

KARYA ILMIAH AKHIR
PENERAPAN MEDIA KALENDER TERHADAP
KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PENFUI



OLEH

MARIA PUSPARINIDAIKOTAK, S.Tr.Kep
NIM: PO.5303211241518

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

2025

KARYA ILMIAH AKHIR
PENERAPAN MEDIA KALENDER TERHADAP
KEPATUHAN DIET PADA PASIEN DIABETES MELLITUS
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PENFUI



Karya Ilmiah Akhir Ini dibuat Sebagai Salah Persyaratan
untuk Menyelesaikan Program Studi Profesi Ners
Kemenkes Poltekkes Kupang

OLEH

MARIA PUSPARINIDAIKOTAK, S.Tr.Kep
NIM: PO.5303211241518

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PROGRAM STUDI PROFESI NERS

2025

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Maria Pusparini Dai Kotak
NIM : PO.5303211241518
Program studi : Profesi Ners
Perguruan Tinggi : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan
Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Ilmiah Akhir yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karyasendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Ilmiah Akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Kupang, 2025

Pembuat Pernyataan



Maria Pusparini Dai Kotak, S.Tr.Kep
PO.5303211241518

Mengetahui

Pembimbing I



Ns.Yoany M.V.B.Aty., S.Kep.M.Kep

NIP 197908052001122001

Pembimbing II



Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.,MSc

NIP 197108061992031001



Dipindai dengan CamScanner

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

**Penerapan Media Kalender Terhadap Kepatuhan Diet
Pada Pasien Diabetes Mellitus Baru Di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui**

Disusun Oleh :

Maria Pusparini Dal Kotak, S.Tr.Kep


PO.5303211241518

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

Kupang, 30 Juli ,2025

Menyetujui,

Pembimbing I



Ns. Yoany M.V.B.Aty., S.Kep.M.Kep
NIP.197908052001122001

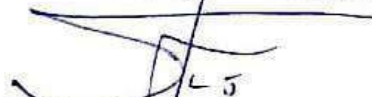
Pembimbing II



Dominggos Gonsalves, S.Kep.,Ns.,MSc
NIP.197108061992031001

Mengetahui

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang



Dr. Florentianus Tat, SKp., M.Kes
NIP.196911281993031005

Ketua Program Studi



Dr. Aemilianus Mau., SKep.,Ns. M.Kep
NIP.197205271998031001



Dipindai dengan CamScanner

LEMBAR PENGESAHAN

**Penerapan Media Kalender Terhadap Kepatuhan Diet
Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui**

Disusun Oleh :

Maria Pusparini Dai Kotak.S.Tr.Kep

PO.5303211241518

Telah dipertahakan dalam seminar di depan dewan
penguji pada tanggal : Kupang, 07 Agustus, 2025

Mengesahkan,

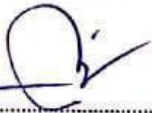
Penguji Ketua

Gadur Blasius, S.Kep., Ns, Msi
NIP.196212311989031039

(..........)

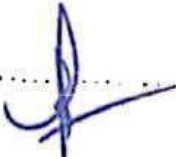
Penguji Anggota I

Domingos Gonsalves, S.Kep.,Ns, MSc
NIP 197108061992031001

(..........)

Penguji Anggota II

Ns.YoanyM.V.B Aty.,S.Kep.M.Kep
NIP.197908052001122001

(..........)

Mengetahui,

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang


Dr. Florentianus Tat.S.Kp.,M.Kes
NIP.19691128199301005

Ketua Program Studi Pendidikan
Profesi Ners


Dr. Acmilianus Mau., SKep.,Ns, M.Kep
NIP.197205271998031001

v



Dipindai dengan CamScanner

BIODATA PENULIS

I. Identitas

1. Nama : Maria Pusparini Dai Kotak
2. Tempat Tanggal Lahir : Larantuka, 28 September 2000
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Katolik
5. Alamat : Penfui
6. Email : pusparinibalimula@gmail.com

