

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN KEPATUHAN DIET 3J (JADWAL, JENIS, JUMLAH) PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE II DI PUSKESMAS KETABANG SURABAYA

ABSTRAK

Latar Belakang: *Diabetes Mellitus* adalah penyakit kronis berupa gangguan metabolik, ditandai dengan kadar gula darah diatas batas normal, disebabkan karena tidak terkontrolnya pola makan. Pengetahuan harus dimiliki oleh penderita DM untuk dasar menjalankan diet DM berdasarkan 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal). **Tujuan:** Menganalisis hubungan tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet 3J (jumlah, jenis, jadwal) pada penderita *Diabetes Mellitus* tipe II di Puskesmas Ketabang Surabaya. **Metode:** Jenis penelitian yaitu observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian semua penderita DM tipe II yang terdaftar pada Oktober 2021 di Puskesmas Ketabang. Jumlah sampel 35 orang diambil dengan simple random sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan DM dan kepatuhan diet DM 3J, asupan karbohidrat dengan recall 2×24 jam. **Hasil:** Penderita DM sebagian besar berumur 51–60 tahun (40%), jenis kelamin perempuan (65,7%), tingkat pendidikan SD (51,4%), tingkat pengetahuan kurang (45,6%), kepatuhan diet DM terhadap jumlah kurang (82,9%), terhadap jenis sedang (57,1%), terhadap jadwal sedang (41,3%). Hasil uji korelasi *spearman* menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet DM (jumlah) $\rho=0,004<0,05$ dan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet DM (jenis) $\rho=0,034<0,05$, serta tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet DM (jadwal) $\rho=0,240>0,05$. **Kesimpulan dan Saran:** Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet DM (jumlah) penderita DM tipe II. Ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet DM (jenis) penderita DM tipe II. Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kepatuhan diet DM (jadwal) penderita DM tipe II. Diharap hasil penelitian ini dimanfaatkan pihak puskesmas untuk melakukan penyuluhan demonstrasi jenis bahan makanan dan porsi yang dianjurkan serta pengenalan variasi menu diet DM secara langsung atau melalui video.

Kata Kunci: Diabetes Mellitus, Tingkat Pengetahuan, Kepatuhan Diet DM, Jumlah, Jenis, Jadwal

**RELATIONSHIP OF KNOWLEDGE WITH
3J DIET COMPLIANCE (SCHEDULE, TYPE, AMOUNT)
IN DIABETES MELLITUS TYPE II PATIENTS
IN KETABANG HEALTH CENTER SURABAYA**

ABSTRACT

Background: *Diabetes Mellitus* is a chronic disease in the form of metabolic disorders, characterized by blood sugar levels above normal limits, due to uncontrolled eating patterns. Knowledge must be possessed by DM sufferers for the basis of running a DM diet based on 3J (Amount, Type, Schedule). **Objective:** To analyze the relationship between the level of knowledge and adherence to the 3J diet (amount, type, schedule) in type II *Diabetes Mellitus* patients at the Ketabang Public Health Center Surabaya. **Methods:** The type of research is analytic observational with a cross sectional approach. The study population was all patients with type II DM who were registered in October 2021 at the Ketabang Health Center. The amount of samples of 35 people was taken by simple random sampling. Data were collected using a DM knowledge questionnaire and DM 3J dietary compliance, carbohydrate intake with a 2×24 hour recall. **Results:** Most of the DM patients were 51–60 years old (40%), female gender (65.7%), elementary school education level (51.4%), lack of knowledge level (45.6%), DM diet adherence to the amount is less (82.9%), for the medium type (57.1%), for the moderate schedule (41.3%). The results of the *Spearman* correlation test stated that there was a relationship between the level of knowledge and adherence to the DM diet (amount) $=0.004 < 0.05$ and there was a relationship between the level of knowledge and adherence to the DM diet (type) $=0.034 < 0.05$, and there was no relationship between the level of knowledge with DM diet compliance (schedule) $=0,240 > 0,05$. **Conclusions and Suggestions:** There is a relationship between the level of knowledge with DM dietary compliance (amount) of type II DM patients. There is a relationship between the level of knowledge with DM diet compliance (type) with type II DM. There is no relationship between the level of knowledge with DM diet compliance (schedule) type II DM patients. It is hoped that the results of this study will be used by the puskesmas to conduct demonstrations on the types of food ingredients and recommended portions as well as the introduction of variations in the DM diet menu directly or via video.

Keywords: Diabetes Mellitus, Knowledge Level, DM Diet Compliance, Amount, Type, Schedule