

LAMPIRAN

Lampiran 1. Satuan Acara Penyuluhan

Satuan Acara Penyuluhan

Pokok bahasan	: Diabetes Melitus Tipe 2
Sub Pokok Bahasan	: Pengetahuan, Kepatuhan Diet, dan Kadar Glukosa Darah
Sasaran	: Pasien Diabetes Melitus Rawan Jalan
Hari	: Mei-Juni
Waktu	: 1x20 menit
Tempat	: Puskesmas Jabung Kabupaten Malang
Penyuluh	: Rizka Nurfauziah

A. Tujuan Instruksional Umum (TIU)

Setelah diberikan konseling gizi kepada pasien diabetes melitus dapat memberikan pengaruh terhadap tingkat pengetahuan, kepatuhan diet, dan glukosa darah pada pasien.

B. Tujuan Instruksional Khusus (TIK)

1. Pasien dapat memahami pengertian, penyebab, tanda dan gejala, upaya pencegahan, makanan yang baik dikonsumsi bagi penderita diabetes melitus melalui kuesioner pengetahuan.
2. Pasien dapat mematuhi diet diabetes melitus melalui materi leaflet.
3. Pasien dapat mengontrol glukosa darah dan memahami penyakit diabetes melitus dengan baik.

C. Materi (terlampir)

1. *Leaflet* diabetes melitus

D. Metode

1. Konseling, diskusi dan tanya jawab

E. Media

1. *Leaflet*

F. Strategi Pelaksanaan

Tabel 1. Satuan Acara Penyuluhan

No.	Tahapan	Kegiatan Penyuluh	Kegiatan Audien
1.	Sebelum penyuluhan	<ul style="list-style-type: none">- Memperkenalkan diri- Menjelaskan tujuan penelitian	<ul style="list-style-type: none">- Mengisi formulir persetujuan dan identitas pasien

		- Membagikan formulir persetujuan dan identitas pasien	
2.	Pembukaan	- Mengucapkan salam pembuka - Memperkenalkan diri - Menjelaskan tujuan penelitian - Memberikan kuesioner <i>pre test</i> , dan wawancara <i>recall 24 jam dan FFQ</i> - Mengecek glukosa darah	- Menjawab salam - Mendengarkan - Menjawab pertanyaan mengenai kuesioner kepatuhan diet - Mengisi kuesioner <i>pre test</i>
3.	Penyampaian materi	- Menyampaikan materi - Diskusi/Tanya jawab	- Mendengarkan dan memperhatikan
4.	Penutup	- Evaluasi - Menutup acara dan mengucapkan salam serta terimakasih kepada peserta. - Memberikan formulir daftar hadir	- Mengajak pasien untuk mengingat materi yang sudah disampaikan - Menjawab salam - Mengisi formulir daftar hadir
5.	Setelah penyuluhan	- Evaluasi dengan memberikan kuesioner <i>post test</i> dan wawancara <i>recall 24 jam dan FFQ</i> - Mengecek glukosa darah	- Mengisi kuesioner <i>post test</i> dan menjawab pertanyaan mengenai kepatuhan diet

G. Evaluasi

Pasien mampu

1. Menjelaskan pengertian diabetes melitus
2. Menyebutkan penyebab diabetes melitus
3. Menyebutkan tanda dan gejala diabetes melitus
4. Menyebutkan cara pencegahan/pengobatan diabetes melitus
5. Menjelaskan bagaimana cara mengontrol kadar glukosa darah

Lampiran 2. Lembar Permohonan

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI PASIEN

Kepada Yth. Bapak/Ibu/Sdra/i Pasien
di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah Mahasiwi Program Studi Sarjanan Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Malang:

Nama : Rizka Nurfauziah

NIM : P17111193072

Akan mengadakan penelitian dengan judul **“Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Diet, dan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Rawat Jalan Puskesmas Jabung Kabupaten Malang”**.

