

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PENGELOLAAN
DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2 MENGGUNAKAN
MEDIA VIDEO**



SKRIPSI

Diajukan sebagai persyaratan untuk memperoleh

Gelar Sarjana Keperawatan

Oleh :

PUTRI NOVITASARI

NIM : 04021381621076

PROGRAM STUDI ILMUKEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

(Januari, 2021)

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putri Novitasari

NIM : 04021381621076

Dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu 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, Januari 2021



Putri Novitasari

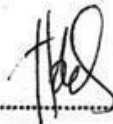
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

LEMBAR PERSETUJUAN SEMINAR SKRIPSI

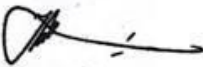
NAMA : PUTRI NOVITASARI
NIM : 04021381621076
**JUDUL : PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG
PENGELOLAAN DIET PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS TIPE 2 MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO**

PEMBIMBING SKRIPSI :

1. Herliawati, S.Kp, M.Kes
NIP. 197307172001122002


(.....)

2. Jum Natosba, S.Kep.Ns.,M.Kep., Sp.Mat
NIP. 1984070202008122003


(.....)

Mengetahui,

Ketua Bagian Keperawatan



Hikayat, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 1976022002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan



Eka Yulia Fitri, Y, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

NAMA : PUTRI NOVITASARI
NIM : 04021381621076
**JUDUL :PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG
PENGELOLAAN DIET PADA PASIEN DIABETES
MELLITUS TIPE 2 MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO**

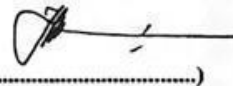
PEMBIMBING I

Herliawati, S.Kp, M.Kes
NIP. 197307172001122002


(.....)

PEMBIMBING II

Jum Natosba, S.Kep.Ns.,M.Kep., Sp.Mat
NIP. 1984070202008122003


(.....)

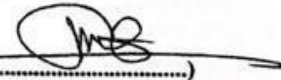
PENGUJI I

Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 197908162003122002


(.....)

PENGUJI II

Sigit Purwanto, S.Kep., Ners., M.Kes
NIP. 197504112002121002


(.....)

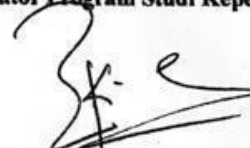
Mengetahui,

Ketua Bagian Keperawatan



Hikayat, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 1976022002122001

Koordinator Program Studi Keperawatan



Eka Yulia Fitri, Y, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

SKRIPSI, JANUARI 2021
PUTRI NOVITASARI

**Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Pada Pasien
Diabetes Mellitus Tipe 2 Menggunakan Media Video di Puskesmas Kotabaru**
Xvi + 132 halaman + 12 tabel + 2 skema + 13 lampiran

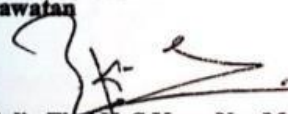
ABSTRAK

Pengelolaan diet pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 merupakan kunci dalam penatalaksanaan pasien Diabetes Mellitus tipe 2, seringkali hal ini ternyata menjadi luput dari perhatian pasien karena memang sulitnya mengontrol diri terhadap diet yang tepat Diabetes Mellitus tipe 2 yaitu penyakit yang ditandai dengan hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin atau kerja insulin dan salah satu pengendaliannya yaitu dengan pengelolaan diet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang pengelolaan diet pada pasien Diabetes Mellitus tipe 2 menggunakan media video di puskesmas kotabaru. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Pra Experimental* dengan rancangan *One Group Pretest – posttest with control group*. Jumlah sampel sebanyak 32 responden 16 untuk kelompok intervensi dan 16 untuk kelompok kontrol yang diambil dengan cara *probability sampling*. Pengukuran karakteristik responden menggunakan kuesioner. Analisis penelitian ini dengan menggunakan uji t berpasangan dan didapatkan hasil *p value*=0,0001; $p < 0,05$ yang berarti bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan melalui media video pada kelompok intervensi. Media video ini dapat di rekomendasikan untuk penderita Diabetes mellitus tipe 2 maupun masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pengelolaan diet.

Kata Kunci: Pengetahuan, Pendidikan Kesehatan, Media Video, Diabetes Mellitus Tipe 2, Pengelolaan Diet.

