



**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA *BOOKLET*
TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG DIET PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS ARUT SELATAN**

Asri Ester Kune¹, Sri Rahayu², Wahyudi Qorahman MM³
¹Mahasiswa Keperawatan STIKes Borneo Cendekia Medika
^{2,3}Dosen Prodi Keperawatan STIKes Borneo Cendekia Medika
Email: asriesterk@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolik yang di tandai dengan peningkatan kadar gula darah (*hiperglikemia*) disebabkan oleh ketidakseimbangan insulin. Masalah yang sering timbul pada penderita diabetes melitus adalah bagaimana cara mempertahankan kadar glukosa dalam darah tetap terkontrol. Kontrol diabetes melitus yang buruk dapat mengakibatkan *hiperglikemia* dalam jangka panjang. Salah satu penatalaksanaan nonfarmakologi yaitu pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan penderita diabetes melitus tentang pengetahuan diet 3j (jumlah, jenis, dan jadwal makan).

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan dengan media *booklet* terhadap pengetahuan tentang diet penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan.

Metode: Penelitian *quasy experimental*, dengan rancangan *one group pretest-post test*, pengukuran pengetahuan menggunakan kuesioner pengetahuan tentang diet 3j, teknik pengambilan sampel *purposive sampling* menggunakan uji *Shapiro Wilk* data tidak berdistribusi normal maka menggunakan uji *Wilcoxon*.

Hasil: Hasil penelitian didapatkan tingkat pengetahuan penderita diabetes melitus tipe 2 *pre-test* responden dalam kategori baik 3,3%, cukup 10,0%, dan kurang 86,7%. Hasil tingkat pengetahuan penderita diabetes melitus tipe 2 *post-test* dalam kategori baik 43,3%, cukup 36,7% dan kurang 20,0%. Hasil uji *Wilcoxon* didapatkan p value 0,000.

Kesimpulan: Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Tentang Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan.

Kata Kunci: Pendidikan kesehatan, *booklet*, Pengetahuan diet 3j (jumlah,jenis dan jadwal), diabetes melitus tipe 2

ABSTRACT

Background: *Diabetes Mellitus is a metabolic disease characterized by increased blood sugar levels (hyperglycemia) caused by an insulin imbalance. The problem that often arises for people with diabetes mellitus is maintaining controlled blood glucose levels. Poor control of diabetes mellitus can result in long-term hyperglycemia. One of the non-pharmacological management strategies is health education to increase the knowledge of diabetes mellitus sufferers about the 3 J diet (amount, type, and meal plan)*

Objective: *To determine the effect of health education using booklet media on knowledge about the diet of type 2 diabetes mellitus patients at arut selatan health center.*

Methods: *Quasi-experimental research with a one-group pre-test-post-test design; knowledge measurement using a knowledge questionnaire about the 3J diet; purposive sampling technique using the Shapiro Wilk test; data not normally distributed using the Wilcoxon test.*

Results *The results showed that the levels of knowledge of people with diabetes mellitus type 2 pre-test were in the good category at 3.3%, fair at 10.0%, and poor at 86.7%. The results of the knowledge levels of type 2 diabetes mellitus post-test were in the good category at 43.3%, fair at 36.7%, and poor at 20.0%. The Wilcoxon test results obtained a p-value of 0.000.*

Conclusion: *Health education using booklet media influences knowledge about the diet of type 2 diabetes mellitus patients at the South Arut Public Health Center.*

Keywords: *Health education, booklets, knowledge of the 3j diet (amount, type, and schedule), type 2 diabetes mellitus*



PENDAHULUAN

Diabetes melitus merupakan penyakit degeneratif disebabkan gangguan metabolisme kronis akibat ketidakmampuan pankreas untuk memproduksi insulin yang cukup atau ketidakmampuan tubuh untuk menggunakan insulin yang di hasilkan secara efektif. Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolik yang di tandai dengan peningkatan kadar gula darah (*hiperglikemia*) disebabkan oleh ketidakseimbangan insulin. Insulin dalam tubuh diperlukan untuk penggunaan glukosa di dalam sel untuk metabolisme dan pertumbuhan sel. Penurunan atau kekurangan insulin menyebabkan glukosa tertahan dalam darah dan gula darah meningkat (Tarwoto et al, 2018; Daeli, 2019). Masalah diabetes melitus diperlukan penatalaksanaan yang tepat karena prevelensi kasus meningkat setiap tahunnya (ADA, 2017).

