

**PENGARUH KONSELING GIZI MELALUI POSTER TERHADAP
PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN KARBOHIDRAT, LEMAK,
SERAT, KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN
RAWAT JALAN DIABETES MELITUS TIPE 2
DIRSU BAHTERAMAS KOTA KENDARI**

Jurnal Publikasi

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Gizi



OLEH :

**WIDYA NINGSI AINUN PRATIWI
NIM. P00313019028**

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KENDARI
PRODI D IV GIZI
2024**

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI

PENGARUH KONSELING GIZI MELALUI POSTER TERHADAP
PENGETAHUAN GIZI, ASUPAN KARBOHIDRAT, LEMAK,
SERAT, KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN
RAWAT JALAN DIABETES MELITUS TIPE 2
DIRSU BAHTERAMAS KOTA KENDARI

Yang diajukan oleh:

WIDYA NINGSI AINUN PRATIWI
P00313019028

Telah disetujui oleh :

Pembimbing Utama,



Dr. Hj. Fatmawati, SKM, M.Kes
NIP. 19670922199101 2 001

Tanggal 21/8/2024

Pembimbing Pendamping,



Suwarni, DCN, MPH
NIP. 19670611199003200A

Tanggal 21/08/2024

Pengaruh Konseling Gizi Melalui Poster Terhadap Pengetahuan Gizi, Asupan Karbohidrat, Lemak, Serat, Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Tipe 2 Dirsu Bahteramas Kota Kendari

The Effect Of Nutritional Counseling Through Posters On Nutritional Knowledge, Intake Of Carbohydrates, Fat, Fiber, Blood Glucose Levels In Patients Outpatient For Type 2 Diabetes Mellitus At Bahteramas Rsu Kendari City

Widya Ningsi Ainun Pratiwi¹, Fatmawati², Suwarni³

¹ Minat Gizi, D.IV Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari

^{2,3} Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Kendari

ABSTRAK

Latar Belakang : Diabetes melitus tipe 2 merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya. Secara klinis DM tipe 2 terjadi ketika tubuh tidak mampu memproduksi cukup insulin untuk menyeimbangi peningkatan insulin resistensi. DM tipe 2 menjadi masalah kesehatan di dunia karena prevalensinya dan akibat penyakit tersebut terus meningkat dan merupakan penyakit epidemik yang berkembang, sehingga mengakibatkan penderitaan individu dan kerugian ekonomi yang luar biasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling gizi menggunakan poster terhadap pengetahuan, asupan karbohidrat, lemak, serat dan kadar glukosa darah pada pasien rawat jalan diabetes mellitus tipe 2 RSU Bahteramas kota Kendari. **Metode :** Jenis penelitian *quasy eksperimental* dengan desain *pre test-post test with control group*, lokasi penelitian di RSU Bahteramas Kendari penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2023-Agustus 2023. Teknik pemilihan sampel menggunakan total sampling sebanyak 68 sampel 34 kelompok intervensi dan 34 kelompok kontrol, Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien rawat jalan penderita Diabetes Melitus Tipe 2 yang berada di RSU Bahteramas. Data pengetahuan dikumpulkan menggunakan kuisisioner *pretest* dan *posttest*, untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan efektivitas antara kelompok intervensi dan kontrol menggunakan uji *Mann whitney u test*. **Hasil :** Pengetahuan gizi pasien sebelum dan sesudah diberikan konseling menggunakan media poster mengalami peningkatan, ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap pengetahuan, tidak ada pengaruh konseling gizi menggunakan media poster terhadap asupan karbohidrat, tidak ada pengaruh konseling menggunakan media poster terhadap asupan serat, tidak ada pengaruh konseling gizi menggunakan media poster terhadap kadar gula darah. **Kesimpulan :** Adanya pengaruh konseling gizi menggunakan poster terhadap perubahan pengetahuan, dan asupan serat. Diharapkan bagi RSU Bahteramas Kendari untuk bisa memberi edukasi konseling gizi menggunakan media poster **Saran :** Untuk responden diharapkan dapat menjaga pola makan agar bisa mengontrol kadar gula darah, diharapkan dapat mengurangi konsumsi Karbohidrat dalam jumlah yang banyak, serta terapkan pola sesuai dengan diet Diabetes Melitus. **Kata Kunci :** Konseling Gizi, Poster, Diabetes Mellitus, Pengetahuan, Asupan Karbohidrat, Lemak, Serat dan Kadar Glukosa Darah.

