

LAMPIRAN

Lampiran 1

No. Responden

KUESIONER

PENGARUH LATIHAN BEBAN DAN MANAGEMENT DIET TERHADAP KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PENDERITA DM TIPE II DI PUSKESMAS KETAPANG, TANGERANG

Program Studi Ilmu Gizi

Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul

Jl.Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat, 11510

LEMBAR PENJELASAN RESPONDEN

Penelitian ini bersifat Quasy Eksperimental dengan rancang pre-test-post-test control group design dengan mengelompokkan setiap subjek penelitian pada kelompok intervensi dan juga kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan dengan pengisian kuesioner asupan dengan food recall 2x24 jam dan konsumsi obat.

Penelitian ini mengambil responden dari penderita diabetes mellitus tipe II usia 45-59 tahun di Puskesmas Ketapang, Tangerang. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah dapat mengetahui Pengaruh Latihan Beban dan Management Diet Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita DM tipe II.

Partisipasi responden bersifat sukarela tanpa paksaan dan bila tidak berkenan dapat menolak atau sewaktu waktu dapat mengundurkan diri tanpa sanksi apapun. Semua informasi dan hasil pemeriksaan yang berkaitan dengan privasi akan dijaga kerahasiaannya. Semua data akan dihubungkan dengan identitas.

Lampiran 2

No.Responden

LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN

Saya Nisa Indriani selaku mahasiswa Universitas Esa Unggul Program Studi Ilmu Gizi sedang melakukan penelitian tentang **“PENGARUH LATIHAN BEBAN DAN MANAGEMENT DIET TERHADAP KADAR GULA DARAH SEWAKTU PENDERITA DM TIPE II DI PUSKESMAS KETAPANG, TANGERANG”** oleh karena itu saya memohon ketersediannya atas waktu saudara/i untuk mengisi kuesioner ini. Saya akan merahasiakan seluruh informasi yang saudara/i berikan. Perlu saya informasikan bahwa keikutsertaan saudara/i dalam pengisian kuesioner ini bersifat sukarela.

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

No.Telp :

Saya telah membaca dan memahami penjelasan dari penelitian yang berjudul **“PENGARUH LATIHAN BEBAN DAN MANAGEMENT DIET TERHADAP KADAR GULA DARAH SEWAKTU PENDERITA DM TIPE II DI PUSKESMAS KETAPANG, TANGERANG”**. Saya yakin bahwa peneliti akan menjaga kerahasiaan identitas dan jawaban saya sebagai responden. Oleh karena itu, saya menyatakan sukarela berpartisipasi dalam penelitian ini dan akan memberikan informasi sejujurnya.

Tanda Tangan Responden

Jakarta, 27 Mei 2023

Tanda Tangan Enumerator

Lampiran 3

No. Responden

KUESIONER

**Pengaruh Latihan Beban dan Management Diet Terhadap Kadar Gula Darah
Sewaktu Penderita DM Tipe II di Puskesmas Ketapang, Tangerang**

Program Studi Ilmu Gizi

Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul

Jl.Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat, 11510

A. Kuesioner Karakteristik Responden (diisi oleh siswa)

1. Nama Lengkap : _____
2. Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan (coret yang tidak perlu)
3. Usia : _____ Tahun
4. Pekerjaan : _____
5. Lama Diagnosis : _____
6. Berat Badan : _____ kg

**1. Hasil Pengukuran Kadar Gula Darah Latihan Beban X Management Diet
(diisi oleh peneliti)**

Pre Intervensi

Post Intervensi

Kadar Gula Darah : _____ mg/dL

Kadar Gula Darah : _____ mg/dL

2. Hasil Pengukuran Kadar Gula Darah Management Diet (diisi oleh peneliti)

Pre Intervensi

Kadar Gula Darah : mg/dL

Post Intervensi

Kadar Gula Darah : mg/dL

Lampiran 4

FORMULIR FOOD RECALL 2x24 JAM

Nama Responden : Pekerjaan :
Hari ke : Jenis kelamin :
Tanggal wawancara : Usia :

Waktu makan	Menu makanan	Bahan makanan	Ukuran	
			URT	*Berat (gram)
Pagi/Jam				
Selingan pagi/jam				

Waktu makan	Menu makanan	Bahan makanan	Ukuran	
			URT	*Berat (gram)
Siang/jam				
Selingan sore/jam				

