

PENGARUH PSIKOEDUKASI TERHADAP *SELFEFFICACY* DAN MOTIVASI MENJALANI PENGobatan PADA PASIEN KANKER PAYUDARA

Yora Nopriani¹, Fira Mitha Rustika²

^{1,2}Program Studi S1Keperawatan STIKES Mitra Adiguna Palembang.
Komplek Kenten Permai Blok J No 9-12 Bukit Sangkal Palembang 30114
Email: yoranopriani90@gmail.com¹

ABSTRAK

Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit kronis yang prevalensinya terus meningkat dan menimbulkan berbagai komplikasi apabila tidak dikendalikan dengan baik, salah satunya melalui kepatuhan terhadap pengaturan pola makan, namun pada kenyataannya masih banyak pasien yang belum memiliki pengetahuan yang memadai tentang diet diabetes sehingga cenderung tidak patuh terhadap anjuran yang diberikan tenaga kesehatan; oleh karena itu diperlukan suatu bentuk edukasi yang mudah dipahami, menarik, dan dapat dipelajari secara mandiri seperti media booklet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi berbasis booklet terhadap tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus di Posyandu Lansia Bina Sejahtera Bukit Sangkal dengan menggunakan desain pra-eksperimen one group pre-test post-test. Sampel penelitian berjumlah 30 responden yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah pemberian edukasi berbasis booklet, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan dan kepatuhan diet responden setelah diberikan edukasi menggunakan booklet, dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa edukasi kesehatan melalui media booklet efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus, sehingga media ini layak digunakan sebagai alternatif edukasi di pelayanan kesehatan, khususnya pada pasien lansia.

Kata kunci: Diabetes Mellitus, Edukasi Booklet, Pengetahuan, Kepatuhan

ABSTRACT

Diabetes Mellitus (DM) is a chronic disease with increasing prevalence and can lead to various complications if not properly managed, including through adherence to dietary patterns. However, many patients still lack adequate knowledge about diabetes diets and tend to be non-compliant with recommendations from healthcare professionals. Therefore, an easy-to-understand, engaging, and self-study education format, such as a booklet, is needed. This study aimed to determine the effect of booklet-based education on the knowledge and dietary compliance of diabetes mellitus patients at the Bina Sejahtera Bukit Sangkal Elderly Health Post using a pre-experimental, one-group pre-test, post-test design. The study sample consisted of 30 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using questionnaires before and after the booklet-based education, and then analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a significant increase in respondents' knowledge and dietary adherence after receiving education using booklets, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Based on these results, it can be concluded that health education using booklets is effective in improving knowledge and dietary adherence in patients with diabetes mellitus. Therefore, this medium is suitable for use as an alternative education tool in healthcare settings, particularly for elderly patients.

Keywords: Diabetes Mellitus, Booklet Education, Knowledge, Dietary

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus (DM) merupakan salah satu isu kesehatan masyarakat global yang semakin memprihatinkan karena tingkat kejadiannya terus meningkat setiap tahun. Penyakit ini tidak hanya menimbulkan beban kesehatan, tetapi juga berdampak besar terhadap kualitas hidup, sosial dan ekonomi masyarakat. *Diabetes mellitus* (DM) menyebabkan sekitar 1,66 juta kematian di seluruh dunia pada tahun 2021, dengan tren mortalitas standar umur yang meningkat. Jika tidak segera ditangani, komplikasi *diabetes mellitus* (DM) seperti penyakit *kardiovaskuler*, gagal ginjal, dan kebutaan akan terus meningkat serta menambah beban sistem kesehatan (IDF,2021).

Data dari Organisasi Kesehatan Dunia menunjukkan bahwa jumlah penderita DM di dunia telah melebihi 420 juta orang, dengan tingkat mortalitas yang juga cukup tinggi. Angka ini mencapai sekitar 1,5 juta jiwa per tahun (WHO,2021). Selain itu, *International Diabetes Federation* memproyeksikan bahwa jumlah kasus DM berpotensi meningkat secara signifikan hingga mencapai 643 juta pada tahun 2030 jika tidak dilakukan upaya pencegahan dan penanganan secara komprehensif (IDF,2021).