II. Riwayat Pendidikan

1. Tamat TKK Negeri 1 Kelubagolit, kecamatan Kelubagolit, Kabupaten Flores Timur
2. Tamat SDK St. Paskalis Mangaaleng, Kecamatan Kelubagolit, Kabupaten Flores Timur
3. Tamat SMP Negeri 1 Buyasuri, Kecamatan Buyasuri, Kabupaten Lembata
4. Tamat SMA Negeri Kelubagolit, Kecamatan Kelubagolit, Kabupaten Flores Timur
5. Tamat Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang sejak tahun 2020-2024
6. Berkuliah di Program Studi Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang sejak tahun 2024 - sekarang

Motto :

**“ Sukses dimulai dari Mimpi, diwujudkan dengan Usaha,
dan dipelihara dengan Doa “**

PENERAPAN MEDIA KALENDER TERHADAP KEPATUHAN DIET PASIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS

PENFUI

Maria Pusparini Dai Kotak¹

Ns Yoany M. V. B. Aty², Dominggos Gonsalves³, Gadur Blasius⁴

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Jurusan Keperawatan,
Program Studi Profesi Ners

Email : pusparinibalimula@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes Mellitus (DM) merupakan salah satu penyakit tidak menular yang mengalami peningkatan jumlah penderita setiap tahunnya, termasuk di wilayah kerja Puskesmas Penfui. Kepatuhan terhadap diet merupakan salah satu pilar penting dalam penatalaksanaan DM. Media kalender merupakan salah satu inovasi edukasi yang bertujuan meningkatkan kepatuhan pasien terhadap diet DM. Tujuan: Mengetahui pengaruh penerapan media kalender terhadap kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus baru. Metode: Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif yang melibatkan dua pasien Diabetes Mellitus baru di wilayah kerja Puskesmas Penfui. Intervensi dilakukan melalui edukasi dan pendampingan penggunaan media kalender selama 14 hari. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, serta pemeriksaan gula darah sewaktu. Hasil: Setelah penerapan media kalender, kedua pasien menunjukkan peningkatan kepatuhan terhadap pola makan, pemilihan jenis makanan yang lebih sehat, serta penurunan kadar gula darah sewaktu. Kesimpulan: Penerapan media kalender efektif dalam meningkatkan kepatuhan diet pada pasien Diabetes Mellitus baru.

Kata kunci: Diabetes Mellitus, Edukasi Kesehatan, Kepatuhan Diet, Media Kalender

**THE IMPLEMENTATION OF CALENDAR MEDIA ON DIETARY
COMPLIANCE DIABETES MELLITUS PATIENTS IN THE WORKING
AREA OF PENFUI PUBLIC HEALTH CENTER**

Maria Pusparini Dai Kotak',

Ns. Yoany M.V.B. Aty², Domingos Gonsalves³, Gadur Blasius⁴

Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Jurusan Keperawatan,

Program Studi Profesi Ners

Email : pusparinibalimula@gmail.com

ABSTRACT

Background: Diabetes Mellitus (DM) is one of the non-communicable diseases with a growing number of cases each year, including in the working area of Penfui Health Center. Adherence to dietary management is one of the key pillars in DM care. The use of a calendar as an educational media is an innovative approach to improve patients' dietary compliance. **Objective:** To determine the effect of using a calendar media on dietary adherence in newly diagnosed Diabetes Mellitus patients. **Method:** This research is a descriptive case study involving two newly diagnosed DM patients in the Penfui Health Center area. The intervention included education and the application of a calendar media over 14 days. Data were collected through observation, interviews, and random blood glucose measurements. **Results:** Following the implementation of the calendar media, both patients demonstrated improved dietary compliance, better food choices, and reduced random blood glucose levels. **Conclusion:** The use of calendar media is effective in improving dietary adherence among newly diagnosed Diabetes Mellitus patients.

Keywords: Calendar Media, Diabetes Mellitus, Dietary Adherence, Health Education

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas segala berkat dan karunia-Nya, sehingga Karya Ilmiah Akhir ini dapat diselesaikan dengan baik. Karya Ilmiah Akhir dengan judul ” **Penerapan Media Kalender Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien DIABETES MELLITUS Di Wilayah Kerja Puskesmas Penfui** ” merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Profesi Ners pada program studi Profesi Ners, Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang.

