



RINGKASAN

IKRIMA NUR MARDIANA. Pemahaman Diet 3J (Jumlah, Jenis, Jadwal) pada Penderita Diabetes Mellitus di Wilayah Posbindu Kemuning. *Understanding of the 3J Diet (Amount, Type, Schedule) amongst People with Diabetes Mellitus at Posbindu Kemuning*. Dibimbing oleh ANI NURAENI.

Tujuan umum dari laporan akhir ini adalah mengkaji pemahaman diet 3J (jumlah, jenis, jadwal) pada penderita diabetes mellitus di wilayah Posbindu Kemuning. Tujuan khusus dari laporan akhir ini adalah (1) Mengidentifikasi penyakit tidak menular khususnya diabetes mellitus, (2) Mengidentifikasi masyarakat penderita diabetes mellitus di wilayah Posbindu Kemuning, (3) Mengidentifikasi peran Posbindu Kemuning pada penderita diabetes mellitus, (4) Mengidentifikasi pengaturan pola makan dengan diet 3J untuk penderita diabetes mellitus, (5) Mengidentifikasi pemahaman mengenai diet 3J pada penderita diabetes mellitus di wilayah Posbindu Kemuning.

Penelitian untuk Laporan Akhir ini dilakukan pada bulan Mei hingga Juni 2021 secara langsung di tempat tinggal dan lingkungan sekitar tempat tinggal penulis yang berada di Perumahan Bumi Kencana Permai Blok H3 RT 004 RW 10, Kelurahan Kencana, Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor. Pengumpulan data dan informasi mengenai Laporan Akhir dilakukan dengan cara pengambilan data menggunakan jenis data primer (kuisisioner *google form* dan wawancara) dan data sekunder (data Posbindu Kemuning dan studi literatur). Analisis data yang digunakan yaitu analisis statistika deskriptif. Penulis menggunakan *purposive sampling* untuk menentukan responden yang memiliki kriteria khusus sesuai dengan tujuan penelitian.

Masyarakat penderita diabetes mellitus di wilayah Posbindu Kemuning yang menjadi responden sebanyak 15 orang, berjenis kelamin laki-laki 6 orang dan perempuan 9 orang dengan kelompok usia terdiri dari usia produktif, pra lansia, lansia dan manula. Posbindu Kemuning baru melakukan pendataan warga yang memiliki penyakit diabetes mellitus. Kegiatan umum di Posbindu Kemuning belum dilaksanakan karena adanya pembatasan kegiatan di masa pandemi COVID-19 saat ini. Pertanyaan yang diajukan untuk para responden melalui kuisisioner *google form* terdiri dari 6 pertanyaan tentang jumlah makan, 7 pertanyaan tentang jenis makanan dan 8 pertanyaan tentang jadwal makan.

Hasil yang didapatkan yaitu responden (penderita diabetes mellitus) di wilayah Posbindu Kemuning masih belum sepenuhnya memahami dan melaksanakan tentang 3J walaupun mayoritas responden sudah mengetahui tentang aturan 3J. Alasannya (1) Kebiasaan makan, karena responden beralasan mereka mengonsumsi porsi hidangan, macam-macam hidangan dan jam makan sesuai kebiasaan sehari-hari dan tidak sempat membeli bahan makanan yang tidak tersedia di rumah. (2) Pendidikan terakhir, karena mayoritas responden berpendidikan rendah sehingga mereka kurang memahami akibat jika tidak melaksanakan aturan 3J walaupun mereka sudah mengetahui tentang aturan 3J. (3) Keadaan ekonomi, karena pendapatan rendah dan keadaan ekonomi kurang untuk membeli bahan makanan yang sesuai dengan aturan jenis makanan.

Kata kunci: Diabetes Mellitus, Pemahaman Diet 3J, Penyakit Tidak Menular, Posbindu Kemuning.