



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**EDUKASI PENGETAHUAN DIET 3J MENGGUNAKAN MEDIA
LEAFLET PADA PASIEN DM TIPE II DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN DEFISIT PENGETAHUAN (JADWAL, JUMLAH DAN
JENIS MAKANAN) DI RSUP MOHAMMAD HOESIN PALEMBANG**

KARYA ILMIAH AKHIR

OLEH:

UMAYA AZZAHRA DWI PUTRI, S. Kep

NIM. 04064882427025

**PROGRAM PROFESI NERS
BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2025



UNIVERSITAS SRIWIJAYA

**EDUKASI PENGETAHUAN DIET 3J MENGGUNAKAN MEDIA
LEAFLET PADA PASIEN DM TIPE II DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN DEFISIT PENGETAHUAN (JADWAL, JUMLAH DAN
JENIS MAKANAN) DI RSUP MOHAMMAD HOESIN PALEMBANG**

KARYA ILMIAH AKHIR

OLEH:

UMAYA AZZAHRA DWI PUTRI, S. Kep

NIM. 04064882427025

**PROGRAM PROFESI NERS
BAGIAN KEPERAWATAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2025

Surat Pernyataan

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Umayya Azzahra Dwi Putri

NIM : 04064882427025

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ners ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Profesi Keperawatan Universitas Sriwijaya. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Sriwijaya kepada saya.

Indralaya, Mei 2025



Umayya Azzahra Dwi Putri

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
BAGIAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

LEMBAR PERSETUJUAN KARYA ILMIAH AKHIR

NAMA : U MAYA AZZAHRA DWI PUTRI
NIM : 04064882427025
JUDUL : EDUKASI PENGETAHUAN DIET PADA PASIEN DM
TIPE II DENGAN MASALAH KEPERAWATAN DEFISIT
PENGETAHUAN DI RUMAH SAKIT MOHAMMAD
HOESIN PALEMBANG

PEMBIMBING KARYA ILMIAH AKHIR

I. Zikran, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 199301232023211018


(.....)

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : UMayA AZZAHRA DWI PUTRI
NIM : 04064882427025
JUDUL : EDUKASI PENGETAHUAN DIET 3J MENGGUNAKAN MEDIA
LEAFLET PADA PASIEN DM TIPE II DENGAN MASALAH
KEPERAWATAN DEFISIT PENGETAHUAN (JADWAL, JUMLAH
DAN JENIS MAKANAN) DI RSUP MOHAMMAD HOESIN
PALEMBANG

Laporan Karya Ilmiah Akhir Keperawatan ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Laporan Karya Ilmiah Akhir Keperawatan Program Profesi Ners Bagian Keperawatan Fakultas
Kedokteran Universitas Sriwijaya dan telah diterima guna memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Ners.

Indralaya, 26 Mei 2025

Pembimbing

Zikran, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 199301232023211018

(..........)

Penguji 1

Dian Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kes

NIP. 1973071720001122002

(..........)

Penguji 2

Safa Tiara Kiani, S.Kep., Ns., M.N.Sc., M.Sc

NIP. 199702072024062004

(..........)

Mengetahui,



Ketua Bagian Keperawatan

Safa Tiara Kiani, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 197602202002122001

Koordinator Program Profesi Ners

Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. 198306082008122002

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM PROFESI NERS

Karya Ilmiah Akhir, Mei 2025
Umaya Azzahra Dwi Putri, S.Kep

**Edukasi Pengetahuan Diet 3J Menggunakan Media *Leaflet* Pada Pasien DM Tipe II
Dengan Masalah Keperawatan Defisit Pengetahuan (Jadwal, Jumlah, dan Jenis
Makanan) Di RSUP Mohammad Hoesin Palembang**

iii + 120 halaman + 5 tabel + 11 lampiran

ABSTRAK

Pendahuluan: Penderita diabetes mellitus memiliki kepatuhan yang kurang baik terkait diet diabetes mellitus karena kurangnya terpapar informasi, kurang minat, dan tidak mau mengubah gaya hidup. Salah satu cara untuk mengurangi risiko komplikasi pada pasien diabetes mellitus adalah dengan edukasi kesehatan untuk mendukung penderita diabetes mellitus agar mau dan mampu mengubah gaya hidup dan menjalani diet diabetes mellitus, sehingga dapat mencapai kualitas hidup yang lebih baik. Media yang dapat digunakan dalam edukasi kesehatan yaitu *leaflet*. *Leaflet* dapat membantu pemahaman pasien mengenai penyakit diabetes mellitus dan manajemen diet. *Leaflet* menjadi alat edukasi yang dapat digunakan karena efektif untuk meningkatkan pengetahuan. **Tujuan:** Mengaplikasikan asuhan keperawatan dengan masalah keperawatan pada pasien diabetes mellitus dengan fokus pemberian edukasi pengetahuan diet. **Metode:** Metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus terhadap 3 pasien diabetes mellitus tipe II. Pasien diberikan edukasi kesehatan melalui ceramah dan tanya jawab. **Hasil dan pembahasan:** Hasil pengkajian menunjukkan bahwa ketiga pasien mengalami defisit pengetahuan. Terdapat empat masalah keperawatan lainnya yang ditegakkan yaitu ketidakstabilan kadar glukosa dalam darah, nyeri akut, gangguan integritas kulit/jaringan dan perfusi perifer tidak efektif. Sebelum intervensi diberikan pasien mengisi *pre test* terlebih dahulu untuk membuktikan pengaruh pada pengetahuan pasien. Intervensi pada diagnosis defisit pengetahuan yaitu menggunakan edukasi pengetahuan diet pada pasien diabetes mellitus, didapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang dibuktikan dengan pasien mampu mengulangi dan menjelaskan mengenai materi yang telah disampaikan perawat serta pasien mengisi kuesoner *post test*. **Kesimpulan:** Asuhan Keperawatan pada ketiga pasien diberikan selama tiga hari dan intervensi edukasi pengetahuan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan pada ketiga pasien diabetes mellitus tipe II di RSUP Mohammad Hoesin Palembang.