Daftar Pustaka: 2007-2020

Mengetahui,
Koordinator Program Studi Ilmu
Keperawatan


Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001

Pembimbing 1


Hertawati, S.Kp, M.Kes
NIP. 197307172001122002

**SRIWIJAYA UNIVERSITY
MEDICAL FACULTY
NURSING STUDY PROGRAM**

**UNDERGRADUATE THESIS, JANUARY 2021
PUTRI NOVITASARI**

**The Effect of Health Education on Diet Management in Patients with Type 2
Diabetes Mellitus Using Video Media at Kotabaru Health Center**

Xvi + 132 pages + 12 tables + 2 schemes + 13 attachments

ABSTRACT

Diet management in type 2 Diabetes Mellitus sufferers is the key in managing type 2 Diabetes Mellitus patients, this often turns out to be missed by patients because it is indeed difficult to control oneself on a proper diet. Diabetes Mellitus type 2 is a disease characterized by hyperglycemia that occurs due to abnormalities in insulin secretion or insulin action and one of the controls is diet management. This study aims to determine the effect of health education on diet management in type 2 Diabetes Mellitus patients using video media at the Kotabaru Health Center. This study used a pre-experimental research design with a One Group Pretest - posttest design and a control group. The samples were 32 respondents, 16 for the intervention group and 16 for the control group, taken by means of probability sampling. The characteristics of respondents were measured by using a questionnaire. The analysis of this research was paired t test and the results obtained p value = 0.0001; $p < 0,05$ which means that there is a significant difference in the level of knowledge of respondents before and after being given health education through video media in the intervention group. This video media can be recommended for people with diabetes mellitus type 2 and the public in increasing knowledge about diet management.

Keywords: Knowledge, Health Education, Video Media, Type 2 Diabetes Mellitus, Diet Management.

References: 2007-2020

**Mengetahui,
Koordinator Program Studi Ilmu
Keperawatan**


**Eka Yulia Fitri Y, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP. 198407012008122001**

Pembimbing I


**Herliawati, S.Kp, M.Kes
NIP. 197307172001122002**

HALAMAN PERSEMBAHAN



Alhamdulillah atas izin Allah serta rahmat dan hidayah-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Aku mengucapkan syukur padamu selalu ya Rabb, serta sholawat serta salam yang selalu dijunjungkan kepada Rasulullah SAW dan para sahabat yang mulia.

Sebuah karya sederhana yang bernama skripsi ini, saya persembahkan untuk orang-orang yang Allah swt berikan dalam hidupku yang sangat berharga:

- 1. Mama dan papa yang telah memberikan support serta segala yang telah kalian korbankan untuk anakmu yang tak dapat kusebutkan karena begitu banyak sehingga anakmu bisa sampai ketitik ini. Sehat selalu untuk kalian kesayanganku.*
- 2. Adik- adikku tersayang (Nova Talia & Nabila Cahaya Azizah) temen berantemku yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan serta semangat untukku.*
- 3. Keluarga besarku yang selalu ada dan siap siaga untukku. Semoga kita semua diberikan kesehatan dan kebahagiaan. Aamiin Yarobbalalamin.*
- 4. IbuHerliawati, S.Kp, M.Kes dan IbuJumNatosba, S.Kep.Ns., M.Kep., Sp.Mat terima kasih atas kebaikan, kesabaran dan motivasi serta waktu, tenaga, dan pikiran yang telah diberikan untuk membimbing dan mengarahkan putri supaya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.*
- 5. Ibu Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kep dan Bapak Sigit Purwanto, S.Kep., Ners., M.Kes terima kasih atas waktu yang telah diluangkan dalam menguji sidang skripsi ini telah memberikan saran serta arahan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.*
- 6. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua bagian Program Studi Ilmu Keperawatan FK UNSRI. Terima kasih atas semua jasa ibu dalam mengurus PSIK dan kami semua mahasiswa PSIK FK UNSRI.*
- 7. Dosen-dosen Program Studi Ilmu Keperawatan yang dengan tulus memberikan ilmu dan perhatiannya untuk mendidik kami.*