Di Indonesia, masalah *diabetes mellitus* (DM) semakin memperhatikan. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia jumlah orang yang menderita *diabetes mellitus* (DM) dan telah diperiksa oleh dokter mencapai 2% dari penduduk usia 15 tahun ke atas. Namun, angka ini kemungkinan lebih besar lagi karena masih banyak kasus yang belum diketahui atau belum didiagnosis (Kemenkes,2019). *International Diabetes Federation* (IDF), juga menyebutkan bahwa Indonesia masuk dalam lima negara

dengan jumlah penderita DM terbanyak di dunia, dengan perkiraan jumlah mencapai 10,7 juta orang (IDF,2021). Penelitian (Indrahadi *et.al*,2021). Menunjukkan bahwa prevalensi *diabetes mellitus* (DM) di Indonesia berhubungan dengan faktor sosial ekonomi, di mana kelompok dengan status sosial ekonomi rendah cenderung memiliki risiko lebih tinggi.

Penanganan *diabetes mellitus* (DM) tidak hanya mengandalkan pengobatan dengan obat saja, tetapi juga membutuhkan partisipasi aktif pasien dalam melakukan perubahan gaya hidup, terutama dalam hal mematuhi pola makan yang direkomendasikan. Tingkat pengetahuan pasien *diabetes mellitus* (DM) dalam mengikuti diet masih tergolong rendah. Salah satu penyebabnya adalah kurangnya pemahaman pasien tentang cara mengatur makanan secara benar. Banyak penderita *diabetes mellitus* (DM) hanya memperhatikan larangan memakan makanan manis, tanpa menyadari bahwa pengaturan asupan nutrisi harus seimbang antara karbohidrat, protein, dan lemak agar kadar gula darah dapat terkontrol (Harahap *et.al*,2022).

Salah satu cara penting untuk meningkatkan pemahaman pasien *diabetes mellitus* (DM) adalah dengan memberikan edukasi kesehatan. Edukasi melalui media booklet dapat meningkatkan pemahaman pasien secara signifikan, yang berdampak baik terhadap kepatuhan diet (Rosilawati *et.al*, 2024). Hal ini juga didukung oleh (Asif *et.al*,2021). Yang melaporkan bahwa intervensi edukasi gizi mampu memperbaiki kebiasaan makan sekaligus menurunkan kadar HbA1c pasien.

Dalam konteks pelayanan keperawatan, perawat memiliki peran strategis sebagai pendidik kesehatan

yang membantu pasien memahami penyakitnya, mengelola pola makan, serta mencegah timbulnya komplikasi (Hidayati *et.al*, 2022). Edukasi kesehatan dari perawat mampu meningkatkan pengetahuan sekaligus mendorong kepatuhan pasien. Namun, pelaksanaan edukasi di lapangan sering menghadapi kendala, seperti terbatasnya waktu konsultasi dan kurangnya media pendukung, sehingga pasien tidak memiliki kesempatan untuk mengakses kembali informasi di rumah (Nugraheni *et.al*,2020).

Booklet muncul sebagai alternatif media edukasi yang praktis, sederhana, dan efektif. Lebih efektif dibandingkan edukasi lisan dalam meningkatkan pengetahuan dan kepatuhan diet (Pratiwi *et.al*,2022). Hasil serupa juga ditemukan di Malaysia, di mana booklet edukasi gizi mampu memperbaiki kontrol glikemik pasien dalam kurun waktu tiga bulan (Rahman *et.al*,2020). Menurut (Wulandari *et.al*,2023) melaporkan adanya penurunan kadar gula darah puasa setelah pasien menerima booklet edukasi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Posyandu Lansia Bina Sejahtera Bukit Sangkal pada bulan September 2025 terhadap 10 pasien *diabetes mellitus* (DM) diperoleh gambaran bahwa sebagian besar pasien belum memiliki pemahaman yang optimal mengenai pengaturan pola makan dalam mengontrol kadar glukosa darah. Sebanyak 7 dari 10 pasien menyatakan masih kesulitan dalam menerapkan prinsip diet yang dianjurkan, seperti membatasi konsumsi makanan tinggi gula dan menjaga jadwal makan yang teratur. Selain itu, berdasarkan wawancara dengan tenaga kesehatan, kegiatan edukasi gizi yang dilakukan