Kata kunci: Defisit pengetahuan, Diabetes Mellitus, Edukasi pengetahuan diet DM

Daftar Pustaka: 47 (2012-2024)

Koor Program Studi Profesi Ners



Dhona Andhini, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198306082008122002

Mengetahui,

Pembimbing



Zikran, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 199301232023211018

SRIWIJAYA UNIVERSITY
FACULTY OF MEDICINE
STUDY PROGRAM OF NURSING PROFESSION
Final Scientific Paper, May 2025

Umaya Azzahra Dwi Putri, S.Kep

3J Diet Knowledge Education Using Leaflet Media for Type II DM Patients with Nursing Problems of Knowledge Deficit (Schedule, Amount, and Type of Food) at RSUP Mohammad Hoesin Palembang

iii + 120 pages + 5 tables + 11 appendices

ABSTRACT

Introduction: Patients with diabetes mellitus have poor compliance with diabetes mellitus diet due to lack of exposure to information, lack of interest, and unwillingness to change their lifestyle. One way to reduce the risk of complications in patients with diabetes mellitus is through health education to support them, so that they are willing and able to change their lifestyle and undergo a diabetes mellitus diet to achieve a better quality of life. Media that can be used in health education is leaflets. Leaflets can help patients understand diabetes mellitus and diet management. Leaflets are an educational tool that can be used because they are effective in increasing knowledge. Objective: Applying nursing care with a focus on providing diet knowledge education for patients with diabetes mellitus. Method: This study used a qualitative descriptive method with a case study approach by involving 3 patients with type II diabetes mellitus. They were given health education through lectures and questions and answers opportunities. Results and discussion: The results of the assessment showed that the three patients experienced a knowledge deficit. There were four other nursing problems that were established, namely unstable blood glucose levels, acute pain, impaired skin/tissue integrity, and ineffective peripheral perfusion. Before the intervention was given, the patient filled out a pre-test to find out the effectiveness of the leaflets on patients knowledge improvement. Through the intervention of diet knowledge education for patients with diabetes mellitus, the results showed their knowledge improved as indicated by the patients being able to repeat and explain the materials that had been delivered by nurses and the result of a post-test. Conclusion: Nursing care for the three patients was given for three days and the knowledge education intervention had an effect on increasing the knowledge of the three patients with type II diabetes mellitus at RSUP Mohammad Hoesin Palembang.

Keywords : Knowledge deficit, Diabetes Mellitus, DM diet knowledge education.

References : 47 (2012-2024)

Coordinator of the Nursing Profession Program

Advisor



Dhona Andhini, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIP. 198306082008122002

Zikran, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 199301232023211018

Head of Technical Implementation Unit for Language
Universitas Sriwijaya
DR. Drs. Djunaidy, MSLS
NIP. 196303021988031004
BAHASA



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji dan Syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan karya ilmiah akhir yang berjudul “Edukasi Pengetahuan Diet 3J Menggunakan Media *Leaflet* Pada Pasien DM Tipe II Dengan Masalah Defisit Pengetahuan (Jadwal, Jumlah, dan Jenis Makanan) Di RSUP Mohammad Hoesin Palembang”. Penulis menyadari bahwa karya ilmiah akhir ini masih jauh dari kata sempurna, namun penulis berharap semoga karya ilmiah akhir ini dapat memberikan manfaat bagi seluruh mahasiswa dan Prodi Keperawatan FK UNSRI. Adapun Ucapan terima kasih penulis berikan kepada:

