

LAMPIRAN

Lampiran 1. Jurnal 1

ARGIPA 2017, Vol. 2, No. 2: 54-66
Available online: <https://journal.uin-suka.ac.id/index.php/argipa>
p-ISSN 2502-2938; e-ISSN 2579-888X



PENGARUH EDUKASI GIZI TERHADAP PENGETAHUAN GIZI, SIKAP, DAN POLA MAKAN PADA PASIEN DIABETES TIPE 2 DI PUSKESMAS KECAMATAN CIRACAS

The effect of nutrition education on knowledge, attitude, and food pattern of type 2 diabetes patients at Puskesmas Kecamatan Ciracas

Nindy Apriliani Putri¹⁾ dan Pritasari²⁾

¹⁾ Program studi Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan UINAMKA; ²⁾ Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Jakarta II
Email korespondensi: nindyaprilianiputri@gmail.com

ABSTRAK

Pengaturan pola makan yang baik merupakan kunci utama dalam penanganan pasien Diabetes Melitus (DM). Pemilihan makanan yang tepat dapat membantu pengontrolan gula darah. Konsumsi makanan tinggi serat dan indeks glikemik rendah dapat membantu mengontrol kadar glukosa darah pasien DM. Edukasi merupakan cara untuk meningkatkan kualitas hidup pasien DM. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pra-eksperimen dengan rancangan *one group pre-test post-test*. Metode penyuluhan gizi menggunakan media booklet Diet Tinggi Serat dan Indeks Glikemik Rendah diharapkan mampu mengubah pengetahuan gizi, sikap, dan pola makan pasien DM. Pemilihan subjek dengan *purposive sampling* dengan total jumlah subjek sebanyak 66. Teknik analisis data dengan uji statistik *paired T-test*. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa ada perbedaan signifikan pengetahuan gizi, sikap, dan pola makan berdasarkan jumlah konsumsi serat dan indeks glikemik pangan campuran ($p < 0,01$) antara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi edukasi gizi.

Kata kunci: Booklet, DM, Edukasi Gizi, Indeks Glikemik, Serat

ABSTRACT

A good diet is a key factor in the handling of patient with Diabetes Mellitus (DM). Selection of the right foods can help controlling blood sugar. Consumption of foods with high fiber and low glycemic index can help controlling blood glucose levels in diabetic patients. Education is a way to improve the life quality of patients with DM. In this study, the method used was the pre-experimental design with one group pre-test post-test and given nutrition education to patients with nutritional counseling using booklet media "High Fiber Diet and Low Glycemic Index" was expected can change the nutritional knowledge, attitude, and diet in patients with DM. Sampling method with purposive sampling with the total number of subjects were 66. Data analysis techniques with statistical test paired T-test. Based on this research, it was known that there were significant differences in nutritional knowledge, attitudes, and a diet based on amount of the fiber intake and glycemic index food mix ($p < 0.01$) between pre and post intervention of nutrition education.

Keywords: Booklet, DM, Fiber, Glycemic Index, Nutrition Education

Lampiran 2. Jurnal 2

Pengaruh Edukasi Gizi terhadap Pengetahuan, Sikap dan Kepatuhan Diet Penyandang Diabetes Mellitus Tipe II Peserta Prolanis di Puskesmas Pamotan Kabupaten Rembang

Effect of Nutrition Education on Diet Knowledge, Attitudes and Compliance with People with Type II Diabetes Mellitus Prolanis Participants in Pamotan District Health Center, Rembang Regency

Risca Ariyana¹; Sri Noor Mintarsih; Mohamad Jaelani; Dyah Nur Subandriani

ABSTRACT

Background : prevalence of diabetes mellitus around the world has increased significantly, including in Indonesia. Nutrition education is one of the main pillars of diabetes mellitus management to improve knowledge and attitude as a basis for improvement of nutritional behavior of diabetic client.

Objective : to investigate the effect of nutrition education on the knowledge, attitude and dietary adherence of Prolanis's type 2 diabetes mellitus clients at Puskesmas Pamotan.

Methods : this research used quasi experimental method with pre and post test group control design. The samples of research consisted of 44 respondents, and divided into intervention group (22 respondents) and control group (22 respondents). The sampling technique used simple random sampling. Data collection used questionnaire of respondent characteristics, knowledge of DM diet, attitude about DM diet and food recall form 2 x 24 hours. Data were analysed by using mann-whitney test.

Result : there were different in changes of knowledge and attitude significantly with p-value 0,001 and 0,039 between treatment and control group, and there were no different in change of dietary adherence between treatment and control group (p-value 0,081).