ABSTRAK

Background: Type 2 diabetes mellitus is a group of metabolic diseases with hyperglycemia characteristics that occur due to abnormalities in insulin secretion, insulin action or both. Clinically, type 2 DM occurs when the body is unable to produce enough insulin to balance the increase in insulin resistance. Type 2 DM is a health problem in the world because the prevalence and consequences of the disease continue to increase and is a growing epidemic disease, resulting in individual suffering and tremendous economic losses. This study aims to determine the effect of nutritional counseling using posters on knowledge, carbohydrate intake, fat, fiber and blood glucose levels in outpatients with type 2 diabetes mellitus at Bahteramas Hospital, Kendari city. **Method:** This type of research is quasi experimental with a pre-test-post test design with a control group, the research location at Bahteramas Kendari Hospital, this research was conducted in July 2023-August 2023. The sample selection technique used total sampling of 68 samples, 34 intervention groups and 34 control groups, the population in this study were all outpatients with Type 2 Diabetes Mellitus at Bahteramas Hospital. Knowledge data were collected using pretest and posttest questionnaires, to determine whether or not there was a difference in effectiveness between the intervention and control groups using the Mann whitney u test. **Results:** Nutritional knowledge of patients before and after counseling using poster media has increased, there is an effect of nutritional counseling with poster media on knowledge, there is no effect of nutritional counseling using poster media on carbohydrate intake, no effect of counseling using poster media on fiber intake, no effect of nutritional counseling using poster media on blood sugar levels. **Conclusion:** There is an effect of nutrition counseling using posters on changes in knowledge, and fiber intake. It is hoped that Bahteramas Kendari Hospital can provide nutrition counseling education using poster media. **Suggestion:** For respondents, it is hoped that they can maintain a diet in order to control blood sugar levels, it is hoped that they can reduce the consumption of carbohydrates in large quantities, and apply patterns according to the Diabetic Mellitus diet. **Keywords:** *Nutrition Counseling, Poster, Diabetes Mellitus, Knowledge, Intake of Carbohydrate, Fat, Fiber and Blood Glucose Levels*

PENDAHULUAN

Penyakit Diabetes Melitus merupakan salah satu penyakit yang tidak menular yang menjadi penyebab kematian tertinggi di dunia, penyakit ini juga menjadikan penderitanya berkurang produktivitas kerja yang berdampak pada berkurangnya pendapatan, serta berkurangnya kualitas hidup penderita karena komplikasi penyakitnya (Marasabessy NurBaharia, Sitti Johri Nasela, 2020).

Diabetes melitus tipe 2 merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau kedua-duanya. Secara klinis DM tipe 2 terjadi ketika tubuh tidak mampu memproduksi cukup insulin untuk menyeimbangi peningkatan insulin resistensi. DM tipe 2 menjadi masalah kesehatan di dunia karena prevalensinya dan akibat penyakit tersebut terus meningkat dan merupakan penyakit epidemik yang berkembang, sehingga mengakibatkan penderitaan individu dan kerugian ekonomi yang luar biasa (Declori, 2019).

Diabetes tidak hanya menyebabkan kematian prematur di seluruh dunia. Penyakit ini juga menjadi penyebab utama kebutaan, penyakit jantung dan gagal ginjal. Organisasi International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan sedikitnya terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada

usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi diabetes di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 19,9% pada laki-laki. Prevalensi diabetes diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 112,2 juta orang pada umur 65-79 tahun. Angka diprediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 (Pusdatin, 2020).

Sekitar 422 juta orang di seluruh dunia mengidap diabetes, sebagian besar tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah dan 1,6 juta kematian secara langsung dikaitkan dengan diabetes setiap tahun. Baik jumlah kasus maupun prevalensi diabetes terus meningkat selama beberapa dekade terakhir (WHO, 2020).

Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi diabetes melitus di Indonesia berdasarkan diagnosis dokter pada umur ≥ 15 tahun sebesar 2%. Angka ini menunjukkan peningkatan dibandingkan prevalensi diabetes melitus pada penduduk ≥ 15 tahun pada hasil Riskesdas 2013 sebesar 1,5%. Namun, prevalensi diabetes melitus menurut hasil pemeriksaan gula darah meningkat dari 6,9% pada tahun 2013 menjadi 8,5% pada tahun 2018. Angka ini menunjukkan bahwa baru sekitar 25% penderita diabetes yang mengetahui bahwa dirinya menderita diabetes (Pusdatin 2020).

Provinsi Sulawesi Tenggara didapatkan kasus berdasarkan profil dinas kesehatan Sulawesi Tenggara adalah sebanyak 2.436. Data penyakit DM yang dirawat di RSUD bahteramas Kota Kendari pada tahun 2020 sebanyak 81 pasien, tahun 2021 sebanyak 152 pasien, tahun 2022

sebanyak 183 pasien.