Penyusunan Karya Ilmiah Akhir ini bisa dilaksanakan karena dukungan dan bimbingan, saran, kritik dari dosen pembimbing, dengan segala kesempatan dapat meluangkan waktu dalam memberikan arahan, motivasi, bimbingan, kesabaran dan inspirasi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Oleh karena dalam kesempatan ini disampaikan limpah terima kasih kepada Ibu Ns. Yoany Maria V. B. Aty, S.Kep., M.Kep dan Bapak Domingos Gonsalves, S.Kep., Ns., M.Sc selaku pembimbing yang dengan penuh kesabaran dan ketelitian telah membimbing penulis dengan segala totalitasnya sehingga Karya Ilmiah Akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis juga mengucapkan rasa terimakasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Bapak Irfan, SKM, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang yang telah memberikan kesempatan dan mendukung saya menyelesaikan studi di Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Prodi Ners Keperawatan Kupang.
2. Bapak Dr. Florentianus Tat, S.Kp.,M.Kes selaku ketua Jurusan Keperawatan Kupang yang telah mendukung dan membimbing selama perkuliahan di Jurusan Keperawatan Kupang.
3. Bapak Dr. Aemelianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Selaku Ketua Program studi Profesi Ners Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Kupang yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan karya ilmiah akhir ini.
4. Gadur Blasius, S.Kep., Ns. Msi selaku Dosen Penguji yang telah memberikan saran dan motivasi kepada penulis

5. Kepala Puskesmas Penfui, yang telah menerima dan mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di wilayah kerja puskesmas Penfui Kota Kupang.
6. Bapak/Ibu, staf dan Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang Jurusan Keperawatan Kupang yang telah membimbing, memberikan arahan serta memotivasi penulis selama masa perkuliahan
7. Orang Tua terkasih, Bapak Donatus Doni Belan dan Mama Maria Buka Pati yang telah membesarkan dan mendidik saya serta memberikan dukungan baik moril maupun perhatian.
8. Ketiga kakak tersayang, Kornelia Nini Asi, Angelina Kerong Eban, Maria Prisilia Palang Demon dan Kembar saya Maria Pusparani Abong Boli yang selalu mendoakan dan mendukung saya dalam setiap situasi yang saya alami.
9. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang dengan caranya masing-masing membantu dan mempermudah dalam menyelesaikan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini dengan baik.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, segala kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan agar dapat digunakan penulis untuk menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir ini selanjutnya.

Kupang, 2025

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
BIODATA PENULIS.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penulisan.....	6
1.4 Manfaat Penulisan.....	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Diabetes Mellitus	10
2.2 Konsep Edukasi Kesehatan.....	19
2.3 Konsep Kalender.....	20
2.4 Kerangka Teori	24
2.5 Kerangka Konsep.....	25
BAB 3 METODE PENELITIAN	25
3.1 Rancangan Studi Kasus	25
3.2 Subyek Studi Kasus.....	25
3.3 Fokus Studi Kasus	26
3.4 Definisi Operasional.....	26
3.5 Instrumen Penelitian	27
3.6 Metode Pengumpulan Data.....	28
3.7 Prosedur Penelitian.....	29
3.8 Lokasi dan waktu penelitian	30
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	32
4.1 Hasil Penelitian	32
4.2 Pembahasan Penelitian.....	41
BAB 5 PENUTUP	48
5.1 Kesimpulan.....	48
5.2 Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 2 Definisi Operasional.....	26
Tabel 3 Karakteristik Responden.....	32
Tabel 4 Hasil Pengkajian.....	34
Tabel 5 Penerapan Media Kalender.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....	67
Lampiran 2 Lembar Informed Consent	68
Lampiran 3 Media Kalender	69
Lampiran 4 Lembar Pengkajian Diabetes Mellitus.....	70
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian	75
Lampiran 6 Dokumentasi Makanan Diet Pasien	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	3
------------------------------	---