1. Ibu Hikayati, S. Kep., Ns., M. Kep sebagai Ketua Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
2. Ibu Dhona Andhini, S. Kep., Ns., M. Kep sebagai Koordinator Program Studi Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
3. Bapak Zikran S. Kep., Ns., M. Kep sebagai pembimbing laporan studi kasus yang sudah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing, mengarahkan, serta memberikan motivasi dan dorongan kepada penulis untuk menyelesaikan laporan studi kasus ini.
4. Ibu Dian Wahyuni, S. Kep., Ns., M. Kes sebagai penguji I laporan studi kasus yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penyusunan laporan studi kasus ini.
5. Ibu Safa Tiara Kiani, S. Kep., Ners., M.N.Sc., M. Sc sebagai penguji II laporan studi kasus yang telah memberikan saran dan masukan dalam proses penyusunan laporan studi kasus ini.
6. Alm dan Almh orang tuaku serta keluargaku tercinta serta orang terkasihku yang telah memberikan banyak doa dan bantuan baik segi finansial dan motivasi selama penyusunan laporan ini.
7. Semua staf dosen Program Studi Profesi Ners FK UNSRI yang sudah memberikan bantuan berupa waktu, tenaga, serta ilmu pengetahuan dan mendidik penulis selama mengikuti pendidikan.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penulisan	8
C. Manfaat Penulisan	9
D. Metode Penulisan	10
BAB II.....	11
TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Konsep Dasar Diabetes Mellitus.....	11
1. Definisi	11
2. Klasifikasi dan Etiologi Diabetes Mellitus	11
3. Patofisiologi	15
4. Tanda dan Gejala.....	17
5. Diagnosa medis	18
6. Pemeriksaan penunjang.....	19
7. Penatalaksanaan DM.....	19
8. Komplikasi	28
9. Prognosis	30
B. Proses Keperawatan Secara Teoritis	33
C. Konsep Dasar Pengetahuan Diet Pasien DM	42
D. Edukasi Kesehatan	53
E. Media Leaflet	55
F. Penelitian Terkait.....	58
BAB III	67
ASUHAN KEPERAWATAN	67

A. Gambaran Hasil Pengkajian Keperawatan.....	67
B. Gambaran Diagnosis Keperawatan	73
C. Gambaran Rencana Keperawatan	77
D. Gambaran Implementasi Keperawatan	81
E. Gambaran Evaluasi Keperawatan	85
BAB IV	89
PEMBAHASAN	89
A. Pembahasan Kasus Berdasarkan Teori Dan Hasil Penelitian.....	89
BAB V.....	115
PENUTUP.....	115
A. Simpulan	115
DAFTAR PUSTAKA	117

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Evidence Base	58
Tabel 3. 1 Pengkajian Awal	67
Tabel 3. 2 Masalah keperawatan pada ketiga pasien.....	76
Tabel 3. 3 Gambaran Rencana Keperawatan Ketiga Pasien	77
Tabel 3. 4 Gambaran Implementasi Keperawatan	81

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Manuskrip Studi Kasus
- Lampiran 2 Asuhan Keperawatan Pada Pasien 1
- Lampiran 3 Asuhan Keperawatan Pada Pasien 2
- Lampiran 4 Asuhan Keperawatan Pada Pasien 3
- Lampiran 5 Satuan Acara Penyuluhan
- Lampiran 6 Standar Prosedur Operasional
- Lampiran 7 *Leaflet*
- Lampiran 8 Kuesioner
- Lampiran 9 Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi
- Lampiran 11 Artikel Ilmiah

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Identitas Diri

Nama : Umayya Azzahra Dwi Putri
Tempat Tanggal Lahir : Baturaja, 06 November 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jl. Ade Irma Suryani Blok L, No.28, Rumah Tumbuh,
Kecamatan Muara Enim, Kabupaten Muara Enim, Sumatera
Selatan, Indonesia
Institusi : Universitas Sriwijaya
Fakultas/Prodi : Kedokteran/Keperawatan
Nama Orang Tua
Ayah: Abastari (Alm)
Ibu: Fifi Isiminiar Roza (Almh)
Jumlah Saudara : 1
Anak ke : 2
Riwayat Pendidikan
SD : 1) SD Negeri 14 Merapi Timur
2) SD Negeri 22 Muara Enim
SMP : MTS Negeri 1 Muara Enim
SMA : MAN Negeri 1 Muara Enim

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus (DM) didefinisikan sebagai suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologi yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid, dan protein sebagai akibat insufisiensi fungsi insulin. Insufisiensi fungsi insulin dapat disebabkan oleh gangguan atau defisiensi produksi insulin oleh sel sel beta *langerhans* kelenjar pankreas, atau disebabkan oleh kurang responsifnya sel-sel tubuh terhadap insulin (Fitrah, 2022). Diabetes mellitus adalah penyakit kronis yang ditandai dengan gangguan dalam proses metabolisme tubuh. Metabolisme dimulai ketika tubuh mengkonsumsi karbohidrat seperti gula dan pati, yang kemudian dipecah menjadi glukosa dan diserap oleh usus halus ke dalam aliran darah. Hormon insulin yang dihasilkan oleh pankreas berperan penting dalam membantu glukosa masuk ke dalam sel untuk dimanfaatkan sebagai sumber energi. Namun, apabila produksi insulin tidak mencukupi atau tubuh tidak mampu menggunakan insulin secara efektif, maka kadar glukosa dalam darah akan meningkat (Sukma Saini, 2020).

