J (Jadwal, Jenis, Jumlah) saat setelah diberikan intervensi dengan presentase 58%. Terdapat perubahan perilaku antara kepatuhan diet 3J saat sebelum dan sesudah diberikan intervensi menggunakan media *website* Peduli Gizi Diabetes dengan nilai $p=0,019$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan : Ada pengaruh konseling gizi menggunakan media *website* terhadap perilaku 3J (Jadwal, Jenis, Jumlah) makan pasien DM di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta. Media ini diharapkan dapat digunakan responden menjadi pedoman dalam menerapkan dan menjalankan prinsip diet untuk membantu meningkatkan perilaku dalam setiap prinsip dan mengontrol gula serta mencegah komplikasi.

Kata Kunci : Konseling Gizi, Peduli Gizi Diabetes, Perilaku Diet DM 3J

**NUTRITION COUNSELING USING *WEBSITE MEDIA*
CARE FOR DIABETES NUTRITION ON 3J BEHAVIOR
(SCHEDULE, TYPE, QUANTITY) TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS
AT PANTI RAPIH HOSPITAL YOGYAKARTA**

Catherine Manuella¹, Tjarono Sari², Idi Setiyobroto³
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No.03 Banyuraden, Gamping, Sleman Yogyakarta 55293
Email : cathrinemanuellag@gmail.com

ABSTRACT

Background: The trend in diabetes mellitus from year to year has increased, this is evidenced by the *World Health Organization* which revealed that there were 1.5 million deaths that occurred in 2012 (Ministry of Health RI, 2018). Diabetes mellitus is a non-communicable disease that occurs because the pancreas does not produce enough insulin or when the body does not effectively use the insulin produced. One of the prevention efforts carried out is through the nutritional counseling process. This is done in accordance with the four pillars of DM diet management, one of which is nutrition education. The process of nutritional counseling is closely related to the use of media. Therefore, the creation of the Peduli Gizi Diabetes website media is intended as a process in conducting nutritional counseling so that it can increase changes in DM dietary behavior, namely 3J (Schedule, Type, Number) of respondents.

Research Objective: Knowing the effect of using *the* Peduli Gizi Diabetes website in nutrition counseling on the behavior of 3J (Schedule, Type, Number) of Type 2 Diabetes Mellitus at Panti Rapih Hospital Yogyakarta.

Research Method: This research is a *Quasi-Experimental* research with a research design used *one group pretest posttest without control group*. The location of the study was at Panti Rapih Hospital Yogyakarta with a total sample of 26 type 2 DM patients. Analysis of 3J behavioral data (Schedule, Type, Amount) using *Chi-Square Test*. *Pre-test* is carried out before nutritional counseling while *Post-test* is carried out after nutritional counseling with monitoring for one month through the results of *1x24 hour recall*, *Semi-Quantitative FFQ* (SQFFQ), and 3J behavior monitoring.

Research Results: There was an increase in 3J behavior change (Schedule, Type, Number) after intervention with a percentage of 58%. There was a change in behavior between 3J dietary adherence before and after the intervention using the Peduli Gizi Diabetes website media with a value of $p = 0.019$ ($p < 0.05$).

Conclusion: There is an effect of nutritional counseling using *website media* on the behavior of 3J (Schedule, Type, Number) of eating DM patients at Panti Rapih Hospital Yogyakarta. This media is expected to be used by respondents as guidelines in implementing and implementing dietary principles to help improve behavior in each principle and control sugar and prevent complications.

Keywords : Nutrition Counseling, Diabetes Nutrition Care, DM 3J Diet Behavior