

Daftar Pustaka

- Bhupathiraju, S. N., Tobias, D. K., Malik, V. S., Pan, A., Hruby, A., Manson, J. E., et al. (2014). Glycemic Index, Glycemic Load, and Risk of Type 2 Diabetes: results from 3 large US cohorts and an updated meta analysis. *Am J Clin Nutr* 2014 , 218.
- Depkes. (2002). *Pedoman Diet Diabetes Melitus*. Jakarta: FK UI.
- Depkes. (2009). *Profil Kesehatan Indonesia 2008*. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Dudek, S. G. (2014). *Nutrition Handbook For Nursing Practice*. Philadelphia: Lippincott Raven.
- Ernawati. (2013). *Penatalaksanaan Keperawatan Diabetes Melitus Terpadu*. Jakarta: Penerbit Mitra Wacana Media.
- Ervira, D. (2015). *Mraction Juice Penumpas Diabetes dan Hipertensi*. Jakarta: F-Media.
- Firdaus, S. (2014). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kejadian diabetes melitus di RSUD Kabupaten Mamuju*. Mamuju: Sekolah Tinggi Kesehatan St. Fatimah.
- Fitriania, F. (2008). *Gambaran Epidemiologi Hiperglikemi*. Universitas Indonesia: FKM UI.
- Gibney, M. J., Margetts, B. M., Kearney, J. M., & Arab, L. (2009). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Goto, M., Morita, A., Goto, A., Sasaki, S., Aiba, N., Shimbo, T., et al. (2012). Dietary glycemic index and glycemic load in relation to HbA1c in Japanese obese adults. *Biomed Central* , 1.
- I, F. R., & Wirawani, Y. (2014). Hubungan Konsumsi Karbohidrat, Konsumsi Total energi,Konsumsi Serat, Beban Glikemik dan Latihan Jasmani dengan Kadar Glukosa Darah pada Pasien DM Type 2. *JNH* , 1.
- Krisnatuti, D., Rasjmida, D., & Yenrina, R. (2014). *Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Melitus*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Latifah, N. (2012). *Hubungan Umur, Asupan Protein, dan Faktor Lainnya dengan Kadar Gula Puasa Pada Pegawai SatLantas dan Sumda di Polresta Depok Tahun 2012*. Skripsi Universitas Indonesia.
- Leoni, A. P. (2012). *Hubungan Umur, Asupan Protein, dan Faktor Lainnya dengan Kadar Gula Puasa Pada Pegawai Satlantas dan Sumda di Polresta Depok Tahun 2012*. Skripsi Universitas Indonesia.
- Mahendra, B., Krisnatuti, D., & Tobing, A. (2008). *Care Yourself, Diabetes Melitus*. Jakarta: Penerbit.

- Miharja, L. (2009). *Faktor yang Berhubungan dengan Pengendalian Gula Darah Pada Penderita diebetes Melitus di Perkotaan Indonesia*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Mukti, S. (2014). *Hubungan Estimasi Nilai Indeks Glikemik dan Beban Glikemik Asupan Makan dengan Kontrol Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Rawat Jalan RSUP DR Sardjito Yogyakarta*. Tesis Universitas Gadjah Mada.
- Nathan, D. M. (2009). *Menaklukan Diabetes*. Jakarta: PT. Bhuana Ilmu Populer.
- Noverina, A. (2011). *Diabetes di Usia Muda*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Oba, S., Nanri, A., Kurotani, K., Goto, A., Kato, M., Mizoke, T., et al. (2013). Dietary Glycemic Index, Glycemic Load and Incidence of Type 2 Diabetes in Japanese Men and Women. *Nutrition Jurnal*, 1.
- Perkeni. (2011). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Type 2 di Indonesia*. Jakarta: PB Perkeni.
- Pramono. (2012, 6 29). Dipetik 10 2, 2015, dari <http://www.rsulin.kalselprov.go.id>
- Ramayulis, R. (2013). *Jus Super Ajaib*. Jakarta: Penebar Plus.
- Rimbawan, & Albiner. (2004). *Indeks Glikemik Pangan, Cara Mudah memilih Pangan yang Menyehatkan*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Sandjaja. (2009). *Kamus Gizi: Pelengkap Kesehatan Keluarga*. Jakarta: Kompas.
- Subroto, M. A. (2008). *Real Food True Health*. Jakarta: PT Agromedia Pustaka.
- Subroto, M. A. (2008). *Real Food True Health*. Jakarta: PT Argomedia Pustaka.
- Suyono, S., Waspadji, S., & Sugondo, S. (2013). *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu*. Jakarta: FKUI.
- Tandra, H. (2008). *Segala Sesuatu Yang Harus Anda Ketahui Tentang Diabetes*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- The University of Sydney. (2015, 5 1). *GI Foods Advanced Search*. Dipetik 12 6, 2015, dari <http://glycemicindex.com/foodsearch.php>
- Waspadji, S. (2003). *Indeks Glikemik Berbagai Bahan Makanan Indonesia*. Jakarta: FKUI.