Berkaitan dengan judul tersebut, peneliti memohon dengan hormat kepada saudara/i untuk bersedia menjadi pasien dan mau mengisi data berbentuk kuesioner serta memberikan jawaban pada kuesioner dengan sejujur-jujurnya untuk kepentingan penelitian.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian konseling gizi terhadap kepatuhan diet diabetes melitus. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang pemberian konseling gizi terhadap kepatuhan diet DM sehingga pasien dapat meningkatkan diet dengan benar.

Data yang diambil dan disajikan akan bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila saudara/i menyetujui, saya mohon kesediannya untuk menandatangani lembar persetujuan dan menjawab kuesioner dan wawancara yang saya lampirkan. Atas perhatian saudara/i sebagai pasien, saya ucapkan terimakasih.

Malang, 2 Mei 2023



Rizka Nurfauziah

Lampiran 3. Etik Penelitian



POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN

Jl. Besar Ijen No 77 C Malang, 65112 Telp (0341) 560075, 571388 Fax (0341) 556746
surat elektronik : komisetik@poltekkes-malang.ac.id



KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL "ETHICAL APPROVAL"

No DP.04.03/F.XX1.31/867/2023

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Rizka Nurfauziah
Principal In Investigator

Nama Insitusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
Name of the Institution

Dengan judul
Title

"Pengaruh Pemberian Konseling Gizi terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Diet, dan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Rawat Jalan Puskesmas Jabung Kabupaten Malang"

"The Effect of Providing Nutrition Counseling on Knowledge, Diet Compliance, and Blood Glucose Levels in Type 2 Diabetes Mellitus Patients in the Outpatient Room of the Jabung Public Health Center, Malang Regency"

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 merujuk 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 fulfillment of the indicators of each standard

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 08 Agustus 2023 sampai dengan tanggal 08 Agustus 2024.

This declaration of ethics applies during the period August 08, 2023 until August 08, 2024.



August 08, 2023
Professor and Chairperson,



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

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian



Nomor : DP.02.01/5.0/0851/2023 Malang, 29 Maret 2023
Lampiran : -
Perihal : Surat Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.

1. Kepala Bakesbangpol Kabupaten Malang
2. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang

Di

Tempat

Dalam rangka pemenuhan tugas akhir Penyusunan Skripsi, maka bersama ini kami hadapkan Rizka Nurfauziah, (NIM P17111193072) mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang untuk melaksanakan Penelitian, pada:

Tanggal : 01 April sd 05 Mei 2023
Waktu : 08.00 – selesai
Tempat : Puskesmas Jabung

Dengan judul :

Pengaruh pemberian Konseling Gizi terhadap kepatuhan Diet dan Glukosa Darah pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Rawat Jalan Puskesmas Jabung.

Data yang diambil :

1. Form Recall 24 jam
2. FFQ
3. Jadwal makan
4. Gula Darah

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



Tembusan disampaikan kepada Yth :

- Kepala Puskesmas Jabung Kabupaten Malang

- Kampus Utama : Jalan Besar Ijen No. 77 c Malang. 65112. Telepon (0341) 566075, 571388
- Kampus I : Jalan Srikeyo No. 106 Jember. Telepon (0331) 486613
- Kampus II : Jalan Ahmad Yani Sumberporeng 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





PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jl. Panji No. 158 Telp. (0341) 392031 Fax. (0341) 392031
Email: bakesbangpol@malangkab.go.id – Website: <http://www.malangkab.go.id>
KEPANJEN – 65163

SURAT KETERANGAN

NOMOR : 072/1327/35.07.207/2022

Untuk melakukan Survey/Reserch/Penelitian/PKL/Magang

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Malang dengan ini menerangkan bahwa:

Berdasarkan surat dari : **Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang**
Nomor : DP.02.01/5.0/1135/2022
Tanggal : 06 Juli 2022
Perihal : Permohonan Ijin Studi Pendahuluan

Dapat Diberikan Surat Keterangan Studi Pendahuluan Kepada:

NO	NAMA	NIM	PRODI
1	Rizka Nurfauziah	P17111193072	Sarjana Terapan Gizi & Dietetika