Menurut *International Diabetes Federation* (IFD) menyatakan penderita diabetes melitus tipe 2 pada usia 20-79 tahun didunia telah teridentifikasi terdapat 10 negara dengan jumlah penderita diabetes melitus terbanyak 116,4 juta di china, 77 juta Amerika Serikat, dan 31 juta india, yang menempati peringkat ke-3 tertinggi (IFD, 2020). Indonesia menempati urutan ke-7 dari 10 negara dengan jumlah penderita diabetes melitus tipe 2 dengan angka prevelensi 10,7 juta (Kemenkes, 2020). Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 (Riskesdas) menunjukkan angka kejadian diabetes meningkat dari 6,9% pada 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Berdasarkan data badan pusat statistik Provinsi Kalimantan Tengah 2019 menunjukan prevelensi pasien diabetes melitus tipe 2 pada 2017 mencapai 1,6% dan pada tahun 2020 meningkat menjadi 6,2% penderita diabetes melitus tipe 2 (Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Tengah 2017).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kotawaringin Barat pada tahun 2022 terdapat 3.943 kasus. Prevalensi diabetes melitus di bulan Januari-September 2022 pada Puskesmas Arut Selatan sebanyak 491 orang dan pada bulan Januari-April 2023 sebanyak 78 orang (Dinas Kesehatan Kotawaringin Barat, 2022).

Masalah yang sering timbul pada penderita diabetes melitus adalah bagaimana cara mempertahankan kadar glukosa dalam darah tetap terkontrol. Kontrol diabetes melitus yang buruk dapat mengakibatkan *hiperglikemia* dalam jangka panjang, yang menjadi pemicu beberapa komplikasi yang serius baik *makrovaskular* maupun *mikrovaskular* seperti penyakit jantung, penyakit *vaskuler perifer*, gagal ginjal, kerusakan saraf dan kebutaan. Banyaknya komplikasi yang mengiringi penyakit diabetes melitus menyebabkan terjadinya perubahan fisik, psikologis maupun sosial (Nasution, F, 2021).

Penatalaksanaan diabetes melitus secara farmakologi diberikan Obat *Hipoglikemik* Oral (OHO) dan insulin (Perkeni, 2021). Penatalaksanaan nonfarmakologi yaitu edukasi, latihan fisik, pengaturan makanan/diet. Diet merupakan salah satu dari lima pilar dalam pengelolaan diabetes melitus sehingga diet sangat perlu untuk di kelola dengan baik, kendala utama dalam pengolahan diet diabetes melitus adalah kejenuhan pasien dalam mengikuti diet, kunci utama dalam mengikuti diet adalah 3J yaitu jumlah makanan, jenis makanan dan jadwal makanan. Zanti (2017) dengan judul gambaran kepatuhan diet pasien diabetes melitus menjelaskan bahwa sebagian besar (53,1%) pasien diabetes melitus memiliki pengetahuan standar mengenai 3J (jumlah, jenis, dan jadwal). Diet merupakan penatalaksanaan diabetes untuk menurunkan berat badan, dapat mengurangi resistensi insulin dan

Vol. 7 No. 1 Tahun 2023, Hal. 67-76

memperbaiki respon sel-sel terhadap glukosa.