Waktu makan	Menu makanan	Bahan makanan	Ukuran	
			URT	*Berat (gram)
Makan malam/jam				
Selingan malam/jam				

Sumber : (Soviana and Pawestri, 2020)

Lampiran 5

INSTRUMEN KUESIONER KONSUMSI OBAT

Nama Responden : Pekerjaan :
Hari ke : Jenis kelamin :
Tanggal wawancara : Usia :

No	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Apakah anda pernah/saat ini mendapatkan obat untuk menurunkan kadar gula darah ?		
2.	Apakah anda rutin meminum obat untuk menurunkan kadar gula darah setiap hari sesuai dengan ketentuan dan dosis yang telah dianjurkan dokter ?		
3.	Pernahkah anda mengurangi atau berhenti minum obat tanpa sepengetahuan dokter ?		
4.	Apakah anda mengonsumsi obat herbal/suplemen lain (untuk menurunkan kadar gula darah) dengan pertimbangan sendiri tanpa sepengetahuan dokter ?		
5.	<u>Petunjuk : Lingkari salah satu pilihan di bawah ini.</u> Apa jenis obat penurun gula darah yang anda konsumsi ? 1. Sulfonilurea a. Khlorpropamid (Diabinese) b. Glibenclamid (Daonil Euglucon) c. Glipizid (Minidiab Glucontrol) d. Gliclazid (Diamicron)		

<ul style="list-style-type: none">e. Gliquidon (Glurenorm)f. Glimepirid (Amaryl) <p>2. Glinid</p> <ul style="list-style-type: none">a. Repaglinide (Novonorm) <p>3. Biguanid</p> <ul style="list-style-type: none">a. Metformin (Glucophage Diabex Neodipar) <p>4. Tiazolindion</p> <ul style="list-style-type: none">a. Pioglitazone (Actos) <p>5. Alfa glukosidase</p> <ul style="list-style-type: none">a. Acarbode (Glucobay) <p>6. Kombinasi</p> <ul style="list-style-type: none">a. Metformin dengan glibenklamid (Glucovance) <p>7. Inkretin</p> <ul style="list-style-type: none">a. Sitagliptin (Januvia)b. Vildagliptin (Galvus)

Sumber : (Septianto,2021)

Lampiran 7

DOKUMENTASI LATIHAN BEBAN

a. Pemanasan



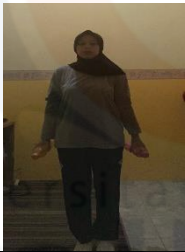

Gerakan	Keterangan
<p data-bbox="602 600 732 632">Gerakan 1</p> 	<p data-bbox="954 600 1536 793">Badan tegap dengan kaki dibuka selebar bahu, kemudian kedua tangan dalam posisi di atas kepala dan kemudian kepala menunduk ke bawah.</p>
<p data-bbox="647 1020 781 1052">Gerakan 2</p> 	<p data-bbox="946 1020 1536 1213">Badan tegap dengan kaki dibuka selebar bahu, kemudian kedua tangan dalam posisi seperti menepuk dan kepala menengadah ke atas dan kedua tangan berada didagu.</p>
<p data-bbox="599 1404 732 1436">Gerakan 3</p> 	<p data-bbox="954 1404 1536 1549">Badan tegap dengan kaki dibuka selebar bahu, kemudia kedua tangan lurus berada di depan dada dengan jari tangan bersatu.</p>

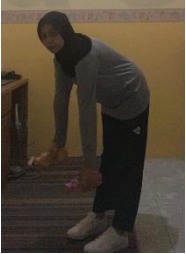
<p>Gerakan 4</p> 	<p>Kedua kaki ditekuk, kemudian bahu kanan menyerong ke kiri dan kedua tangan berada di atas paha.</p>
<p>Gerakan 5</p> 	<p>Kedua kaki ditekuk, kemudian bahu kiri menyerong ke kanan dan kedua tangan berada di atas paha.</p>
<p>Gerakan 6</p> 	<p>Badan dalam posisi tegap, kemudian kaki sebelah kiri diangkat dan kemudian kedua tangan berada dalam posisi merangkul kaki tersebut.</p>
<p>Gerakan 7</p> 	<p>Badan dalam posisi tegap, kemudian kaki kiri ditekuk ke belakang dan tangan kanan di angkat ke atas melebihi bahu.</p>

