

Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG

Jl. Besar Ijen No.77C Malang 65112, Telp. (0341) 566075, 571388, Fax. (0341) 556746
Website: <http://www.poltekkes-malang.ac.id> E-mail: direktorat@poltekkes-malang.ac.id



Nomor : DP.02.01/5.0/ 2089 /2022

Malang, 28 November 2022

Lampiran : -

Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.

Kepala Puskesmas Dinoyo

Di

Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan Vierencia Dwilian. (NIM.P17111191014) mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk melaksanakan Penelitian, pada:

Tanggal : 08 Desember 2022 s/d 31 Januari 2023

Waktu : 08.00 – selesai

Tempat : Puskesmas Dinoyo

Dengan judul :

Pengaruh konsultasi Gizi menggunakan Whatsapp Reminder terhadap Pengetahuan Dan Sikap mengenal 3J (Tepat Jadwal, Tepat Jenis dan Tepat Jumlah) pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus di Puskesmas Dinoyo.

Data yang diambil :

1. Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus terkait Diet 3J (Tepat Jadwal, Tepat Jenis, Tepat Jumlah)
2. Sikap Penderita Diabetes Melitus terkait Diet 3J (Tepat Jadwal, Tepat Jenis, Tepat Jumlah)

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik kami sampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Gizi

Rahmadi, S.K.M.M.,Pd
NIP. 196411071988121001

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 c Malang. 65112. Telepon (0341) 566075, 571388
- Kampus I : Jalan Srikoyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporong Lawang. Telepon (0341) 427847
- Kampus III : Jalan Dr. Soetomo No. 46 Blitar. Telepon (0342) 801043
- Kampus IV : Jalan KH. Wakhid Hasyim No. 64 B Kediri. Telepon (0354) 773095
- Kampus V : Jalan Dr. Soetomo No. 5 Trenggalek Telp (0355) 791293
- Kampus VI : Jalan Dr. Cipto Mangunkusumo No. 82A Ponorogo Telp (0352) 461792



Lampiran 2 Sertifikat Uji Etik



POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

Jl. Besar Ijen No. 77 C Malang, 65112 Telp (0341) 566075, 571388 Fax (0341) 556746
surat elektronik : komisetik@poltekkes-malang.ac.id



KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL "ETHICAL APPROVAL"

No.453/V/KEPK POLKESMA/2023

Protokol penelitian versi 3 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Vierencia Dwilian
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Pengaruh Konsultasi Gizi Menggunakan Whatsapp Reminder Terhadap Pengetahuan dan Sikap Terkait Diet 3J (Tepat Jadwal, Tepat Jenis, Dan Tepat Jumlah) Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Di Puskesmas Dinoyo"

"The Effect of Nutrition Consultation Using Whatsapp Reminder on Knowledge and Attitudes Regarding the 3J Diet (Right Schedule, Right Type, and Right Amount) in Diabetes Mellitus Outpatient Patients at the Dinoyo Health Center"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang menunjuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfilment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 31 Mei 2023 sampai dengan tanggal 31 Mei 2024.

This declaration of ethics applies during the period May 31, 2023 until May 31, 2024.



May 31, 2023
Professor and Chairperson,



Dr. Susi Milwati, S.Kp., M.Pd.

Lampiran 3 Formulir *Informed Consent*

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN BERSEDIA MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara jelas dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Vierencia Dwilian dengan judul "Pengaruh Konsultasi Gizi Menggunakan *WhatsApp* Terhadap Pengetahuan dan Sikap Terkait Diet 3J (Tepat Jadwal, Tepat Jenis, Tepat Jumlah) Pada Pasien Rawat Jalan Diabetes Melitus Di Puskesmas Dinoyo". Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan sesuai dengan kemampuan saya sampai penelitian ini berakhir

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nomor responden : 21

Nama : Sri Mulyani

Usia : 55

Alamat : Jl. Gajana Dinoyo

No. Telepon (*WhatsApp*):

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan semestinya.

Molong, 14/12/2022

Mengetahui

Peneliti

Responden

(VIERENCIA DWILIAN)

SRI MULYANI

Lampiran 4. Kuesioner Karakteristik Responden dan Kuesioner Penelitian

PENGARUH KONSULTASI GIZI MENGGUNAKAN WHATSAPP TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP TERKAIT DIET 3J (TEPAT JADWAL, TEPAT JENIS, DAN TEPAT JUMLAH) PADA PASIEN RAWAT JALAN DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS DINOYO

KUESIONER PENELITIAN

A. IDENTITAS PASIEN

Tanggal kunjungan : 14 Desember 2022
 Nomor responden : 21
 Tanggal wawancara : 14 Desember 2022
 Nama pasien : Sri Mulyanti
 Alamat : Jl. Gajayana Dinoyo
 No. Telephone : 0821 3922 8500
 Usia : 65
 Jenis kelamin : Perempuan
 Pekerjaan : IRT
 Pendidikan terakhir : SMA
 Kadar gula darah terakhir : 198 (lama) 168 (baru)
 Lama menderita DM (bulan/tahun) : 4 tahun

B. KUESIONER TINGKAT PENGETAHUAN DIET 3J (TEPAT JADWAL, TEPAT JENIS, TEPAT JUMLAH)

Petunjuk pengisian :

Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan jujur (sesuai dengan kondisi saudara/i sekarang) dengan memberikan tanda silang (x) pada jawaban yang tersedia.