Dampak pengetahuan diet dapat menimbulkan beberapa masalah seperti berat badan karena kurangnya pengetahuan akan mengakibatkan perubahan gaya hidup. Perubahan gaya hidup dengan modifikasi diet dan peningkatan kegiatan fisik mengurangi resiko relatif untuk terjadinya diabetes melitus diberikan edukasi sebagai sarana untuk menyampaikan informasi tentang penyakit yang berhubungan dengan gaya hidup pasien diabetes melitus, edukasi yang diberikan melalui media cetak seperti *booklet*, edukasi yang di dukung oleh media *booklet* tersebut mendapatkan keuntungan seperti meningkatkan pengetahuan yang baik sehingga penderita mendapatkan informasi (Notoadmodjo, 2018). Pemberian informasi melalui pendidikan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang pola hidup sehat penderita diabetes melitus dan dapat mengatasi masalah pengetahuan.

Menurut Notoadmodjo (2018) metode pendidikan kesehatan merupakan suatu kegiatan atau usaha untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu. Dengan harapan adanya informasi tersebut, masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan yang lebih baik. Pendidikan Kesehatan yang di sampaikan melalui metode atau media *booklet* dapat mempengaruhi individu baik pengetahuan, sikap dan perilaku sesuai dengan tujuan dari pendidikan kesehatan.

Booklet merupakan media yang menarik karena dapat menstimulasi indera penglihatan sehingga lebih mudah dalam menyampaikan informasi dan dapat di baca sewaktu-waktu serta mudah untuk di bawa keman-mana (Unoharzah HB, 2022). *Booklet* dapat di gunakan sebagai alat untuk membantu untuk klien mengingat kembali dan memonitor penyakitnya. Tingkat pengetahuan

merupakan domain yang sangat penting dalam pembentukan perilaku seseorang. Menurut (Notoadmodjo, 2019) pengetahuan yang di miliki seseorang dapat di pengaruhi oleh seberapa banyak informasi yang di perolehnya baik secara langsung atau tidak langsung. Orang yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi memiliki kesempatan yang luas untuk terpapar berbagai informasi. Semakin banyak memperoleh informasi, maka semakin baik pengetahuan yang di miliki seseorang.

Berdasarkan penelitian Sari, N (2021) dengan pemberian informasi melalui media *booklet* terhadap tingkat kepatuhan pasien diabetes melitus tipe 2 didapatkan hasil bahwa sebelum diberikan informasi sebanyak 80,6% tingkat kepatuhan pasien diabetes melitus tipe 2 dalam kategori kurang. Setelah pemberian informasi menggunakan media *booklet* menunjukkan bahwa sebanyak 94,4% tingkat kepatuhan pasien diabetes melitus tipe 2 dalam kategori cukup sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan melalui media *booklet* terhadap pengetahuan penderita diabetes melitus.

Berdasarkan penelitian Nisi, S (2022) dengan pemberian pendidikan kesehatan Whatsaap pada penderita diabetes melitus didapatkan hasil sebelum pemberian edukasi pengetahuan responden dengan kategori cukup sebanyak (26,3%) terdiri dari (23,7%) orang kelompok perlakuan dan (28,9%) orang kelompok kontrol. Sedangkan kategori kurang sebanyak (73,3%) yang terdiri dari (76,9%) orang kelompok perlakuan dan (71,1%) orang kelompok kontrol. Setelah pemberian edukasi tingkat pengetahuan responden cukup sebanyak (59,2%) yang terdiri dari (78,9%) orang kelompok perlakuan dan (59,5%) orang kelompok kontrol dan sedangkan kategori kurang sebanyak (40,8%) yang terdiri dari (21,1%) orang kelompok perlakuan dan (60,5%) orang kelompok kontrol. Dapat diketahui

Vol. 7 No. 1 Tahun 2023, Hal. 67-76

bahwa perbedaan nilai mean sebelum dan setelah perlakuan dengan nilai kelompok perlakuan 66,45 dan nilai kelompok kontrol 59,08 dengan besar perbedaan 7,37 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pendidikan kesehatan melalui whatshaap terhadap pengetahuan penderita diabetes melitus.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan sebanyak 10 orang didapatkan hasil bahwa 4 orang memiliki pengetahuan baik tentang diet dari jumlah makanan, 2 orang memiliki pengetahuan cukup tentang jenis makanan, dan 4 orang memiliki pengetahuan kurang tentang jadwal makan yang dianjurkan.