Peningkatan angka harapan hidup di negara-negara berkembang dari waktu ke waktu dapat memicu perubahan gaya hidup masyarakat menjadi kurang sehat. Perubahan ini terlihat dari pola makan yang cenderung tinggi kandungan garam, lemak, dan gula, sehingga mendorong kebiasaan mengkonsumsi makanan secara berlebihan, termasuk makanan cepat saji yang kini banyak digemari. Konsumsi makanan berlemak dan cepat saji secara terus-menerus dapat menyebabkan meningkatnya kadar gula darah yang merupakan salah satu faktor pemicu terjadinya diabetes melitus (Nuzulla, 2022).

Ketidakpatuhan terhadap diet dapat menyebabkan peningkatan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus. Penderita diabetes mellitus perlu menjaga pola makan terkontrol untuk menghindari lonjakan

glukosa darah. Gagal mengikuti diet rendah gula dan karbohidrat meningkatkan risiko hiperglikemia dan komplikasi kesehatan seperti gangguan jantung, masalah ginjal, dan kerusakan saraf. Konsumsi makanan tinggi gula dan karbohidrat juga memperburuk resistensi insulin (Liawati, 2022).

Berdasarkan laporan data *International Diabetes federation* (2021) menunjukkan jumlah penderita diabetes mellitus di dunia pada tahun 2021 mencapai 537 juta. Angka ini diprediksi akan terus meningkat mencapai 643 juta di tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Menurut *International Diabetes federation*, Pada tahun 2045, Indonesia diperkirakan menempati posisi kelima sebagai negara dengan jumlah penderita diabetes mellitus terbanyak di dunia, yaitu mencapai 19,5 juta orang, dan angka tersebut diprediksi meningkat menjadi 28,6 juta penderita (Kementerian Kesehatan RI., 2023).

Survei kesehatan indonesia tahun 2023 menemukan bahwa diabetes tipe 2 lebih banyak ditemukan dibandingkan diabetes tipe 1, baik pada kelompok usia produktif (18-59 tahun) maupun usia lanjut (60 tahun ke atas). Persentase diabetes tipe 2 ditemukan pada 52,1% kelompok usia produktif, dan pada 48,9% kelompok usia lanjut, sementara persentase diabetes tipe 1 adalah 15,5% pada kelompok usia produktif dan 17,8% pada kelompok usia lanjut (Kemenkes,2024).

Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Sumatera Selatan, jumlah kasus diabetes mellitus mengalami peningkatan yang cukup signifikan dalam beberapa tahun terakhir. Pada tahun 2019 sebanyak 71.031 kasus, tahun 2020 meningkat menjadi 172.044 kasus, tahun 2021 juga mengalami peningkatan menjadi 279.345 kasus, dan pada tahun 2022 menjadi 435.512 kasus. Peningkatan kasus ini menunjukkan perlunya upaya lebih lanjut dalam hal pencegahan, edukasi dan pengelolaan penyakit diabetes mellitus.

Salah satu permasalahan yang sering dihadapi masyarakat adalah kurangnya pengetahuan, kondisi ini terjadi karena individu tidak memiliki atau mengalami kekurangan informasi kognitif terkait suatu topik atau hal tertentu. Ciri-ciri dari kurangnya pengetahuan ini antara lain adalah ketidaktepatan dalam melakukan pemeriksaan, ketidaksesuaian dalam menjalankan instruksi, serta minimnya pemahaman terhadap informasi yang dibutuhkan (Annisa, Fentiana, & Syafrinanda, 2024).

Pada hasil pengkajian ketiga pasien yaitu Tn.S, Ny.R dan Ny.S menyatakan bahwa mereka tidak mengetahui mengenai spesifik pengaturan diet berupa kapan saja jadwal makan yang dianjurkan bagi penderita diabetes mellitus, berapa porsi dalam jumlah makanan, dan apa saja jenis makanan yang dianjurkan dan harus dibatasi/dihindari pada pasien diabetes mellitus. Maka dari hasil tersebut, defisit pengetahuan pada ketiga pasien kelolaan didasarkan pada ketidaktahuan mengenai pengaturan makan atau diet 3J yang sesuai dan riwayat pola hidup yang tidak sehat. Hal tersebut dibuktikan dengan pada ketiga pasien tersebut mempunyai perilaku mengkonsumsi makanan dan minuman manis dari usia muda, ketiga pasien juga belum mengetahui makanan apa saja yang diperbolehkan dan tidak diperbolehkan bagi penderita diabetes mellitus.

Pada ketiga pasien kelolaan juga didapatkan bahwa pasien sudah pernah mendapatkan edukasi terkait diabetes mellitus dan beberapa informasi terkait makanan yang dilarang bagi pasien diabetes mellitus, tetapi belum pernah mendapatkan edukasi yang lebih spesifik tentang pengaturan diet 3J yaitu ketepatan jadwal, jumlah, dan jenis makanan untuk dikonsumsi.

