

## **ABSTRAK**

### **Penerapan Pendidikan Kesehatan Diet dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Mellitus Dilihat dari 3 J**

Yanuar Noer Romadhoni, Sugiharto

Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Pengendalian diabetes mellitus dapat berupa injeksi insulin, pengaturan diet, olahraga dan obat-obatan. Untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan diabetisi dalam pengendalian gula darah dapat dilakukan pemberian pendidikan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan dan tingkat kepatuhan akan diet yang dijalankan oleh penderita DM dilihat dari 3 J (jadwal, jumlah dan jenis makanan). Desain karya tulis ilmiah ini berupa studi kasus pada 2 penderita diabetes mellitus tipe 2. Instrument penelitian ini berupa kuesioner tingkat kepatuhan diet 3J, kuesioner tingkat pengetahuan tentang diet diabetes mellitus dan lembar observasi tingkat kepatuhan. Cara mengevaluasi dengan membandingkan nilai pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi dan observasi nilai kepatuhan diet sesudah intervensi. Hasil yang didapat sebelum dilakukan intervensi nilai pengetahuan kedua responden adalah 60 dan 53. Setelah dilakukan intervensi nilai tingkat pengetahuan kedua responden menjadi 80 dan hasil observasi tingkat kepatuhan kedua responden rata-rata 86 dan 84. Berdasarkan data observasi didapatkan hasil tingkat kepatuhan diet pada kedua klien dianggap patuh terhadap program diet yang dilakukan. Kesimpulannya adalah pendidikan kesehatan tentang diet 3J dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pada penderita diabetes mellitus. Saran bagi tenaga kesehatan hendaknya menganjurkan dan mengedukasi penderita DM dan keluarganya untuk melakukan dan melaksanakan program diet yang sudah disepakati seperti program diet 3J.

Kata kunci : diabetes mellitus, diet, kepatuhan, pendidikan kesehatan