Berdasarkan latar belakang permasalahan studi pendahuluan diatas maka peneliti peneliti melakukan penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan media *booklet* terhadap pengetahuan tentang diet penderita diabetes melitus tipe 2 di Wilayah Kerja Puskemas Arut Selatan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *quasi eksperimental* dengan *one group pre-test post-test*. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh pendertita diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Arut Selatan berjumlah 78 responden. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 responden. Teknik penentuan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, karena sampel yang akan digunakan ketika peneliti ingin mempertimbangkan karakteristik populasi yang ada. Penelitian di lakukan pada tanggal 16-18 Juni 2023. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan berupa pertanyaan terstruktur, tervalidasi dan reliabel, yang juga menggunakan media *booklet*.

HASIL PENELITIAN

1. Data Umum

Tabel 1.1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

kerakteristik jenis kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Perempuan	30	100
Total		100

Berdasarkan tabel 1.1 diatas, menunjukkan seluruh responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 30 responden (100%).

Tabel 1.2 karakteristik responden berdasarkan umur

Karakteristik umur	Frekuensi	Persentase (%)
26-45 Tahun	5	16.7
46-65 Tahun	25	83.3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1.2 menunjukkan hampir seluruh dari responden berusia 46-65 Tahun berjumlah 25 responden (83.3%)

Tabel 1.3 karakteristik responden berdasarkan Pendidikan

Karakteristik pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	10	33.3
SMP	12	40.0
SMA	7	23.3
Perguruan Tinggi	1	3.3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1.3 diatas, menunjukkan sebagian kecil responden berpendidikan SMP sebanyak 12 responden (40,0%).

Tabel 1.4 karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan

Karakteristik Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Wirausaha	5	16.7
IRT	24	80.0
Petani	1	3.3
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1.2 diatas, menunjukkan hampir seluruh dari

responden bekerja sebagai IRT sebanyak 24 responden (80,0%).

2. Data Khusus

Tabel 1.5 Mengidentifikasi pengetahuan tentang diet penderita diabetes melitus tipe sebelum diberikan pendidikan kesehatan media booklet

Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	1	3.3
Cukup	3	10.0
Kurang	26	86.7
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 1.5 menunjukkan pengetahuan responden sebelum diberikan pendidikan kesehatan berada pada tingkat pengetahuan kurang sebanyak 26 responden (86,7%).

Tabel 1.6 Mengidentifikasi pengetahuan tentang diet penderita diabetes melitus tipe 2 sesudah diberikan pendidikan kesehatan media booklet

Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	13	43.3
Cukup	11	36.7
Kurang	6	20.0
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 1.6 menunjukkan pengetahuan responden setelah diberikan pendidikan kesehatan berada pada tingkat pengetahuan baik sebanyak 13 responden (43,3%).

Tabel 1.7 Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan media booklet terhadap pengetahuan diet penderita diabetes melitus tipe 2

Kategori Pengetahuan	Frekuensi persentase (n)			P Value	N
	Baik	Cukup	Kurang		
Pretest	1	3	26	0,000	30
Posttest	13	11	6		