TINGKAT PENGETAHUAN

1. Apa prinsip diet diabetes melitus?

- a. 3 J (tepat jadwal, tepat jenis, tepat jumlah)
 - b. 2 J (tepat jadwal dan tepat jenis)
 - c. 1 J (tepat jenis)
2. Apa yang dimaksud dengan 'J' pertama?
- a. Tepat jadwal
 - b. Tepat jenis
 - c. Tepat jumlah
3. Jadwal makan yang dianjurkan bagi penderita diabetes melitus dalam pengaturan pola makan adalah...
- a. 3 kali makan utama dan 2 kali makan selingan
 - b. 3 kali makan utama dengan porsi kecil
 - c. 3 kali makan utama dan 3 kali makan selingan
4. Berapa kali makanan utama yang dibutuhkan oleh penderita diabetes melitus?
- a. Dua kali sehari
 - b. Empat kali sehari
 - c. Tiga kali sehari
5. Berapa kali makanan selingan yang dibutuhkan oleh penderita diabetes melitus?
- a. Dua kali sehari
 - b. Empat kali sehari
 - c. Tiga kali sehari
6. Apa yang dimaksud dengan J kedua?
- a. Tepat jadwal
 - b. Tepat jenis
 - c. Tepat jumlah
7. Yang dimaksud dengan tepat jenis?
- a. Mengenai jenis makanan apa yang boleh dimakan, dibatasi, dan dihindari oleh penderita diabetes
 - b. Tidak ada makanan yang dibatasi dan dihindari oleh penderita diabetes
 - c. Mengenai jenis makanan yang dihindari oleh penderita diabetes
8. Selain nasi, makanan apa yang anda makan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi tubuh Anda?
- a. Roti, kentang, dan ubi
 - b. Hanya ubi saja

c. Makan sayuran tanpa nasi

9. Makanan yang bebas dimakan sepuasnya bagi penderita diabetes melitus adalah roti, kentang, ubi, sayur dan buah-buahan kecuali kue, dodol, makanan gorengan, ikan asin, kornet, kopi, atau minuman manis lainnya.

a. Benar
☒ b. Salah

10. Makanan berlemak tinggi yang harus anda hindari adalah...

☒ a. Ayam tanpa kulit, ikan, dan telur
 b. Es krim, coklat, dan makanan gorengan
 c. Roti, mie, kentang, dan sawi

11. Apa yang dimaksud dengan J ketiga?

a. Tepat jadwal
 b. Tepat jenis
☒ c. Tepat jumlah

12. Apa bentuk porsi makan untuk penderita diabetes melitus?

☒ a. Bentuk C
 b. Bentuk T
 c. Bentuk E

13. Berapa porsi nasi yang sebaiknya Anda makan dalam 1 piring makanan utama?

☒ a. ½ porsi sayur untuk tiap kali makan utama
 b. ¼ porsi piring untuk tiap kali makan utama
 c. 1 porsi piring penuh sayur tanpa nasi

14. Berapa porsi sayur yang sebaiknya Anda makan dalam 1 piring makanan utama?

a. ½ porsi sayur untuk tiap kali makan utama
☒ b. ¼ porsi piring untuk tiap kali makan utama
 c. 1 porsi piring penuh sayur tanpa nasi

15. Penderita diabetes melitus tidak diperbolehkan mengonsumsi gula pasir > 50 gram atau 4 sendok makan dalam sehari...

☒ a. Benar
 b. Salah

C. KUESIONER SIKAP

Petunjuk pengisian :

Jawablah pernyataan dibawah ini dengan jujur (sesuai dengan kondisi saudara/i sekarang) dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom jawaban yang tersedia.