<p>Gerakan 8</p> 	<p>Badan dalam posisi tegap, kemudiam kaki sebelah kanan diangkat dan kemudian kedua tangan berada dalam posisi merangkul kaki tersebut.</p>
<p>Gerakan 9</p> 	<p>Badan dalam posisi tegap, kemudia kaki kanan ditekuk ke belakang dan tangan kiri di angkat ke atas melebihi bahu.</p>
<p>Gerakan 10</p> 	<p>Kaki dibuka selebar bahu kemudian pergelangan kaki kiri diangkat dan kemudian badan dicondongkan ke arah kaki kiri dan tangan kiri menyentuh kaki kiri dan tangan kanan berada di atas.</p>
<p>Gerakan 11</p> 	<p>Kaki dibuka selebar bahu kemudian pergelangan kaki kanan diangkat dan kemudian badan dicondongkan ke arah kaki kanan dan tangan kanan menyentuh kaki kanan dan tangan kiri berada di atas.</p>

b. Inti



Gerakan	Keterangan
<p data-bbox="597 422 732 453">Gerakan 1</p> 	<p data-bbox="971 422 1536 453">Leg Extension dan dumbbell lateral raise</p> <p data-bbox="938 474 1568 615">Posisi duduk dengan badan tegap dengan beban ditangan kanan dan kiri lurus ke bawah memegang beban.</p>
<p data-bbox="597 768 732 800">Gerakan 2</p> 	<p data-bbox="938 768 1568 856">Kedua tangan diangkat selebar bahu dan kaki kiri di angkat sejajar dengan pinggang</p>
<p data-bbox="597 1152 732 1184">Gerakan 3</p> 	<p data-bbox="938 1152 1568 1241">Kedua tangan diangkat selebar bahu dan kaki kanan di angkat sejajar dengan pinggang</p>
<p data-bbox="597 1488 732 1520">Gerakan 4</p> 	<p data-bbox="1024 1488 1482 1520">Hammer curl dan shoulder press</p> <p data-bbox="938 1541 1568 1682">Badan dalam posisi tegap, kemudian kedua tangan memegang beban dan terletak di samping dada.</p>

<p>Gerakan 5</p> 	<p>Badan tegap kemudian kedua tangan mengangkat beban hingga tangan melebihi bahu</p>
<p>Gerakan 6</p> 	<p>Setelah kedua tangan diangkat di atas bahu, kemudian kedua tangan turun hingga di samping dada.</p>
<p>Gerakan 7</p> 	<p>Dumbbell row on one leg curl Badan tegap dengan kedua tangan memegang beban.</p>
<p>Gerakan 8</p> 	<p>Badan menghadap ke arah kiri dengan posisi tubuh sedikit membungkuk dan kedua tangan lurus ke bawah dengan memegang beban, kemudian kaki kiri melangkah ke depan.</p>


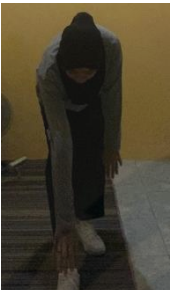
<p>Gerakan 10</p> 	<p>Badan menghadap ke arah kanan dengan posisi tubuh sedikit membungkuk dan kedua tangan lurus ke bawah dengan memegang beban, kemudian kaki kanan melangkah ke depan.</p>
<p>Gerakan 11</p> 	<p>Kedua tangan diangkat ke arah dada dan kaki kiri diangkat ke belakang.</p>
<p>Gerakan 12</p> 	<p>Stand dan knee to elbow cross Badan tegap lurus, kemudian kedua tangan memegang belakang kepala.</p>
<p>Gerakan 13</p> 	<p>Badan tegap, kaki kiri diangkat ke arah perut kemudian tangan menekuk ke arah perut bersamaan dengan kaki di angkat.</p>

<p>Gerakan 14</p> 	<p>Badan tegap, kaki kanan diangkat ke arah perut kemudian tangan menekuk ke arah perut bersamaan dengan kaki di angkat.</p>
<p>Gerakan 15</p> 	<p>Side leg raise Badan tegap dengan tangan kanan memegang pinggang.</p>
<p>Gerakan 16</p> 	<p>Kemudian kaki kiri diangkat hingga sejajar dengan pinggang dilakukan 12x repetisi</p>
<p>Gerakan 17</p> 	<p>Kaki kanan diangkat hingga sejajar dengan pinggang dilakukan 12x repetisi</p>
<p>Gerakan 18</p> 	<p>Wall angels Badan tegap lurus dan seluruh tubuh menempel ke dinding yang lurus.</p>