Berdasarkan data pada tabel 1.7 menunjukkan sebagian besar responden memiliki Pengetahuan Tentang Diet di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan sebelum pemberian pendidikan kesehatan media *booklet* berada pada tingkat pengetahuan kurang sebanyak 26 responden (86,7%). Pengetahuan tentang diet sesudah pemberian pendidikan kesehatan media *booklet* sebagian besar berada pada tingkat pengetahuan baik sebanyak 13 responden (43,3%). Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* di dapatkan nilai p value = 0,000 maka p value $\leq \alpha$ (0,005), sehingga di putuskan H_1 diterima dan H_0 di tolak artinya terdapat perbedaan tingkat pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan tentang pengetahuan diet, ini menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan media *booklet* terhadap Pengetahuan Tentang Diet 3j di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

1. Mengidentifikasi pengetahuan tentang diet penderita diabetes melitus tipe 2 sebelum diberikan pendidikan kesehatan Media *booklet*

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori pengetahuan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan media *booklet* adalah kategori kurang, yaitu sebanyak 26 responden (86,7%), kategori cukup sebanyak 3 responden (10,0%) dan kategori pengetahuan baik sebanyak 1 responden (3,3%).

Dari hasil tersebut tingkat pengetahuan responden dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan.

Dalam penelitian ini responden secara keseluruhan berjenis kelamin perempuan Hasil tersebut sejalan

dengan penelitian yang dilakukan oleh Ivke (2022) dimana dalam penelitian tersebut dikatakan dari seluruh penderita diabetes melitus berjenis kelamin perempuan. Karena adanya penumpukan lemak yang disebabkan oleh sindrom menstruasi maupun kondisi pasca menopause menyebabkan IMT perempuan lebih besar dibanding laki-laki. Kondisi tersebut menjadi salah satu penyebab perempuan lebih mudah menderita diabetes melitus. Hal ini dapat diketahui bahwa perempuan lebih cenderung beresiko dibanding laki-laki karena pada perempuan banyak mengalami obesitas (Sutawardana dkk, 2020).

Berdasarkan penelitian usia responden 46-65 tahun sebanyak 25 responden (83,3%). Menurut Imelda (2019), resiko kejadian diabetes melitus kebanyakan terjadi pada rentang usia 40-64 tahun, hal ini dikarenakan pada usia tersebut kejadian intoleransi glukosa mengalami peningkatan. Salah satu akibat dari perubahan tersebut adalah berkurangnya fungsi sel beta pankreas dalam menghasilkan insulin dan sensitivitas sel menjadi menurun. Fungsi tubuh secara fisiologis juga akan menurun pada usia tua, sehingga kemampuan tubuh dalam mengendalikan gula darah menjadi kurang optimal. Penelitian ini didukung penelitian dari Delima (2016) yang menyatakan usia lebih dari 42 tahun adalah masuk dalam golongan lanjut usia awal sehingga mulai mengalami penurunan fungsi dari organ termasuk pankreas.

Berdasarkan hasil penelitian hampir seluruh responden berpendidikan SMP. Hal ini sejalan dengan penelitian Rooiqoh (2018) bahwa hampir seluruh responden berpendidikan SMP. Pendidikan merupakan suatu proses belajar yang mampu mengubah tingkah laku

seseorang untuk mencapai kualitas hidup. Secara teori seseorang dengan pendidikan perguruan tinggi akan mempunyai kesempatan untuk berperilaku baik (Ernawati dkk, 2020). Seseorang yang berpendidikan tinggi lebih mudah memahami dan mematuhi perilaku diet dibanding dengan orang yang berpendidikan SD dan SMP. Pendidikan yang tinggi akan memudahkan seseorang atau masyarakat untuk menyerap informasi dan mengimplementasikannya dalam perilaku dan gaya hidup sehari-hari, khususnya dalam memahami pengelolaan diet Diabetes Melitus. Upaya meningkatkan pengetahuan dalam mengubah suatu perilaku pemeliharaan kesehatan secara terus-menerus diperlukan suatu edukasi kesehatan yang merupakan salah satu pilar pengolahan bagi penderita diabetes melitus tipe 2 (PERKENI, 2021).