Conclusion : nutrition education can improve knowledge and attitude of diabetic client , whereas on dietary adherence there was an increase but not significant.

Keywords : nutrition education, knowledge, attitude, dietary adherence

ABSTRAK

Latar Belakang : prevalensi diabetes mellitus di berbagai dunia, termasuk Indonesia mengalami peningkatan secara signifikan. Edukasi gizi merupakan salah satu pilar utama pengelolaan diabetes mellitus yang bertujuan untuk memperbaiki pengetahuan dan sikap sebagai dasar perbaikan perilaku gizi penyandang diabetes mellitus. **Tujuan** : untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan, sikap dan kepatuhan diet penyandang diabetes mellitus tipe 2 peserta Prolanis di Puskesmas Pamotan.

Metode : desain penelitian adalah quasi experiment dengan rancangan pre and post test control group design. Total sampel 44 orang, yang dibagi menjadi kelompok perlakuan sebanyak 22 orang dan kelompok kontrol sebanyak 22 orang. Pemilihan sampel menggunakan simple random sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner karakteristik responden, pengetahuan diet DM, sikap tentang diet DM dan formulir food recall 2 x 24 jam. Analisa data menggunakan uji mann-whitney .

Hasil : ada perbedaan pengetahuan dan sikap antara kelompok perlakuan dan kontrol secara signifikan dengan p-value masing-masing 0,001 dan 0,039, serta tidak ada perbedaan signifikan kepatuhan diet antara kelompok perlakuan dan kontrol dengan p-value 0,081.

Kesimpulan : edukasi gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap penyandang DM Tipe 2, sedangkan pada kepatuhan diet terjadi peningkatan namun tidak signifikan.

Kata kunci : edukasi gizi, pengetahuan, sikap, kepatuhan diet

Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Pasien Diabetes Mellitus Tipe II

Khartini Kaluku (koresponden)

(Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Maluku; kalukukhartini@gmail.com)

ABSTRAK

Diabetes mellitus adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah. Diabetes Mellitus Tipe II sering disebut Diabetes Mellitus yang tidak tergantung pada insulin. Sekitar 90-95% dari kejadian diabetes di seluruh dunia adalah diabetes tipe II. Edukasi merupakan dasar utama pengobatan dan pencegahan DM yang sempurna. Salah satu langkah strategis untuk menambah pengetahuan dan menimbulkan motivasi kearah perbaikan kondisi status kesehatan keluarga adalah melakukan pemberdayaan keluarga atau masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan sikap Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Air Besar Kota Ambon. Jenis penelitian ini adalah eksperimen murni dengan desain penelitian pre test dan post test pada kelompok kontrol dan perlakuan. Dalam rancangan ini, pengelompokan anggota sampel dilakukan secara random. Penilaian dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Air Besar, pada Bulan Agustus sampai dengan September 2015. Hasil penelitian diketahui terdapat perbedaan pengetahuan antara sebelum dan sesudah edukasi gizi dengan p value < 0,05, ada pengaruh edukasi terhadap sikap dalam hal ini kepatuhan diet dan kadar glukosa darah pasien Diabetes Mellitus Tipe II dengan p value < 0,05.

Kata kunci: edukasi; pengetahuan; sikap; diabetes mellitus tipe II

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah. Diabetes Mellitus Tipe 2 sering pada usia dewasa dan disebabkan karena kurangnya produksi insulin atau tidak efektifnya penggunaan insulin oleh tubuh. Sekitar 90-95% dari kejadian diabetes di seluruh dunia adalah diabetes tipe II (Arora, 2008). Prevalensi global Jumlah kasus diabetes di antara remaja usia 10 tahun atau lebih tua, tingkat kasus baru adalah 18,6/100.000 setiap tahun untuk tipe 1 diabetes dan 8,5/100.000 untuk diabetes tipe 2 di Amerika (NIDDK, 2011). Berdasarkan kutipan Uick (2009) yaitu diantara tipe DM yang ada, DM tipe II adalah jenis yang paling banyak ditemukan (lebih dari 90%). Kekarapan DM tipe II di Indonesia berkisar antara 1,5-2,3% kurang lebih 15 tahun yang lalu, tetapi pada tahun 2001 survei terakhir di Jakarta (Depok) menunjukkan kenaikan yang sangat nyata yaitu menjadi 12,8% (Suryono, 2011). Menurut Sujudi (2003), sekitar 2,5 juta jiwa atau 1,3% dari penduduk Indonesia setiap tahun meninggal dunia karena komplikasi DM Tipe 2. DM Tipe 2 merupakan penyakit serius, mahal, dan semakin umum (Jeffry,2005).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2013, Prevalensi penyakit DM di Indonesia berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan adalah 1,5% sedangkan prevalensi DM (D/G) sebesar 2,1%. Data ini menunjukkan cakupan diagnosis DM oleh tenaga kesehatan mencapai 63,6%, lebih tinggi dibandingkan cakupan penyakit asma maupun penyakit jantung. Kasus DM di Propinsi Maluku berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan menurut umur (55-84 tahun) adalah 4,8% sedangkan prevalensi DM (D/G) sebesar 5,5%. Data terakhir Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Air Besar sampai dengan September 2014 sebanyak 218 pasien. Di Puskesmas ini melakukan Health Education mengenai penggunaan obat tetapi tidak dilakukan edukasi seperti pengaturan diet untuk penderita DM.