<p>Gerakan 19</p> 	<p>Kemudian kedua kaki ditekuk dan kedua tangan dibuka selebar bahu dan menempel di dinding.</p>
<p>Gerakan 20</p> 	<p>Kemudian kedua tangan diangkat ke atas melebihi bahu dan dilakukan 12x repetisi</p>
<p>Gerakan 21</p> 	<p>Wall slides Badan menempel ke dinding dan kaki ditekuk, kemudian badan di tahan selama 12 detik.</p>
<p>Gerakan 22</p> 	<p>Wall push up Tubuh menghadap ke dinding, kemudian kedua tangan lurus menyentuh dinding seperti posisi push-up</p>
<p>Gerakan 23</p> 	<p>Tubuh didorong ke arah dinding dan diangkat seperti posisi push up</p>

<p style="text-align: center;">Gerakan 24</p> 	<p style="text-align: center;">Standing balance</p> <p>Posisi tubuh tegap kemudian kaki kiri diangkat sejajar dengan pinggang dan ditahan hingga 30 detik.</p>
<p style="text-align: center;">Gerakan 25</p> 	<p>Posisi tubuh tegap kemudian kaki kanan diangkat sejajar dengan pinggang dan ditahan hingga 30 detik.</p>

c. Cooling Down

Gerakan	Keterangan
<p style="text-align: center;">Gerakan 1</p> 	<p>Posisi badan tegap dan pandangan ke depan dengan tangan di samping</p>
<p style="text-align: center;">Gerakan 2</p> 	<p>Badan dalam posisi rukuk kemudian kaki kanan melangkah ke depan dan tangan kanan menyentuh kaki kanan.</p>

<p>Gerakan 3</p> 	<p>Posisi tubuh seperti rukuk kemudian kaki kiri di depan, tangan kiri di depan dan tangan kanan di belakang.</p>
<p>Gerakan 4</p> 	<p>Posisi tubuh tegap dan kaki dibuka selebar bahu</p>
<p>Gerakan 5</p> 	<p>Badan dalam posisi rukuk kemudian tangan kanan dan kiri seperti menyilang</p>
<p>Gerakan 6</p> 	<p>Kemudian tangan dibuka selebar bahu dan diayun proses pergerakannya</p>

<p style="text-align: center;">Gerakan 7</p> 	<p>Kemudian tubuh tegap dan diayun ke kanan dan ke kiri dan jika tubuh diayun ke kiri maka tangan kanan mengikuti, begitupun sebaliknya.</p>
<p style="text-align: center;">Gerakan 8</p> 	<p>Kemudian tahap akhir tarik napas dari perut dengan mengangkat kedua tangan lalu hembuskan melalui mulut agar relaks.</p>

Sumber : Yakes Wellness Center (2023).

Lampiran 8

LEAFLET MANAGEMENT DIET DIABETES MELLITUS



MANAGEMENT DIET

PENYAKIT DIABETES MELLITUS

Nisa Indriani
20190302102

Universitas Esa Unggul
Jakarta
2023

PRINSIP PENGATURAN MAKAN PENDERITA DIABETES MELLITUS

- 1** Tepat Jumlah 
- 2** Tepat Jadwal Makan 
- 3** Tepat Jenis Bahan Makanan 

CONTOH MENU

- 1 PAGI**
 - Nasi
 - Telur dadar
 - Setup buncis
 - Tahu kukus

Pukul 10.00

 - Bubur Kacang Hijau DM
- 2 SIANG**
 - Nasi
 - Ikan pepes
 - Oseng-oseng tempe
 - Sayur asem
 - Jeruk

Pukul 15.00

 - Wafer Diabetasol
- 3 SORE**
 - Kentang rebus
 - Telur puyuh rebus
 - Tahu bumbu kuning
 - Sayur sop
 - Pepaya
 - Susu Diabetasol

GAMBARAN UMUM

- Diabetes Mellitus adalah penyakit gangguan hormon yang mempengaruhi keseimbangan gula dalam tubuh.