Judul : **Pemberian Konseling Gizi Terhadap Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Ruang Rawat Jalan Puskesmas Jalan Puskesmas Jabung Kabupaten Malang**
Lokasi : UPT Puskesmas Jabung, Kecamatan Jabung, Kabupaten Malang

Dengan ketentuan :

1. Mentaati ketentuan – ketentuan / Peraturan yang berlaku;
2. Sesampainya ditempat supaya melapor kepada pejabat setempat;
3. Berlaku mulai tanggal **20 Juli s/d 26 Juli 2022**

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepanjen, 18 Juli 2022

a.n. **KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

KABUPATEN MALANG



YULI SUNITANINGSIH, S.Sos., M.M
Pembina

NIP. 19640709 198803 2 007

Tembusan disampaikan Yth. :

1. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Malang;
2. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang;
3. Kepala Puskesmas Jabung, Kecamatan Jabung, Kabupaten Malang;
4. Mahasiswa/yang bersangkutan.



PEMERINTAH KABUPATEN MALANG
DINAS KESEHATAN



Jln. Panji No.120 Kepanjen Telp (0341) 393730-391621, Fax. (0341) 393731
Email : dinkes@malangkab.go.id website : http// dinkes.malangkab.go.id
KEPANJEN - 65163

Kepanjen, 23 Juli 2022

Nomor 070/ ~~4061~~ /35 07 103/2022 Kepada
Sifat Biasa Yth Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes
Lampiran - Malang
Perihal Studi Pendahuluan Di -

TEMPAT

Menindaklanjuti Surat dari Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang Nomor DP 02 01/5 0/1135/2022 tanggal 18 Juli 2022 tentang Studi Pendahuluan dengan ini kami TIDAK KEBERATAN dilaksanakan kegiatan tersebut oleh

Nama Rizka Nurfauziah
NIM P17111193072
Judul Pemberian Konseling Gizi Terhadap Kepatuhan Diet Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Ruang Rawat Jalan Puskesmas Jalan Puskesmas Jabung Kabupaten Malang
Tempat Kegiatan Puskesmas Jabung Kab Malang
Waktu Kegiatan 20 Juli 2022 - 05 Agustus 2022

Dengan ketentuan sebagai berikut

- 1 Mentaati peraturan / ketentuan yang berlaku
- 2 Sesampainya ditempat kegiatan untuk melaporkan dan berkoordinasi kepada Pejabat yang terkait
- 3 Memberikan informasi sebelum yang bersangkutan melakukan kegiatan
- 4 Harus memegang azas rahasia (tanpa nama / identitas responden)
- 5 Mempresentasikan dan menyampaikan hasil penelitian di tempat penelitian
- 6 Setelah selesai melaksanakan kegiatan untuk melaporkan kembali kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Malang
- 7 Surat ini tidak berlaku apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut diatas

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih

An Pdt. KEPALA DINAS KESEHATAN
Sekelaris



Dra. KRISNA MINTOROWATI, MM
Pembina Tingkat I
NIP 19711102 199602 2 001

Tembusan
Yth Sdr 1 Kepala UPT Puskesmas Jabung Kab
Malang
2 Rizka Nurfauziah

Lampiran 5. Inform Cosent

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama/inisial :

Umur : 60

Jenis Kelamin : PEREMPUAN

Alamat : KEMANTREN RT 03 / RW 01

No. Telp/HP : -

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh Rizka Nurfauziah mahasiswi Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang berjudul **"Pengaruh Pemberian Konseling Gizi Terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Diet, dan Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Ruang Rawat Jalan Puskesmas Jabung Kabupaten Malang"**. Dan saya akan mengikuti proses penelitian serta menjawab kuesoner yang diberikan dengan sejujur-jujurnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun dengan catatan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan menjaga kerahasiaan.