No	Pernyataan	Sangat Setuju (SS)	Setuju (S)	Tidak Setuju (TS)	Sangat Tidak Setuju (STS)
1.	Saya selalu menjalankan pola makan yang sesuai dengan diet 3J (tepat jadwal, tepat jenis, tepat jumlah)		✓		
2.	Saya hanya menjalankan diet 3J (tepat jadwal, tepat jenis, tepat jumlah) saat kadar gula darah saya tinggi			✓	
3.	Sebagai penderita diabetes melitus saya merasa tidak terbebani dengan pola makan yang sesuai dengan tepat jadwal yang dianjurkan oleh ahli gizi		✓		
4.	Sebagai penderita diabetes melitus saya merasa tidak terbebani dengan pola makan yang sesuai dengan tepat jenis yang		✓		

	dianjurkan oleh ahli gizi				
5.	Sebagai penderita diabetes melitus saya merasa tidak terbebani dengan pola makan yang sesuai dengan tepat jumlah yang dianjurkan oleh ahli gizi		✓		
6.	Setiap hari saya makan dan minuman yang manis seperti kue manis, dodol, kolak pisang, es sirup, susu kental manis, teh manis, kopi manis, dan jus buah manis			✓	
7.	Jadwal makan saya adalah 3 makanan utama dan 2 kali makan selingan atau snack		✓		
8.	Dalam sehari saya makan buah dan sayur		✓		
9.	Setiap makan pagi, siang dan sore porsi nasi saya hanya ¼ piring saja		✓		
10.	Makanan selingan yang saya makan biasanya adalah pisang kukus, buah jeruk, salad sayur, susu kedelai, roti gandum, buah pisang		✓		

Lampiran 5 Dokumentasi Whatsapp Reminder dengan Responden

03 Evita Hadjars...

Assalamualaikum Ibu Evita
Selamat pagi menjelang siang
Mohon maaf saya sudah mengganggu waktu ibu

Ibu perkenalkan saya Vierencia yang kapan hari berkunjung ke rumah ibu.. pada hari ini saya akan melanjutkan penelitian saya namun saya tanya-tanya melalui WA mawon nggih bu 🙏🥰

apakah ibu ada waktu nggih untuk saya yang ingin bertanya kepada ibu mengenai penelitian saya..? 10.38 ✓

Insyallah klaw saya bisa jawab Monggo 11.24

Inggih ibu terima kasih banyak atas waktunya 11.25 ✓

Hari ini tadi ibu sudah sarapan pagi..? 11.26 ✓

izin bertanya mengenai makannya ibu nggih.. pagi tadi sama kemarin malam 11.26 ✓

Saya tadi pagi sarapan nasi merah sama pecel terong aja 11.27

Kemarin malam saya g makan Km siang menghabiskan punya cucu ma ikan lele(menghabiskan) 11.28

Inggih baik ibu 11.29 ✓

untuk kemarin paginya apakah masih ingat nggih, ibu makan apa..? 11.29 ✓

Kemarin pagi nasi merah telur ceplok ma kecap 11.31

Baik ibu terima kasih 11.32 ✓

Inggih sami-sami

11.33

Apakah sudah dibaca-baca nggih bu leaflet yang saya berikan kapan hari..? 11.33 ✓

Alhamdulillah sudah mbak tapi unt melaksanakannya sulit 🙏🥰 11.34

Inggih bu tidak apa2 untuk penelitian saya mengenai pengetahuan ibu saja.. jadi nanti saya akan bertanya nggih bu 🙏🥰 11.35 ✓

Begitu bu.. saya akan mengabari ibu melalui WA setiap 3 hari sekali

Untuk hari ini saya hanya mengingatkan materi yang ada di leaflet khusus Tepat Jadwal dan Tepat Jenis yang telah saya jelaskan kapan hari saat berkunjung ke rumah ibu 11.35 ✓

Kemudian 3 hari lagi saya mengingatkan materi yang Tepat Jumlah ibu, apakah tidak apa2 nggih..? 11.36 ✓

Gak apa2 mbak saya senang ada yg sil mengingatkan 11.37

Alhamdulillah inggih ibu terima kasih banyak nggih bu 🙏🥰 11.44 ✓

Sebentar lagi akan saya kirimkan video, bisa dilihat nggih ibu.. 11.44 ✓

Diet Diabetes Melitus-03.mp4
24 MB • MP4 11.45 ✓

Apakah sudah dilihat ibu evita ? 12.03 ✓

Sudah mbak tapi nanti mau tak lihat lagi sambil leye2 soalnya tulisannya kecil2 jadi banyak yg ketinggalan 12.05

Inggih ibu.. ini saya mau ngirim gambarnya mungkin lebih jelas 12.11 ✓

1.png
1,1 MB • PNG 12.12 ✓

2.png
1,4 MB • PNG 12.12 ✓

21 Desember 2022

Pesan ini telah dihapus 07.37

Assalamualaikum Ibu Evita
Selamat pagi 🙏🥰
Mohon maaf ibu saya sudah mengganggu waktunya.. bagaimana ibu sudah dilihat nggih videonya kemarin..? 08.12 ✓

Mbak gorengan yg saya makan tiap hari itu tahu ikan asin g suka telur asin jarang sekali 10.52