TANDA & GEJALA

- Poliuria (Sering Buang air kecil) 
- Polifagia (sering lapar) 
- Polidipsia (sering haus) 
- Penglihatan Kabur 

CARA MENGATASI DIABETES MELLITUS

- Mengikuti edukasi (penyuluhan dan konseling) tentang diabetes mellitus 
- Mengatur pola makan sesuai dengan diet penyakit DM 
- Melakukan latihan fisik secara teratur dan tepat 
- Konsumsi obat sesuai anjuran dokter 
- Monitoring kadar glukosa darah 

MAKANAN YANG DIANJURKAN 

- Karbohidrat kompleks (nasi merah, kentang, singkong, roti gandum)
- Protein rendah lemak (Ikan, ayam tanpa kulit, tahu, tempe)
- Sayur dan buah-buahan segar.



MAKANAN YANG TIDAK DIANJURKAN 

- Karbohidrat sederhana (gula, madu, sirup, SKM, coklat, kue)
- Makanan tinggi lemak dan kolesterol (Gorengan, jeroan)
- Makanan cepat saji/fast food
- Makanan tinggi garam (makanan yang diawetkan/makanan kaleng, ikan asin dan telur asin)



Materi management diet diabetes melitus tipe II dilakukan dengan pola makan sesuai dengan aturan 3J (Jumlah, Jenis dan Jadwal Makan). Jumlah makan disesuaikan dengan BB memadai yang dirasa nyaman untuk penderita diabetes, jenis makanan penderita diabetes sesuai dengan konsep piring makan model T, jadwal makan pasien diabetes 3x makan utama dan 2-3 kali makan selingan dan porsi piring kecil.

Lampiran 9

PRE-TEST MANAGEMENT DIET DIABETES MELLITUS

No.	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	3J adalah jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan		
2.	Olahraga berperan dalam pengaturan kadar gula darah		
3.	Gejala umum DM adalah sering kencing, banyak minum, sering haus dan penglihatan kabur		
4.	Makanan yang dianjurkan penderita diabetes adalah soda dan gula		
5.	Karbohidrat kompleks (nasi merah, kentang, singkong)		
6.	Makanan dan minuman kaleng dianjurkan untuk penderita diabetes		
7.	Tepat jadwal makan pasien diabetes mellitus adalah 3 kali makan pokok dan 2 kali selingan		
8.	Gejala terjadinya diabetes mellitus adalah poliuria (sering buang air kecil)		
9.	Susu kental manis dianjurkan untuk penderita diabetes mellitus		
10.	Makanan yang digoreng tidak dianjurkan untuk dikonsumsi pasien diabetes mellitus		

POST-TEST MANAGEMENT DIET DIABETES MELLITUS

No.	Pertanyaan	Benar	Salah
1.	3J adalah jumlah makanan, jenis makanan, dan jadwal makan		
2.	Olahraga berperan dalam pengaturan kadar gula darah		
3.	Gejala umum DM adalah sering kencing, banyak minum, sering haus dan penglihatan kabur		
4.	Makanan yang dianjurkan penderita diabetes adalah soda dan gula		
5.	Karbohidrat kompleks (nasi merah, kentang, singkong)		
6.	Makanan dan minuman kaleng dianjurkan untuk penderita diabetes		
7.	Tepat jadwal makan pasien diabetes mellitus adalah 3 kali makan pokok dan 2 kali selingan		
8.	Gejala terjadinya diabetes mellitus adalah poliuria (sering buang air kecil)		
9.	Susu kental manis dianjurkan untuk penderita diabetes mellitus		
10.	Makanan yang digoreng tidak dianjurkan untuk dikonsumsi pasien diabetes mellitus		