Oleh karena itu saya menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Malang,

Responden



KUESIONER PENELITIAN
PENGARUH PEMBERIAN KONSELING GIZI TERHADAP PENGETAHUAN,
KEPATUHAN DIET, DAN KADAR GLUKOSA DARAH PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE 2 DI RUANG RAWAT JALAN PUSKESMAS JABUNG
KABUPATEN MALANG

Kode :

--	--

A. Karakteristik Pasien

- Nama/inisial :
Usia :
Jenis kelamin : 1. Laki-laki
2. Perempuan
Pendidikan terakhir : 1. Tidak sekolah
2. SD
3. SMP
4. SMA/SMU
5. Sarjana/Pasca sarjana
Status Pekerjaan : 1. Bekerja
2. Tidak bekerja
BB : kg
TB : cm
Riwayat Keluarga : 1. Ada
2. Tidak ada

B. Kadar Gula Darah

No.	Kadar Gula Darah	(diisi oleh peneliti)
1.	mg/dL	Sebelum
2.	mg/dL	Sesudah

C. Pengetahuan

Petunjuk pengisian :

Pilihlah jawaban sesuai dengan jawaban pasien dengan memberikan tanda centang (✓) pada kolom.

No	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	Diabetes melitus biasanya dikenal dengan sebutan 'kencing manis"		
2.	Diabetes melitus adalah gangguan metabolisme karena peningkatan kadar glukosa dalam tubuh		
3.	Diabetes melitus merupakan penyakit tidak menular yang disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat		
4.	Berat badan lebih atau obesitas merupakan faktor terjadinya diabetes melitus		
5.	Penderita diabetes sering merasa kantuk dan lapar		
6.	Luka sulit disembuhkan merupakan tanda diabetes melitus		
7.	Diabetes melitus dapat menyebabkan komplikasi seperti gagal ginjal		
8.	Penderita diabetes harus selalu menjaga berat badan ideal		
9.	Penderita diabetes harus sering melakukan olahraga		
10.	3J adalah jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan		
11.	Makanan bagi penderita diabetes adalah yang mengandung rendah gula		
12.	Makanan yang mengandung lemak tinggi harus dihindari oleh penderita diabetes melitus		

13.	Diet makanan merupakan terapi bagi penderita diabetes melitus		
14.	Nasi, singkong jagung, roti, telur tempe yaitu makanan yang harus dibatasi		
15.	Nasi merah, kol, pare, tomat, kangkung, bayam, oyong adalah makanan yang dianjurkan		
16.	Pasien diabetes melitus boleh mengonsumsi buah semangka, nanas, dan melon		
17.	Jadwal makan penderita diabetes yaitu dengan 3 kali makanan utama dan 3 kali makanan selingan		
18.	Jarak waktu makan penderita diabetes melitus adalah tiap 3 jam		
19.	Pasien diabetes melitus harus sering mengontrol gula darah		
20.	Gula darah sewaktu pasien diabetes melitus yaitu < 200 mg/dL		

D. Form Recall 24 Jam dan FFQ

Total Nilai Gizi

Karbohidrat :265.425 Kkal

Energi :2224.5 g

Protein :88.275 g

Lemak :94.275 g

Indeks glikemik :282.75 g

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM

Kode : _____ Hari Ke : _____
 Nama Responden : _____ Desa : _____
 Kecamatan : _____

Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan		
		Jenis	Banyaknya	
			URT	gram
pagi	nasi tempe goreng ayam goreng capjay	Beras giling tempe minyak goreng ayam minyak goreng sawi wortel brokoli	2 ctg 1 ptg 1 ptg 2 sendok sayur	200 50 5 2.5 50 25 25 25
siang	nasi tempe goreng ayam goreng capjay	Beras giling tempe minyak goreng ayam minyak goreng sawi wortel brokoli	2 ctg 1 ptg 1 ptg 2 sendok sayur	200 50 5 50 2.5 25 25 25
malam	nasi tempe goreng ayam goreng capjay	Beras giling tempe minyak goreng ayam minyak goreng sawi wortel brokoli	2 ctg 1 ptg 1 ptg 2 sendok sayur	200 50 5 50 2.5 25 25 25

