

ABSTRAK

Vierencia Dwilian, 2023. Pengaruh Konsultasi Gizi Menggunakan *WhatsApp Reminder* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Terkait Diet 3J (Tepat Jadwal, Tepat Jenis, Tepat Jumlah) Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Di Puskesmas Dinoyo. Pembimbing: Tapriadi, SKM., M.Pd, Juin Hadisuyitno, SST., M.Kes dan I Nengah Tanu Komalya, DCN., SE., M.Kes., RD

Latar belakang: Diabetes melitus salah satu penyakit tidak menular yang ditandai dengan kenaikan gula darah karena terganggunya hormon insulin. Faktor penyebab diabetes melitus yaitu kegemukan, kurang aktivitas fisik, hipertensi/tekanan darah tinggi, kolestero, diet tidak seimbang (tinggi gula, garam, lemak dan rendah serat) dan mempunyai riwayat keluarga menderita diabetes melitus. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Juni tahun 2022 di Puskesmas Dinoyo, kasus penyakit diabetes melitus tergolong dalam 15 besar yaitu berada di urutan ketiga setelah penyakit infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) dan hipertensi primer.

Tujuan: Mengetahui pengaruh pengetahuan dan sikap terkait diet 3J (Tepat Jadwal, Tepat Jenis, Tepat Jumlah) sebelum dan sesudah diberikan konsultasi gizi menggunakan *whatsapp reminder* pada pasien rawat jalan diabetes melitus di Puskesmas Dinoyo.

Metode: Konsultasi gizi dilakukan 2x dengan waktu masing-masing 60-90 menit. Jenis penelitian ini adalah *pre eksperimental* dengan desain *one group pretest posttest*. Total sampe penelitian sebanyak 30 responden. Pengumpulan data pengetahuan dan sikap responden dengan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Paired Sampe T-Test* karena data berdistribusi normal.

Hasil: Nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan konsultasi gizi adalah 60.44 dan setelah diberikan konsultasi gizi meningkat menjadi 77.10. Nilai rata-rata sikap responden sebelum diberikan konsultasi gizi adalah 27.73 dan setelah diberikan konsultasi gizi meningkat menjadi 31.43. Hasil uji statistik pengetahuan dan sikap responden menunjukkan *p-value* (0.000).

Kesimpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan dan sikap responden terkait diet 3J (Tepat Jadwal, Tepat Jenis, Tepat Jumlah) sebelum dan sesudah diberikan konsultasi gizi menggunakan *whatsapp reminder*.

Kata kunci: diabetes melitus, konsultasi gizi, *whatsapp*, pengetahuan, sikap