Lampiran 1

Kode		
------	--	--

Formulir Karakteristik Peserta Senam Diabetes RS Husada

Nama : **Universitas Esa Unggul**

Usia : **Universitas Esa Unggul**

Jenis Kelamin : **Universitas Esa Unggul**

No Telp : **Universitas Esa Unggul**

Tanggal wawancara : **Universitas Esa Unggul**

Hasil Pengecekan Gula Darah

Nilai HbA1c
.....

Petugas: **Universitas Esa Unggul**

Lampiran 2

Kode		
------	--	--

Formulir Food Recall 24 Jam

Nama : Universitas Esa Unggul

Umur : Universitas Esa Unggul

Kode Sampel : Universitas Esa Unggul

Tanggal Wawancara :/...../.....(Hari ke-....)

No.	Waktu Makan	Nama Masakan	Bahan Makanan	Berat (gr)	Keterangan

Petugas :

Lampiran 3

FORMULIR KUESIONER FREKUENSI PANGAN

(FOOD FREQUENCY QUESTIONER)

Nama : L/P

Tanggal lahir:

Berilah tanda check list () pada kolom yang sesuai dengan kebiasaan konsumsi makanan (dalam satu bulan terakhir)

No	Bahan makanan	>1x/hr	1x/hr	4-6x/mg	1-3x/mg	1-3x/bln	Tidak pernah	Ukuran Rumah Tangga
1	Makanan pokok							
	Beras/nasi							
	Mie							
	Kentang							
	Singkong/ubi							
	Roti putih							
	cereal							
	Havermut							
	Jagung							
	Lainnya,							

	sebutkan.....							
2	Ikan dan hasil olahannya							
	Ikan segar							
	Ikan asin							
	Udang dan lainnya, sebutkan							
3	Daging, telur, dan hasil olahannya							
	Daging sapi							
	Daging kambing							
	Daging ayam							

No	Bahan makanan	>1x/hr	1x/hr	4- 6x/mg	1- 3x/mg	1- 3x/bln	Tidak pernah	Ukuran Rumah Tangga
	Telur ayam							
	Nugget							
	Sosis							
	Lainnya,sebutkan.....							
4	Kacang-kacangan dan hasil olahannya							
	Kacang hijau							
	Kacang tanah							

	Tahu						
	Tempe						
	Lainnya, sebutkan.....						
5	Sayur-sayuran						
	Bayam						
	Kangkung						
	Daun singkong						
	Sawi hijau						
	Kol						
	Kembang kol						
	Brokoli						
	Timun						
	Kacang panjang						
	Buncis						
	Lainnya, sebutkan.....						
6	Buah-buahan						
	Jeruk						
	Pepaya						
	Apel						
	Pisang						
	Mangga						
	Lainnya, sebutkan.....						
7	Susu dan hasil						

	olahannya						
	Yoghurt						
	Keju						
	Ice cream						
	Lainnya, sebutkan.....						