POLA KONSUMSI									
Bahan Makan	Tidak Pernah/ <1x/bln	1x/bln	2-3x/bln	1x/mg	2x/mg	3-4x/mg	5-6x/mg	1x/hari	>2X/hari
Beras/nasi									✓
Jagung				✓					
Ubi				✓					
Singkong				✓					
Daging sapi			✓						
Daging kambing	✓								
Ayam				✓					
Udang	✓								
Ikan					✓				
Telur					✓				
Tempe								✓	
Tahu							✓	✓	
Bayam									
Sawi						✓			
Wortel						✓			
Kubis						✓			
Pisang			✓						
Buncis									
Pepaya	✓								
Jeruk	✓								
Susu segar									
Susu skim bubuk									
Santan									
Teh manis									
Kopi manis									
Sirup									

Lampiran 7. Master Tabel

No	Nama Pasien	Usia	Jenis Kelamin	Pendidikan	Pekerjaan	Pengetahuan		Indikator						Kepatuhan Diet		Kadar Glukosa Darah	
						Sebelum	Sesudah	Jumlah		Jenis		Jadwal		Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
								Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah				
1	ST	55 Tahun	Laki-laki	SMA	KARYAWAN SWASTA	Kurang	Cukup	TS	TS	S	S	TS	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	317	289
2	KS	62 Tahun	Perempuan	SMP	IRT	Kurang	Cukup	TS	TS	TS	S	S	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	310	201
3	MY	61 Tahun	Perempuan	SD	IRT	Kurang	Cukup	TS	TS	S	S	TS	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	167	127
4	MH	36 Tahun	Perempuan	SMA	IRT	Kurang	Cukup	S	S	TS	S	S	S	Patuh	Patuh	367	181
5	SN	55 Tahun	Laki-laki	SMA	BURUH	Kurang	Cukup	S	S	TS	S	TS	S	Tidak Patuh	Patuh	459	349
6	RS	45 Tahun	Perempuan	SMA	PEDAGANG	Cukup	Cukup	S	S	S	S	S	S	Tidak Patuh	Patuh	142	126
7	GH	53 Tahun	Laki-laki	SD	SOPIR	Kurang	Kurang	TS	TS	S	S	TS	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	367	264
8	ML	62 Tahun	Laki-laki	S1	PNS	Cukup	Baik	S	S	TS	S	S	S	Tidak Patuh	Patuh	233	185
9	WK	53 Tahun	Perempuan	SD	IRT	Kurang	Cukup	S	S	TS	S	S	S	Tidak Patuh	Patuh	207	258
10	SK	54 Tahun	Perempuan	SMA	IRT	Kurang	Cukup	TS	S	S	S	TS	TS	Tidak Patuh	Tidak Patuh	329	198
11	NS	50 Tahun	Perempuan	SMP	IRT	Kurang	Kurang	S	S	S	S	TS	S	Patuh	Patuh	283	193
12	AG	61 Tahun	Laki-laki	SMA	KARYAWAN SWASTA	Kurang	Kurang	S	S	TS	TS	S	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	202	249
13	WN	58 Tahun	Perempuan	SD	TIDAK BEKERJA	Kurang	Kurang	TS	S	S	S	S	S	Tidak Patuh	Patuh	193	164
14	SM	65 Tahun	Perempuan	SD	IRT	Kurang	Kurang	S	S	S	S	S	S	Tidak Patuh	Patuh	264	196
15	MR	60 Tahun	Perempuan	SMA	IRT	Kurang	Cukup	S	S	S	S	S	S	Patuh	Patuh	213	187
16	SSH	58 Tahun	Perempuan	SMP	TIDAK BEKERJA	Cukup	Kurang	S	S	S	S	S	S	Patuh	Patuh	216	187
17	MF	63 Tahun	Perempuan	SMP	IRT	Cukup	Kurang	TS	S	TS	TS	S	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	203	146
18	ZL	47 Tahun	Perempuan	SMA	IRT	Kurang	Cukup	S	S	S	S	TS	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	197	143
19	SR	65 Tahun	Perempuan	SD	TIDAK BEKERJA	Kurang	Kurang	TS	TS	TS	TS	TS	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	305	206