8. *Staf dan Tata Usaha Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah mempermudah urusan selama kami menjadi mahasiswa hingga penyusunan skripsi ini.*
9. *Sahabatku Suci Indah Sari, Kharimah Tafa'wulan, dan Altalarik Ramadhan yang selalu berada di inner circle aku untuk selalu mengingatkan dan mengomel hal-hal baik. Yang selalu ada disaat susah maupun senang. Selalu memberikan support maupun bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.*
10. *KeluargakeduakuSQUAD(Pocai, Altak, Alief, Dandy, Wahyu, Kakar, Sucay, Nita, Joda, Kiki) terima kasih sudah menjadi penghiburku di saat penatnya kehidupan. Terima kasih sudah selalu ada di saat susah maupun senang, membantu tanpa kata nanti dengan ikhlas serta support yang tiada hentinya. Semoga kita selalu rukun hingga sukses dan sampai tuananti.*
11. *Sahabatku Meliya Apriyani, Gisella Pratiwi, Yola Sari Aini, dan Soraya Khairunnisa terima kasih atas arahannya untuk menyelesaikan skripsi ini, memberikan bantuan dan motivasi dari awal perkuliahan sampaisekarang.*
12. *Teman-temanseperjuangankuPSIKRegulerB2016terimakasihatassemua kebaikan kalian, doa dan semangatnya, semoga perjuangan kita bermanfaat di kemudian hari dan sukses duniaakhirat.*
13. *Kesbangpol Oku Timur, Dinkes Oku Timur, dan Puskesmas Kotabaru yang telah berperan penting sebagai objek yang tersusun dalam skripsi ini.*
14. *Almamaterku tercinta, Universitas Sriwijaya.*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Menggunakan Media Video”. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik itu secara langsung maupun tidak langsung. Maka dari itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Hikayati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
2. Ibu Herliawati, S.Kp, M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, saran serta pengarahan dalam menyelesaikan proposal ini
3. Ibu Jum Natosba, S.Kep.Ns., M.Kep., Sp.Mat sebagai pembimbing II yang juga sudah memberikan bimbingan, saran serta arahan untuk menyelesaikan proposal ini
4. Ibu Sri Maryatun, S.Kep., Ns., M.Kes selaku penguji I dalam sidang skripsi dan telah memberikan bimbingan untuk menyempurnakan skripsi ini.
5. Bapak Sigit Purwanto, S.Kep., Ners., M.Kes selaku penguji II dalam sidang skripsi dan telah memberikan bimbingan untuk menyempurnakan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staf administrasi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
7. Kedua orang tua yang sangat sayang yang telah memberikan dukungan, material, doa tulusnya dalam proses pembuatan proposal ini

8. Teman-temanku seperjuangan angkatan 2016 dan semua pihak yang ikut membantu dalam proses penyelesaian proposal ini

Indralaya, Januari 2021

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|---------------------------------------|-------------|
| HALAMANJUDUL | i |
| SURATPERNYATAAN | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN..... | v |
| ABSTRAK | vi |
| ABSTRACT | vii |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR TABEL..... | xi |
| DAFTAR SKEMA | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. LatarBelakang | 18 |
| B. RumusanMasalah | 22 |
| C. Tujuan | 23 |
| D. Manfaat | 24 |
| E. RuangLinglup..... | 25 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | |
| A. KonsepDiabetes Mellitus | 27 |
| 1. DefinisiDiabetes Mellitus | 27 |
| 2. KlasifikasiDiabetes Mellitus | 27 |
| B. Diabetes MellitusTipe2 | 29 |
| 1. Pengertian..... | 29 |
| 2. Etiologi..... | 29 |

| | |
|---|----|
| 3. Faktor Risiko | 30 |
| 4. Patofisiologis | 30 |
| 5. Manifestasi Klinis | 31 |
| 6. Diagnosa Diabetes Mellitus Tipe 2 | 32 |
| 7. Komplikasi | 34 |
| 8. Penatalaksanaan | 36 |
| 9. Asuhan Keperawatan | 40 |
| C. Pengelolaan Diet | 44 |
| 1. Pengertian Diet | 44 |
| 2. Tujuan Diet | 45 |
| 3. Syarat-syarat Diet | 45 |
| 4. Pengaturan Diet pada Pasien DM tipe 2 | 46 |
| D. Kadar Glukosa Darah | 50 |
| 1. Definisi | 50 |
| 2. Kriteria | 50 |
| 3. Faktor yang Mempengaruhi Glukosa Darah | 51 |
| E. Pengetahuan | 52 |
| 1. Pengertian Pengetahuan | 52 |
| 2. Tingkat Pengetahuan | 53 |
| 3. Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan | 54 |
| F. Pendidikan Kesehatan | 55 |
| 1. Pengertian Pendidikan Kesehatan | 55 |
| 2. Pendekatan Dalam Pendidikan Kesehatan | 56 |
| 3. Tujuan Pendidikan Kesehatan | 56 |
| G. Media Video | 57 |
| 1. Pengertian Media Video | 57 |
| 2. Kelebihan dan Kekurangan Media Video | 57 |
| H. Kerangka Teori | 59 |
| I. Penelitian Terkait | 60 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN | |
| A. Kerangka Konsep | 62 |
| B. Desain Penelitian | 62 |

| | |
|---|----|
| C. Hipotesis | 63 |
| D. DefinisiOperasional | 64 |
| E. PopulasidanSampel..... | 65 |
| F. TempatPenelitian | 67 |
| G. WaktuPenelitian..... | 67 |
| H. Etika Penelitian..... | 67 |
| I. Instrumen dan AlatPengumpulanData..... | 69 |
| J. ValiditasdanRabilitas | 70 |
| K. ProsedurPengumpulanData..... | 71 |
| L. RencanaAnalisis Data..... | 74 |