Peran konseling gizi adalah konseling gizi membantuklien/pasien dalam mengubah perilaku yang positif hubungannya dengan makanan dan gizi, mengenali permasalahan kesehatan dan gizi yang dihadapi, mengatasi masalah, mendorong klien untuk mencari cara pemecahan masalah, mengarahkan klien untuk memilih cara pemecahan masalah yang paling sesuai dan membantu proses penyembuhan penyakit melalui perbaikan gizi klien.

Mengedukasi adalah salah satu penatalaksana diabetes melitus yang juga dapat memberi berpengaruh terhadap keberhasilan pada penderita dalam metaboliknya. Kepatuhan (adherence atau compliance) dapat didefinisikan sebagai tindakan pada perilaku seorang akan dapat obat yang di rekomendasikan oleh pemberi pelayanan kesehatan (Melorose et al., 2015). Penyampaian informasi sebaiknya harus dapat mengikuti perkembangan kemajuan teknologi. Pemberian informasi dapat menjadi upaya yang ada dan dapat dilakukan untuk menambah pengetahuan masyarakat untuk mencegah kembalinya penyakit diabetes melitus dan meningkatkan kepatuhan pengobatan pada diabetes melitus tipe 2, salah satunya cara dengan media poster. Poster dapat menampilkan gambar yang menarik minat membaca melalui pandangansehingga dapat menciptakan kondisi ini akan membantu masyarakat untuk mampu mendapatkan wawasan diabetes melitus yang baik dan menarik (Kapti, 2013).

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini bersifat eksperimen dengan desain penelitian menggunakan *quasy experimental study* dengan *pretes-posttest with control group*. Penelitian ini dilakukan di ruang kerja RSUD Bahteramas kendari yang di pilih secara sengaja atau *purposive sampling*. Rancangan ini menggunakan kelompok pembanding (kontrol).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita Diabetes Melitus Tipe 2 rawat jalan yang berada di RSUD Bahteramas kota Kendari yang tercatat sebagai kasus baru pada bulan januari-juli di tahun 2023 dengan jumlah 68 orang kasus.

Sampel penelitian ini adalah seluruh pasien rawat jalan penderita Diabetes Melitus Tipe 2 yang berada di RSUD Bahteramas Kota Kendari, sebanyak 68 orang dengan total sampel. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Dimana jumlah sampel sama dengan populasi. Alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi kurang.

Variabel terikat pada penelitian ini adalah pengetahuan, asupan karbohidrat, lemak, serat, dan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2. Dan Variable bebas pada penelitian ini adalah konseling menggunakan media poster.

Analisis univariat adalah analisis yang dilakukan terhadap tiap variabel dalam hasil penelitian. Hasil analisis univariat akan disajikan dalam bentuk grafik atau narasi. Variabel yang akan digunakan analisis univariat dalam penelitian ini adalah variabel pengetahuan, asupan karbohidrat, lemak, serat dan kadar glukosa darah, dari

analisis univariat ini akan diketahui gambaran distribusi rata-rata frekuensi setiap variabel. Analisis bivariat dilakukan untuk mengidentifikasi pengaruh pemberian konseling menggunakan media poster pada pengetahuan. Sebelum dilakukan bivariat, sebelumnya harus uji normalitas untuk mengetahui apakah data terdistribusi normal, karena syarat uji parametric adalah data harus terdistribusi normal

Karena pada penelitian ini jumlah sampel penelitian , yaitu 34 sampel kelompok intervensi dan 34 sampel kelompok kontrol, sehingga uji normalitas menggunakan uji *Kolmogrov-smirnov*. Distribusi data dikatakan normal jika nilai kemaknaan (p) $>0,005$, sedangkan data tidak normal jika nilai kemaknaan (p) $<0,005$ (Dahlan, 2011). Jika data terdistribusi normal, maka uji yang digunakan adalah uji *Dependent t-test* untuk mengetahui pengaruh tingkat pengetahuan.

HASIL

Analisa Univariat

Tabel1. Gambaran Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Konseling Pada Penderita Diabetes Mellitus di RSUD Bahteramas

Variabel	Intervensi			Kontrol		
	Rendah	Tinggi	Rata-rata	Rendah	Tinggi	Rata-rata
Pengetahuan pre	6	13	9,21	5	13	8,79
Pengetahuan post	10	15	12,68	8	14	11,74

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa nilai minimum pengetahuan responden diabetes mellitus pada kelompok intervensi sebelum diberikan konseling 6 dan nilai maksimum 13 dengan rata-rata 9,21 setelah diberikan konseling gizi nilai mengalami peningkatan yakni nilai minimum 10 dan maksimum 15 dengan rata-rata nilai 12,68. Pada kelompok kontrol yang hanya diberikan konseling gizi saja tanpa media poster diketahui bahwa nilai minimum pengetahuan 5 dan maksimum 13 dengan nilai rata-rata 8,79, setelah diberikan media poster mengalami peningkatan yakni dengan nilai minimum 8 dan maksimum 14 dengan nilai rata-rata 11,74.

