

**REVIEW OF 3J DIET OBEDIENCE ON QUALITY OF LIFE
OF DIABETES MELLITUS TYPE 2 OUTPATIENTS
AT PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA HOSPITAL**

Afida Ainur Rahmah¹, Isti Suryani², Weni Kurdanti³

^{1,2,3}Department of Nutrition Health Polytechnic of Health Ministry Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293,
Email : afidainurahmah@yahoo.co.id

ABSTRACT

Diabetes mellitus is one of metabolic diseases with hyperglycemia characteristics due to insulin secretion, insulin works or both. Diabetes mellitus without complications has become the second largest outpatient disease by 2015 in PKU Muhammadiyah Yogyakarta Hospital with the number of 3677 cases, either recent or old cases. One of the pillars of diabetes mellitus containment is by medical nutrition therapy or dietary under the guidance of 3J (food quantity, food type, and dietary schedule). 3J diet will be optimal by improving dietary obedience. Quality of life is known as the most essential criteria in medical final results evaluation. The purpose of this research is to understand the depiction of 3J dietary obedience and quality of life. The research is an observation type research by cross sectional research design. The research was done in PKU Muhammadiyah Yogyakarta Hospital in June 2016. As many as 23 outpatients of diabetes mellitus type 2 were examined as samples. The studied data included 3J dietary obedience and quality of life. The 3J dietary obedience data were obtained by interviews using *semi quantitative food frequency* form and analyzed using NutriSurvey2008 application. Whilst the quality of life data were obtained by interviews using WHOQL-BREF 2004 form. The result showed that 13% of the respondents obeyed 3J diet including food quantity obedience as much as 26,1%, food type obedience as much as 17,4%, and diet schedule obedience as much as 26,1%. Respondents with low quality of life reached 56,5% and those with good quality of life reached at least 43,5%. The conclusion from this research is that the respondents with low quality of life and disobeyed 3J dietary is 60% whilst those obeyed 3J dietary reaches 33,3%. Respondents with good quality of life yet disobeyed 3J dietary is 40% and those obeyed 3J dietary is 66,7%.

Keywords : Diabetes Mellitus, 3J Dietary Obedience, Quality of Life

**KAJIAN KEPATUHAN DIET 3J TERHADAP KUALITAS HIDUP PASIEN
DIABETES MELITUS TIPE 2 RAWAT JALAN
DI RUMAH SAKIT PKU MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

Afida Ainur Rahmah¹, Isti Suryani², Weni Kurdanti³

^{1,2,3}Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293,

Email : afidainurahmah@yahoo.co.id

ABSTRAK

Diabetes melitus merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia karena sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya. Diabetes melitus tanpa komplikasi menjadi penyakit rawat jalan terbesar kedua pada tahun 2015 di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta dengan jumlah 3677 kasus, baik kasus lama maupun baru. Salah satu pilar penatalaksanaan diabetes melitus yaitu terapi gizi medis atau diet dengan memperhatikan pedoman 3J (jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan). Diet 3J akan optimal dengan memperhatikan kepatuhan diet. Kualitas hidup diakui sebagai kriteria paling penting dalam penilaian hasil akhir dari pengobatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kepatuhan diet 3J dan kualitas hidup. Jenis penelitian ini adalah penelitian observatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta pada bulan Juni 2016. Sebanyak 23 pasien diabetes melitus tipe 2 rawat jalan diteliti sebagai sampel. Data yang diteliti meliputi kepatuhan diet 3J dengan kualitas hidup. Data kepatuhan diet 3J diperoleh melalui wawancara menggunakan form *semi quantitative food frequency* dan dianalisis menggunakan aplikasi NutriSurvey2008. Sedangkan data kualitas hidup diperoleh melalui wawancara menggunakan form WHOQL-BREF 2004. Hasil penelitian menunjukkan 13% responden patuh diet 3J meliputi patuh jumlah makanan sebesar 26,1%, patuh jenis makanan 17,4%, dan patuh jadwal makan sebesar 26,1%. Responden dengan kualitas hidup rendah sebesar 56,5% dan responden dengan kualitas hidup baik sebesar 43,5%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah responden dengan kualitas hidup rendah yang tidak patuh diet 3J sebesar 60% dan yang patuh diet 3J sebesar 33,3%. Responden dengan kualitas hidup baik yang tidak patuh diet 3J sebesar 40% dan yang patuh diet 3J sebesar 66,7%.

Kata Kunci : Diabetes Melitus, Kepatuhan Diet 3J, Kualitas Hidup