Penatalaksanaan pasien diabetes mellitus didasarkan pada empat pilar utama, yaitu edukasi, pengaturan pola makan (diet), aktivitas fisik, dan terapi farmakologis. Pola makan yang tidak teratur atau tidak sehat dapat meningkatkan risiko komplikasi diabetes mellitus, karena konsumsi makanan yang tidak terkontrol dapat menyebabkan lonjakan kadar gula darah, sehingga penting untuk meningkatkan pengetahuan pasien akan diet (Patandean D. , Nur, Swarjana, & Eppang, 2023). Sebagian besar penderita

diabetes melitus masih belum memahami jenis makanan yang seharusnya dikonsumsi, termasuk takaran karbohidrat, lemak, dan protein yang dibutuhkan. Selain itu, mereka juga belum mengetahui cara yang tepat dalam mengatur waktu makan, porsi, dan jenis makanan. Kurangnya pemahaman ini dapat berkontribusi pada meningkatnya angka kejadian diabetes melitus (Kemenkes, RI, 2019).

Upaya pencegahan diabetes melitus di Indonesia ditujukan agar individu yang masih sehat dapat mempertahankan kesehatannya, mereka yang memiliki faktor risiko dapat mengelola risiko tersebut agar tidak berkembang menjadi diabetes mellitus, dan penderita diabetes melitus dapat mengontrol kondisi mereka guna mencegah komplikasi serius yang dapat berujung pada kematian dini. Pemberian asuhan keperawatan dapat dilakukan melalui pendekatan keperawatan transkultural, yaitu dengan mempertahankan dan meningkatkan perilaku kesehatan serta memperhatikan nilai-nilai sosial budaya setempat dalam pelaksanaan asuhan keperawatan, termasuk dalam pemberian pendidikan kesehatan (Patandean D. , Nur, Swarjana, & Eppang, 2023).

Penderita diabetes mellitus memiliki kepatuhan yang kurang baik terkait diet diabetes mellitus karena kurangnya terpapar informasi, kurang minat, dan tidak mau mengubah gaya hidup. Pentingnya pemberian edukasi dan pendidikan kesehatan bagi penderita diabetes mellitus bertujuan untuk membantu mereka dalam mengubah gaya hidup serta menjalani diet yang sesuai, sebagai upaya untuk menurunkan risiko komplikasi di masa yang akan datang (Peter et al., 2022).

Dalam menjalani terapi, penderita diabetes mellitus perlu memiliki sikap yang positif. Sikap positif ini dapat membantu meningkatkan kepatuhan terhadap pola diet yang dianjurkan bagi penderita diabetes mellitus. Pada dasarnya, prinsip pengaturan makanan bagi penderita diabetes mellitus tidak jauh berbeda dengan prinsip makan sehat secara umum, yakni mencakup konsumsi makanan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman. Penting pula untuk memperhatikan kebutuhan kalori

dan zat gizi, memilih jenis makanan yang sesuai, serta menjaga keteraturan waktu makan (Annisa, Fentiana, & Syafrinanda, 2024).

Bagi penderita diabetes, mengatur pola makan adalah salah satu cara terpenting untuk menjaga kadar gula darah tetap stabil. Salah satu pedoman yang sering digunakan adalah prinsip 3J. 3J adalah singkatan dari jadwal, jumlah dan jenis makanan. Prinsip ini mencakup tiga elemen utama: jumlah porsi makan, jenis makanan yang dianjurkan, dan jadwal makan yang sesuai bagi penderita diabetes mellitus. Dengan memahami dan menerapkan prinsip ini, diharapkan penderita diabetes mellitus dapat mengelola kondisi mereka dengan lebih efektif dan menjalani hidup yang lebih sehat. Prinsip 3J adalah panduan sederhana namun sangat efektif dalam mengatur pola makan untuk penderita diabetes (Falah & Apriana, 2022).

Model 3J yang mencakup pengaturan jadwal makan, jumlah makan, dan jenis makanan yang dianjurkan bagi penderita diabetes mellitus tipe II, makanan yang dianjurkan adalah yang tinggi serat, memiliki indeks glikemik rendah, serta rendah lemak dan kalori. Jumlah kalori yang dibutuhkan disesuaikan dengan berat badan masing-masing penderita (Arief, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Marengke et al (2020) dalam Falah & Apriana, 2022) pola diet yang tidak sesuai pada pasien diabetes mellitus seringkali disebabkan oleh kurangnya pemahaman pasien mengenai prinsip 3J dalam pengaturan makan. Oleh karena itu, edukasi mengenai manajemen diet berbasis prinsip 3J menjadi sangat penting untuk diberikan kepada pasien penderita diabetes mellitus.

Dalam usaha untuk meningkatkan kualitas hidup pasien diabetes mellitus, maka penulis memberikan pelayanan keperawatan yang berpedoman pada kiat ilmu keperawatan dengan pemberian edukasi kesehatan yang berfokus pada pengaturan makan atau diet 3J yang merupakan suatu hal penting untuk diperhatikan dalam pengelolaan pasien diabetes mellitus guna meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan terhadap diet pada pasien diabetes mellitus, agar kualitas hidupnya menjadi lebih baik. Manfaat dari pemberian edukasi yaitu dapat memberikan informasi

baru yang belum diketahui sebelumnya, interaksi dalam edukasi memungkinkan klarifikasi dan pendalaman pemahaman, metode edukasi yang bervariasi dapat mengakomodasi berbagai gaya belajar, pengulangan dan praktik dalam edukasi membantu memperkuat retensi pengetahuan (Notoatmodjo, 2012).