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

| | |
|---------------------------------|----|
| A. HasilPenelitian..... | 78 |
| 1. AnalisisUnivariat | 78 |
| 2. AnalisisBivariat | 79 |
| B. Pembahasan | 81 |
| C. KeterbatasanPenelitian | 91 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|------------------|----|
| A. Simpulan..... | 92 |
| B. Saran | 92 |

| | |
|----------------------------|-----------|
| DAFTAR PUSTAKA..... | 94 |
|----------------------------|-----------|

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Kadar Glukosa Darah Sewaktu dan Puasa | 17 |
| Tabel 2.2 Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT | 28 |
| Tabel 2.3 Bahan Makanan Yang Dianjurkan dan Tidak Dianjurkan untuk Diet Diabetes Mellitus tipe 2 | 28 |
| Tabel 2.4 Daftar Sumber Karbohidrat | 29 |
| Tabel 2.5 Daftar Protein Hewani | 30 |
| Tabel 2.6 Daftar Sumber Protein Nabati | 31 |
| Tabel 2.7 Penelitian Terkait | 42 |
| Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Penderita Diabetes Mellitus tipe 2 tentang Pengelolaan Diet | 55 |
| Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol | 63 |
| Tabel 4.2 Perbedaan pengetahuan responden sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok intervensi | 64 |
| Tabel 4.3 Perbedaan pengetahuan responden sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol | 65 |
| Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Nilai Perbedaan Pengetahuan Responden pada Kelompok Intervensi dan Kontrol tentang Pengelolaan Diet | 66 |

DAFTAR SKEMA

| | |
|--|-----------|
| Skema 3.1 Kerangka Konsep | 46 |
| Skema 3.2 Bentuk Rancangan Penelitian | 47 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|-------------|--|
| Lampiran 1 | Surat Izin Penelitian |
| Lampiran2 | Surat Balasan Izin Penelitian |
| Lampiran3 | Surat Izin Uji Valid |
| Lampiran4 | Surat Balasan Uji Valid |
| Lampiran5 | Sertifikat Etik Penelian |
| Lampiran 6 | Lembar Permohonan menjadi Responden |
| Lampiran7 | Lembar Persetujuan menjadi Responden |
| Lampiran8 | Lembar Konsultasi |
| Lampiran 9 | Lembar Kuesioner |
| Lampiran 10 | Materi Pendidikan Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet |
| Lampiran 11 | Output Spss |
| Lampiran 12 | Dokumentasi Penelitian |
| Lampiran 13 | Hasil Uji Plagiat |

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) menjadi penyebab utama kematian secara global. Data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa dari 56 juta kematian yang terjadi di dunia pada tahun 2012, sebanyak 38 juta atau hampir tiga perempatnya disebabkan oleh Penyakit Tidak Menular. Terdapat empat tipe utama penyakit tidak menular yaitu penyakit kardiovaskuler, kanker, penyakit pernapasan kronis, dan diantaranya adalah diabetes. Diabetes Mellitus sering disebut sebagai “Mother of Disease” karena sebagai induk dari penyakit-penyakit lainnya seperti hipertensi, penyakit jantung dan pembuluh darah, stroke, gagal ginjal, dan kebutaan. Penyakit Diabetes Mellitus bisa terjadi pada semua lapisan umur dan sosial ekonomi (Utama & Dkk, 2019).

Jumlah penyakit metabolik di dunia yaitu 25,0% terjadi pada orang dewasa. Di Indonesia sendiri berdasarkan analisis lanjutan yang didapat dari data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDA, 2013) jumlah penyakit metabolik pada orang dewasa yaitu sekitar 23,0%, pada wanita 26,6%, sedangkan pada laki-laki sebanyak 18,3%. Penyakit metabolik juga banyak diderita oleh sekitar 5,0% orang dengan berat badan normal, 22,0% pada orang yang mempunyai berat badan lebih, sedangkan 60,0% orang dengan obesitas (Tasmini et al., 2018). Di Provinsi Sumatera Selatan sendiri jumlah penyakit Diabetes Mellitus tercatat pada tahun 2010 sebanyak 2,885 orang. Diabetes Mellitus juga sering disebut dengan Silent Killer karena biasanya orang yang terkena tidak

menyadarinya dan saat diketahui sudah terjadi komplikasi (Kemenkes,2014) (Hestiana, 2017). Prevalensi penyakit Diabetes Mellitus yang paling sering terjadi di masyarakat yaitu Diabetes Mellitus Tipe 2 (Isnaini & Ratnasari, 2018). Diabetes Mellitus Tipe 2 adalah penyakit kronis terjadi akibat pankreas tidak dapat menghasilkan hormon insulin yang cukup atau ketika tubuh tidak efektif menggunakan insulin yang dihasilkan (WHO,2011). Diabetes Mellitus adalah gangguan metabolik yang dapat dilihat dengan hiperglikemia seperti gangguan metabolisme karbohidrat,protein dan lemak yang diakibatkan oleh defek insulin dan aksi insulin (Elang & Yani,2017).