Tabel 2 Gambaran Asupan Sebelum dan Sesudah Konseling Pada Penderita Diabetes Mellitus di RSUD Bahteramas

Variabel	Intervensi			Kontrol		
	Rendah	Tinggi	Rata-rata	Rendah	Tinggi	Rata-rata
Asupan KH Pre	95	315	196,735	90,5	312	176,750
Asupan KH post	80	285	164,765	90	265	152,735
Asupan lemak pre	18	85	28,41	18	53	30,00
Asupan lemak post	17	37	27,53	23	40	29,76
Asupan serat pre	2,35	13,5	5,521	2,57	8,83	4,731
Asupan serat pro	3,81	15,3	7,061	3,50	9,5	5,71

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa pada kelompok intervensi asupan karbohidrat sebelum diberikan konseling dengan media poster dengan nilai minimum 95 gr/hr nilai maksimum 315 gr/hr dengan nilai rata-rata 196,735 gr/hr setelah diberikan konseling nilai minimal 80 gr/hr dan nilai maksimum 285 gr/hr dengan rata-rata 164,765 gr/hr. Asupan lemak sebelum diberikan konseling dengan nilai minimum 18 gr/hr dan nilai maksimum 85gr/hr dengan rata-rata nilai28,41gr/hr dan setelah diberikan konseling nilai minimum 17 gr/hr dan nilai maksimum 37gr/hr dengan nilai rata-rata 27,53gr/hr.

nilai minimum 18 gr/hr dan poster minimum asupan 2,57 gr/hr

maksimum 53 gr/hr dengan rata-rata asupan 30 gr/hr dan setelah diberikan konseling tanpa media poster nilai minimum 23 gr/hr dan maksimum 40gr/hr dengan rata-rata asupan 29,76 gr/hr.

Asupan serat sebelum diberikan konseling tanpa media poster minimum asupan 2,57 gr/hr dan maksimum 8,83 gr/hr dengan rata-rata asupan 4,731 gr/hr setelah diberikan konseling tanpamedia poster nilai minimum meningkat menjadi 3,5 gr/hr maksimum 9,5 gr/hr dan rata-rata asupan meningkat menjadi 5,710 gr/hr

Tabel 3 Gambaran Kadar Glukosa Darah Sebelum dan Sesudah Konseling Pada Penderita Diabetes Mellitus di RSUD Bahteramas

Variabel	Intervensi			Kontrol		
	Rendah	Tinggi	Rata-rata	Rendah	Tinggi	Rata-rata
Kadar glukosa darah Pre	150	400	267,62	141	4,76	262,12
Kadar glukosa darah post	100	360	226,76	98	395	231,53

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa pada kelompok intervensi kadar glukosa darah sebelum diberikan konseling dengan media poster dengan nilai minimum 150mg/dl dan maksimum 400mg/dl dengan rata-rata 267,62 mg/dl dan setelah diberikan konseling mengalami penurunan yakni dengan nilai minimum 100 nilai maksimum 360 mg/dl dengan rata-rata 226,76 mg/dl. minimum 100 nilai maksimum 360 mg/dl dengan rata-rata 226,76 mg/dl.

Pada kelompok pembandingan kadar glukosa darah sebelum diberikan konseling tanpa media poster nilai minimum 141 mg/dl dan maksimum 476 mg/dl dengan rata-rata 262,12 mg/dl setelah diberikan konseling nilai minimum 98mg/dl dan maksimum 395 dengan nilai rata-rata 231,53 mg/dl.

Analisa Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan berupa konseling gizi menggunakan media poster terhadap pengetahuan, asupan karbohidrat, lemak, serat dan kadar glukosa darah Selanjutnya untuk mengetahui apakah data penelitian terdistribusi normal sebelum dan sesudah diberikan

intervensi konseling gizi, maka digunakan uji Kolmogorov Smirnov.

Nilai signifikansi dari kelompok perlakuan baik sebelum intervensi dan sesudah intervensi seluruhnya $<0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa keseluruhan data tidak memenuhi asumsi normalitas. Jadi analisis bivariat menggunakan uji *Mann Whitney u test*. Sedangkan *Mannwhitney u test* adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan efektivitas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Nilai signifikansi dari perbedaan 2 kelompok terdapat nilai p value hasilnya kecil yaitu <0.05 , yang berarti ada perbedaan jadi analisis bivariat menggunakan uji *Mann Whitney U Test*.