20	SS	48 Tahun	Perempuan	SMA	IRT	Kurang	Cukup	S	S	TS	TS	TS	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	324	264
21	KN	62 Tahun	Perempuan	SMP	IRT	Kurang	Kurang	S	S	TS	S	S	S	Tidak Patuh	Patuh	167	143
22	SW	59 Tahun	Perempuan	SMA	IRT	Kurang	Kurang	S	S	S	S	S	S	Patuh	Patuh	149	157
23	KY	50 Tahun	Perempuan	SMA	IRT	Kurang	Cukup	S	S	S	S	S	S	Patuh	Patuh	158	125
24	UM	54 Tahun	Perempuan	SMA	IRT	Kurang	Cukup	TS	S	TS	TS	S	S	Tidak Patuh	Tidak Patuh	193	202

Keterangan:

S : Sesuai

TS : Tidak sesuai

Lampiran 8. Indeks Glikemik Makanan

Jenis makanan	Bahan Makanan	Indeks Glikemik
Sereal dan olahannya	Beras putih	87
	Mie instan	7
	Bihun	35
	Roti tawar putih	70
	Kerupuk	87
Sayur	Wortel	47
	Kentang	88
	Labu	75
	Jagung manis	60
	Ubi	61
	Ketela	37
Kacang-kacangan	Kacang panjang	29
Buah	Apel	38
	Pisang	51
	Manga	51
	Semangka	72
	Jeruk	48
	Papaya	59
	Nanas	59
	Melon	65
	Gula dan pemanis	Gula pasir
Madu		35
Coklat		44
Glukosa		100

Lampiran 9. Leaflet Diet Diabetes Melitus


DIABETES MELITUS

KENALI DAN KONTROL PENYAKITNYA!



PENGERTIAN
Diabetes adalah penyakit kronis yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah. Glukosa merupakan sumber energi utama bagi sel tubuh manusia. Akan tetapi, pada penderita diabetes, glukosa tersebut tidak dapat digunakan oleh tubuh.

TANDA DAN GEJALA

- Haus berlebihan 
- Sering buang air kecil 
- Rasa lapar berlebih 
- Mudah mengantuk dan lelah 

BERAT BADAN MENURUN 

Luka sulit sembuh dan gangguan penglihatan 

FAKTOR RISIKO

1. Faktor keturunan
2. Kegemukan
3. Usia lebih 40 tahun
4. Gaya hidup yang tidak sehat
5. Kurang beraktivitas dan olahraga

KOMPLIKASI



1. Kerusakan jantung
2. Kerusakan syaraf
3. Kerusakan ginjal
4. Katarak dan kebutaan
5. Kerusakan pembuluh darah kaki

PENCEGAHAN

 Tidak boleh terlalu banyak makan makanan manis dan harus dalam jadwal yang teratur

Olahraga rutin 

Rutin mengecek gula darah 

Mejaga berat badan ideal 

Membatasi makanan yang mengandung lemak jenuh seperti daging sapi, kulit, unggas, dll 

TUJUAN DIET

1. Mempertahankan kadar glukosa darah mendekati normal
2. Menghindari komplikasi akut
3. Memberikan cukup energi untuk mempertahankan atau mencapai berat badan normal

PRINSIP DIET 3J

1. Tepat jumlah
2. Tepat jenis
3. Tepat jadwal

- Makanan yang tidak boleh dikonsumsi : manisan, gula pasir, suus kental manis, kecap, abon, sirup, eskrim, dan yang mengandung pemanis buatan
- Makanan yang boleh dimakan tapi dibatasi: nasi, singkong, jagung, roti, telur, tempe, tahu, kacang hijau, kacang tanah
- Makanan yang dianjurkan: nasi merah, kol, pare, tomat, kangkung, bayam, oyong, kacang panjang, pepaya, jeruk, pisang, dan labu siam

PENGATURAN POLA MAKAN

- Makan pagi : 7.00-08.00
- Selingan pagi : 10.00
- Makan siang : 12.00-13.00
- selingan sore : 15.00-15.30
- Makan malam : 18.00-18.30
- Selingan malam : 19.00