Penyakit Diabetes Mellitus dapat menyebabkan komplikasi yang serius apabila tidak segera ditangani dengan baik, jika tidak ditangani dengan baik maka akan menyebabkan peningkatan glukosa darah tidak terkontrol dan dapat menyebabkan komplikasi. Komplikasi akut seperti diabetik ketoasidosis dan komplikasi kronik yaitu komplikasi makrovaskuler dan mikrovaskuler. Komplikasi makrovaskuler seperti penyakit jantung koroner, penyakit pembuluh darah otak, dan penyakit pembuluh darah perifer. Sedangkan komplikasi mikrovaskuler seperti retinopati, nefropati, dan neuropati. (Suciana, Daryani, Marwanti, & Arifianto, 2019). Menurut (Kemenkes,2010) Penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 dapat dilakukan pencegahan dengan mengetahui faktor risiko. Ada dua faktor risiko, yang pertama dapat diubah oleh manusia seperti kebiasaan sehari-hari, pola makan, pola istirahat, pola makan, dan cara pengelolaan stres. Yang kedua yaitu berisiko tetapi tidak dapat diubah seperti latar belakang keluarga dengan penyakit Diabetes Mellitus, usia, jenis kelamin. (Isnaini & Ratnasari,2018).

Salah satu pengendalian penyakit Diabetes Mellitus tipe 2 yaitu melalui pencegahan dan penanggulangan dari faktor risiko tersebut, yaitu dengan cara memperbaiki gaya hidup dan konsumsi obat antidiabetik. Manajemen prinsip pengendalian Diabetes Mellitus yaitu merubah gaya hidup sehat seperti pengaturan makanan (diit), latihan aktivitas fisik, merubah perilaku yang berisiko seperti merokok dan berhenti minum alkohol, dan patuh mengkonsumsi obat antidiabetik. (Toharin, Cahyati, & Zainafree, 2015). Salah satunya yang terpenting bagi penderita diabetes mellitus tipe 2 yaitu pengendalian glukosa darah, maka pasien perlu memahami mengenai pengendalian glukosa darah. Pengendalian glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 berhubungan dengan faktor diet atau perencanaan makan.

Kepatuhan dalam menjalankan diet adalah harapan dari setiap penderita diabetes mellitus tipe 2, asupan makan yang berlebih dapat memacu peningkatan insulin, diet adalah salah satu terapi utama yang dapat membantu kerja obat. Perencanaan makan yang tepat juga mampu mengontrol glukosa darah agar tidak melonjak tinggi. Pengaturan makan dapat menyebabkan perubahan pola makan termasuk jumlah makanan yang dikonsumsi bagi penderita diabetes mellitus tipe 2 sehingga menyebabkan ketidakpatuhan dalam pelaksanaan diet (Sutrisno, 2012).

Menurut (Perkeni, 2015) pengaturan pola makan untuk penderita diabetes mellitus tipe 2 yaitu dengan memperhatikan pedoman 3J yang diketahui dan dilakukan oleh pasiendiabetes mellitus tipe 2 yaitu, tepat jumlah karena kebutuhan kalori dan zat gizi memerlukan perhitungan yang sesuai

dengan status gizi pada pasien diabetes mellitus tipe 2, bukan berdasarkan tinggi rendahnya glukosa darah. Tepat jenis karena dengan mengontrol indeks glikemik dari setiap makanan yang dikonsumsi pasien, dapat membantu mencegah timbulnya komplikasi lain. Tepat jadwal, makan sesuai jadwal yaitu 3 kali makan utama, 3 kali makan selingan dengan interval lebih sering, serta dalam porsi sedang. Perencanaan diet untuk pasien diabetes mellitus tipe 2 ini bertujuan untuk mempertahankan kadar glukosa darah (Suryani, Pramono, & Septiana, 2016).

Pengetahuan untuk manajemen Diabetes Mellitus saat diperlukan karena dapat mempengaruhi pola hidup pasien dalam mengelola penyakitnya (Massi & Kallo, 2018). Pengetahuan pasien sangat minim mengenai pencegahan Diabetes Mellitus dan komplikasinya, maka melihat masih kurangnya pengetahuan tentang Diabetes Mellitus, baik nya dilakukan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan pasien (Soewondo, Ferrario, & Tahapary, 2013). Metode Didaktif dan Sokratik adalah metode yang efektif yang digunakan untuk edukasi pasien Diabetes Mellitus salah satunya adalah media video (Massi & Kallo, 2018). Penyuluhan menggunakan media video karenakan media video melibatkan semua indra dalam proses pembelajaran untuk semua usia dengan beragam cara belajar mereka.

