

DAFTAR PUSTAKA

- Amer, B. E., Abdelgalil, M. S., Hamad, A. A., Abdelsayed, K., Elaraby, A., Abozaid, A. M., & Abd-Elgawad, M. (2024). *Metformin Plus Lifestyle Interventions Versus Lifestyle Interventions Alone For The Delay Or Prevention Of Type 2 Diabetes In Individuals With Prediabetes: A Meta-Analysis Of Randomized Controlled Trials*. *Diabetology & Metabolic Syndrome*, 16(1), 273. <https://doi.org/10.1186/S13098-024-01504-8>
- American Diabetes Association. (2024). *Standards Of Care In Diabetes—2024*. *Diabetes Care*, 47(Supplement_1). <https://doi.org/10.2337/dc24-SINT>
- American Diabetes Association. (2025). *Standards of care in diabetes—2025*. *Diabetes Care*, 48(Supplement_1), S1–S314. <https://doi.org/10.2337/dc25-SINT>
- American Diabetes Association. (2026). *Standards Of Care In Diabetes—2026*. *Diabetes Care*, 49(Supplement_1). <https://Diabetesjournals.Org/Care>
- Aminuddin, A., Sima, Y., Izza, N. C., Lalla, N. S. N., & Arda, D. (2023). Edukasi kesehatan tentang penyakit diabetes melitus bagi masyarakat. *Abdimas Polsaka*, 2(1), 7–12. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v2i1.25>
- Ara, Y. F., & Hastuti, A. P. (2025). Hubungan Perilaku *Self-Management* Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(4). <https://doi.org/10.31004/Jkt.V6i4.51043>
- Barrett, K. E., Barman, S. M., Brooks, H. L., & Yuan, J. X. J. (2023). *Ganong's Review of Medical Physiology* (27th ed.). McGraw-Hill Education.
- Betts, J. G., Desaix, P., Johnson, E., Johnson, J. E., Korol, O., Kruse, D., Poe, B., Wise, J. A., Womble, M., & Young, K. A. (2023). *Anatomy And Physiology 2e*. Openstax.
- Chowdhury, H. A., Harrison, C. L., Siddiquea, B. N., Tissera, S., Afroz, A., Ali, L., et al. (2024). *The effectiveness of diabetes Self-Management education intervention on glycaemic control and cardiometabolic risk in adults with*

type 2 diabetes in low- and middle-income countries: A systematic review and meta-analysis. PLOS ONE, 19(2), e0297328.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297328>

Craig, C. L., Marshall, A. L., Sjöström, M., Bauman, A. E., Booth, M. L., Ainsworth, B. E., Pratt, M., Ekelund, U., Yngve, A., Sallis, J. F., & Oja, P. (2003). *International physical activity questionnaire: 12-country reliability and validity. Medicine & Science in Sports & Exercise, 35(8), 1381–1395.*
<https://doi.org/10.1249/01.MSS.0000078924.61453.FB>

Davies, M. J., Aroda, V. R., Collins, B. S., Gabbay, R. A., Green, J., Maruthur, N. M., Rosas, S. E., Del Prato, S., Mathieu, C., Mingrone, G., Rossing, P., Tankova, T., Tsapas, A., & Buse, J. B. (2022). *Management Of Hyperglycemia In Type 2 Diabetes, 2022: A Consensus Report By The American Diabetes Association (Ada) And The European Association For The Study Of Diabetes (Easd). Diabetes Care, 45(11), 2753–2786.*
<https://doi.org/10.2337/Dci22-0034>

Decroli, E. (2019). *Diabetes Melitus Tipe 2*. Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

Defronzo, R. A. (2026). *Chronically Elevated Sympathetic Nervous System Tone: A Significant, Common, And Poorly Realised Contributor To Cardiometabolic Disease In Type 2 Diabetes. Diabetes, Obesity And Metabolism, 28(3), 1595–1598.* <https://doi.org/10.1111/Dom.70347>

Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. (2024). *Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2024*. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.

Elya, R. S., & Nurdin, N. M. (2024). *Hubungan Kepatuhan Diet, Kualitas Diet, Dan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik, 3(4), 286–294.*
<https://doi.org/10.25182/Jigd.2024.3.4.286-294>

Fadhila, V. N., & Kartinah, K. (2025). *Hubungan Perilaku Self-Management Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii. Holistik*

Jurnal Kesehatan, 18(11), 1362–1368.
<https://doi.org/10.33024/Hjk.V18i11.584>

Fauziah, A. R., Kawa, A., & Frisilia, J. (2025). Tren pergeseran usia kejadian diabetes melitus tipe 2: Tinjauan literatur epidemiologi. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 9(1). <https://doi.org/10.56338/jks.v9i1.10324>

Febriyanti, & Yusri, V. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Pasien Diabetes Melitus Dalam Diet Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Menara Medika*, 3(2), 117–128.
<https://doi.org/10.31869/Mm.V3i2.2439>

Ferawati, F., & Sulisty, A. A. H. (2020). Hubungan Antara Kejadian Komplikasi Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Pasien Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Dander. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 15(2), 269–277.
<https://journal.stikeshangtuahsby.ac.id/index.php/jiksht/article/download/80/87/341>

Fritzgal Rehena Johanis, & Wael Syahrani. (2023). *Buku Ajar Anatomi Fisiologi Manusia*. CV. Sarnu Untung.

Galderisi, A., Carr, A. L. J., Martino, M., Taylor, P., Senior, P., & Dayan, C. (2023). *Quantifying Beta Cell Function In The Preclinical Stages Of Type 1 Diabetes*. *Diabetologia*, 66(12), 2189–2199.
<https://doi.org/10.1007/S00125-023-06011-5>

Grunberger, G., Aleppo, G., Hirsch, I. B., Parkin, C. G., McGill, J., Galindo, R., Kruger, D. F., Levy, C. J., Forlenza, G. P., Umpierrez, G. E., & Bergenstal, R. M. (2023). *Coverage For Continuous Glucose Monitoring For Individuals With Type 2 Diabetes Treated With Nonintensive Therapies: An Evidence-Based Approach To Policymaking*. *Diabetes Technology & Therapeutics*, 25(10). <https://doi.org/10.1089/Dia.2023.0268>

Handayani, D. S., Vitayani, S., Harahap, M. W., Gani, A. B., & Nur, M. J. (2025). *Analysis Of Complications In Type 2 Diabetes Mellitus Patients At Ibnu*