KONTROL GULA DARAH SEWAKTU

- Pemeriksaan gula darah secara teratur
- Gula darah sewaktu dengan nilai normal <200 mg/dL
- Gula darah puasa dengan nilai normal <140 mg/dL
- Gula darah 2 jam setelah puasa dengan nilai normal >200 mg/dL
- Olahraga dianjurkan senam kaki diabetes
- Perawatan kaki 

Lampiran 10. Anggaran biaya penelitian

Anggaran biaya yang dibutuhkan selama penelitian ini berlangsung adalah sebagai berikut:

No.	Keterangan	Jumlah	Biaya Satuan	Jumlah Satuan
1.	Biaya pengajuan etik	1	Rp. 250.000	Rp. 250.000
2.	Souvenir	26	Rp. 15.000	Rp. 390.000
3	Glukometer	1	Rp. 99.000	Rp. 99.000
4.	Strip glukometer	1/box	Rp. 65.000/box	Rp. 65.000
5.	Alcohol Swab	1/box	Rp. 8.000/box	Rp. 8.000
6.	Tisu	1/pack	Rp. 14,000/pack	Rp. 14,000
7.	Hanad sanitizer	2	Rp. 20.000	Rp. 20.000
8.	Biaya Penggandaan formulir dan angket	26	Rp. 3.000	Rp. 83.000
9.	Cetak leaflet	24	Rp 5.000	Rp. 120.000
10.	ATK			Rp. 20.000
11.	Biaya lain-lain			Rp. 300.000
Total				Rp. 1.369.000

Lampiran 11. Statistik Deskriptif Karakteristik

Jenis_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	5	20.8	20.8	20.8
	Perempuan	19	79.2	79.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	≥ 45 tahun	23	95.8	95.8	95.8
	< 45 tahun	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	6	25.0	25.0	25.0
	SMP	5	20.8	20.8	45.8
	SMA	12	50.0	50.0	95.8
	S1	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT/Tidak Bekerja	18	75.0	75.0	75.0
	Wiraswasta	3	12.5	12.5	87.5
	Karyawan Swasta	2	8.3	8.3	95.8
	PNS	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Lampiran 12. Uji Paired T-Test Pengetahuan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pengetahuan_Pre	24	45	80	60.42	9.546
Pengetahuan_post	24	65	95	80.42	7.211
Valid N (listwise)	24				

Tingkat Pengetahuan_Pre

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	1	4.2	4.2	4.2
	Cukup	14	58.3	58.3	62.5
	Kurang Baik	9	37.5	37.5	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Tingkat Pengetahuan_Post

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	16	66.7	66.7	66.7
	Cukup	8	33.3	33.3	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pengetahuan_Pre	.112	24	.200*	.961	24	.451
Pengetahuan_post	.148	24	.187	.963	24	.510

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pengetahuan_Pre - Pengetahuan_post	-20.000	6.916	1.412	-22.920	-17.080	-14.168	23	.000

Lampiran 13. Deskriptif Kepatuhan Diet

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Jumlah	24	100.0%	0	0.0%	24	100.0%
Jenis	24	100.0%	0	0.0%	24	100.0%
Jadwal	24	100.0%	0	0.0%	24	100.0%

Kepatuhan Diet Berdasarkan Jumlah Makanan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Jumlah_Pre	24	832	2143	1375.29	365.285
Jumlah_Pos	24	752	2278	1354.21	341.591
Valid N (listwise)	24				

Jumlah_Sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	15	62.5	62.5	62.5
	Tidak Patuh	9	37.5	37.5	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Jumlah_Setelah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	18	75.0	75.0	75.0
	Tidak Patuh	6	25.0	25.0	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Jumlah_Pre	.123	24	.200*	.953	24	.309
Jumlah_Pos	.171	24	.068	.910	24	.035