Tabel 6 Pengaruh kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes mellitus di RSUD Bahteramas.

Variabel	Kelompok	P
Pengetahuan	Intervensi	0,043
	Kontrol	
Karbohidrat	Intervensi	0,480
	Kontrol	
Lemak	Intervensi	0,078
	Kontrol	
Serat	Intervensi	0,019
	Kontrol	
Kadar glukosa darah	Intervensi	0,868
	Kontrol	

Sumber : Data Primer 2023

Hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov smirnov menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi secara normal ($p < 0,05$) sehingga dilakukan uji nonparametrik berupa uji Mann Whitney. Mann whitney u test adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan efektivitas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Nilai signifikasi dari perbedaan 2 kelompok terdapat nilai p value hasilnya kecil yaitu $< 0,05$, yang berarti ada perbedaan jadi analisis bivariat menggunakan uji Mann Whitney U Test.

Perbedaan pengetahuan kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes menggunakan uji Man Whitney u test menunjukkan bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,043 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap pengetahuan penderita diabetes melitus.

Perbedaan asupan lemak kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes menggunakan uji Man

Whitney u test menunjukkan bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,078 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada tidak ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap asupan lemak penderita diabetes melitus di RSUD Bahteramas.

Perbedaan asupan serat kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes menggunakan uji Man Whitney u test menunjukkan bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,019 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap asupan serat pada penderita diabetes melitus.

Perbedaan kadar glukosa darah kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes menggunakan uji Man Whitney u test menunjukkan bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,868 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada tidak ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap kadar glukosa darah penderita diabetes melitus di RSUD Bahteramas.

Pembahasan

Pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan konseling penderita diabetes melitus di RSUD Bahteramas

Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui oleh responden mengenai penyakit diabetes mellitus. Pada penelitian ini sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup baik mengenai penyakit diabetes mellitus tetapi mengenai tata kelola gizi yang dianjurkan mengenai gizi pada penderita diabetes mellitus responden masih kurang dimengerti dengan baik. (NW Trisnadewi 2018)

Pengetahuan pada kelompok intervensi sebelum dilakukan konseling gizi dilihat dari nilai rata-rata perminggu selama 3x pengukuran *post-intervensi*. Intervensi yang dilakukan yaitu berupa konseling gizi yang dilakukan dalam 3 kali kunjungan konseling, dilakukan dengan mengisi lembar kuisisioner angket yang diberikan kepada responden pada minggu pertama dan minggu ketiga. (WE Lestari 2018).

Nilai rata-rata pada kelompok intervensi sebelum diberikan konseling gizi yaitu 9,21 sedangkan rata-rata pengetahuan setelah diberikan konseling gizi mengalami peningkatan yaitu 12,68 hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi. Sedangkan nilai rata-rata pada kelompok control sebelum diberikan konseling gizi yaitu 8,79 sedangkan rata-rata pengetahuan setelah diberikan konseling gizi mengalami peningkatan yaitu 11,74 hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi.

Berdasarkan uji statistic menunjukkan bahwa pengetahuan kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes melitus menggunakan uji man Whitney u test bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,043 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap pengetahuan penderita diabetes melitus.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siswanto, dkk (2016) juga menunjukkan hasil yang sama yakni ada peningkatan pengetahuan pasien diabetes mellitus sebelum intervensi dengan nilai rata-rata 7,04 dan sesudah intervensi dengan nilai rata-rata 10,81 dengan p-value (0,000) dengan metode konseling gizi menggunakan media audiovisual di Rumah Sakit Islam Samarinda.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Suci, dkk (2016) menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan yang diberikan konseling selama 3 kali selama penelitian lebih signifikan terhadap pengetahuan diet DM sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi dengan nilai p-value 0,001 ($p < 0,05$) dibandingkan dengan kelompok kontrol yang hanya diberikan penyuluhan sekali dari petugas kesehatan.

Tinggi rendahnya pengetahuan gizi perindividu berbeda-beda tergantung dengan sikap, perilaku dan keinginan tahu responden mengenai gizi. Bila pengetahuan gizi seseorang tinggi maka akan cenderung membuat responden tersebut berperilaku gizi yang baik serta menumbuhkan budaya terkait dengan perilaku gizi.

