

**SKRIPSI**

**PENGARUH KONSELING DENGAN MEDIA LEMBAR  
BALIK TERHADAP PENGETAHUAN, ASUPAN ENERGI DAN  
ASUPAN KARBOHIDRAT PADA PENDERITA DIABETES  
MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS NGAGLIK I**



**FARRADILA ESI BINTARI**

**P07131323016**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**PENGARUH KONSELING DENGAN MEDIA LEMBAR  
BALIK TERHADAP PENGETAHUAN, ASUPAN ENERGI DAN  
ASUPAN KARBOHIDRAT PADA PENDERITA DIABETES  
MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS NGAGLIK I**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



**FARRADILA ESI BINTARI**

**P07131323016**

**PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
YOGYAKARTA  
TAHUN 2024**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

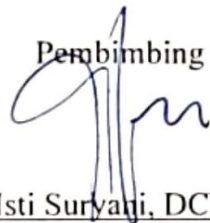
### SKRIPSI

“Pengaruh Konseling Dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan,  
Asupan Energi dan Asupan Karbohidrat pada Penderita Diabetes mellitus Tipe 2  
Di Puskesmas Ngaglik I”

Disusun oleh :  
FARRADILA ESI BINTARI  
P07131323016

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :  
..... 21 Juni ..... 2024

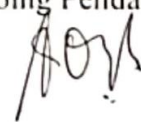
Pembimbing Utama



Isti Suryani, DCN, M.Kes  
NIP. 196510031989022001

Menyetujui,

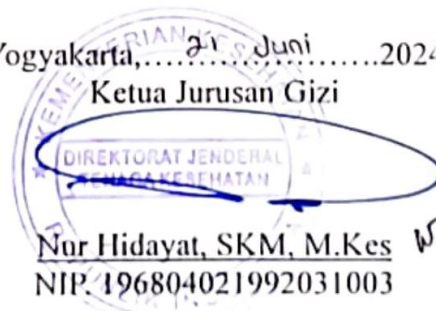
Pembimbing Pendamping



Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH  
NIP. 196701141991032001

Yogyakarta, ..... 21 Juni ..... 2024

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M.Kes W  
NIP. 196804021992031003

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

“Pengaruh Konseling Dengan Media Lembar Balik Terhadap Pengetahuan,  
Asupan Energi dan Asupan Karbohidrat pada Penderita Diabetes mellitus Tipe 2  
Di Puskesmas Ngaglik I”

Disusun oleh :  
FARRADILA ESI BINTARI  
P07131323016

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji  
Pada Tanggal : .....30.....Mei.....2024

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

Ketua,  
Weni Kurdanti, S.Si.T, M.Kes  
NIP. 197302061997032001

(.....)

Anggota,  
Isti Suryani, DCN, M.Kes  
NIP. 196510031989022001

(.....)

Anggota,  
Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH  
NIP. 196701141991032001

(.....)

Yogyakarta, .....30.....Mei..... 2024

Ketua Jurusan Gizi

Hidayat, SKM, M.Kes  
NIP. 196804021992031003

## HALAMAN ORISINALITAS

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

Nama : Farradila Esi Bintari

NIM : P07131323016

Tanda Tangan :



Tanggal : 12 Juli 2024

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

---

---

Nama : Farradila Esi Bintari  
NIM : P07131323016  
Program studi : Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika  
Jurusan : Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty - Free Right*)** atas skripsi saya yang berjudul :

**“PENGARUH KONSELING DENGAN MEDIA LEMBAR BALIK TERHADAP PENGETAHUAN, ASUPAN ENERGI DAN ASUPAN KARBOHIDRAT PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS NGAGLIK I”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia / 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

Tanggal : 12 Juli 2024

Yang menyatakan



( Farradila Esi Bintari )

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuha 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 Gizi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan berbagai pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Nur Hidayat, SKM, M.Kes., Selaku Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Waluyo, STP, M.Kes Selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Isti Suryani, DCN, M.Kes selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi.
5. Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi.
6. Weni Kurdanti, S.Si.T, M.Kes selaku Penguji yang telah memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan masukan dan kritik dalam penyusunan skripsi.
7. Responden yang berpartisipasi penelitian dan semua pihak terkait yang membantu penelitian.
8. Kedua orang tuaku Ayah dan Bunda, adik-adikku serta keluarga yang tidak henti hentinya memberikan dukungan berupa moral dan material, dorongan, semangat, serta doa sehingga penulis mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

9. Rekan-rekan seperjuangan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika angkatan 2023 yang saling memberikan bantuan, masukan, serta dukungan dalam menyelesaikan skripsi.
10. Segala pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan demi kelancaran dan keberhasilan penyusunan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu

Yogyakarta, Mei 2024

Penulis



## DAFTAR ISI

|   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| <b>COVER SKRIPSI .....</b>                        | <b>i</b>                            |
| <b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>               | <b>Error! Bookmark not defined.</b> |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>                   | <b>iii</b>                          |
| <b>HALAMAN ORISINALITAS .....</b>                 | <b>iv</b>                           |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>                   | <b>v</b>                            |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                       | <b>vi</b>                           |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                           | <b>viii</b>                         |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                         | <b>x</b>                            |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                        | <b>xi</b>                           |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                      | <b>xii</b>                          |
| <b>ABSTRACT .....</b>                             | <b>xiii</b>                         |
| <b>ABSTRAK .....</b>                              | <b>xiv</b>                          |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                    | <b>1</b>                            |
| A. Latar Belakang .....                           | 1                                   |
| B. Rumusan Masalah .....                          | 4                                   |
| C. Tujuan Penelitian .....                        | 5                                   |
| D. Ruang Lingkup .....                            | 6                                   |
| E. Manfaat Penelitian .....                       | 6                                   |
| F. Keaslian Penelitian .....                      | 7                                   |
| G. Produk yang Dihasilkan .....                   | 9                                   |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>              | <b>10</b>                           |
| A. Diabetes Mellitus .....                        | 10                                  |
| B. Konseling Gizi .....                           | 33                                  |
| C. Media Konseling .....                          | 36                                  |
| D. Pengetahuan .....                              | 41                                  |
| E. Asupan Energi .....                            | 45                                  |
| F. Asupan Karbohidrat .....                       | 49                                  |
| G. Kerangka Teori .....                           | 54                                  |
| H. Kerangka Konsep .....                          | 55                                  |
| I. Hipotesis .....                                | 55                                  |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>        | <b>56</b>                           |
| A. Jenis dan Desain Penelitian .....              | 56                                  |
| B. Rancangan Penelitian .....                     | 56                                  |
| C. Populasi dan Sampel .....                      | 57                                  |
| D. Waktu dan Tempat .....                         | 59                                  |
| E. Variabel Penelitian .....                      | 59                                  |
| F. Definisi Operasional Variabel Penelitian ..... | 60                                  |
| G. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....        | 61                                  |
| H. Alat ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian ..... | 62                                  |
| I. Uji Validitas dan Reliabilitas .....           | 63                                  |
| J. Prosedur Penelitian .....                      | 65                                  |
| K. Manajemen Data .....                           | 67                                  |
| L. Etika Penelitian .....                         | 69                                  |

|   |           |
|---|-----------|
| M. Keterbatasan Penelitian .....        | 69        |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b> | <b>70</b> |
| A. Hasil.....                           | 70        |
| B. Pembahasan .....                     | 79        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b> | <b>93</b> |
| A. Kesimpulan.....                      | 93        |
| B. Saran.....                           | 93        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>              | <b>95</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                    | <b>99</b> |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Table 1 Produk yang Dihasilkan .....                                      | 9  |
| Table 2 Klasifikasi Etiologi Diabetes Mellitus .....                      | 11 |
| Table 3 Kriteria Diagnosis Diabetes Mellitus .....                        | 20 |
| Table 4 Kadar Tes Laboratorium Darah Untuk Diagnosis Diabetes&Prediabetes | 21 |
| Table 5 Kadar GDS dan GDP Penderita Diabetes Mellitus .....               | 22 |
| Table 6 Bahan Makanan Yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan.....           | 30 |
| Table 7 Kriteria Indeks Glikemik.....                                     | 31 |
| Table 8 Standar Diet Sehari DM Dalam Satuan Penukar .....                 | 32 |
| Table 9 Derajat Reliabilitas .....  | 64 |
| Table 10 Skala Likert .....   | 65 |
| Table 11 Interval Skor Kriteria.....                                      | 65 |
| Table 12 Rekapitulasi 10 Penyakit tertinggi 2023 .....                    | 72 |
| Table 13 Distribusi Karakteristik Responden .....                         | 74 |
| Table 14 Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Konseling.....                   | 76 |
| Table 15 Peningkatan Skor Pengetahuan Berdasarkan Usia.....               | 76 |
| Table 16 Peningkatan Skor Pengetahuan Berdasarkan Pendidikan .....        | 77 |
| Table 17 Peningkatan Skor Pengetahuan Berdasarkan Informasi.....          | 77 |
| Table 18 Asupan Energi Sebelum dan Sesudah Konseling.....                 | 78 |
| Table 19 Asupan Karbohidrat Sebelum dan Sesudah Konseling .....           | 79 |

## DAFTAR GAMBAR

|  |    |
|--|----|
| Figure 1 Kerucut Pengalaman ( <i>Cone of Experience</i> )..... | 39 |
| Figure 2 Kerangka Teori .....                                  | 54 |
| Figure 3 Kerangka Konsep.....                                  | 55 |
| Figure 4 Peta Wilayah Kerja Puskesmas Ngaglik I .....          | 70 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|   |     |
|---|-----|
| Lampiran 1 Etika Penelitian.....                                | 100 |
| Lampiran 2 Surat Pengantar Pengambilan Data Dinkes Sleman ..... | 101 |
| Lampiran 3 Uji Validitas Ahli Materi.....                       | 102 |
| Lampiran 4 Uji Validitas Ahli Media .....                       | 105 |
| Lampiran 5 Permohonan Menjadi Responden .....                   | 108 |
| Lampiran 6 Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP).....             | 109 |
| Lampiran 7 Surat Persetujuan Responden (informed Consent).....  | 110 |
| Lampiran 8 Formulir Identitas Responden .....                   | 111 |
| Lampiran 9 Kuisisioner Pengetahuan .....                        | 113 |
| Lampiran 10 Form Food Recall 24 Jam.....                        | 116 |
| Lampiran 11 Media Lembar Balik .....                            | 117 |
| Lampiran 12 Master Tabel .....                                  | 120 |
| Lampiran 13 Uji Validitas Kuisisioner .....                     | 121 |
| Lampiran 14 Uji Karakteristik Responden .....                   | 122 |
| Lampiran 15 Uji Normalitas Data.....                            | 124 |
| Lampiran 16 Uji Wilcoxon.....                                   | 125 |