selama ini sebagian besar masih bersifat lisan pada saat kunjungan kontrol, dan belum didukung oleh media edukasi tertulis yang dapat dibawa pulang oleh pasien. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pasien memerlukan media pembelajaran yang sederhana, menarik, dan mudah dipahami untuk meningkatkan pengetahuan serta kepatuhan terhadap diet yang dianjurkan. Salah satu alternatif media yang dapat digunakan adalah booklet edukasi kesehatan. penulis tertarik melakukan penelitian tentang **“Edukasi Berbasis Booklet terhadap Pengetahuan dan Kepatuhan Diet Pasien *Diabetes Mellitus* Di Posyandu Lansia Bina Sejahtera Bukit Sangkal.”**

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain pra-eksperimen (pre-eksperimental design) menggunakan pendekatan one group pre-test post-test design. Menurut (Sugiyono,2022).

Waktu dan tempat penelitian.

Penelitian dilaksanakan di Posyandu Lansia Bina Sejahtera Bukit Sangkal. Penelitian berlangsung pada bulan 06 Desember 2025 sampai 06 Januari 2026. Meliputi tahap persiapan, pelaksanaan, dan analisis data.

Target/ subyek penelitian.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia yang terdaftar sebagai peserta aktif di Posyandu Lansia Bina Sejahtera Bukit Sangkal dan telah diagnosis *diabetes Mellitus* (DM). Berdasarkan data kader posyandu dan petugas Puskesmas Bukit Sangkal, jumlah lansia dengan diagnosis *diabetes Mellitus* (DM) yang rutin mengikuti kegiatan posyandu selama enam bulan

terakhir diperkirakan sebanyak 30 orang. Jumlah tersebut dijadikan dasar dalam penentuan besar sampel penelitian.

Prosedur, Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, instrumen yang direncanakan akan digunakan meliputi Booklet edukasi dan kuesioner mengukur tingkat pengetahuan responden tentang diet *Diabetes Mellitus* (DM). Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data dilakukan dengan teknik survei menggunakan kuesioner dan pemberian edukasi melalui media booklet.

Alur penelitian menggambarkan tahapan yang dilalui peneliti sejak persiapan hingga analisis data mulai dari persiapan, pelaksanaan, evaluasi, pengolahan dan analisis data.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. HASIL UNIVARIAT

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden, kepatuhan diet pre test dan kepatuhan diet post test

Variabel	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	7	23,3
	Perempuan	23	76,7
Usia	60–65 tahun	13	43,3
	66–70 tahun	9	30,0
	71–75 tahun	8	26,7
Pendidikan	Tidak sekolah	6	20,0
	SD	8	26,7
	SMP	8	26,7
	SMA	4	13,3
	Perguruan Tinggi	4	13,3
Pekerjaan	Wiraswasta	9	30,0
	Buruh	11	36,7

	Petani	4	13,3
	IRT	6	20,0
Kepatuhan Diet (Pre test)	Baik	8	26,7
	Cukup	17	56,7
	Kurang	5	16,7
Kepatuhan Diet (Post test)	Baik	21	70,0
	Cukup	6	20,0
	Kurang	3	10,0
Total		30	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa dari 30 responden, mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 23 responden (76,7%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 7 responden (23,3%). Berdasarkan kelompok usia, sebagian besar responden berada pada rentang usia 60–65 tahun yaitu 13 responden (43,3%), diikuti usia 66–70 tahun sebanyak 9 responden (30,0%), dan usia 71–75 tahun sebanyak 8 responden (26,7%). Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan SD dan SMP, masing-masing sebanyak 8 responden (26,7%), sedangkan responden yang tidak bersekolah sebanyak 6 responden (20,0%), serta lulusan SMA dan Perguruan Tinggi masing-masing sebanyak 4 responden (13,3%). Berdasarkan jenis pekerjaan, mayoritas responden bekerja sebagai buruh sebanyak 11 responden (36,7%), diikuti wiraswasta sebanyak 9 responden (30,0%), ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 6 responden (20,0%), dan petani sebanyak 4 responden (13,3%).