Pengaruh asupan karbohidrat sebelum dan sesudah diberikan konseling penderita diabetes mellitus di RSUD Bahteramas

Asupan Karbohidrat pada kelompok intervensi sebelum dilakukan konseling gizi nilai rata-rata mengkonsumsi 196,73 gr/hr setelah dilakukan konseling gizi asupan karbohidrat mengalami penurunan yaitu sebesar 164,76 gr/hr, sedangkan pada kelompok kontrol asupan karbohidrat rata-rata juga mengalami penurunan dari rata-rata 176,75 gr/hr menjadi 152,735 gr/hr.

Pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol mengalami penurunan hal ini dikarenakan banyaknya responden yang telah mengurangi konsumsi karbohidrat dan meningkatnya konsumsi serat yang diajarkan bisa mengkonsumsi serat dari buah-buahan yang mudah dan murah di dapat seperti, papaya, pisang, jeruk.

Pada kelompok Intervensi rata-rata asupan karbohidrat mengalami penurunan. Berdasarkan uji statistik Perbedaan asupan karbohidrat kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes menggunakan uji Man Whitney u test menunjukkan bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,480 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap asupan karbohidrat penderita diabetes melitus di RSUD Bahteramas.

Hal ini dapat terjadi karena pada saat wawancara beberapa responden mengatakan bahwa sangat sulit menghindari karbohidrat seperti nasi karena beberapa mengatakan bahwa saat mereka tidak mengkonsumsi nasi dalam jumlah yang banyak beberapa

orang masih merasa lapar kembali dan kurang puas, beberapa responden juga mengatakan bahwa dalam 1 kali makan mereka sering mengkonsumsi nasi dan ubi di waktu yang sama, ada juga responden yang saat disarankan mengkonsumsi nasi merah namun beberapa responden tidak menyukai dan merasa mual saat mengonsumsi nasi merah, jadi walaupun responden hanya mengurangi mengkonsumsi karbohidrat yang lainnya tetapi masih mengkonsumsi nasi dalam jumlah yang banyak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kusumawati et al., 2023) tentang Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Kepatuhan Diet Dan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 bahwa tidak terdapat perbedaan hasil analisis asupan karbohidrat pada kelompok intervensi dan control menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan antara asupan karbohidrat sebelum dan setelah perlakuan dengan nilai $p = 0,083$ ($p > 0,05$).

Menurut Khairani, (2016) kasus DM di Indonesia semakin meningkat sesuai dengan pola hidup yang cenderung mengadopsi pola hidup negara barat yaitu mengkonsumsi makanan cepat saji yang tinggi akan karbohidrat dan lemak namun rendah serat.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian (Danilo Gomes de Arruda, 2021). Pengetahuan yang kurang baik ditunjukkan dengan responden yang belum mengerti bagaimana mengatur diet diabetes melitus yang sesuai dengan pilar diabetes melitus. Responden menganggap cukup dengan minum obat saja.

Pengaruh Asupan Lemak Sebelum Dan Sesudah Diberikan Konseling Penderita Diabetes Mellitus Di RSU Bahteramas

Asupan lemak pada kelompok intervensi sebelum dilakukan konseling gizi menggunakan media poster rata-rata mengkonsumsi 28,41 gr/hr setelah dilakukan konseling mengalami penurunan menjadi 27,53 gr/hr. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata asupan sebelum dilakukan konseling gizi tanpa media poster yaitu 30,00 gr/hr dan setelah dilakukan konseling mengalami penurunan menjadi 29,76 gr/hr.

Pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol rata-rata asupan lemak mengalami penurunan tetapi belum mencapai normal yang dianjurkan oleh Permenkes RI No. 28 Tahun 2019 dalam angka kecukupan gizi (AKG) yakni 45-50 gr/hr.

Hal ini dikarenakan asupan penderita yang kurang, jenis makanan yang dikonsumsi tidak beragam, dan dengan alasan daya beli yang kurang, untuk jenis lemak penderita diabetes tidak banyak mengkonsumsi lemak jenuh tinggi seperti, seafood, produk susu, keju, es krim terutama dari daging dan jarang mengkonsumsi makanan snack, margarin makanan dibakar atau di panggang dan makanan yang banyak mengandung lemak, dengan alasan kurangnya daya beli dan tidak terlalu menyukai makanan tersebut.

Berdasarkan uji statistik Perbedaan asupan lemak kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes menggunakan uji Man Whitney u test menunjukkan bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,078 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada tidak ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap

asupan lemak penderita diabetes melitus di RSU Bahteramas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ana B (2018) konseling gizi yang dilakukan selama 3 kali selama waktu penelitian menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dengan uji *Paired T-Test* ternyata terdapat perbedaan yang signifikan asupan lemak sebelum dan sesudah pemberian konseling gizi, dengan nilai $p < 0,05$ ($p = 0,532$).