Media video mampu menarik minat, motivasi, meningkatkan perhatian, meningkatkan partisipasi mengundang pemikiran dan pembahasan (Susanti et al., 2017). Metode yang lebih menarik dapat membantu pasien dalam penyerapan informasi yang di berikan lewat video dan responden juga bisa melihat kembali video edukasi yang telah diberikan. Informasi yang masih

kurang jelas dapat didiskusikan dengan peneliti (Massi & Kallo, 2018). Penelitian yang telah dilakukan Pan dkk (1997) tentang Effects of diet and exercise in preventing NIDDM in people with impaired glucose tolerance: The da qing IGT and diabetes study menyimpulkan bahwa kombinasi diet dan latihan fisik secara efektif menurunkan secara progresif kadar glukosa darah (American Diabetes Association, 2009) (Elang & Yani, 2017).

Setelah melakukan studi pendahuluan di Puskesmas Kotabaru yaitu pada tahun 2020 sebanyak 54 orang. Data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan pasien sebanyak 5 pasien diabetes melitus didapatkan hasil bahwa sebanyak 3 pasien tidak mampu mengaplikasikan diet yang dianjurkan serta tidak disiplin terkait jadwal, jumlah, dan jenis makan yang dikonsumsi dalam sehari, bahkan pasien mengatakan sering ngemil makanan dan minuman yang terlalumanis. Sedangkan 2 pasien yang lain mampu mengaplikasikan diet yang dianjurkan dan disiplin terkait jadwal, jumlah, dan selalu mengonsumsi jenis makan sesuai yang dianjurkan pelayan kesehatan karena beralasan ingin cepat sembuh atau kadar gula darah mendekati normal. Berdasarkan fenomena yang ada peneliti tertarik untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Menggunakan Media Video.

B. Rumusan Masalah

Tujuan utama intervensi untuk Diabetes Mellitus adalah untuk mempertahankan kualitas hidup. Kadar glukosa darah merupakan salah satu indikator kualitas hidup individu dengan Diabetes Mellitus karena kadar glukosa darah yang baik merupakan salah satu parameter kesuksesan pengaturan pola

hidup. Pada penanganan masalah diabetes mellitus terdapat empat pilar utama yang semuanya harus dilakukan secara berkesinambungan agar mencapai hasil yang maksimal. Salah satunya adalah peningkatan latihan fisik. Perencanaan diet adalah salah satu bagian dari lima utama agar mempertahankan glukosa darah mendekati normal dan terkontrol dalam penatalaksanaan diabetes mellitus tipe 2. Prinsip pengelolaan makan pada penderita diabetes mellitus tipe 2 hampir sama dengan makan pada masyarakat umum seperti makanan yang seimbang dan sesuai kebutuhan kalori dan zat gizi. Penderita diabetes mellitus tipe 2 harus ditekankan pentingnya kepatuhan makan dalam hal jadwal makan, jenis dan jumlah makanan terutama pada penderita yang menggunakan obat penurun glukosa darah dan insulin. Berdasarkan fenomena yang ada pada penelitian ini adalah Bagaimana Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Menggunakan Media Video?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Menggunakan Media Video

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi responden berdasarkan usia, jenis kelamin, lama menderita DM tipe 2, penyakit penyerta, pengetahuan responden pada kelompok intervensi dan control

- b. Mengetahui perbedaan pengetahuan responden tentang pengelolaan diet sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video pada kelompok intervensi
- c. Mengetahui perbedaan pengetahuan responden tentang pengelolaan diet sebelum dan sesudah tanpa diberikan pendidikan kesehatan pada kelompok kontrol
- d. Mengetahui perbedaan pengetahuan responden tentang pengelolaan diet pada kelompok kontrol dan intervensi

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam ilmu keperawatan tentang intervensi komplementer yang dapat digunakan untuk pengelolaan diet pada pasien diabetes mellitus tipe 2 dan dapat digunakan sebagai referensi atau bahan pertimbangan untuk penelitian berikutnya guna pengembangan ilmu keperawatan.

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Pasien DM

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk penderita DM mengenai pengelolaan diet, sehingga pasien mampu menjaga kadar glukosa darahnya agar tetap stabil dan menurunkan risiko terjadinya komplikasi DM.

b. Profesi Keperawatan

Penelitian ini sebagai informasi mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Menggunakan Media Video.

c. Peneliti

Penelitian ini merupakan salah satu sarana penerapan ilmu pengetahuan yang telah didapat oleh peneliti, dan penambah informasi yang bermanfaat untuk pengembangan penelitian selanjutnya terkait pengelolaan diet pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup keperawatan medikal bedah yang dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Menggunakan Media Video. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan rancangan penelitian *quasy-eksperimental* dengan pendekatan *pretest posttest with control group desain*. Populasi dan sampel yang digunakan adalah penderita diabetes mellitus tipe 2. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara *nonprobability* menggunakan teknik *purposive sampling*. berjumlah 32 responden.