Lampiran 10. Uji Validitas Pengetahuan

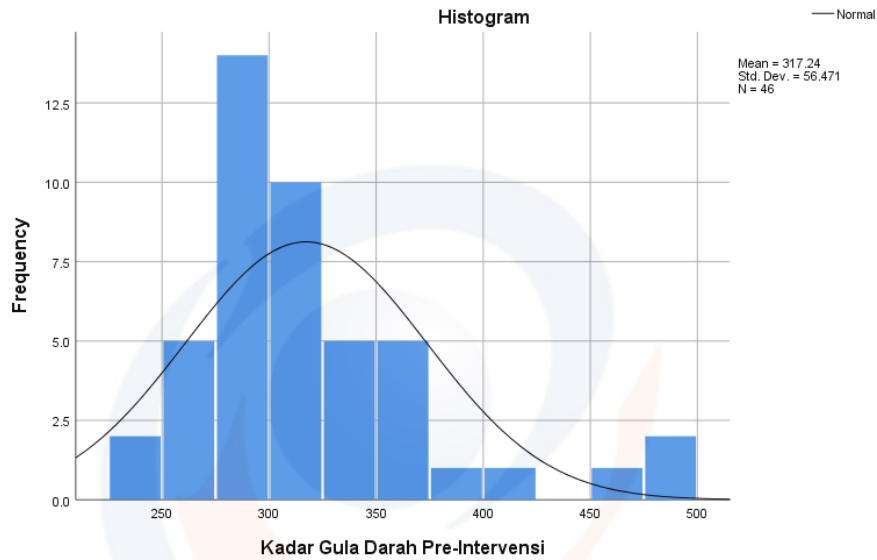
UJI VALIDITAS PENGETAHUAN

Variabel/ No.Soa	Nilai R Hitung	Nilai R Tabel	Keputusan	Keterangan
A1	0.362	0.3120	Valid	Soal No.1
A2	0.110	0.3120	Invalid	Soal dihilangkan
A3	-0.028	0.3120	Invalid	Soal dihilangkan
A4	0.083	0.3120	Valid	Soal No.2
A5	0.633	0.3120	Valid	Soal No.3
A6	0.316	0.3120	Valid	Soal No.4
A7	0.373	0.3120	Valid	Soal No.5
A8	0.446	0.3120	Valid	Soal No.6
A9	0.322	0.3120	Valid	Soal No.7
A10	-0.425	0.3120	Invalid	Soal dihilangkan
A11	0.000	0.3120	Invalid	Soal dihilangkan
A12	-0.287	0.3120	Invalid	Soal dihilangkan
A13	0.373	0.3120	Valid	Soal No.8
A14	0.639	0.3120	Valid	Soal No.9
A15	0.446	0.3120	Valid	Soal No.10
A16	-0.560	0.3120	Invalid	Soal dihilangkan

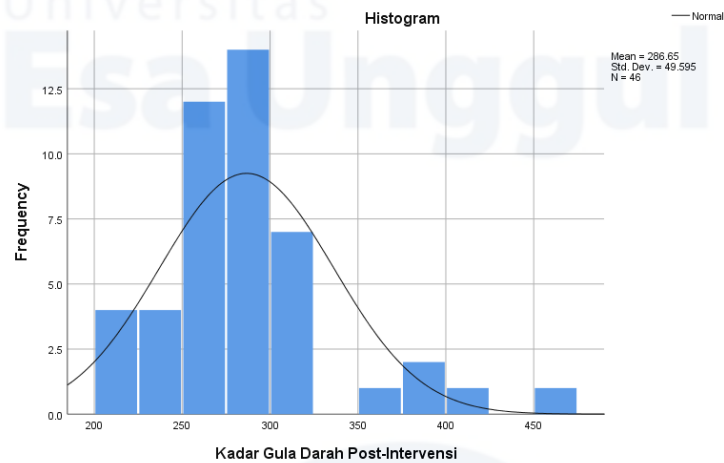
Lampiran 11. Uji Normalitas

UJI NORMALITAS KADAR GULA DARAH

A. Histogram Kadar Gula Darah



Gambar 1.1 Histogram *Pre-Test* Kadar Gula Darah



Gambar 1.2 Histogram *Post-Test* Kadar Gula Darah

B. *Skewness* Kadar Gula Darah

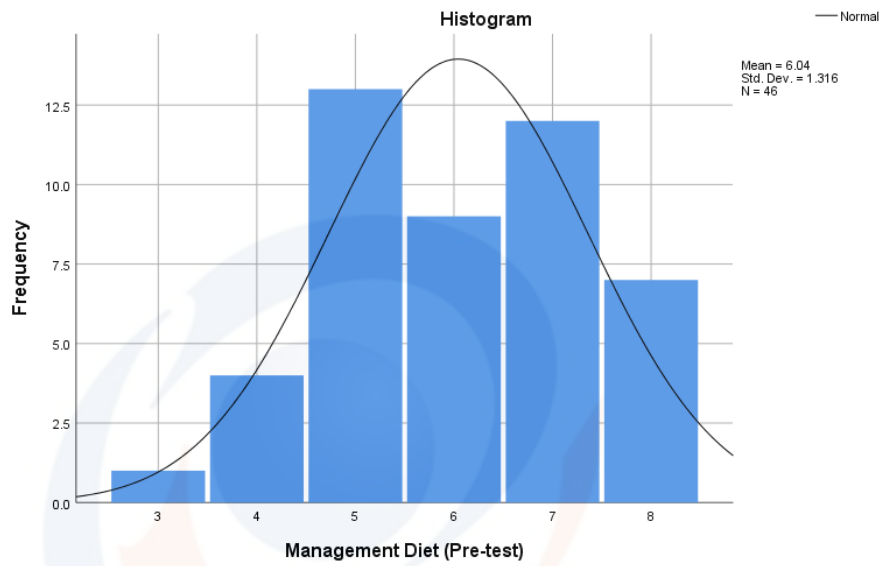
<i>Kadar Gula Darah</i>	<i>Statistic</i>	<i>Sdt.Error</i>	<i>Ststistic/Std.Error</i>
<i>Pre-Test</i>	1.329	0.350	3.797
<i>Post-Test</i>	1.442	0.350	4.120

