

ABSTRAK

Fina Wahyu Aprilia 2024. Hubungan Penerapan Prinsip 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) Dengan Kadar Gula Darah dan Status Gizi Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Polowijen, Kota Malang.

Pembimbing: Endang Widajati, SST., M. Kes., RD. dan Sutomo Rum Teguh K, SKM, M.Kes.

Latar Belakang: Kejadian diabetes melitus di Indonesia masih banyak ditemukan. Menurut data Riskesdas tahun 2018, prevalensi diabetes mellitus di Indonesia lebih dari 1 juta dengan jumlah penderita di Provinsi Jawa Timur yaitu 151.878. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Malang pada tahun 2022 penderita diabetes mellitus sebesar 45,16% atau 18.984 orang. Berdasarkan profil kesehatan Kota Malang Tahun 2020 dan tahun 2021, diketahui bahwa penderita Diabetes Mellitus yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar di Puskesmas Polowijen Kota Malang tahun 2020 sebanyak 42,3% dan pada tahun 2021 sebanyak 70%.

Salah satu faktor penyebab diabetes melitus adalah pola hidup. Pola hidup yang dominan menjadi pencetus diabetes mellitus tipe II ialah pola makan dan aktivitas fisik. Pilar penatalaksanaan diabetes melitus salah satunya yaitu penatalaksanaan diet dengan cara mengubah gaya hidup serta kebiasaan mengonsumsi makanan dengan mengikuti anjuran penerapan prinsip 3J, yaitu jumlah makanan, jenis makanan dan jadwal makan. Tujuan dari adanya penatalaksanaan diet tersebut dapat membantu penderita diabetes dalam perbaikan gizi untuk dapat mengontrol kadar gula darah dalam tubuh.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan penerapan prinsip 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) dengan kadar gula darah dan status gizi pada pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe II di puskesmas polowijen.

Metode: Jenis penelitian ini merupakan penelitian observasional. Desain penelitian ini menggunakan desain Cross-Sectional. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Responden pada penelitian ini adalah pasien diabetes mellitus sampel sebanyak 23 responden dengan rentang usia 40-65 tahun. Analisa data penelitian menggunakan uji statistik korelasi Pearson.

Hasil: Uji statistik menunjukkan bahwa pada jumlah makanan dan kadar gula darah diperoleh nilai ($p= 0,024$), pada jenis makanan dan kadar gula darah diperoleh nilai ($p= 0,015$) pada jadwal makanan dan kadar gula darah diperoleh ($p=0,034$) dan pada dan status gizi diperoleh nilai ($p= 0,030$).

Kesimpulan: Ada hubungan prinsip 3J (jumlah, jenis, jadwal) dengan gula darah dan status gizi pada pasien diabetes mellitus tipe II di Puskesmas Polowijen, Kota Malang.

Kata kunci : 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal), Kadar Gula Darah, Status Gizi, Diabetes Melitus