Pagi tadi sarapan mie jagung buat sendiri barusan makan pisang rebus 10.52

Alhamdulillah kalau ibu tidak sukan makan telur asin dan jarang sekali nggih 🙏🥰 10.53 ✓

Baik ibu senang sekali mendengarnya 🙏🥰 10.54 ✓

Anda
1.png
Jika ibu sudah membaca di gambar ini, kepanjangan dari 3 J itu apa nggih bu ? 🙏🥰 10.55 ✓

Biasanya mbak klaw buat mie jagung itu unt saya makan sehari g pake nasi 10.55

Baik ibu betul karena sebagai pengganti nasi 10.57 ✓

Prinsip Diet Diabetes Melitus

1. Jadwal
2. Jenis
3. Jumlah

Ibu.. ini nggih prinsip diet diabetes yang disebut dengan 3 J yaitu Tepat Jadwal, Tepat Jenis, dan Tepat Jumlah 11.09 ✓

Mengapa disebut 3 J,
1. Jadwal
2. Jenis
3. Jumlah

Begitu ibu 🙏🥰 11.10 ✓

Iya mbak jadwal bisa tepat cuma jenis ma jumlah yg sering dilanggar 🙏🥰 12.48

Klaw liat makanan enak n cocok suka lupa 12.49

Inggih bu evita 🙏🥰 12.50 ✓

Ibu saya izin bertanya nggih.. 12.50 ✓

Monggo 12.50

Kalau yang tepat jenis ibu pahami bagaimana nggih..? 12.51 ✓

a. Tentang jenis makanan yg boleh dimakan, dibatasi, dan dihindari oleh penderita diabetes
b. Boleh makan semuanya, tidak ada larangan
c. Tentang jenis makanan yang dihindari oleh penderita diabetes 12.51 ✓

Ibu tinggal pilih saja yang a, b, atau c 12.51 ✓

Yg A mungkin yaa mbak 12.52

Betul sekali ibu 🙏🥰 12.53 ✓

Yang tepat jadwal berapa kali bu makan utama dan makan selingan dalam sehari ? 12.53 ✓

a. 3x makan utama dan 3x makanan selingan
b. 2x makan utama dan 3x makanan selingan
c. atau hanya 3x makan saja 12.53 ✓

Ibu tinggal pilih saja yang a, b, atau c 12.53 ✓

Yg A juga mbak 12.56

Betul ibu 🙏🥰 12.56 ✓

Tapi biasanya saya 3x makan 2x selingan soalnya malem habis makan tdr 12.57

Tpi kalau malam, biasanya makannya apa nggih bu ? 12.57 ✓

yaa sama pagi siang malam 12.58

Jadi klaw masak pagi unt seharian 12.58

Cuma klaw malam porsinya lebih sedikit Krn sisa pagi n siang 🙏🥰 13.00

Biasanya kalau makan malam nasinya lebih sedikit dibandingkan makan pagi dan siang nggih bu ? 13.00 ✓

03 Evita Hadjarsetyani
Cuma klaw malam porsinya lebih sedikit Krn sisa pagi n siang 🙏🥰 13.00 ✓

Nah betul ibu, bagus sudah lebih sedikit 🙏🥰 13.00 ✓

Saya izin mengingatkan kembali nggih bu sesuai perencanaan penelitian saya hari ini yaitu mengenai diet tepat jadwal dan tepat jenis.. 13.02 ✓

Untuk **Tepat Jadwal** bu mengenai jadwal makan ibu yang dianjurkan 3x makan utama dan 3x makan selingan

Makan utama
- makan pagi jam 07.00
- makan siang jam 13.00
- makan malam jam 19.00

Makan selingan
- pada jam 10.00
- pada jam 16.00
- pada jam 21.00

Tujuannya agar ibu konsisten di jam makan tersebut untuk mencegah timbulnya reaksi pada tubuh seperti jantung berdebar, gemetar, pusing dan berkeringat berlebihan 13.03 ✓

Untuk **Tepat Jenis** bu mengenai makanan yang boleh ibu makan, yang ibu hindari dan yang ibu batasi saat makan

Untuk yang boleh dimakan seperti nasi merah, roti, kentang, singkong, ubi diutamakan yang tinggi serat nya seperti sayur dan buah, lalu ikan, tahu, tempe, daging tanpa kulit

Untuk yang ibu hindari seperti gula pasir, gula jawa, susu kental manis, es krim, dodol, kue manis, goreng-gorengan

Yang dibatasi seperti makanan dari jenis gula, minyak, garam, dan santan 13.03 ✓

Ibu.. untuk hari ini sudah cukup nggih.. insyallah akan saya hubungi ibu kembali di hari jumat nggih 13.04 ✓

apakah tidak apa2 nggih bu..? 13.04 ✓