Penelitian ini menggunakan analisa data univariat dan bivariat. Analisa univariat digunakan untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin, kadar glukosa darah sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui Pengaruh Pendidikan

Kesehatan Tentang Pengelolaan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2
Menggunakan Media Video dengan menggunakan uji statistik yaitu Uji t
berpasangan dan Uji t tidak berpasangan.

Daftar Pustaka

- ADA (American Diabetes Association). 2015. Classification and Diagnosis of Diabetes : Standards of Medical Care in Diabetes. *Diabetes Care*. 4(1): 13-28.
- Almatsier, S. 2006. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Gramedia Pustaka Utama : Jakarta
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ariyani, Y. 2018. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media Flipchart Terhadap Pengetahuan Anak Dalam Memilih Jajanan Sehat Di SDN 113 Oku Desa Ujanmas. *Skripsi*. Ilmu Keperawatan Unsri : Palembang.
- Ariyanti. 2012. Peningkatan Self Empowerment Penderita DM Tipe 2 dengan pendekatan Diabetes Self Managemen Education (DSME) di Puskesmas Kebonsari Surabaya. *Skripsi*. Fakultas Keperawatan Airlangga : Surabaya
- Black, J. M., and Hawks, J. H. 2009. *Medical Surgical Nursing Clinical Management For Positive Outcomes*. United Stated America : Saunders Elsevier.
- Brunner dan Suddarth. 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, Edisi 8. Jakarta: Egc
- Chang, C.C., Chen, M.Y., Shen, J.H., Lin. Y.B., Hsu, W.W., and Lin, B.S. 2016. A Quantitative Real-Time Assesment Of Buerger Exercise On Dorsal Foot Peripheral Skin Sirculation In Patient With Diabetes Foot. *Journal Of Medicine*. 95(46): 1-5.
- Dafriani, P. 2018. Hubungan Pola Makan Dan Aktifitas Fisik Terhadap Kejadian Diabetes Melitus Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Dr. Rasidin Padang. *NERS Jurnal Keperawatan*. 13(2): 70-77.
- Depkes RI, 2005. *Pharmaceutical Care Untuk Penyakit Diabetes Mellitus*. Departemen Kesehatan RI, 1-89.
- Elang, W., dan Yani, S. 2017. Pengaruh Senam Kaki Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di RSUD Serang Provinsi Banten Tahun 2014. *Jurnal JKFT*. 2(2): 107-114.
- Fatimah, R. N. 2016. Anti-Oxidant And Anti-Diabetic Activities Of Ethanolic Extract Of Primula Denticulata Flowers. *Indonesian Journal Of Pharmacy*. 27(2): 74-79.
- Handayani, L. T. 2018. Kajian Etik Penelitian Dalam Bidang Kesehatan Dengan Melibatkan Manusia Sebagai Subyek. *The Indonesian Journal Of Health Science*. 10(1): 47-54.
- Hardianti, dan Asri, W. K. 2017. Keefektifan Penggunaan Media Video Dalam Keterampilan Menulis Karangan Sederhana Bahasa Jerman Siswa Kelas Xii Ipa Sma Negeri 11 Makassar. *Jurnal Pendidikan Bahasa Asing Dan Sastra*. 1(2): 123-130.

- Harwadi, H., Ibrahim, K., dan Hayaty, H. 2015. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Dm Tipe 2 Di Irna Non Bedah Penyakit. *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 04(02).
- Herlina, Wijaya, D. P., dan Rais, S. W. 2013. Penggunaan Obat Yang Tepat Di Pulau Semambu. *Jurnal Pengabdian Sriwijaya*. 1(8): 658–664.
- Hestiana, D. W. 2017. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Dalam Pengelolaan Diet Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Kota Semarang. *Journal Of Health Education*. 2(2):137–145.
- Irawan, Dedi. 2010. Prevalensi dan Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus Tipe dua Di Daerah Urban Indonesia. *Tesis*. Universitas Indonesia : Jakarta
- Isnaini, N., & Ratnasari, R. 2018. Faktor Risiko Mempengaruhi Kejadian Diabetes Mellitus Tipe Dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*. 14(1): 59–68.
- Javanbakht, M., Abolhasani, F., Mashayekhi, A., Baradaran, H. R. and Noudeh, Y. J. 2012. Health Related Quality of Life in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus in Iran: A National Survey. *Plos One*. 7(8): 1-9.
- Khairunnisa. M., Hasneli. Y., dan Bayhakki. 2018. Efektivitas Pendidikan Kesehatan Cup Cake Bw (Brokoli, Bayam Dan Wortel) Sebagai Makanan Rendah Kalori Terhadap Pengetahuan Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. 5(2): 13-24.
- Kurniawan, T. D. 2016. Pengaruh Penggunaan Media Video Pembelajaran Terhadap Prestasi Belajar Ilmu Pengetahuan Sosial Siswa Kelas V Sd Kecamatan Gedangsari Gunungkidul. *Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*. 3(1): 21–26.
- Lisiswanti, R., & Cordita, R. N. 2016. Aktivitas Fisik Dalam Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Diabetes Mellitus Tipe 2. *Majority*. 5(3): 140–144.
- Massi, G., dan Kallo, V. 2018. Efektifitas Pemberian Edukasi Dengan Metode Video Dan Focus Group Discussion (Fgd) Terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Dm Tipe 2 Di Klinik diabetes Kimia Farma Husada Manado. *Jurnal Keperawatan*. 6(1): 1–6.
- Meidikayanti, W., dan Wahyuni, C. U. 2017. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Pademawu. 5(2): 240–252.
- Ndraha, Suzanna. (2014). Medicinus Scientific Journal Of Pharmaceutical Development And Medical Application Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan*. 27(2): 48-55.
- Nursalam. 2015. Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2. Jakarta : Salemba Medika.
- Perkeni, 2015. Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia. *Perkumpulan Endokrinologi Indonesia Perkeni Konsensus*. Jakarta : Pb Perkeni