Hasil analisis tingkat kepatuhan diet menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi sebagian besar responden memiliki kepatuhan diet

kategori cukup sebanyak 17 responden (56,7%), sedangkan kategori baik sebanyak 8 responden (26,7%) dan kategori kurang sebanyak 5 responden (16,7%). Setelah diberikan edukasi menggunakan media booklet, mayoritas responden mengalami peningkatan menjadi kategori baik sebanyak 21 responden (70,0%), sedangkan kategori cukup menjadi 6 responden (20,0%) dan kategori kurang menjadi 3 responden (10,0%). Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan kepatuhan diet pasien Diabetes Mellitus setelah pemberian edukasi menggunakan media booklet.

Uji Normalitas

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Shapiro- Wilk

		Shapiro -Wilk		
		Statistic	Df	Sig.
Kepatuhan Sebelum Edukasi	Dit	.949	30	.160
Kepatuhan Setelah Edukasi	Dit	.959	30	.284

Berdasarkan tabel 2 hasil uji normalitas data diketahui bahwa nilai p value = .160 sebelum edukasi sesudah edukasi p value = .284 yang berarti bahwa data terdistribusi tidak normal, sehingga untuk analisis bivariat menggunakan non parametik, yaitu uji *wilcoxon* dimana batas kemaknaan $\alpha = 0,05$ (*Confidence Interval* 95%).

1. Pengaruh terapi music

Tabel 3 Hasil uji Wilcoxon Signed Rank

Post - Pre	
Z	-4.706 ^b
Asymp.Sig.(2-tailed)	,000

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa nilai signifikan hasil uji statistik non parametik (*wilcoxon*) adalah 0,000 (p value 0,000 < 0,05) yang berarti menunjukkan adanya pengaruh kepatuhan diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM) sebelum dan sesudah diberikan edukasi menggunakan media booklet.

B. PEMBAHASAN

1. Usia Responden

Berdasarkan hasil analisis univariat, mayoritas responden berada pada kelompok usia lansia awal hingga lansia lanjut. Sebanyak 30 responden (100%). Jenis kelamin responden pada penelitian ini laki-laki sebanyak 23% dan perempuan sebanyak 76,7%. Dari jenis kelamin sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Kondisi ini sejalan dengan beberapa peneliti yang menyatakan bahwa angka harapan hidup perempuan cenderung lebih tinggi. Sehingga jumlah lansia perempuan umumnya lebih banyak dijumpai di fasilitas pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas. Selain itu, perempuancenderung lebih aktif dalam mengikuti kegiatan kesehatan dan bersedia menjadi responden penelitian dibandingkan laki-laki.

Usia dan jenis kelamin merupakan faktor yang dapat memengaruhi kepatuhan diet. Semakin bertambah usia, kemampuan fisik dan kognitif seseorang dapat menurun sehingga berpotensi memengaruhi kepatuhan diet terhadap anjuran diet. Namun, adanya edukasi yang tepat, lansia dapat meningkatkan kepatuhan diet secara optimal (Kemenkes, 2020).

2. Jenjang Usia Responden

Berdasarkan hasil penelitian, responden berada pada rentang usia 60-75 tahun. Kelompok usia 60-65 tahun merupakan kelompok terbanyak 13 responden (43,3%). Kelompok usia 66-70 tahun berjumlah 9 responden (30,0%), dan kelompok usia 71-75 tahun berjumlah 8 responden (26,7%). Distribusi tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia lansia awal. Pada kelompok usia ini, resiko terjadinya *Diabetes Mellitus* (DM) meningkat seiring dengan sensitivitas insulin. Oleh karena itu, pengelolaan *Diabetes Mellitus* (DM) melalui kepatuhan diet menjadi sangat penting untuk menjaga kestabilan kadar gula darah.