Penelitian oleh Saini, Sukma, dkk. (2020) menunjukkan bahwa edukasi mengenai manajemen diabetes mellitus berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan, sikap, dan aktivitas fisik pada pasien diabetes mellitus tipe II. Dalam perawatan pasien diabetes mellitus, peran perawat tidak hanya terbatas pada penanganan luka, tetapi juga memiliki peran penting sebagai edukator bagi pasien, keluarga, dan masyarakat. Perawat bertanggung jawab memberikan bimbingan dan pendidikan tentang penyakit diabetes mellitus guna mencegah timbulnya masalah potensial. Melalui pendidikan kesehatan, perawat membantu pasien memahami cara merawat diri serta mempertahankan pola hidup sehat (Sundari & Sutrisno, 2023).

Pendidikan kesehatan dapat menggunakan berbagai media diantaranya *leaflet*, keuntungan *leaflet* dalam memberikan pendidikan kesehatan yang efektif meningkatkan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus tipe II, dibandingkan media pendidikan kesehatan lainnya dikarenakan *leaflet* dapat ditempel di tempat-tempat lain yang mudah untuk dilihat oleh penderita diabetes mellitus, dapat diberikan setelah pendidikan kesehatan dilakukan, dapat disimpan lama, pasien dapat membaca dan memahami kembali isi dari pendidikan kesehatan apabila lupa sehingga terjadi peningkatan pengetahuan (Hidayah & Sopiandi, 2018).

Leaflet merupakan salah satu media edukasi yang praktis dan mudah dipahami. *Leaflet* dapat membantu meningkatkan pemahaman pasien tentang manajemen diet. *Leaflet* telah lama digunakan sebagai alat edukasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan. Beberapa poin utama terkait efektivitas *leaflet* yaitu media visual yang mudah dipahami, informasi ringkas namun komprehensif, portabilitas dan kemudahan

penyebaran, dapat disesuaikan dengan berbagai audiens target (Patandean D. , Nur, Swarjana, & Eppang, 2023). Hal ini sejalan dengan penelitian Yulianti, et.al (2019) yang menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan melalui *leaflet* dengan pengetahuan dan kadar gula darah pasien diabetes mellitus sebelum dan setelah diberikan edukasi.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk Menyusun Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Edukasi Pengetahuan Diet 3J pada Pasien DM Tipe II dengan Masalah Keperawatan Defisit Pengetahuan Di RSUP Mohammad Hoesin Palembang”.

B. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Penulis dapat menggambarkan pelaksanaan praktik keperawatan medikal bedah yang difokuskan pada pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien dengan diabetes mellitus tipe II di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang.

2. Tujuan Khusus

- a. Memberikan gambaran pengkajian keperawatan yang dilakukan pada asuhan keperawatan pasien diabetes mellitus tipe II dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang.
- b. Memberikan gambaran diagnosis keperawatan yang muncul pada asuhan keperawatan pasien diabetes mellitus tipe II dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang.
- c. Memberikan gambaran intervensi asuhan keperawatan yang akan dilakukan pada asuhan keperawatan pasien diabetes mellitus tipe II dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang.
- d. Memberikan gambaran implementasi asuhan keperawatan yang akan dilakukan pada asuhan keperawatan pasien diabetes mellitus tipe II dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang.
- e. Memberikan gambaran evaluasi keperawatan pada asuhan keperawatan pada pasien diabetes mellitus tipe II dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang.
- f. Memberikan Gambaran implikasi keperawatan tentang pengetahuan diet 3J pada pasien diabetes mellitus tipe II dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan di RSUP Mohammad Hoesin Palembang

C. Manfaat Penulisan

1. Bagi Pasien

Karya ilmiah ini dapat memberikan informasi kepada pasien diabetes mellitus tipe II bahwa pasien dengan masalah defisit pengetahuan dapat diatasi dengan cara yaitu berupa pemberian edukasi pengetahuan mengenai penyakit diabetes mellitus tipe II dan pengaturan diet 3J yang dianjurkan bagi pasien menggunakan media *leaflet*.

2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

Karya ilmiah ini memfasilitasi pembelajaran mahasiswa keperawatan tentang penerapan asuhan keperawatan medikal bedah khususnya pada pasien dengan diabetes mellitus tipe II yang mempunyai masalah keperawatan defisit pengetahuan baik secara konsep maupun secara praktik dengan memberikan edukasi pengetahuan diet 3J menggunakan media *leaflet*.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Karya ilmiah ini dapat bermanfaat sebagai upaya dasar perawat ketika memberikan asuhan keperawatan medikal bedah khususnya pemberian edukasi pengetahuan diet 3J pada pasien diabetes mellitus tipe II dengan masalah keperawatan defisit pengetahuan dengan menggunakan *leaflet*.

4. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Karya ilmiah ini dapat bermanfaat sebagai sumber referensi bagi institusi pendidikan Program Studi Keperawatan Bagian Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya sebagai bagian dalam penelitian studi kasus dan laporan analisis komprehensif.

D. Metode Penulisan

Laporan kasus ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Berikut tahapan dalam melaksanakan studi kasus:

1. Memilih tiga pasien kelolaan dengan kriteria yaitu merupakan penderita diabetes mellitus tipe II di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang.
2. Analisis teori melalui studi literatur guna memahami dengan baik dan tepat mengenai permasalahan pasien dan kemungkinan asuhan keperawatan yang diberikan.
3. Menyusun format asuhan keperawatan yang terdiri atas format pengkajian, diagnosis keperawatan, intervensi, implementasi hingga evaluasi keperawatan berdasarkan ketentuan yang berlaku di stase keperawatan medikal bedah.
4. Melakukan aplikasi asuhan keperawatan dimulai saat melakukan pengkajian hingga pasien direncanakan pulang dan hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, S., Jumiya, & Kusdalinah. (2024). Konseling Gizi Dapat Menurunkan Kadar Gula Darah dan Asupan Karbohidrat pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Vokasi Keperawatan Vol.7 (1)*, 63-72.
- Andito, T., & Aditya, M. (2019). Optimalisasi Pesan Dalam Buku Edukasi Pasien Diabetes Mellitus Melalui Komunikasi Verbal. *Jurnal Dekave Vol.12 No.2*, 35-41.
- Andriani, W. R., & Handayani, I. D. (2022). Pengetahuan Dalam Mengontrol Gula Darah Pasien Diabetes Tipe 2 (DMT2). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol.XX(X)*.
- Andriyani. (2023). *Buku Pintar Pengelolaan Diabetes Mellitus: Pedoman Untuk Family Caregiver*. NEM.
- Anggit, Y. (2017). Gambaran Klinis Pasien dengan Diabetes Mellitus.
- Annisa, Fentiana, N., & Syafrinanda, V. (2024). Pendidikan Kesehatan Tentang Diet 3J Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah Vol.3 No.8*.
- Arief. (2020). Penerapan Diet 3J untuk Mengontrol Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Magelang Muhammadiyah University*.
- Arsyad, Silvia, & Faina. (2021). *Pemberian Makanan Pendamping Asi (MPASI)*. Adab.
- Association, A. D. (2023). Standards of care in diabetes. *Diabetes Care*, S1-S350.
- Azzahro, R. E. (2024). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dengan Gangguan Integritas Jaringan Kulit Di Rumah Sakit Umum Daerah Pare Kediri. *Insan Cendekia Medika*.
- Binus. (2021). Pengaruh Warna Terhadap Konten E-learning. *Binus Digital Education*.

- Desi, F. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Dengan Masalah Keperawatan Kerusakan Integritas Kulit Di RSUD Dr Harjono Ponorogo. *Jurnal Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah*.
- Dewi, S. C., & Kurniasih, R. (2022). Pengaruh Edukasi Pengetahuan Media Leaflet Dan Website Terhadap Pengetahuan Mahasiswa Mengenai Faktor Risiko Diabetes Mellitus. *Jurnal untuk masyarakat sehat vol.6 No.2*, 106-112.
- Falah, F., & Apriana, R. (2022). Edukasi Pengelolaan Diet 3 J untuk Mengontrol Kadar Glukosa Darah pada Masyarakat Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Timur. *JURNAL ALTIFANI Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Vol.2 (5)*, 411-418.
- Fitrah, M. I. (2022). Edukasi Gizi dan Pola Makan Sehat Untuk Masyarakat Penderita Diabetes Mellitus: Pemanfaatan Alat Body Fat Analysis (BIA) . *Jurnal Locus Abdimas Vol.1 (2)*, ISSN 2809-5871.
- Hidayah, M., & Sopiyanidi. (2018). Efektivitas Penggunaan Media Edukasi Buku Saku dan Leaflet Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus di Puskesmas. *Pontianak Nutrition Journal Vol.01 (02)*.
- Hisni, N. M. (2024). Analisis Asuhan Keperawatan Melalui Intervensi Kepatuhan Diet dan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Ny. I dan Tn.U dengan Diagnosa Medis Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sehat Wilayah Jakarta Timur . *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Vol.7 (4)*, 1573-1588.
- Khasanah, J. F., Ridlo, M., & Putri, G. K. (2021). Gambaran Pola Diit Jumlah, Jadwal dan Jenis (3J) Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Indonesian Journal of Nursing Scientific, Vol.1 No.1*, 18-27.
- Kusumaningtyas, Sulistyowati, & Islamiyah. (2023). *Pendidikan Kesehatan Berbasis Metode Konseling dalam Pencegahan Anemia Kehamilan*. Jakarta: NEM.