- Sina Hospital In 2023. Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 11(2), 300–306. <https://doi.org/10.22487/Htj.V11i2.1664>
- Husna, A. R., & Mumtaz, D. F. (2025). *Diabetes Self-Management Education (Dsme): Strategi Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe II*. Nuansa Fajar Cemerlang.
- International Diabetes Federation. (2021). Idf Diabetes Atlas (10th Ed.). International Diabetes Federation.* <https://diabetesatlas.org/>
- International Diabetes Federation. (2025). Idf Diabetes Atlas (11th Ed.). International Diabetes Federation.* <https://diabetesatlas.org/resources/idf-diabetes-atlas-2025/>
- Isnaini, N., & Ratnasari, R. (2018). Faktor Risiko Mempengaruhi Kejadian Diabetes Mellitus Tipe Dua. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), 59–68. <https://doi.org/10.31101/Jkka.V14i1.549>
- Kanaley, J. A., Colberg, S. R., Corcoran, M. H., Malin, S. K., Rodriguez, N. R., Crespo, C. J., Kirwan, J. P., & Zierath, J. R. (2022). *Exercise/Physical Activity In Individuals With Type 2 Diabetes: A Consensus Statement From The American College Of Sports Medicine. Medicine & Science In Sports & Exercise*, 54(2), 353–368. <https://doi.org/10.1249/Mss.0000000000002800>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (Ski) 2023. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.* <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka>
- Khoiroh, S. M., & Audia, Y. (2018). Hubungan kepatuhan diet dengan kualitas hidup pasien diabetes mellitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Juanda Samarinda. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 6(1), 76–83.
- Lestari, Zulkarnain, & Sijid, S. A. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan Dan Cara Pencegahan. *Uin Alauddin Makassar*, November, 237–241. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/Psb>

- Marni, L., Armaita, A., Yoselina, P., & Anggita, K. D. (2025). Pengaruh *Diabetes Self-Management Education* (Dsme) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pariaman Kota Pariaman Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Komunitas (Journal Of Community Health)*, 11(1), 74–80. <https://doi.org/10.25311/Keskom.Vol11.Iss1.2076>
- Nathan, D. M. (2025). *Response To Comment On Nathan Et Al. Relationship Between Average Glucose Levels And Hb1c Differs Across Racial Groups: A Substudy Of The Grade Randomized Trial. Diabetes Care*, 48(3), E34–E35. <https://doi.org/10.2337/Dci24-0095>
- Nihullohti, A., & Aminah, S. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rs Mary Cileungsi Hijau Bulan November 2022. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal Of Nursing)*, 9(3), 130–136. <https://doi.org/10.33023/Jikep.V9i3.1599>
- Nurayati, L., & Adriani, M. (2017). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Puasa Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Amerta Nutrition*, 1(2), 80–87. <https://doi.org/10.20473/Amnt.V1.I2.2017.80-87>
- Nursalam. (2020). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (5th Ed.). Salemba Medika
- PERKENI. (2021). *Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia 2021*. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2021/11/22-10-21-Website-Pedoman-Pengelolaan-Dan-Pencegahan-Dmt2-Ebook.Pdf>
- PERKENI. (2024). *Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia 2024*. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. <https://pbperkeni.or.id/wp-content/uploads/2025/08/Dmt2-2024-Protected.Pdf>
- Peter, P. I., Steinberg, W. J., Van Rooyen, C., & Botes, J. (2022). *Type 2 Diabetes Mellitus Patients' Knowledge, Attitude And Practice Of Lifestyle*

Modifications. Health Sa Gesundheit, 27.
<https://doi.org/10.4102/Hsag.V27i0.1921>

Powers, M. A., Bardsley, J., Cypress, M., Duker, P., Funnell, M. M., Fischl, A. H., Maryniuk, M. D., Siminerio, L., & Vivian, E. (2017). *Diabetes Self-Management Education And Support In Type 2 Diabetes: A Joint Position Statement Of The American Diabetes Association, The American Association Of Diabetes Educators, And The Academy Of Nutrition And Dietetics. The Diabetes Educator, 43(1), 40–53.*
<https://doi.org/10.1177/0145721716689694>

Putri, N. A., & Fitriani, Y. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan *Self-Management* Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah, 8(1), 55–63.* <https://doi.org/10.30651/Jkm.V8i1.15879>

Qodir, A., Rahmawati, M., & Wulandari, A. T. (2024). Kepatuhan Diet Dan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2: Studi Cross-Sectional. *Jurnal Kesehatan Tambusai, 5(3).*
<https://doi.org/10.31004/Jkt.V5i3.33406>

Rahayu, S. D., Kusumaningrum, N. S. D., & Arifianto, D. (2023). Hubungan Self Management Dengan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Silampari, 6(2), 1321–1330.*
<https://doi.org/10.31539/Jks.V6i2.5477>

Rahayuningsih, M. S., Juniarsana, I. W., & Wiardani, N. K. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kepatuhan Diet Dengan Kadar Glukosa Darah Pasien DM Tipe 2. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal Of Nutrition Science, 12(3), 155–165.*
<https://doi.org/10.33992/Jig.V12i3.2122>

Ratna Aryani, N., Hasniati, M.K., José Nelson Maria Vidigal, M.K., & Nuansa Fajar Cemerlang, M.N.S. P. (2025). Bookchapter Diabetes Melitus.

Rodriguez-Saldana, J. (Ed.). (2023). *The Diabetes Textbook: Clinical Principles, Patient Management And Public Health Issues. Springer International Publishing.* <https://doi.org/10.1007/978-3-031-25519-9>

- Salsabila, Z., & Sjaaf, A. C. (2022). *The Analysis Of Diabetes Self-Management Implementation On Type 2 Diabetes Mellitus Patients: A Protocol For Systematic Review And Meta-Analysis*. Jurnal Ekonomi Kesehatan Indonesia, 7(2), 133. <https://doi.org/10.7454/Eki.V7i2.6100>
- Sari, S. P., Jamil, M., & Priasmoro, D. P. (2025). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii. Jurnal Keperawatan Florence Nightingale, 8(2), 212–218. <https://doi.org/10.52774/Jkfn.V8i2.422>
- Schmitt, A., Ghar, A., Hermans, N., Kulzer, B., Huber, J., & Haak, T. (2013). *The Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ)I: Development and evaluation of an Instrument to assess diabetes self-care activities associated with glycaemic control*. Health and Quality of Life Outcomes, 11(1), 138. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-11-138>
- Selano, M. K., Nuari, N. A., & Widayati, N. (2020). Hubungan Self Management Dengan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus. Jurnal Ilmiah Keperawatan, 16(1). <https://doi.org/10.33023/Jikep.V16i1>
- Sherwood, L. (2020). Human Physiology: From Cells to Systems (10th ed.). Cengage Learning.
- Silverthorn, D. U. (2022). Human Physiology: An Integrated Approach (9th ed.). Pearson Education.
- Simbolon, L. F. T., Sinurat, S., Simbolon, N., & Pane, J. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus. Jurnal Gawat Darurat, 5(2). <https://doi.org/10.32583/Jgd.V5i2.2113>
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Hinkle, J. L., & Cheever, K. H. (2019). Brunner & Suddarth: Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. EGC.
- Soegondo, S., Soewondo, P., & Subekti, I. (Eds.). (2018). Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu (2nd Ed.). Balai Penerbit Fkui.
- Tortora, G. J., & Derrickson, B. (2021). Principles of Anatomy and Physiology (16th ed.). Wiley.