Meskipun responden berada pada kelompok usia lanjut, hasil penelitian menunjukkan bahwa kepatuhan diet mengalami peningkatan setelah diberikan edukasi kesehatan menggunakan media booklet. Hal ini menunjukkan bahwa evaluasi kesehatan yang disampaikan dengan metode dan media yang sesuai tetap efektif pada kelompok usia lanjut. Temuan ini sejalan dengan pendapat Kemenkes (2020) yang menyatakan bahwa edukasi kesehatan yang disesuaikan dengan karakteristik usia dapat meningkatkan pemahaman dan perilaku kesehatan pada lansia.

3. Tingkat Pendidikan Responden

Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa tingkat pendidikan responden dalam penelitian bervariasi, mulai dari tidak bersekolah berjumlah 6 responden (20,0%), sekolah dasar (SD) berjumlah 8 responden (26,7%),

sekolah menengah pertama (SMP) berjumlah 8 responden (26,7%), sekolah menengah atas (SMA) berjumlah 4 responden (13,3%), dan perguruan tinggi berjumlah 4 responden (13,3%). Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan edukasi kesehatan, tingkat kepatuhan diet responden mengalami peningkatan yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan formal bukan satu-satunya faktor penentu kepatuhan diet. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa perubahan perilaku kesehatan tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, tetapi juga oleh metode edukasi, pengalaman, serta motivasi individu (Sari, 2021).

4. Jenis Pekerjaan

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki jenis pekerjaan sebagai wiraswasta berjumlah 9 responden (30,0%), buruh berjumlah 11 responden (36,7%), petani berjumlah 4 responden (13,3%), dan IRT berjumlah 6 responden (20,0%). Variasi ini menunjukkan latar belakang aktivitas harian responden yang berbeda-beda. Namun demikian, perbedaan jenis pekerjaan tidak menjadi penghambat dalam peningkatan kepatuhan diet setelah diberikan edukasi. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan dapat diterima dan diterapkan oleh responden, terlepas dari jenis pekerjaan (Putri *et.al.*, 2019).

Analisis Bivariat

1. Pengaruh Edukasi Terhadap Kepatuhan Diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM) Sebelum dan Sesudah Pemberian Booklet

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh gambaran adanya perubahan tingkat kepatuhan diet pasien kepatuhan diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM). sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan menggunakan booklet. Perubahan terlihat baik secara deskriptif maupun berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan.

Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, tingkat kepatuhan diet responden sebagian besar berada pada kategori cukup, dengan masih terdapat responden yang berada pada kategori kurang. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebelum edukasi, kepatuhan diet pasien kepatuhan diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM) belum sepenuhnya optimal. Hal tersebut dapat disebabkan oleh keterbatasan pemahaman pasien mengenai prinsip diet, kebiasaan pola makan yang sudah terbentuk sejak lama, serta kurangnya informasi yang diterima secara berkelanjutan.

Setelah diberikan edukasi kesehatan menggunakan media booklet, terjadi peningkatan kepatuhan diet pada hampir seluruh responden. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pemahaman dan kesadaran pasien

dalam menjalankan diet sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan.

Secara statistik, hasil uji *Wilcoxon Signed rank Test* menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara kepatuhan diet sebelum dan sesudah pemberian edukasi. Berdasarkan output SPSS, diperoleh nilai *Asymp.Sig* (2-tailed) sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara kepatuhan diet sebelum dan sesudah edukasi. Selain itu hasil tabel ranks menunjukkan bahwa sebanyak 29 responden mengalami peningkatan skor kepatuhan diet, tidak terdapat responden yang mengalami penurunan skor, dan hanya 1 responden dengan skor tetap. Hasil ini memperkuat bahwa edukasi yang diberikan memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku responden.