Penelitian yang dilakukan mendapatkan sebagian besar responden di puskesmas arut selatan bekerja sebagai ibu rumah tangga (IRT) seseorang yang tidak bekerja cenderung memiliki penumpukan lemak berlebih dalam tubuhnya. Hal tersebut dapat terjadi karena seseorang yang tidak bekerja cenderung memiliki aktivitas fisik yang kurang, kondisi tersebut dapat mengakibatkan seseorang mengalami obesitas. Obesitas dapat meningkatkan beban kerja pankreas dan tidak dapat menyeimbangkan produksi insulin (Sutawardana dkk, 2020). Perempuan sebagai Ibu Rumah Tangga cenderung melakukan aktifitas fisik sedang dan kurang berolahraga, yang mengakibatkan terjadinya penumpukan lemak tubuh yang membuat perempuan lebih beresiko meningkatnya diabetes melitus tipe 2.

Kesimpulan dari peneliti yang dilakukan pengetahuan

Vol. 7 No. 1 Tahun 2023, Hal. 67-76

responden berada pada pengetahuan kurang karena kurang terpapar informasi mengenai diet yang dianjurkan dan kurang aktif dalam mengikuti kegiatan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan terkait diet diabetes melitus.

2. Mengidentifikasi pengetahuan tentang diet penderita diabetes melitus tipe 2 setelah diberikan pendidikan kesehatan media *booklet*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori setelah dilakukan pendidikan kesehatan media *booklet* berada dikategori pengetahuan baik sebanyak 13 responden (43,3%), kategori pengetahuan cukup sebanyak 11 responden (36,7%) dan kategori pengetahuan kurang sebanyak 6 responden (20,0%).

Menurut penelitian Agustina, (2018) pemberian pendidikan kesehatan yang diberikan pada penderita diabetes melitus yang diberikan dapat, meningkatkan pengetahuan dalam pola makan dan dapat mencegah terjadinya komplikasi lebih lanjut. Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan responden setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan tentang diet dari pengertian hingga cara pencegahan yang akan dilakukan penderita diabetes melitus tipe 2. Seseorang yang memiliki pengetahuan baik akan mempengaruhi cara memahami dan meningkatkan pengetahuan tentang diet, (Notoatmodjo, 2018). Menurut Minarsih (2019) menyatakan bahwa media *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan responden dengan media *booklet* dapat memudahkan dalam proses penyampaian informasi isi *booklet* yang diberikan. *Booklet* adalah buku kecil dirancang untuk mendidik pembaca dengan tipe dan strategi

untuk pemecahan masalah biasanya terdiri dari 16-24 halaman dan 3,5 x 8,5 inci (Utami WF, 2018).

Booklet merupakan media yang sangat membantu dalam menyampaikan informasi melalui pendidikan kesehatan karena dapat menyimpan pesan dalam dua bentuk, yaitu pesan bentuk tulis dan gambar (Wulandari, 2018). Media *booklet* dapat memberikan informasi yang lebih rinci di dalamnya juga terdapat gambar-gambar yang menarik untuk dilihat sehingga responden dapat mengingat informasi yang ada di dalam *booklet* (Agustina, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi saat diberi pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan tentang diet sehingga responden dapat memahami arti pentingnya diet 3j, penderita diabetes melitus terbukti dengan adanya peningkatan tingkat pengetahuan responden dalam menjalankan diet.

Dapat disimpulkan bahwa meningkatnya pengetahuan seseorang karena mendapatkan edukasi, yang menjadi harapan agar terciptanya peluang kepada individu serta keterampilan dan pengetahuan. Berdasarkan asumsi penelitian pemberian intervensi pendidikan kesehatan media *booklet* dapat meningkatkan pengetahuan tentang diet 3j (jumlah, jenis, dan jadwal makan).

3. Menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan media *booklet* terhadap pengetahuan diet penderita diabetes melitus tipe 2.

