

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA CAKRAM “DIZIME” SEBAGAI MEDIA PENYULUHAN TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET DIABETES PADA PASIEN PROLANIS DI PUSKESMAS KARANGANOM

Aiko Narulita Ekasuci¹, Waryana², Lastmi Wayansari³
¹²³Jurusan Gizi Poltekkes Yogyakarta
Jl.Tatabumi No.3, Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : aikonarulita747@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang:Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit metabolik kronis yang ditandai dengan kadar glukosa darah tinggi akibat gangguan produksi atau fungsi insulin. Peningkatan kasus DM secara global dan nasional, termasuk di wilayah Puskesmas Karangasom, belum diiringi dengan keberhasilan edukasi yang signifikan. Edukasi diet DM dengan pendekatan media yang menarik seperti cakram “Dizime” diperlukan guna meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan pasien dalam menerapkan prinsip diet 3J (jenis, jumlah, jadwal).

Tujuan:Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet DM sebelum dan sesudah penyuluhan dengan media cakram Dizime dan leaflet diet, serta mengetahui efektivitas cakram Dizime dibandingkan leaflet sebagai media edukasi gizi di Puskesmas Karangasom.

Metode:Penelitian ini merupakan kuasi-eksperimen dengan desain pretest-posttest control group. Sampel terdiri dari 30 responden Prolanis yang dibagi menjadi dua kelompok: intervensi (cakram Dizime) dan kontrol (leaflet). Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan dan kepatuhan diet DM. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dan Mann-Whitney.

Hasil:Terdapat peningkatan pengetahuan dan kepatuhan diet pada kedua kelompok setelah penyuluhan. Kelompok cakram menunjukkan peningkatan kategori pengetahuan dari “kurang” dan “cukup” menjadi sebagian besar “baik”, serta kepatuhan meningkat secara dominan ke kategori “patuh”. Meskipun perbedaan antar kelompok tidak signifikan secara statistik ($p > 0,05$), kelompok cakram memiliki peningkatan rerata skor kepatuhan dan pengetahuan yang lebih besar dibanding leaflet.

Kesimpulan:Media cakram Dizime efektif meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet pasien DM, dan dapat menjadi alternatif media edukatif dalam mendukung program pengelolaan penyakit kronis di layanan primer.

Kata kunci: Diabetes Mellitus, Penyuluhan Gizi, Kepatuhan Diet, Media Cakram Dizime

EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA CAKRAM “DIZIME” SEBAGAI MEDIA PENYULUHAN TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KEPATUHAN DIET DIABETES PADA PASIEN PROLANIS DI PUSKESMAS KARANGANOM

Aiko Narulita Ekasuci¹, Waryana², Lastmi Wayansari³
¹²³Jurusan Gizi Poltekkes Yogyakarta
Jl.Tatabumi No.3, Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : aikonarulita747@gmail.com

ABSTRACT

Background: Diabetes Mellitus (DM) is a chronic metabolic disorder characterized by elevated blood glucose levels due to impaired insulin production or function. The rising global and national prevalence of DM, including at Karanganom Public Health Center, is not matched with significant improvements in patient knowledge and dietary adherence. Innovative educational tools like the “Dizime” disc are expected to enhance the effectiveness of dietary counseling, particularly in implementing the 3J principle (type, amount, schedule).

Objective: This study aims to assess patients’ knowledge and dietary adherence before and after counseling using the Dizime disc and dietary leaflet, and to evaluate the effectiveness of the Dizime disc compared to leaflet media at Karanganom Health Center.

Method: This quasi-experimental study used a pretest-posttest control group design involving 30 Prolanis participants, divided into intervention (Dizime disc) and control (leaflet) groups. Knowledge and adherence were measured using validated questionnaires. Data were analyzed using the Wilcoxon and Mann-Whitney tests.

Results: Both groups showed improvement in knowledge and dietary adherence post-intervention. The Dizime group showed a shift from “poor” and “moderate” knowledge categories to “good”, and a higher proportion of participants became “adherent” to the 3J diet principle. Although statistical tests showed no significant difference between groups ($p > 0.05$), the Dizime group demonstrated greater improvements in mean scores.

Conclusion: The Dizime disc is effective in enhancing DM patients’ knowledge and dietary adherence and can serve as an alternative educational medium to support chronic disease management in primary care.

Keywords: Diabetes Mellitus, Nutrition Education, Dietary Adherence, Dizime Disc