UPTD Puskesmas Sawah Lebar. (2022). Profil UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2022. UPTD Puskesmas Sawah Lebar.

Utomo, A. A., Aulia, A., Rahmah, S., & Amalia, R. (2020). Faktor Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2: A Systematic Review. *An-Nur: Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 44–52.
<https://jurnal.umj.ac.id/index.php/an-nur/article/view/7132>

Wijaya, A. K., Gita, A. D., & Andari, F. N. (2024). Hubungan kepatuhan diet, dukungan keluarga terhadap kualitas hidup pasien diabetes mellitus di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah Bengkulu. *Malahayati Nursing Journal*, 6(1), 58–73. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i1.12697>

World Health Organization. (2021, May 24). Gender and health. World Health Organization.

World Health Organization. (2024). Regional Commemoration Of World Diabetes Day 2024. World Health Organization.

World Health Organization. (2025, October 1). Ageing and health. World Health Organization.

World Health Organization. (2025). Regional Commemoration of World Diabetes Day 2025 Ministry of Health Sri Lanka. World Health Organization.

Zaenudin, M. A., Danismaya, I., & Dewi, S. K. (2025). Hubungan Self Management dengan Tingkat Kecemasan Pasien Diabetes Melitus yang Menjalani Diet di Wilayah Kerja Puskesmas Jampang Tengah Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Ventilator*, 3(1), 51–59.
<https://doi.org/10.59680/ventilator.v3i1.1719>

L

A

M

P

I

R

A

N



Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Kepada yth:

Bapak/Ibu/Sdr/i

Di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Dengan hormat, Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Meza Tri Marini Nasution
NPM	: 2214201057
Program Studi/Fakultas	: Ilmu Keperawatan/Ilmu Kesehatan
Institusi	: Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Bersama ini saya mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu/Sdr/i untuk bersedia menjadi responden penelitian saya yang berjudul **“Hubungan *Self-Management*, Aktivitas Fisik, dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.”**

Penelitian ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu. Yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *Self-Management*, aktivitas fisik, dan kepatuhan diet terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe 2.

Sehubungan dengan hal tersebut, saya memohon kesediaan Bapak/Ibu/Sdr/i untuk menjadi responden dalam penelitian ini dengan mengisi kuesioner yang telah disediakan. Seluruh data dan informasi yang diberikan akan dijaga kerahasiannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Partisipasi Bapak/Ibu/Sdr/i bersifat sukarela tanpa adanya paksaan dari pihak mana pun. Demikian surat permohonan ini saya sampaikan.

Atas kesediaan dan partisipasi Bapak/Ibu/Sdr/i saya ucapkan terimakasih.

Bengkulu, 2026
Hormat Saya

Meza Tri Marini Nasution
2214201057

Lampiran 2. Lembar *Infomend Consent*

LEMBARAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama/Inisial :
 Umur :
 Jenis Kelamin :
 Alamat :
 Pekerjaan :

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti mengenai tujuan, manfaat, prosedur penelitian, serta hak dan kewajiban saya sebagai responden, maka saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul:

“Hubungan *Self-Management*, Aktivitas Fisik, dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu.”

Saya memahami bahwa hak responden:

1. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan.
2. Saya berhak menolak atau mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa konsekuensi apa pun.
3. Data dan informasi yang saya berikan akan dijaga kerahasiannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.
4. Penelitian ini tidak menimbulkan risiko yang membahayakan bagi saya.
5. Jika terdapat hal yang belum jelas, saya dapat bertanya langsung kepada peneliti.

Dengan ini saya menyatakan bersedia / tidak bersedia *(coret yang tidak perlu) menjadi responden penelitian secara sadar dan tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Peneliti Bengkulu, 2026
Responden

Meza Tri Marini Nasution

2214201057

()

Lampiran 3. SOP Pemeriksaan Kadar Gula Darah

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PEMERIKSAAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU (GDS)
Pengertian	Pemeriksaan gula darah sewaktu adalah tindakan mengukur kadar glukosa dalam darah kapiler menggunakan alat glukometer tanpa memperhatikan waktu makan terakhir pasien.
Tujuan	1. Mengetahui kadar glukosa darah pasien 2. Mendeteksi hiperglikemia dan hipoglikemia 3. Monitoring kadar gula darah pada pasien diabetes melitus
Indikasi	1. Pasien dengan Diabetes Melitus 2. Pasien dengan gejala hiperglikemia (poliuria, polidipsia, polifagia dan penurunan berat badan tanpa gejala) 3. Pasien dengan gejala hipoglikemia (lemas, keringat dingin, gemetar) 4. Monitoring terapi insulin atau obat hipoglikemik oral.
Prosedur	A. Persiapan Alat 1. Alat periksa gula darah digital (Glukometer) 2. Gluko strip test/ strip tes gula darah 3. Blood lancet/Lancet steril 4. alat pengambil darah (autoklik/pen lancet) 5. Alkohol swab (70%) 6. Handscoon 7. Bengkok/ tempat sampah 8. Lembaran hasil periksa atau alat tulis B. Orientasi 1. Ucapkan Salam dan Memperkenalkan diri 2. Indentifikasi pasien (nama, umur, alamat, cek gelang identitas pasien) 3. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan 4. Kontrak waktu 5. Berikan persetujuan pasien dan keluarga 6. Jaga privasi pasien C. Tahap Kerja 1. Atur posisi pasien yang nyaman 2. Cuci tangan 6 langkah 3. Gunakan handscoon 4. Pasang alat • Masukkan jarum lancet blood ke dalam pen lancet • Atur kedalaman pen lancet • Pasang strip tes gula darah ke dalam alat sampai bunyi “bip” 5. Tempat penusukan pilih jari yang non-dominan/ dominan (bebas sesuai kondisi tangan pasien) Ujung jari tengah atau jari manis