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa edukasi kesehatan dengan media booklet efektif dalam meningkatkan kepatuhan diet pasien kepatuhan diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM). booklet sebagai media edukasi memiliki keunggulan karena berisi informasi yang sistematis, mudah dipahami, serta dapat dibaca secara oleh pasien di rumah. Menurut Notostmodjo (2018), peningkatan pengetahuan merupakan faktor penting dalam perubahan perilaku kesehatan, di mana individu yang memiliki pengetahuan yang baik cenderung menunjukkan sikap dan perilaku yang lebih patuh terhadap anjuran kesehatan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi *et al.* (2018) yang menyatakan bahwa edukasi berbasis booklet dapat meningkatkan kepatuhan diet pasien kepatuhan diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM) secara signifikan. Penelitian lain oleh Harahap *et al.* (2021) yang

menyebutkan bahwa edukasi kesehatan yang diberikan secara terstruktur dapat meningkatkan kepatuhan diet pasien terhadap diet dan pengelolaan penyakit kronis.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi kesehatan menggunakan media booklet memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kepatuhan diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM). edukasi ini dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi yang efektif dan aplikatif dalam pelayanan kesehatan, khusus di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, untuk meningkatkan kualitas hidup pasien *Diabetes Mellitus* (DM).

KESIMPULAN

1. Hasil pengukuran awal (pretest) menunjukkan bahwa tingkat kepatuhan diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM) sebelum diberikan edukasi kesehatan berbasis booklet masih berada pada kategori cukup hingga kurang. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebagian pasien belum sepenuhnya memahami dan menerapkan prinsip diet *Diabetes Mellitus* (DM) sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan
2. setelah diberikan edukasi kesehatan berbasis booklet pada tanggal 6 Desember 2025 dan dilakukan evaluasi pada tanggal 6 Januari 2026, terjadi peningkatan skor kepatuhan diet pada seluruh responden. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pasien mampu memahami materi yang disampaikan dan mulai menerapkan pola makan yang lebih sesuai dengan prinsip diet *Diabetes Mellitus* (DM)
3. hasil analisis statistik menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Rank Test* menunjukkan hasil nilai $p = 0,000$

($p < 0,05$). Hasil ini menandakan adanya perbedaan yang signifikan antara skor kepatuhan diet sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan berbasis booklet, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan Hipotesis alternatif (H_a) diterima.

4. Peningkatan kepatuhan diet yang terjadi pada responden diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap pengendalian kadar gula darah dan pencegahan komplikasi *Diabetes Mellitus* (DM) dalam jangka panjang apabila edukasi dilakukan secara berkelanjutan.

SARAN

1. Bagi Puskesmas dan Posyandu Lansia

Diharapkan pihak puskesmas dan posyandu lansia dapat menjadikan evaluasi kesehatan berbasis booklet salah satu program edukasi rutin bagi pasien *Diabetes Mellitus* (DM). Edukasi yang dilakukan secara terstruktur dan berkelanjutan diharapkan mampu meningkatkan kepatuhan diet pasien serta menurunkan risiko terjadinya komplikasi penyakit.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya perawat dan tenaga promosi kesehatan, diharapkan dapat memanfaatkan media booklet sebagai alat bantu edukasi dalam memberikan penyuluhan kepada pasien *Diabetes Mellitus* (DM). Selain itu, tenaga kesehatan disarankan untuk melakukan pemantauan dan evaluasi kepatuhan diet pasien secara berkala.

3. Bagi Pasien *Diabetes Mellitus* (DM)

Pasien *Diabetes Mellitus* (DM) diharapkan dapat menggunakan booklet yang telah

dieberikan sebagai pedoman dalam menjalankan pengaturan pola makan sehari-hari. Dengan memahami dan menerapkan prinsip diet yang benar, pasien diharapkan mampu mengendalikan kondisi kesehatannya secara mandiri.