- Lestari, N. (2024). Edukasi Pengetahuan Pembatasan Cairan dengan Masalah Defisit Pengetahuan Menggunakan Media Leaflet Pada Pasien Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Hemodialisa. *Karya Ilmiah Akhir*.
- Lestari, Z. &. (2021). Diabetes Mellitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara pemeriksaan, Cara pengobatan dan Cara pencegahan. 237-241.
- Liawati, N. A. (2022). Hubungan Kepatuhan Diet Dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2. *Journal Medika Cendekia* 9, 163–173.
- Maria, I. (2021). *Asuhan Keperawatan Diabetes Mellitus dan Asuhan Keperawatan Stroke*. Yogyakarta: Deeepublish Publisher.
- Meiristanti, N. (2020). Pengembangan Leaflet Berbasis Android sebagai Penunjang Bahan Ajar Pada Mata Pelajaran OTK Sarana dan Prasarana Kelas IX OTKP di SMK PGRI 2 Sidoarjo. *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran Vol.8 No.1*, 56-67.
- Meliyana. (2020). Pengaruh Edukasi Diet Diabetes dan Senam Kaki Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas Padurenan Bekasi. *Jurnal Ayurveda Medistra* , 8-15.
- Muhammad, W. A., Takahepis, N. F., & HI Baco, N. (2022). Hubungan Pengetahuan dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan Vol. 2 (1)*.
- Mustofa, P. &. (2021). Penerapan Senam Kaki Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari. *Cendekia Muda Vol. 2 (1)*, 78-86.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan Dan Promosi Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2019). Konsep Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah. *In Journal of Chemical Information and Modeling Vol.53 (9)*.

- Nuzulla. (2022). Gambaran Konsumsi Makanan Cepat Saji Dan Aktivitas Fisik Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di RSNU Tuban. *Jurnal Muhammadiyah Surakarta*.
- Patandean, D., Nur, A., Swarjana, D., & Eppang, M. (2023). Efektivitas Pemberian Edukasi Program Diet Dengan Menu Tradisional Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Pasien DMT2 Pada Suku Mandar. *Jurnal Wacana Kesehatan Vol.8 (1)*, 1-10.
- PERKENI. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia*. Retrieved from PB PERKENI: <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-Website-Pedoman-Pengelolaan-dan-Pencegahan-DMT2-Ebook.pdf>
- PPNI. (2016). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik ((cetakan III) 1 ed.)*. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI. (2017). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan Edisi 1*. Jakarta: DPP PPNI.
- PPNI. (2018). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan Edisi 1*. Jakarta: DPP PPNI.
- Pratiwi, G. P., Lucy, V., & Paramitha. (2022). Efektivitas Penggunaan Media Leaflet Dalam Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Pencegahan Tuberculosis . *Jurnal Ilmiah Keperawatan Edisi Khusus Vol.8 (3)*.
- Putri, G. K., Zaharany, T. A., & Pratiwi, D. Y. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Tn.M Dan Tn.B Dengan Diagnosa Diabetes Mellitus Tipe II Di Rumah Sakit Wilayah Jakarta Selatan. *Indonesian Journal of Nursing Scientific Vol.2(1)*, 18-25.
- Rahmawati, A., Naziyah, & Helen, M. (2023). Edukasi Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Tentang Diet Dm Terhadap Pengetahuan dan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM di Wilayah Kelurahan Pabuaran Mekar Provinsi Jawa Barat. *Malahayati Nursing Journal Vol.5 (8)*, 2451-2465.

- RI, P. D. (2019). *Situasi dan Analisis Diabetes*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Safitri, E., Purwaningtyas, R. Y., & Nuzula, F. (2023). Pengaruh Warna Terhadap Short Term Memory Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida Vol.10 No.1*.
- Saputri, E. M. (2020). Pengelolaan Nyeri Akut Pada Ny.J Dengan Diabetes Mellitus Tipe II Di Ruang Dahlia RSUD Ungaran. *Jurnal Keperawatan Ngudi Waluyo Vol.2(1)*.
- Silviani, & Sibarani. (2023). *Komunikasi Kesehatan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II*. Scopindo Media Pustaka.
- Sukma Saini, Y. M. (2020). The Effect of Education on Diabetes Management on Knowledge and Attitudes of Type 2 Diabetes Mellitus Patients. *Jurnal Media Keperawatan: PoliteknikKesehatan Makassar Vol.11 (2)*, 95-98.
- Sundari, S. N., & Sutrisno, R. Y. (2023). Studi Kasus: Pengaruh Edukasi Penerapan Diet Diabetes Mellitus Terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II. *Jurnal Sains dan Kesehatan (JUSIKA) Vol.7 (1)*, 61-69.
- Wahyuni, R. &. (2019). Efektivitas Memordica Charantia (PARE) terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis dan Information Kesehatan Vol 2 (1)*, 57-64.
- Wulandari, S. (2018). *Diabetes Mellitus: Patofisiologi, penatalaksanaan, dan komplikasi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yulianti, Y., Kusumah, B., Putik, Rizki, F., Jubaedah, S., Zahra, A., . . . Puspita, D. (2023). Pendidikan Kesehatan Pengaturan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Di RSUD R Syamsudin. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Balarea Vol.2 No.2*, 9-12.