

DAFTAR ISI

COVER LUAR	i
COVER DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Dasar Pra Lansia	9
2.1.1 Definisi Pra Lansia.....	9
2.1.2 Pra Lansia Dengan Risiko Diabetes Milletus	11
2.1.3 Faktor Resiko Penyakit Diabetes Mellitus.....	11
2.1.4 Tanda dan Gejala Peningkatan Kadar Gula Darah Pada Pra lansia....	13
2.1.5 Penatalaksanaan	14
2.1.6 Penyakit Diabetes Mellitus	18
2.2 Kadar Gula Darah.....	22
2.2.1 Definisi Kadar Gula Darah	22
2.2.2 Tanda Dan Gejala Kadar Gula Darah Tidak Normal.....	25
2.2.3 Komplikasi Kadar Gula Darah.....	27
2.2.4 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kadar Gula Darah.....	28
2.2.5 Jenis Pemeriksaan Gula Darah.....	30

2.2.6	Prosedur Pemeriksaan Gula Darah dengan Glukometer.....	32
2.3	Konsep Pola Makan.....	34
2.3.1	Definisi Pola Makan.....	34
2.3.2	Komponen Pola Makan Pada Pra Lansia Risiko Diabetes Mellitus ...	35
2.3.3	Klasifikasi Makanan	40
2.3.4	Jenis Makanan Dianjurkan Dan Tidak Dianjurkan.....	44
2.3.5	Pola Makan Pra Lansia	45
2.4	Alat Ukur Pola Makan.....	47
2.4.1	Kuesioner Pola Makan Semi Food Frequency Quesionaire dengan...	47
2.5	Hubungan Pola Makan dengan Kadar Gula Darah	49
2.6	Kerangka Konseptual	52
2.7	Hipotesis	53
BAB III METODE PENELITIAN.....		54
3.1	Jenis dan Desain Penelitian	54
3.2	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	55
3.2.1	Populasi.....	55
3.2.2	Sampel dan Besar Sampel.....	55
3.2.3	Teknik Sampling	56
3.3	Variabel Penelitian	57
3.3.1	Variabel Independen (Bebas).....	57
3.3.2	Variabel Dependen (Terikat)	57
3.4	Definisi Operasional Variabel	58
3.5	Instrumen Penelitian.....	60
3.5.1	Kuesioner Pola Makan	60
3.5.2	Kisi-kisi Kuesioner Pola Makan	60
3.6	Uji Validitas dan Reliabilitas	61
3.6.1	Uji Validitas	61
3.6.2	Uji Reliabilitas	63
3.7	Lokasi dan Waktu.....	63
3.8	Tahap Persiapan dan Pelaksanaan	63
3.8.1	Tahap Persiapan	63
3.8.2	Tahap Pelaksanaan.....	64
3.9	Teknik Pengolahan Data	66
3.10	Analisa Data	69

3.10.1	Analisa Univariat	69
3.10.2	Analisa Bivariat	69
3.11	Penyajian Data.....	71
3.12	Etika Penelitian.....	71
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	72
4.1	Hasil Penelitian.....	72
4.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	72
4.1.2	Karakteristik Responden	73
4.1.3	Hasil Penelitian	74
4.2	Pembahasan	77
4.2.1	Pola Makan Pra Lansia di RW 03 dan RW 04 Desa Rejoso Nganjuk	77
4.2.2	Kadar Gula Darah Pra Lansia RW 03 dan RW 04 Desa Rejoso Nganjuk	81
4.2.3	Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Pra Lansia Dengan Risiko DM di RW 03 Dan RW 04 Desa Rejoso Nganjuk....	84
4.3	Keterbatasan Penelitian	90
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	91
5.1	Kesimpulan.....	91
5.2	Saran.....	92
	DAFTAR PUSTAKA	94
	LAMPIRAN.....	101