Pakhri (2020) mengemukakan bahwa diet tinggi lemak diketahui dapat memperburuk pengendalian kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus, lemak dapat memblokir kerja insulin, sehingga glukosa tidak dapat diangkut ke dalam sel dan menumpuk dalam pembuluh darah, sehingga terjadi peningkatan kadar glukosa darah.

Pada penelitian Montol (2018) mengatakan pemberian konseling gizi mampu menurunkan asupan lemak yang signifikan karena dengan meningkatnya pengetahuan dan pemahaman sehingga pasien mampu menerapkan diet yang tepat.

Pengaruh Asupan Serat Sebelum Dan Sesudah Diberikan Konseling Penderita Diabetes Mellitus di RSU Bahteramas

Asupan serat pada kelompok intervensi sebelum dilakukan konseling gizi menggunakan media poster rata-rata mengkonsumsi 5,52 gr/hr setelah dilakukan konseling mengalami kenaikan menjadi 7,06 gr/hr. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata asupan sebelum dilakukan konseling gizi tanpa media poster yaitu 4,73 gr/hr dan setelah

dilakukan konseling mengalami kenaikan menjadi 5,71 gr/hr.. tetapi asupan serat menunjukkan bahwa tingkat konsumsi serat yang bersumber dari sayur-sayuran dan buah memang kurang memenuhi kuantitas atau jumlah yang dianjurkan sesuai dengan angka kecukupan gizi (AKG) menurut Permenkes RI No, 28 Tahun 2019 yaitu 25-30 gr/hr untuk dikonsumsi oleh responden. bahan makanan yang tersedia dirumah dan kemampuan daya beli responden.

Berdasarkan uji statistik menunjukkan bahwa perbedaan asupan serat kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes menggunakan uji Man Whitney u test bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,019 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap asupan serat pada penderita diabetes melitus.

Penelitian yang dilakukan oleh Gita (2013) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada asupan serat ($P=0,000$) antara asupan sebelum dan sesudah diberikan konseling gizi.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Nindy, (2017) menyatakan bahwa ada perbedaan yang signifikan asupan serat sebelum dan setelah dilakukan intervensi melalui media *booklet* secara nyata dengan p-value ($p < 0,01$).

Balitbangkes (2014) pada data riskesdas 2013, mengatakan pola konsumsi buah dan sayur orang Indonesia termasuk kategori kurang, ini terlihat dari data seluruh provinsi yang angka kekurangan serat melebihi 80% dari total konsumsi buah dan sayur yang seharusnya.

Arif, dkk (2014) mengatakan serat baik dikonsumsi oleh seseorang terlebih bagi penderita diabetes mellitus tipe 2 karena serat dapat memperlambat laju makanan pada saluran pencernaan dan menghambat aktivitas enzim sehingga proses pencernaan khususnya pati menjadi lambat dan respons glukosa darah pun akan lebih rendah.

Pengaruh Kadar Glukosa Darah Sebelum dan Sesudah Diberikan Konseling Penderita Diabetes Melitus di RSUD Bahteramas

Kadar glukosa darah pada kelompok intervensi sebelum dilakukan konseling gizi rata-rata kadar glukosa darah 267,62 mg/dl setelah dilakukan konseling gizi mengalami penurunan kadar glukosa darah 226,76 mg/dl dan pada kelompok kontrol sebelum dilakukan konseling gizi kadar glukosa darah 262,12 mg/dl setelah diberikan konseling gizi kadar glukosa darah mengalami penurunan 231,53 mg/dl.

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa Perbedaan kadar glukosa darah kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada penderita diabetes menggunakan uji Man Whitney u test bahwa nilai yang didapatkan p-value yaitu 0,868 ($p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap kadar glukosa darah penderita diabetes melitus di RSUD Bahteramas.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Paruntun et al., 2018) yang menyatakan tidak ada perbedaan antara kadar gula darah dengan pasien Diabetisi Rawat Jalan Rsup Prof Dr R.D Kandou Manado.

Kadar gula darah yang tidak terkontrol disebabkan oleh pola makan yang tidak tepat, kejadian ini terjadi dikarenakan seseorang kurang mendapatkan pengetahuan dan pemahaman akan pola makan yang baik. Seseorang yang sering melakukan konseling gizi dapat merubah sikap dan perilaku dalam melakukan kepatuhan pola makan yang tepat, sehingga secara tidak langsung konseling dapat mempengaruhi kadar gula darah (Trisda dan Bakri 2021).