Berdasarkan data hasil penelitian menunjukkan bahwa pada pre-test didapatkan tingkat pengetahuan responden dalam kategori baik yaitu sebanyak 1 responden (3,3%) dan kategori cukup sebanyak 3 responden

Vol. 7 No. 1 Tahun 2023, Hal. 67-76

(10,0%) dan kategori kurang, sebanyak 26 responden (86,7%). Hasil pos-test didapatkan tingkat pengetahuan responden dalam kategori pengetahuan baik sebanyak 13 responden (43,3%) dan kategori pengetahuan cukup sebanyak 11 responden (36,7%) dan kategori pengetahuan kurang sebanyak 6 responden (20,0%).

Pengetahuan kurang dari 6 responden diakibatkan karena responden kurang memahi dan kurang terpapar informasi terkait diet yang dianjurkan, pengetahuan responden dari diet 3j (jumlah, jenis dan jadwal makan) responden memiliki pengetahuan kurang tentang jumlah makan yang dianjurkan. Hal ini dikarenakan dengan diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* akan bertambahnya pengetahuan responden diabetes melitus tipe 2. Pemberian media *booklet* inilah responden dapat memiliki pengetahuan yang baik tentang asupan makanan bagi responden, yang selanjutnya dapat merubah sikap dan perilakunya sehingga diharapkan dapat mengendalikan kadar glukosa darahnya. Selain itu penelitian serupa telah diungkapkan oleh Srikantika (2019) bahwa edukasi yang dilakukan melalui suatu media visual seperti buku ilustrasi dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan pasien.

Media *booklet* dapat memberikan informasi yang lebih rinci di dalamnya juga terdapat gambar-gambar yang menarik untuk dilihat sehingga sasaran dapat mengingat informasi yang ada di dalam *booklet* (Agustina, 2018). Hal ini menunjukkan bahwa pemberian informasi saat diberi pendidikan kesehatan menggunakan media *booklet* dapat meningkatkan

pengetahuan tentang diet 3J sehingga dapat memahami arti pentingnya diet diabetes melitus terbukti dengan adanya peningkatan tingkat pengetahuan responden dalam menjalankan diet.

Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Tentang Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai p value = 0,000 maka p value $\leq \alpha$ (0,05), sehingga di putuskan H_1 diterima dan H_0 di tolak artinya terdapat perbedaan tingkat pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan tentang pengetahuan diet ini menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan media *booklet* terhadap Pengetahuan Tentang Diet di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan.

Menurut opini peneliti saat melakukan pendidikan kesehatan media *booklet* berlangsung, responden mendengarkan dengan baik sehingga responden memahami informasi yang disampaikan terkait diet yang disampaikan sehingga responden mampu memahami dengan baik, intervensi yang dilakukan berupa pendidikan kesehatan media *booklet* bisa meningkatkan pengetahuan responden. Berdasarkan keterangan dari penderita diabetes melitus yang menjalani pengobatan di Puskesmas Arut Selatan bahwa jarang mengikut kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan, dengan kegiatan pemberian pendidikan kesehatan hal ini mendorong penderita diabetes melitu tipe 2 yang menjalani diet terus bersemangat untuk meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Tentang Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan didapatkan bahwa: Pengetahuan pasien diabetes melitus tipe 2 sebelum dilakukan pendidikan kesehatan media *booklet* terhadap pengetahuan tentang diet menunjukkan pengetahuan responden berada pada kategori kurang sebanyak 26 responden dan setelah dilakukan pendidikan kesehatan media *booklet* tentang pengetahuan diet menunjukkan pengetahuan responden berada pada kategori baik yaitu 13 responden dan dapat disimpulkan bahwa. Ada Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Tentang Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Diwilayah Kerja Puskesmas Arut Selatan.