4. Bagi Keluarga Pasien

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan kepada pasien dalam menerapkan pola makan yang sesuai dengan diet *Diabetes Mellitus* (DM), baik dalam penyediaan jadwal makan dan pembatasan makanan tertentu.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, menggunakan desain penelitian dengan kelompok kontrol, serta memperpanjang waktu tindak lanjut agar dapat menggambarkan kepatuhan diet pasien *Diabetes Mellitus* (DM) dalam jangka panjang secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Alinaghian, M., Hamidzadeh, Y., & Badrizadeh, A. (2025). Burden of type 2 diabetes and its relationship with human development index in Asian countries: Global Burden Of Disease Study in 2019. *BMC Public Health*, 25(1), 21608. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-21608-8>
- Alzubaidi, H., Mc Namara, K., Kilmartin, G. M., & Peterson, G. M. (2021). The impact of health education on patients with type 2 diabetes mellitus: A systematic review. *Journal of Diabetes Research*, 2021, 1–12. <https://doi.org/10.1155/2021/6694104>
- Arum, L. (2021). Faktor-faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan Diet Pada Lansia DM. *Jurnal Keperawatan Medikal Bedah*, 8(2)
- Asif, M., Saleem, M., Saeed, H., & Yousaf, M. (2021). The effectiveness of nutrition education interventions for management of type 2 diabetes: A systematic review. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 15(1), 329–337. <https://doi.org/10.1016/j.dsx.2020.12.020>
- Harahap, R. A., Lubis, Z., & Hasibuan, N. A. (2022). Hubungan pengetahuan dengan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi*, 5(1), 45–52. <https://doi.org/10.35451/jkf.v5i1.1020>
- Hidayati, S., & Putri, A. (2022). Efektivitas edukasi kesehatan terhadap kepatuhan diet pasien diabetes mellitus di Jakarta. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 87–96. <https://doi.org/10.7454/jki.v25i2.1350>
- International Diabetes Federation (IDF). (2021). *IDF diabetes atlas* (10th ed.). Brussels: International Diabetes Federation. <https://diabetesatlas.org>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://www.litbang.kemkes.go.id>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman pengendalian penyakit tidak menular*. Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. <https://p2ptm.kemkes.go.id>

- Notoatmodjo, S. (2018). Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/51801>
- Notoatmodjo, S. (2020). Metode Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Jakarta: Salemba Medika. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/51800>
- Nopriani, Y., & Saputri, S. R. (2021). Senam Kaki Diabetes Pada Penderita Diabetes Mellitus (Studi Literatur). *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 11(22), 97-109. <https://doi.org/10.52047/jkp.v11i22.117>
- Nugraheni, A., Sari, D. P., & Utami, R. (2020). Hambatan dalam edukasi kesehatan pasien diabetes mellitus: Studi kualitatif. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(2), 120–129. <https://doi.org/10.14710/jpki.15.2.120-129>
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis. Jakarta : Salemba Medika. <https://repository.unair.ac.id/77357/>
- Perkeni (Perkumpulan Endokrinologi Indonesia). (2021). Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus tipe 2 di Indonesia 2021. Jakarta: PB PERKENI. <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-Website-Pedoman-Pengelolaan-dan-Pencegahan-DMT2-Ebook.pdf>
- Pratiwi, H., Lestari, W., & Yuliana, R. (2022). Pengaruh media booklet terhadap pengetahuan dan kepatuhan diet pasien diabetes mellitus. *Jurnal Media Kesehatan*, 14(1), 15–25. <https://doi.org/10.33086/jmk.v14i1.3201>
- Rahman, A., Ismail, S., & Hussain, R. (2020). Effectiveness of nutrition education booklet in improving glycemic control among patients with type 2 diabetes mellitus. *Malaysian Journal of Nutrition*, 26(3), 421–431. <https://doi.org/10.31246/mjn-2020-0045>
- Rosilawati, S., Widodo, A., & Kurniawan, H. (2024). Edukasi berbasis booklet terhadap pengetahuan pasien diabetes mellitus: Sebuah quasi-experiment. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 7(1), 11–20. <https://doi.org/10.20473/jkk.v7i1.5123>
- Wulandari, D., & Sari, R. (2023). Pengaruh booklet edukasi gizi terhadap kadar gula darah pasien diabetes mellitus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 18(1), 34–42. <https://doi.org/10.30597/jkmi.v18i1.6458>
- World Health Organization (WHO). (2021). Diabetes. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>