	6. Dipijit-pijit jari tangan yang akan ditusuk 7. Bersikan jari yang akan ditusuk dengan alkohol swab , dengan gerakan 1 arah dan Tunggu sampai kering d 8. Dekatkan/tempelkan pen lancet pada jari yang akan ditusuk 1 kali dan baca “<i>Bismillāhir-rahmānir-rahīm</i>” 9. Masukkan darah yang keluar kedalam strip (harus searah) 10. Tekan luka dengan kapas alkohol tadi • Minta pasien untuk menekan $\pm$ 1-2 menit agar darah berhenti dan minta pasien untuk membuang ke tempat sampah medis 11. Tunggu hasil keluar pada layar 12. Sampaikan hasil GDS pada pasien 13. Bereskan alat • Lelapkan jarum lancet, dan tusuk jarum lancet pada penutup lancet (situasional) • Buang di box jarum/ bengkok yang sudah disediakan 14. Lepas handscoon dan cuci tangan D. Tahap Terminasi 1. Simpulkan hasil kegiatan 2. Evaluasi respon pasien 3. Ucapakan “<i>Alḥamdulillāhi rabbil-‘ālamīn</i>” 4. Membaca doa kesembuhan اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ، اذْهَبِ الْبَاسَ، اشْفِ أَنْتَ الشَّافِي، لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ، شِفَاءَ لَا يُعَادِرُ سَقَمًا <i>(Allahumma rabbannasi adzhibilbasa isfi anta syafti la syifaa illa syifaauka syifaan laa yughodiru saqoman)</i> 5. Lakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya 6. Berpamitan pada pasien 7. Bereskan/ rapikan alat E. Dokumentasi 1. Catat hasil dalam lembar kerja • Tanggal dan waktu pemeriksaan • Nilai hasil GDS (mg/dL) • Respon pasien (DO/DS sesudah tindakan) • Nama dan tanda tangan perawat
Referensi	American Diabetes Association. (2024). Standards of Care in Diabetes-2024. Diabetes Care. World Health Organization. (2023). Diabetes Fact Sheet. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). Pedoman Pengelolaan Diabetes Melitus. Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. (2024). Konsensus Pengelolaan DM Tipe 2 di Indonesia.

Lampiran 4. Kuesioner *Self-Management* DSMQ

Kuesioner *Self- Management*

Diabetes *Self- Management Questionnaire* (DSMQ)

Nama/Inisial :
 Umur :
 Jenis Kelamin :
 Alamat :
 Pekerjaan :
 Hasil Kadar Gula Darah :

No.	Pertanyaan	Sangat Sesuai (3)	Sesuai (2)	Kurang Sesuai (1)	Tidak Sesuai (0)
1.	Saya memeriksa kadar gula darah secara teratur.				
2.	Saya mencatat hasil pemeriksaan gula darah saya.				
3.	Saya tidak cukup sering memeriksa gula darah seperti yang dianjurkan.				
4.	Saya mengonsumsi obat diabetes sesuai anjuran dokter.				
5.	Saya sering lupa atau melewatkan minum obat diabetes.				
6.	Makanan yang saya pilih membantu menjaga kadar gula darah saya.				
7.	Saya sering makan makanan manis atau tinggi karbohidrat.				
8.	Saya mengikuti anjuran diet dari tenaga kesehatan.				
9.	Saya kadang makan terlalu banyak (berlebihan).				
10.	Saya melakukan aktivitas fisik secara teratur untuk mengontrol diabetes.				
11.	Saya menghindari aktivitas fisik meskipun itu baik untuk kesehatan saya.				
12.	Saya sering melewatkan aktivitas fisik yang telah direncanakan.				

13.	Saya selalu menghadiri jadwal pemeriksaan diabetes.				
14.	Saya cenderung menghindari kunjungan ke tenaga kesehatan.				
15.	Saya seharusnya lebih sering memeriksakan kondisi diabetes saya.				
16.	Secara umum, perawatan diabetes yang saya lakukan kurang baik.				
Total :					

Kategori Self-Management:

- 1. Baik : 32-48
- 2. Sedang : 16-31
- 3. Buruk : 0-15

Keterangan Poin Skor:**Skor Positif**

- 0 : Tidak Sesuai
- 1 : Kurang Sesuai
- 2 : Sesuai
- 3 : Sangat Sesuai

Skor Negatif

- 0 : Sangat Sesuai
- 1 : Sesuai
- 2 : Kurang Sesuai
- 3 : Tidak Sesuai

Keterangan :

Pertanyaan Positif Ada 9 pada Nomor: 1,2,4,6,8,10,13,15, dan 16

Pertanyaan Negatif Ada 7 pada Nomor: 3,5,7,9,11,12, dan 14

Rumus Menghitung:

Jumlah Seluruh Skor Pertanyaan= Jumlah Total Skor

Sumber: Schmitt et al., (2013).

Lampiran 5. Kuesioner Aktivitas Fisik IPAQ-SF

Kuesioner Aktivitas Fisik

Internasional Physical Activity Questionnaire – Short Form (IPAQ-SF)

Nama/Inisial :
 Umur :
 Jenis Kelamin :
 Alamat :
 Pekerjaan :
 Hasil Kadar Gula Darah :

Petunjuk: Pertanyaan berikut menanyakan aktivitas fisik yang Anda lakukan selama 7 hari terakhir. Jawablah sesuai dengan aktivitas yang Anda lakukan minimal 10 menit tanpa berhenti.

1. Selama 7 hari terakhir, pada berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik berat (misalnya Berkebut atau bertani, mengangkat beban berat, aerobik, bersepeda cepat)? ____ hari/minggu
☐ Tidak ada aktivitas fisik yang berat ***Lewati ke pertanyaan 3***
2. Berapa lama biasanya Anda melakukan aktivitas fisik berat pada salah satu hari tersebut? ____ jam ____ menit
☐ Tidak tahu/Tidak yakin
3. Selama 7 hari terakhir, pada berapa hari Anda melakukan aktivitas fisik sedang (misalnya membawa beban ringan, bersepeda santai)? ____ hari/minggu
☐ Tidak ada aktivitas fisik sedang ***Lewati ke pertanyaan 5***
4. Berapa lama biasanya Anda melakukan aktivitas fisik sedang pada salah satu hari tersebut? ____ jam ____ menit
☐ Tidak tahu/Tidak yakin
5. Selama 7 hari terakhir, pada berapa hari Anda berjalan kaki minimal 10 menit tanpa berhenti? ____ hari/minggu
☐ Tidak berjalan Lewati ***ke pertanyaan 7***
6. Berapa lama biasanya Anda berjalan kaki pada salah satu hari tersebut? ____ jam ____ menit
☐ Tidak tahu/Tidak yakin
7. Selama 7 hari terakhir, berapa lama waktu yang Anda habiskan untuk duduk pada hari kerja? ____ jam ____ menit
☐ Tidak tahu/Tidak yakin

Kategori Aktivitas Fisik

No.	Kategori	Kriteria
1.	Rendah	< 600 MET -menit/minggu
2.	Sedang	600 – 3000 MET -menit/minggu
3.	Tinggi	> 3000 MET -menit/minggu

Cara Menghitung Skor IPAQ (MET-menit/minggu)

Perhitungan dilakukan dengan rumus MET (*Metabolic Equivalent of Task*):

1. Aktivitas berat = $8.0 \times \text{menit} \times \text{hari}$
 2. Aktivitas sedang = $4.0 \times \text{menit} \times \text{hari}$
 3. Jalan kaki = $3.3 \times \text{menit} \times \text{hari}$
- Total = $(8.0 \times \text{menit} \times \text{hari}) + (4.0 \times \text{menit} \times \text{hari}) + (3.3 \times \text{menit} \times \text{hari}) =$

Sumber: Craig et al., (2003).