SARAN

1. Bagi Institusi Pendidikan
Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber pembelajaran dan perkembangan ilmu pengetahuan didalam institusi dan sebagai sumber data baru mengenai Pengaruh Pendidikan Kesehatan Media *Booklet* Terhadap Pengetahuan Tentang Diet Penderita Diabetes Melitus Tipe 2.
2. Bagi Tempat Penelitian
Dalam penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan untuk terus melakukan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang diet 3j (jumlah, jenis dan jadwal makan) dan melakukan penanganan diet rendah garam.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Saran untuk peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut tentang diet 3j yang dianjurkan dengan menggunakan media yang berbeda dan meneliti lebih lanjut terkait jadwal diet yang diterapkan
4. Bagi Penderita Diabetes Melitus

Disarankan bagi penderita diabetes melitus tipe 2 untuk meningkatkan pengetahuan tentang diet dan mampu mengatur pola makan dari jumlah, jenis dan jadwal makan yang dianjurkan.

DAFTAR PUSTAKA

- ADA (*American Diabetes Association*). (2017). *Standar Of Medical Care In Diabetes 2017. The Journal Of Clinical And Applied Research And Education*.
<https://www.Diabetes.org>.
- Agustina, Indah. 2018. *Pengaruh Media Booklet Terhadap Pengetahuan Terkait Hygiene Menstruasi Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 5 Kota Samarinda. Naskah Publikasi. Kalimantan Timur: Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.*
- Delima, R. & Harmilah. (2016). *Kegiatan Posyandu Penyakit Tidak Menular (PTM)- DM terhadap Kepatuhan Pengelolaan DM di Rumah pada Penyandang DM Tipe II. e-journal.poltekkesjogja.ac.id*
- IDF. (2020). *Idf Diabetes Atlas (9th ed). International Diabetes Federation. <https://www.diabetesatlas.org/en/resources/>*.
- Ivke Daul Saldeva, dkk (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Kepatuhan Pengobatan Terhadap Kejadian Peningkatan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kecamatan Ngawi.*
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Mellitus. In pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI.*
- Minarsih. (2019). *Perspectives in gestasional diabetes mellitus : A review of screening, diagnosis, and treatment, 25(2).*
- Nasution, F. (2021). *Faktor Resiko Kejadian Diabetes Mellitus, 9(2), 94-102.*
- Notoatmodjo, (2018). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta*



Vol. 7 No. 1 Tahun 2023, Hal. 67-76

- Perkeni. (2021). *Pedoman pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 dewasa di Indonesia*. Indonesia: PB. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia.
- Rooiqoh Qothrunnadaa. (2018). *Penggunaan Media Cakram Diabetes Dalam Konseling Untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitu Tipe 2 di Puskesmas Godean I*.
- Srikartika, Valentina Meta, M. Rasyid Akbar dan Herningtyas Nautika Lingga. (2019). *Evaluasi Intervensi Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Banjarbaru Selatan*. *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*
- Sutawardana, J. H., Putri, W. N., & Widayati, N. (2020). *Hubungan Self Compassion dengan Kepatuhan Terapi Insulin Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsd Dr. Soebandi Jember*. *Jurnal of Nursing Care & Biomolecular*.
- Tandra, H. (2018). *Dari Diabetes Menuju Jantung & Stroke*. PT Granmedia Pustaka Utama.
- Unaharzo HB, Lamatenggau. (2022). *Teknologi Komunikasi dab Infomasi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Utami WF. (2018). *Buku ajar pendidikan kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- WHO. (2020, Oktober). *Dipetik Oktober 27, 2022, dari The WHO global diabetes compact: https://www.who.int/health-topics/diabetes3tab=tab_1*.
- Wulandari, Fitria. 2018. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Kota Surakarta*. *Naskah Publikasi*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Zanti. (2017) *Gambaran Kepetuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Di RSUD Pasaman Barat Tahun 2016*. *Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Andalas*. *Diakes Pada Tanggal 17 Januari 2022 Dari <Http://Scholar,Unand.Ac.Id/21784/>*.