Diabetes Mellitus jika tidak dikelola dengan baik akan mengakibatkan terjadinya berbagai komplikasi menahun seperti penyakit serebro-vaskular, penyakit jantung koroner, penyakit pembuluh darah tungkai, komplikasi pada mata, ginjal dan syaraf (Soegondo dkk, 2007). Masalah kesehatan akibat Diabetes Mellitus dapat menurunkan kualitas hidup. Dalam pengelolaan diabetes, langkah pertama yang harus dilakukan adalah pengelolaan secara non farmakologis yaitu perencanaan diet, aktivitas fisik, dan penyuluhan. Jika pengendalian kadar glukosa dengan cara ini tidak tercapai, maka langkah selanjutnya adalah pengelolaan farmakologis atau penggunaan obat (Dalmarta, 2005). Sukardji (2007) menjelaskan suatu model terapi gizi medis yang direkomendasikan oleh American Diabetes Association (ADA). Dalam model tersebut diperlukan pendekatan tim yang terdiri dari dokter, dietisien, perawat dan petugas kesehatan lain serta pasien itu sendiri untuk meningkatkan kemampuan setiap pasien dalam mencapai kontrol metabolik yang baik. Tidak hanya itu, diperlukan



PENGARUH EDUKASI GIZI DENGAN PRINSIP DIABETES SELF MANAGEMENT EDUCATION (DSME) TERHADAP PENGETAHUAN DAN AKTIVITAS FISIK PASIEN DIABETES TIPE II

Effect of nutrition education with the principles of Diabetes Self-Management Education (DSME) on knowledge and physical activity of type 2 diabetes patients

Raden Rizqia Khansa

Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka, Jakarta, Indonesia
Email korespondensi: Rizqia.khansa@gmail.com

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronis yang paling banyak dialami oleh penduduk di dunia. Pilar penatalaksanaan DM tipe 2 meliputi aspek edukasi, terapi gizi medis, latihan jasmani, dan intervensi farmakologis. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh pemberian edukasi gizi dengan prinsip *Diabetes Self Management Education* (DSME) terhadap tingkat pengetahuan dan aktivitas fisik pasien DM tipe II di RSUP Fatmawati, Jakarta Selatan. Metode penelitian ini adalah pre-eksperimen dengan *one group pretest-posttest design* membandingkan hasil data subjek sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan uji *paired t-test*. Pemilihan subjek menggunakan teknik *consecutive sampling* berjumlah 23 orang. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan DSME terhadap tingkat pengetahuan dan tingkat aktivitas fisik subjek. Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan perlu adanya peningkatan kurikulum dengan penambahan materi terkait stres emosional dan sistem pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, DSME, Pengetahuan

ABSTRACT

Diabetes mellitus (DM) is one of the most critical illnesses experienced worldwide. Pillars for the management of type 2 DM are education, medical nutrition therapy, physical exercise, and pharmacological interventions. This study aimed to analyze Diabetes Self Management Research (DSME) on the level of knowledge and activities of type II DM patients in Fatmawati General Hospital, South Jakarta. This research method used pre-experimentation with one group pretest-posttest. Analysis of the data used in univariate and bivariate analysis with a paired t-test. Sampling method was using a consecutive sampling technique obtained by 23 subjects. The results of the study showed differences between the previous and conducted DSME on the level of knowledge ($p<0.001$) and the level of physical activity ($p=0.001$). Based on the results of this study, there needs to be an improvement in the curriculum with support materials related to stress and the healthcare system.

Keywords: DSME, Knowledge, Physical Activity