Lampiran 6. Kuesioner Kepatuhan Diet

Kuesioner Kepatuhan Diet

Nama/Inisial :
 Umur :
 Jenis Kelamin :
 Alamat :
 Pekerjaan :
 Hasil Kadar Gula Darah :

No.	Pertanyaan	Tidak Pernah (1)	Kadang-kadang (2)	Sering (3)	Selalu (4)
A.	Jumlah Makanan				
1.	Makan makanan sesuai dengan anjuran dokter, perawat dan petugas kesehatan lain.				
2.	Saya secara rutin mengontrol kadar gula darah ke puskesmas/pelayanan kesehatan yang lain untuk menentukan kebutuhan makanan				
B.	Jenis Makanan				
3.	Mengonsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin dan mineral.				
4.	Melakukan variasi makanan pada jadwal diet makan saya agar tidak terjadi kebosanan				
5.	Memakai gula pengganti seperti gula jagung pada saat ingin mengonsumsi minuman/ makanan yang manis				
6.	Menghindari mengonsumsi makanan yang banyak mengandung minyak/tinggi lemak seperti makanan siap saji (<i>fast food</i>), gorengan, usus dan hati.				
C	Jadwal Makan				
7.	Makan tepat waktu sesuai jadwal makan yang sudah				

	dikonsultasikan petugas kesehatan				
8.	Saya mencatat menu makanan				
Total :					

Keterangan:

1. Skor Minimum : 16
2. Skor Maksimum : 30

Kategori Kepatuhan Diet:

1. Tidak Patuh : $X < 23$
2. Patuh : $X \geq 23$

Keterangan Poin Skor:

- 1 : Tidak Pernah
2 : Kadang-kadang
3 : Sering
4 : Selalu

Rumus Menghitung :

$$\text{Naturan cut off point} = (\text{maximum score} + \text{minimum score}) / 2$$

$$= (16 + 30) / 2 = 23$$

Sumber: Wijaya et al., (2024)

Lampiran 7. Lembaran Observasi Kadar Gula Darah

A. IDENTITAS RESPONDEN

Nama/ Inisial Responden :
 Tanggal Pemeriksaan :
 Usia : Tahun
 Jenis Kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan
 Agama :
 Alamat :

B. HASIL OBSERVASI KADAR GULA DARAH

Jenis Pemeriksaan : ☐ GDS ☐ GDP ☐ GD2PP
 Hasil Pemeriksaan : mg/dL
 Alat Pemeriksaan :

C. KATEGORI KADAR GULA DARAH

Kategori	Gula Darah Sewaktu (GDS)	Gula Darah Puasa(GDP)	Gula Darah 2 Jam Setelah Makan
Diabetes	≥ 200 mg/dL	≥ 126 mg/dL	≥ 200 mg/dL
Prediabetes	140-199 mg/dL	100-125 mg/dL	140-199 mg/dL
Normal	< 140 mg/dL	70-99 mg/dL	70-139 mg/dL

Bengkulu, 2026
 Hormat Saya

Meza Tri Marini Nasution
 2214201057

Lampiran 8. Tabel Data Responden Penelitian

No	Nama	Usia	JK	GDS	<i>Self- Management</i>	Aktivitas Fisik	Kepatuhan Diet
1	Ny. F	68	P	178	38	1796	25
2	Ny. M	65	P	155	34	4398	29
3	Ny. K	67	P	163	37	2178	26
4	Ny. W	51	P	140	45	3400	26
5	Ny. S	62	P	132	45	695	24
6	Ny. M	54	P	125	35	3798	25
7	Ny. D	32	P	139	25	3200	26
8	Ny. S	60	P	175	25	4596	30
9	Ny. D	71	P	169	30	3497	27
10	Ny. E	52	P	110	31	4398	28
11	Ny. R	66	P	171	28	3398	26
12	Ny. N	52	P	168	14	320	20
13	Ny. R	51	P	218	7	438	13
14	Ny. E	44	P	305	15	537	10
15	Ny. N	62	P	354	27	438	20
16	Ny. L	56	P	266	28	1396	17
17	Ny. E	49	P	280	11	198	10
18	Ny. M	67	P	235	25	278	8
19	Ny. R	59	P	220	27	598	15
20	Ny. E	54	P	271	27	499	13
21	Ny. R	51	P	341	31	2295	16
22	Ny. D	57	P	269	18	1798	11
23	Ny. F	74	P	245	28	160	12
24	Ny. E	49	P	277	28	339	10
25	Ny. E	53	P	134	9	1998	19
26	Ny. R	46	P	177	23	1697	8
27	Ny. I	53	P	248	22	600	9
28	Ny. A	58	P	340	24	240	12
29	Ny. S	73	P	359	27	160	8
30	Ny. S	66	P	149	9	278	8
31	Ny. R	63	P	155	31	0	18
32	Ny. Z	60	P	210	11	1000	10
33	Ny. N	35	P	287	15	320	15
34	Ny. N	58	P	266	13	3598	12
35	Ny. S	41	P	204	13	438	15
36	Ny. M	32	P	148	12	3798	10
37	Ny. N	40	P	185	14	598	17
38	Ny. L	55	P	173	27	1600	26
39	Tn. T	56	L	145	43	2495	30
40	Tn. M	52	L	158	36	5097	29
41	Tn. A	51	L	365	39	3400	27
42	Tn. E	66	L	210	33	1998	26
43	Tn. S	41	L	288	28	4398	28
44	Tn. S	63	L	142	27	4699	32
45	Tn. S	75	L	284	13	160	9
46	Tn. B	57	L	298	34	1400	28
47	Tn. S	64	L	254	21	3598	8