C. *Shapiro-wilk* Kadar Gula Darah

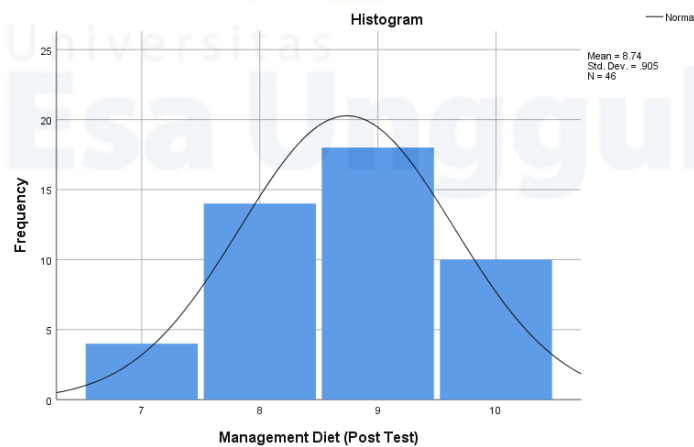
<i>Test of Normality</i>			
<i>Kadar Gula Darah</i>	<i>Shapiro Wilk</i>		
	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>
Pre-test	0.889	46	0.000
Post-test	0.873	46	0.000

UJI NORMALITAS PENGETAHUAN

A. Histogram Pengetahuan



Gambar 2.1 Histogram *Pre-Test* Pengetahuan



Gambar 2.2 Histogram *Post-test* Pengetahuan

D. *Skewness* Pengetahuan

Pengetahuan	<i>Statistic</i>	<i>Sdt.Error</i>	<i>Statistic/Std.Error</i>
<i>Pre-Test</i>	-0.144	0.350	-0.41
<i>Post-Test</i>	-0.198	0.350	0.56

E. *Shapiro-wilk* Pengetahuan

<i>Test of Normality</i>			
Pengetahuan	<i>Shapiro Wilk</i>		
	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>
Pre-test	0.992	46	0.004
Post-test	0.875	46	0.000

Lampiran 12. Uji Univariat

A. Usia Responden

		Umur			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45	1	2.2	2.2	2.2
	46	1	2.2	2.2	4.3
	47	2	4.3	4.3	8.7
	48	1	2.2	2.2	10.9
	49	4	8.7	8.7	19.6
	50	3	6.5	6.5	26.1
	51	6	13.0	13.0	39.1
	52	1	2.2	2.2	41.3
	53	3	6.5	6.5	47.8
	54	8	17.4	17.4	65.2
	55	5	10.9	10.9	76.1
	56	3	6.5	6.5	82.6
	57	2	4.3	4.3	87.0
	58	4	8.7	8.7	95.7
	59	2	4.3	4.3	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

B. Jenis Kelamin Responden

		Jenis Kelamin			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	37	80.4	80.4	80.4
	2	9	19.6	19.6	100.0
Total	46	100.0	100.0		

C. Pekerjaan Responden

		Pekerjaan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	35	76.1	76.1	76.1
	2	10	21.7	21.7	97.8
	3	1	2.2	2.2	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

D. Lama Diagnosis Responden

		Lama Diagnosis			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< 1 tahun	0	0.00	0.00	0.00
	1-3 tahun	27	58.7	58.7	58.7
	>4 tahun	19	41.2	41.2	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