Hal yang perlu diperhatikan oleh penderita DM Tipe 2 adalah penerapan dari pengetahuan yaitu sikap yang dimiliki atau self-management. Sebagai contoh bahwa keluarga mengetahui cara mengendalikan pola makanan penderita DM maka keluarga akan membantu mengontrol jumlah, jenis, jadwal makan anggota keluarganya yang menderita DM. Hal lainnya berupa rutin mengajak penderita untuk kontrol kondisi kesehatannya di sarana kesehatan minimal 1 bulan sekali, memotivasi untuk melakukan olahraga minimal 3 kali seminggu dengan durasi minimal 30 menit sesuai kemampuan, serta mengingatkan penderita untuk secara rutin meminum obatnya dan mengupayakan menurunkan atau mengilangkan stress penderita. Selain faktor keluarga yang lebih utama adalah pada pasien sendiri yaitu adanya sugesti dan tingkah laku pasien yang baik. Sehingga harapannya kadar glukosa tinggi dapat terkontrol dengan baik, tidak terjadi komplikasi, dan kualitas hidup pasien terjaga baik serta mencegah kasus baru pada keluarga tersebut (Muhibuddin et al., 2016).

Kesimpulan Dan Saran

Pengetahuan kelompok intervensi sebelum diberikan konseling gizi menggunakan media poster dan pengetahuan setelah diberikan konseling gizi menggunakan media poster mengalami peningkatan.

Ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap pengetahuan penderita diabetes melitus menggunakan.

Tidak ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap asupan karbohidrat.

Tidak ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap asupan lemak.

Ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap asupan serat

Tidak ada pengaruh konseling gizi dengan media poster terhadap kadar gula darah.

Saran : Untuk responden diharapkan dapat menjaga pola makan agar bisa mengontrol kadar gula darah, diharapkan dapat mengurangi mengkonsumsi karbohidrat dalam jumlah yang banyak serta dapat meningkatkan konsumsi makanan yang tinggi serat. serta terapkan pola sesuai dengan diet diabetes melitus. Diharapkan kepada petugas rumah sakit bahteramas terutama bagian gizi rumah sakit bahteramas kota kendari dapat memberikan edukasi dalam bentuk konseling pada penderita diabetes melitus dengan menggunakan media poster atau leaflet sebagai media dalam komunikasi yang efektif untuk melakukan konseling gizi.

Rujukan

- Danilo Gomes de Arruda (2021) 'Pengaruh Konseling Gizi Menggunakan Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Asupan Karbohidrat Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kemaraya Kota Kendari', P. 6.
- Darmono, 2007. Pola Hidup Sehat Penderita Diabetes Melitus. Dalam: Naskah Lengkap Diabetes Mellitus Ditinjau Dari Berbagai Aspek Penyakit Dalam. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro; 2007.
- Khairani, R (2016). Pravelensi diabetes melitus dan hubungannya dengan karbohidrat dengan kualitas hidup lanjut usia di masyarakat. *universa medicina*, 26(1), 18-26.
- Kusumastuti, H., Widiyawati, A., & Yohan Yuanta. (2023). Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Kepatuhan Diet dan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *ARTERI : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(1), 21–28.
- Muhibuddin, N., Sugiarto, & Wujoso, H. (2016). Hubungan pengetahuan dan sikap keluarga dengan ter kendalinya kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 (studi di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Kediri). *JSK*, 2(1), 1–7.
- Montol, Ana B., Sineke, J. ufri, dan Kolompoy, Teresa M. E. Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Terhadap Asupan Zat Gizi dan Kadar Glukosa Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Motoling. *Jurnal GIZIDO*, 2018. 10(1), 7–16.
- NW Trisnadewi 2018. Gambaran Tingkat Pengetahuan Keluarga Tentang Diet Pasien Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul.
- Pakhri, Asmarudin., Widiastuti, Astanti., dan Manjilala. Peranan Konseling Gizi dalam Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Kepatuhan Diet Pasien DM. *Media Gizi Pangan Edisi 2020*. 1, 27, halaman 1–7.
- Paruntu, O. L., Sahelangi, O., & Palit, S. E. (2018). Pengaruh Konseling Gizi Terhadap Perilaku Gizi, Kadar Gula Darah, dan Kadar HbA1c pada Diabetisi Rawat Jalan RSUP Prof. Dr. R.D. Kandou Manado. *Gizido*, 10(1), 1–2.
- Trisda, Riza., dan Bakri, Saipul. Pengaruh Konseling Menggunakan Media Booklet Terhadap Pengetahuan dan Sikap pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan*, 2021. 2(1), 1.
- WE lestari , 2018 Teori dan Pengukuran Pengetahuan M. 2018., Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta : Nuha Medika.