48	Tn. T	67	L	245	18	697	9
49	Tn. A	38	L	267	19	2099	9
50	Tn. R	33	L	308	22	438	12
51	Tn. H	53	L	332	20	3596	8
52	Tn. S	68	L	401	25	1695	11
53	Tn. A	65	L	355	31	2196	20
54	Tn. P	70	L	256	14	80	22
55	Tn. F	63	L	236	18	240	10
56	Tn. U	63	L	167	27	320	32
57	Tn. P	64	L	286	24	695	10
58	Tn. A	52	L	341	21	798	8



Lampiran 9. Tabel Data Responden Penelitian Kuesioner *Self-Management*

No	Nama	Pertanyaan <i>Self-Management</i>																Jmlh	Ket
		1P	2P	3N	4P	5N	6P	7N	8P	9N	10P	11N	12N	13P	14N	15P	16P		
1	Ny. F	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	38	Baik
2	Ny. M	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	34	Baik
3	Ny. K	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	3	3	37	Baik
4	Ny. W	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45	Baik
5	Ny. S	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45	Baik
6	Ny. M	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	35	Baik
7	Ny. D	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	25	Sedang
8	Ny. S	2	0	2	3	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	3	25	Sedang
9	Ny. D	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	30	Sedang
10	Ny. E	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	0	31	Sedang
11	Ny. R	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	0	2	1	28	Sedang
12	Ny. N	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	3	3	14	Buruk
13	Ny. R	0	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	2	7	Buruk
14	Ny. E	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	2	2	15	Buruk
15	Ny. N	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	27	Sedang
16	Ny. L	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	28	Sedang
17	Ny. E	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	2	2	11	Buruk
18	Ny. M	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	25	Sedang
19	Ny. R	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	27	Sedang
20	Ny. E	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	27	Sedang
21	Ny. R	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	31	Sedang
22	Ny. D	1	1	2	1	2	0	1	2	0	1	2	1	1	1	1	1	18	Sedang
23	Ny. F	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	28	Sedang
24	Ny. E	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	28	Sedang
25	Ny. E	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	2	9	Buruk
26	Ny. R	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	23	Sedang
27	Ny. I	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	22	Sedang
28	Ny. A	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	24	Sedang
29	Ny. S	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	27	Sedang
30	Ny. S	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	1	2	9	Buruk
31	Ny. R	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	31	Sedang
32	Ny. Z	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	2	2	11	Buruk
33	Ny. N	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	2	2	15	Buruk
34	Ny. N	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	3	2	13	Buruk
35	Ny. S	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	3	2	13	Buruk
36	Ny. M	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	2	2	12	Buruk
37	Ny. N	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	3	2	14	Buruk
38	Ny. L	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	27	Sedang
39	Tn. T	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	43	Baik
40	Tn. M	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	36	Baik
41	Tn. A	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	39	Baik
42	Tn. E	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	33	Baik
43	Tn. S	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	28	Sedang
44	Tn. S	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	27	Sedang
45	Tn. S	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	3	2	13	Buruk
46	Tn. B	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	34	Baik
47	Tn. S	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	21	Sedang
48	Tn. T	1	1	2	1	2	0	1	2	0	1	2	1	1	1	1	1	18	Sedang
49	Tn. A	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	0	1	1	1	1	19	Sedang
50	Tn. R	1	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	22	Sedang
51	Tn. H	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	20	Sedang

52	Tn. S	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	25	Sedang
53	Tn. A	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	3	31	Sedang
54	Tn. P	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	3	2	14	Buruk
55	Tn. F	1	1	2	1	2	0	1	2	0	1	2	1	1	1	1	1	18	Sedang
56	Tn. U	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	27	Sedang
57	Tn. P	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	24	Sedang
58	Tn. A	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	21	Sedang



Lampiran 10. Tabel Data Responden Penelitian Kuesioner Aktivitas Fisik

No.	Nama	Pertanyaan Aktivitas Fisik							Jmlh	Ket
		1	2	3	4	5	6	7		
1	Ny. F	-	-	1 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	130 Mnt/Hr	5 j/Hr	1796	Sedang
2	Ny. M	3 Hr/Mng	55 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	75 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	165 Mnt/Hr	6 j/Hr	4398	Tinggi
3	Ny. K	-	-	4 Hr/Mng	30 Mnt/Hr	5 Hr/Mng	110 Mnt/Hr	7 j/Hr	2178	Sedang
4	Ny. W	2 Hr/Mng	70 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	25 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	150 Mnt/Hr	8 j/Hr	3400	Tinggi
5	Ny. S	-	-	2 Hr/Mng	25 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	50 Mnt/Hr	9 j/Hr	695	Sedang
6	Ny. M	4 Hr/Mng	55 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	5 j/Hr	3798	Tinggi
7	Ny. D	2 Hr/Mng	65 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	15 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	150 Mnt/Hr	6 j/Hr	3200	Tinggi
8	Ny. S	3 Hr/Mng	75 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	35 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	180 Mnt/Hr	7 j/Hr	4596	Tinggi
9	Ny. D	4 Hr/Mng	45 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	110 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	30 Mnt/Hr	8 j/Hr	3497	Tinggi
10	Ny. E	2 Hr/Mng	60 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	105 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	165 Mnt/Hr	9 j/Hr	4398	Tinggi
11	Ny. R	3 Hr/Mng	60 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	110 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	5 j/Hr	3398	Tinggi
12	Ny. N	-	-	4 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	-	-	6 j/Hr	320	Rendah
13	Ny. R	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	7 j/Hr	438	Rendah
14	Ny. E	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	30 Mnt/Hr	8 j/Hr	537	Rendah
15	Ny. N	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	9 j/Hr	438	Rendah
16	Ny. L	-	-	5 Hr/Mng	50 Mnt/Hr	2 Hr/Mng	60 Mnt/Hr	5 j/Hr	1396	Sedang
17	Ny. E	-	-	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	6 j/Hr	198	Rendah
18	Ny. M	-	-	2 Hr/Mng	10 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	7 j/Hr	278	Rendah
19	Ny. R	-	-	4 Hr/Mng	25 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	8 j/Hr	598	Rendah
20	Ny. E	-	-	4 Hr/Mng	25 Mnt/Hr	2 Hr/Mng	15 Mnt/Hr	9 j/Hr	499	Rendah
21	Ny. R	-	-	4 Hr/Mng	30 Mnt/Hr	5 Hr/Mng	110 Mnt/Hr	5 j/Hr	2295	Sedang
22	Ny. D	-	-	2 Hr/Mng	35 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	6 j/Hr	1798	Sedang
23	Ny. F	-	-	2 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	-	-	7 j/Hr	160	Rendah
24	Ny. E	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	2 Hr/Mng	15 Mnt/Hr	8 j/Hr	339	Rendah
25	Ny. E	-	-	3 Hr/Mng	40 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	9 j/Hr	1998	Sedang

