

ABSTRACT

Background : Diabetes is a serious chronic disease that occurs when the pancreas does not produce enough insulin (a hormone that regulates blood sugar or glucose) or when the body cannot effectively use the insulin it produces. One of the most important pillars is education, education for people with Diabetes Mellitus, one of which is done by counseling methods. In the Covid-19 pandemic situation, people are encouraged to practice Social Distancing and Large-Scale Social Restrictions (PSBB). This can affect community interaction during a pandemic, so adaptation is needed in doing things such as utilizing technology. One of the uses of technology is using an Android-based application during nutritional counseling. Therefore, the making of the application is *e-Nutri Diabetic Pocket* intended to be a medium in counseling that functions to improve dietary compliance of patients with diabetes mellitus, especially the 3J diet.

Research Objectives: This study aims to determine the utilization of the *e-Nutri Diabetic Pocket* application on the level of adherence to the type 2 diabetes diet.

Research Methods: This study uses this type of research. *Quasy Experiment* with research design *Pretest-Posttest with Control Group Design*. In this research design using a control group. *The pre-test* was carried out before nutritional counseling while the *post-test* was carried out after nutritional counseling.

Research Results: There was no significant difference between the dietary adherence of the experimental group and the control group with a value of $p=0.131$ ($p>0.05$). However, there was an increase in adherence to the 3J diet after being given nutritional counseling using the *e-Nutri Diabetic Pocket* application with a percentage of 40%.

Conclusion : There is no significant difference between the level of dietary adherence between the experimental group and the control group. However, there was an increase in the number of adherence to the 3J diet after being given nutritional counseling using the *e-Nutri Diabetic Pocket* application.

Keywords: *e-Nutri Diabetic Pocket* Application , Diet Compliance, Counseling

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes adalah penyakit kronis serius yang terjadi karena pankreas tidak menghasilkan cukup insulin (hormon yang mengatur gula darah atau glukosa) atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang dihasilkannya. Salah satu pilar yang paling penting adalah edukasi, edukasi pada penderita Diabetes Mellitus salah satunya dilakukan dengan metode konseling. Di situasi pandemi Covid19 masyarakat dianjurkan melakukan Social Distancing dan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB). Hal ini dapat mempengaruhi interaksi masyarakat pada masa pandemi, sehingga dibutuhkan adaptasi dalam melakukan suatu hal seperti memanfaatkan teknologi. Pemanfaatan teknologi salah satunya menggunakan aplikasi berbasis android saat konseling gizi. Oleh karena itu pembuatan aplikasi *e-Nutri Diabetic Pocket* dimaksudkan untuk menjadi media dalam konseling yang berfungsi untuk meningkatkan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus khususnya diet 3J.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pemanfaatan aplikasi *e-Nutri Diabetic Pocket* terhadap tingkat kepatuhan diet DM tipe 2

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *Quasy Experiment* dengan rancangan penelitian *Pretest-Posttest with Control Group Design*. Pada rancangan penelitian ini menggunakan kelompok kontrol. *Pre-test* dilakukan sebelum konseling gizi sedangkan *Post-test* dilakukan setelah konseling gizi.

Hasil Penelitian : Tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara kepatuhan diet kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0,131$ ($p>0,05$). Namun, terjadi peningkatan kepatuhan diet 3J setelah diberikan konseling gizi menggunakan aplikasi *e-Nutri Diabetic Pocket* dengan presentase 40%.

Kesimpulan : Tidak ada perbedaan bermakna antara tingkat kepatuhan diet antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Namun, terjadi kenaikan jumlah kepatuhan diet 3J setelah diberikan konseling gizi menggunakan aplikasi *e-Nutri Diabetic Pocket*.

Kata kunci : Aplikasi *e-Nutri Diabetic Pocket*, Kepatuhan Diet, Konseling