E. Berat Badan

		Berat Badan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	47	2	4.3	4.3	4.3
	48	1	2.2	2.2	6.5
	53	2	4.3	4.3	10.9
	56	2	4.3	4.3	15.2
	58	1	2.2	2.2	17.4
	59	3	6.5	6.5	23.9

60	2	4.3	4.3	28.3
61	2	4.3	4.3	32.6
62	2	4.3	4.3	37.0
63	1	2.2	2.2	39.1
66	2	4.3	4.3	43.5
67	4	8.7	8.7	52.2
68	1	2.2	2.2	54.3
69	4	8.7	8.7	63.0
71	1	2.2	2.2	65.2
72	1	2.2	2.2	67.4
73	3	6.5	6.5	73.9
75	1	2.2	2.2	76.1
77	1	2.2	2.2	78.3
79	1	2.2	2.2	80.4
80	2	4.3	4.3	84.8
83	1	2.2	2.2	87.0
84	1	2.2	2.2	89.1
87	1	2.2	2.2	91.3
89	2	4.3	4.3	95.7
93	1	2.2	2.2	97.8
97	1	2.2	2.2	100.0
Total	46	100.0	100.0	

F. Konsumsi Obat

		Konsumsi Obat			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	1	44	95.7	95.7	95.7
	2	2	4.3	4.3	100.0
Total		46	100.0	100.0	

G. Kategori Kadar Gula Darah

Kategori Pre-Test Kadar Gula Darah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid < 250 mg/dL	2	4.4	4.4	4.4
250-400 mg/dL	40	56.8	56.8	56.8
>400 mg/dL	4	8.8	8.8	100.0
Total	46	100.0	100.0	

Kategori Post-Test Kadar Gula Darah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid < 250 mg/dL	8	17.5	17.5	17.5
250-400 mg/dL	37	78.1	78.1	78.1
>400 mg/dL	1	4.4	4.4	100.0
Total	46	100.0	100.0	

H. Kategori Pengetahuan

Kategori Pre-Test Pengetahuan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Kurang (<60%)	18	39.2	39.2	4.4
Sedang (60-80%)	28	60.9	60.9	100.0
Total	46	100.0	100.0	

Kategori Post-Test Pengetahuan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Sedang (60-80%)	18	39.1	39.1	39.1
Baik (>80%)	28	60.8	60.8	60.8
Total	46	100.0	100.0	

Persentase Asupan Energi

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Energi pretest	46	129.4	2110.0	1341.713	364.4583
Energi post test	46	1716.0	2819.0	2154.691	319.0255
Valid N (listwise)	46				

Persentase Asupan Protein

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Protein pretest	46	21.00	60.90	34.5837	10.71199
Protein post test	46	51.0	86.0	64.993	9.5577
Valid N (listwise)	46				

Persentase Asupan Lemak

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Lemak pretest	46	13.4	67.7	41.283	13.3112
Lemak post test	46	40.3	65.0	50.991	4.9055
Valid N (listwise)	46				

Persentase Asupan Karbohidrat

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
KH pretest	46	108.8	398.0	224.685	63.7800
KH posttest	46	184.6	301.2	251.811	25.6881
Valid N (listwise)	46				

Lampiran 13. Uji Bivariat

UJI BIVARIAT KADAR GULA DARAH

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Kadar Gula Darah Post-Intervensi - Kadar Gula Darah Pre-Intervensi	Negative Ranks	46 ^a	23.50	1081.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
Ties		0 ^c		
Total		46		

a. Kadar Gula Darah Post-Intervensi < Kadar Gula Darah Pre-Intervensi

b. Kadar Gula Darah Post-Intervensi > Kadar Gula Darah Pre-Intervensi

c. Kadar Gula Darah Post-Intervensi = Kadar Gula Darah Pre-Intervensi

Test Statistics^a

Kadar Gula Darah Post-Intervensi - Kadar Gula Darah Pre-Intervensi	
Z	-5.906 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

UJI BIVARIAT PENGETAHUAN

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Management Diet (Pre-test)	6.04	46	1.316	.194
	Management Diet (Post Test)	8.74	46	.905	.133

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Management Diet (Pre-test) & Management Diet (Post Test)	46	.178	.238

Paired Samples Test

Paired Differences

		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Management Diet (Pre-test) - Management Diet (Post Test)	-2.696	1.459	.215	-3.129	-2.262	-12.534	45	.000

DOKUMENTASI KEGIATAN PENELITIAN