26	Ny. R	-	-	1 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	7 Hr/Mng	70 Mnt/Hr	5 j/Hr	1697	Sedang
27	Ny. I	-	-	5 Hr/Mng	30 Mnt/Hr	-	-	6 j/Hr	600	Sedang
28	Ny. A	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	-	-	7 j/Hr	240	Rendah
29	Ny. S	-	-	2 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	-	-	8 j/Hr	160	Rendah
30	Ny. S	-	-	2 Hr/Mng	10 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	9 j/Hr	278	Rendah
31	Ny. R	-	-	-	-	-	-	5 j/Hr	0	Rendah
32	Ny. Z	-	-	5 Hr/Mng	50 Mnt/Hr	-	-	6 j/Hr	1000	Sedang
33	Ny. N	-	-	4 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	-	-	7 j/Hr	320	Rendah
34	Ny. N	2 Hr/Mng	55 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	45 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	165 Mnt/Hr	8 j/Hr	3598	Tinggi
35	Ny. S	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	9 j/Hr	438	Rendah
36	Ny. M	4 Hr/Mng	75 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	100 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	5 j/Hr	3798	Tinggi
37	Ny. N	-	-	4 Hr/Mng	25 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	6 j/Hr	598	Rendah
38	Ny. L	-	-	2 Hr/Mng	35 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	100 Mnt/Hr	7 j/Hr	1600	Sedang
39	Tn. T	-	-	2 Hr/Mng	85 Mnt/Hr	5 Hr/Mng	110 Mnt/Hr	8 j/Hr	2495	Sedang
40	Tn. M	2 Hr/Mng	90 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	6 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	9 j/Hr	5097	Tinggi
41	Tn. A	3 Hr/Mng	40 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	70 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	100 Mnt/Hr	5 j/Hr	3400	Tinggi
42	Tn. E	-	-	4 Hr/Mng	30 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	6 j/Hr	1998	Sedang
43	Tn. S	2 Hr/Mng	60 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	105 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	165 Mnt/Hr	7 j/Hr	4398	Tinggi
44	Tn. S	4 Hr/Mng	80 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	2 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	8 j/Hr	4699	Tinggi
45	Tn. S	-	-	2 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	-	-	9 j/Hr	160	Rendah
46	Tn. B	-	-	1 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	100 Mnt/Hr	5 j/Hr	1400	Sedang
47	Tn. S	3 Hr/Mng	65 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	115 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	6 j/Hr	3598	Tinggi
48	Tn. T	-	-	4 Hr/Mng	25 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	30 Mnt/Hr	7 j/Hr	697	Sedang
49	Tn. A	-	-	5 Hr/Mng	100 Mnt/Hr	2 Hr/Mng	15 Mnt/Hr	8 j/Hr	2099	Sedang
50	Tn. R	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	9 j/Hr	438	Rendah
51	Tn. H	4 Hr/Mng	70 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	80 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	40 Mnt/Hr	5 j/Hr	3596	Tinggi

52	Tn. S	-	-	3 Hr/Mng	45 Mnt/Hr	2 Hr/Mng	175 Mnt/Hr	6 j/Hr	1695	Sedang
53	Tn. A	-	-	3 Hr/Mng	40 Mnt/Hr	4 Hr/Mng	130 Mnt/Hr	7 j/Hr	2196	Sedang
54	Tn. P	-	-	2 Hr/Mng	10 Mnt/Hr	-	-	8 j/Hr	80	Rendah
55	Tn. F	-	-	3 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	-	-	9 j/Hr	240	Rendah
56	Tn. U	-	-	4 Hr/Mng	20 Mnt/Hr	-	-	5 j/Hr	320	Rendah
57	Tn. P	-	-	2 Hr/Mng	25 Mnt/Hr	3 Hr/Mng	50 Mnt/Hr	6 j/Hr	695	Sedang
58	Tn. A	-	-	3 Hr/Mng	50 Mnt/Hr	2 Hr/Mng	30 Mnt/Hr	7 j/Hr	798	Sedang



Lampiran 11. Tabel Data Responden Penelitian Kuesioner Kepatuhan Diet

No	Nama	Pertanyaan Kepatuhan Diet								Jumlah	Ket
		1	2	3	4	5	6	7	8		
1	Ny. F	3	3	3	3	3	3	3	4	25	Patuh
2	Ny. M	4	3	4	4	3	3	4	4	29	Patuh
3	Ny. K	3	3	3	3	3	3	4	4	26	Patuh
4	Ny. W	3	3	3	3	3	3	4	4	26	Patuh
5	Ny. S	3	3	3	3	3	3	3	3	24	Patuh
6	Ny. M	3	3	3	3	3	3	3	4	25	Patuh
7	Ny. D	3	3	3	3	3	3	4	4	26	Patuh
8	Ny. S	4	4	4	4	3	3	4	4	30	Patuh
9	Ny. D	3	3	3	4	3	3	4	4	27	Patuh
10	Ny. E	4	3	3	4	3	3	4	4	28	Patuh
11	Ny. R	3	3	3	3	3	3	4	4	26	Patuh
12	Ny. N	4	2	2	2	3	3	2	2	20	Tidak Patuh
13	Ny. R	3	2	2	1	1	1	1	2	13	Tidak Patuh
14	Ny. E	1	2	1	1	2	1	1	1	10	Tidak Patuh
15	Ny. N	4	2	2	2	3	3	2	2	20	Tidak Patuh
16	Ny. L	3	2	2	2	2	2	2	2	17	Tidak Patuh
17	Ny. E	1	2	1	1	2	1	1	1	10	Tidak Patuh
18	Ny. M	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Tidak Patuh
19	Ny. R	1	2	2	2	2	2	2	2	15	Tidak Patuh
20	Ny. E	3	2	2	1	1	1	1	2	13	Tidak Patuh
21	Ny. R	2	2	2	2	2	2	2	2	16	Tidak Patuh
22	Ny. D	3	1	2	1	1	1	1	1	11	Tidak Patuh
23	Ny. F	3	1	2	1	1	1	1	2	12	Tidak Patuh
24	Ny. E	1	1	1	1	1	1	2	2	10	Tidak Patuh
25	Ny. E	3	2	2	2	3	3	2	2	19	Tidak Patuh
26	Ny. R	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Tidak Patuh
27	Ny. I	2	1	1	1	1	1	1	1	9	Tidak Patuh
28	Ny. A	3	1	2	1	1	1	1	2	12	Tidak Patuh
29	Ny. S	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Tidak Patuh
30	Ny. S	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Tidak Patuh
31	Ny. R	3	2	2	2	3	2	2	2	18	Tidak Patuh
32	Ny. Z	1	1	2	1	1	2	1	1	10	Tidak Patuh
33	Ny. N	2	2	2	2	1	2	2	2	15	Tidak Patuh
34	Ny. N	3	1	2	1	1	1	1	2	12	Tidak Patuh
35	Ny. S	2	1	2	2	2	2	2	2	15	Tidak Patuh
36	Ny. M	2	1	2	1	1	1	1	1	10	Tidak Patuh
37	Ny. N	3	2	2	2	2	2	2	2	17	Tidak Patuh
38	Ny. L	3	3	3	3	3	3	4	4	26	Patuh
39	Tn. T	4	4	4	4	3	3	4	4	30	Patuh
40	Tn. M	4	3	4	4	3	3	4	4	29	Patuh
41	Tn. A	3	3	3	4	3	3	4	4	27	Patuh
42	Tn. E	3	3	3	3	3	3	4	4	26	Patuh
43	Tn. S	4	3	3	4	3	3	4	4	28	Patuh
44	Tn. S	4	4	4	4	4	4	4	4	32	Patuh
45	Tn. S	1	2	1	1	1	1	1	1	9	Tidak Patuh
46	Tn. B	4	3	3	4	3	3	4	4	28	Patuh