- Ratag, D. E. S., Huragana, J., dan Kabo, D. R. . 2017. Hubungan Tingkat Pengetahuan, Sikap Dengan Penatalaksanaan Diet Pada Penderita Dm Di Puskesmas Taratara Kecamatan Tomohon Barat. *E-Jurnal*. 4(2): 11–17.
- Rudi, A dan Kwureh, H.N. 2017. Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Penggunaan Layanan Laboratorium. *Wawasan Kesehatan*. 3(2): 22-39
- Simatupang, R. 2017. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Tentang Diet Dm Terhadap Pengetahuan Pasien Dm Di Rsud Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kohesi*. 1(2): 163–174.
- Soewondo, P., Ferrario, A., dan Tahapary, D. L. 2013. Challenges In Diabetes Management In Indonesia: A Literature Review. *Globalization And Health*. 9(1): 1–17.
- Suciana, F., Daryani, Marwanti, dan Arifianto, D. 2019. Penatalaksanaan 5 Pilar Pengendalian Dm Terhadap Kualitas Hidup Pasien Dm Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Permas*. 9(4): 311–318.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung : Afabeta.
- Sujarweni, V. W. 2014. *Metode Penelitian : Lengkap, Praktis, Dan Mudah Dipahami*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Sumarlan. 2020. Edukasi Kesehatan Terhadap Kepatuhan Diet Diabetes Melitus. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*. 6(2): 2018–2021.
- Suryani, N., Pramono, dan Septiana, H. 2016. Diet Dan Olahraga Sebagai Upaya Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Poliklinik Penyakit Dalam RSUD Ulin Banjarmasin Tahun 2015. *Jurkessia*. 6(2): 14-22.
- Susanti, E., Sutedja, E., Madjid, T. H., Husin, F., Setiawati, E. P., dan Idhradinata, P. S. 2017. Perbandingan Penggunaan Media Video Dan Metode Ceramah Dampak Perilaku Seksual Pranikah Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Remaja Di Kabupaten Rejang Lebong. *Jurnal Pendidikan Dan Pelayanan Kebidanan Indonesia*. 2(3):51.
- Tamara, E., Bayhakki,, Fathra, A.N. 2014. Hubungan antara Dukungan Keluarga dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Tipe I di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. *Jom Psik*. 1(2):56-67.
- Tasmini, T., Farmawati, A., Sunarti, S., Hastuti, P., Sadewa, A. H., Prasetyastuti, P., dan Ngadikun, N. 2018. Kadar Glukosa Darah Dan Tekanan Darah Pada Penduduk Pedesaan Dan Perkotaan Di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Journal Of Community Empowerment For Health*. 1(1): 45–53.
- Toharin, S. N. R., Cahyati, W. H., dan Zainafree, I. 2015. Hubungan Modifikasi Gaya Hidup Dan Kepatuhan Konsumsi Obat Antidiabetik Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di RsQim Batang Tahun 2013.

Unnes Journal Of Public Health. 4(2): 153–161.

Trisnawati, SK & Setyorogo, S. 2013. Faktor risiko kejadian diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas kecamatan Cengkareng Jakarta Barat tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Kesehatan. 5(1): 6-11*

Utama, F., dan Dkk. 2019. Gambaran Penyakit Tidak Menular Di Universitas Sriwijaya. *Jurnal Kesehatan. 11(2): 52–64.*

Windasari, N, N. 2015. Pendidikan kesehatan dalam meningkatkan kepatuhan merawat kaki pada pasien diabetes melitus tipe II. *Muhammadiyah journal of nursing. 2(1): 79- 90.*

Wirawan, S., dkk. 2014.. Penyuluhan Dengan Media Audio Visual dan Konvensional Terhadap Pengetahuan ibu anak balita. *Jurnal Kemas. 10(1): 80-87*