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Jumlah_Pos - Jumlah_Pre	Negative Ranks	13 ^a	12.42	161.50
	Positive Ranks	11 ^b	12.59	138.50
	Ties	0 ^c		
	Total	24		

a. Jumlah_Pos < Jumlah_Pre

b. Jumlah_Pos > Jumlah_Pre

c. Jumlah_Pos = Jumlah_Pre

Test Statistics^a

	Jumlah_Pos - Jumlah_Pre
Z	-.329 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.742

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Kepatuhan Diet Berdasarkan Jenis Makanan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Jenis_pre	24	1	2	1.50	.511
Jenis_post	24	1	2	1.21	.415
Valid N (listwise)	24				

Jenis_Sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	12	50.0	50.0	50.0
	Tidak Patuh	12	50.0	50.0	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Jenis_Setelah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	19	79.2	79.2	79.2
	Tidak Patuh	5	20.8	20.8	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Jenis_pre	.336	24	.000	.640	24	.000
Jenis_post	.484	24	.000	.503	24	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Jenis_post - Jenis_pre	Negative Ranks	7 ^a	4.00	28.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	17 ^c		
	Total	24		

a. Jenis_post < Jenis_pre

b. Jenis_post > Jenis_pre

c. Jenis_post = Jenis_pre

Test Statistics^a

	Jenis_post - Jenis_pre
Z	-2.646 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.008

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Kepatuhan Diet Berdasarkan Jadwal Makan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Jadwal_pre	24	1	2	1.42	.504
Jadwal_post	24	1	2	1.08	.282
Valid N (listwise)	24				

Jadwal_Sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	14	58.3	58.3	58.3
	Tidak Patuh	10	41.7	41.7	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Jadwal_Setelah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	21	87.5	87.5	87.5
	Tidak Patuh	3	12.5	12.5	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Jadwal_Pre	.379	24	.000	.629	24	.000
Jadwal_Pos	.519	24	.000	.393	24	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Jadwal_Pos - jJadwal_Pre	Negative Ranks	8 ^a	4.50	36.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	16 ^c		
	Total	24		

a. Jadwal_Pos < Jadwal_Pre

b. Jadwal_Pos > Jadwal_Pre

c. Jadwal_Pos = Jadwal_Pre

Test Statistics^a

	Jadwal_Pos - jJadwal_Pre
Z	-2.828 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 14. Uji Wilcoxon Kepatuhan Diet

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Sebelum	24	1	2	1.75	.442
Sesudah	24	1	2	1.46	.509
Valid N (listwise)	24				

Sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	6	25.0	25.0	25.0
	Tidak Patuh	18	75.0	75.0	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Sesudah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	13	54.2	54.2	54.2
	Tidak Patuh	11	45.8	45.8	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum	.464	24	.000	.542	24	.000
Setelah	.358	24	.000	.637	24	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Setelah - Sebelum	Negative Ranks	7 ^a	4.00	28.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	17 ^c		
	Total	24		

a. Setelah < Sebelum

b. Setelah > Sebelum

c. Setelah = Sebelum

Test Statistics^a

	Setelah - Sebelum
Z	-2.646 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.008

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 15. Uji Paired T-Test Glukosa Darah

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
GDS SEBELUM	24	142	459	248.54	82.808
GDS SESUDAH	24	125	349	197.50	56.704
Valid N (listwise)	24				

GDS SEBELUM

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	8	32.0	33.3	33.3
	Tidak Normal	16	64.0	66.7	100.0
	Total	24	96.0	100.0	
Missing	System	1	4.0		
Total		25	100.0		

GDS SESUDAH

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	15	60.0	62.5	62.5
	Tidak Normal	9	36.0	37.5	100.0
	Total	24	96.0	100.0	
Missing	System	1	4.0		
Total		25	100.0		

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Glukosa Darah Sebelum	.194	24	.019	.920	24	.058
Glukosa Darah Sesudah	.190	24	.024	.921	24	.061

a. Lilliefors Significance Correction

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	Glukosa Darah Sebelum – Glukosa Darah Sesudah	51.042	55.181	11.264	27.741	74.342	4.532	23	.000