47	Tn. S	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Tidak Patuh
48	Tn. T	1	2	1	1	1	1	1	1	9	Tidak Patuh
49	Tn. A	1	1	1	2	1	1	1	1	9	Tidak Patuh
50	Tn. R	3	1	2	1	1	1	1	2	12	Tidak Patuh
51	Tn. H	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Tidak Patuh
52	Tn. S	2	1	1	3	1	1	1	1	11	Tidak Patuh
53	Tn. A	4	2	2	2	3	3	2	2	20	Tidak Patuh
54	Tn. P	4	4	2	2	3	3	2	2	22	Tidak Patuh
55	Tn. F	2	1	2	1	1	1	1	1	10	Tidak Patuh
56	Tn. U	4	4	4	4	4	4	4	4	32	Patuh
57	Tn. P	1	2	1	1	2	1	1	1	10	Tidak Patuh
58	Tn. A	1	1	1	1	1	1	1	1	8	Tidak Patuh



Lampiran 12. Dokumentasi Pengisian Kuesioner



Ny. F (68)



Ny. N (52)



Ny. E (54)



Ny. I (53)



Tn. R (33)



Tn. A (52)



Ny. R (66)



Ny. K (67)



Ny. D (71)



Tn. B (57)



Ny. A (58)



Ny. S (41 Tahun)



Ny. D (57)



Tn. S (41)



Ny. M (54)



Ny. E (49)



Ny. W (51)



Ny. D (32)



Ny. L (56)



Ny. R (51)



Ny. M (65)



Ny. E (52)



Ny. R (51)



Ny. M (67)



Ny. F (74)



Tn. A (38)



Ny. S (73)



Ny. S P (62)



Ny. D (62)



Tn. F (63)



Tn. H (53)



Tn. A (65)



Tn. P (64)



Ny. E (53)



Ny. Z (60)



Ny. R (63)



Ny. N (35)



Ny. N (40)



Ny. L (55)



Ny. R (46)



Lampiran 13. Analisis Univariat SPSS

A. Usia

Usia					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	30-59	32	55,2	55,2	55,2
	60-75	26	44,8	44,8	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

B. Jenis Kelamin

Jenis Kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	20	34,5	34,5	34,5
	Perempuan	38	65,5	65,5	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

C. Kadar Gula Darah (GDS)

Kadar Gula Darah Sewaktu					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Terkontrol	23	39,7	39,7	39,7
	Tidak Terkontrol	35	60,3	60,3	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

D. Self-Management

Self Management					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	11	19,0	19,0	19,0
	Sedang	33	56,9	56,9	75,9
	Buruk	14	24,1	24,1	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

E. Aktivitas Fisik

Aktivitas Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	16	27,6	27,6	27,6
	Sedang	20	34,5	34,5	62,1
	Rendah	22	37,9	37,9	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

F. Kepatuhan Diet

Kepatuhan Diet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Patuh	20	34,5	34,5	34,5
	Tidak Patuh	38	65,5	65,5	100,0
	Total	58	100,0	100,0	

Lampiran 14. Analisis Uji Bivariat SPSS

1. Hubungan *Self-Management* Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Self-Management * kadar Gula Darah Sewaktu Crosstabulation

			kadar Gula Darah Sewaktu		Total
			terkontrol	tidak terkontrol	
<i>Self-Management</i>	baik	Count	8	3	11
		Expected Count	4,4	6,6	11,0
		% within <i>Self-Management</i>	72,7%	27,3%	100,0%
	sedang	Count	10	23	33
		Expected Count	13,1	19,9	33,0
		% within <i>Self-Management</i>	30,3%	69,7%	100,0%
	buruk	Count	5	9	14
		Expected Count	5,6	8,4	14,0
		% within <i>Self-Management</i>	35,7%	64,3%	100,0%
Total	Count		23	35	58
	Expected Count		23,0	35,0	58,0
	% within <i>Self-Management</i>		39,7%	60,3%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	6,325 ^a	2	,042
Likelihood Ratio	6,279	2	,043
Linear-by-Linear Association	2,902	1	,088
N of Valid Cases	58		

2. Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Aktivitas Fisik * kadar Gula Darah Sewaktu Crosstabulation

			kadar Gula Darah Sewaktu		Total
			terkontrol	tidak terkontrol	
Aktivitas Fisik	tinggi	Count	11	5	16
		Expected Count	6,3	9,7	16,0
		% within Aktivitas Fisik	68,8%	31,3%	100,0%
	sedang	Count	7	13	20
		Expected Count	7,9	12,1	20,0
		% within Aktivitas Fisik	35,0%	65,0%	100,0%
	rendah	Count	5	17	22
		Expected Count	8,7	13,3	22,0
		% within Aktivitas Fisik	22,7%	77,3%	100,0%
Total	Count		23	35	58
	Expected Count		23,0	35,0	58,0
	% within Aktivitas Fisik		39,7%	60,3%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	8,475 ^a	2	,014
Likelihood Rasio	8,549	2	,014
Linear-by-Linear Association	7,714	1	,005
N of Valid Cases	58		

3. Hubungan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Kepatuhan Diet * kadar Gula Darah Sewaktu Crosstabulation

		kadar Gula Darah Sewaktu		
		terkontrol	tidak terkontrol	Total
Kepatuhan Diet	Count	16	4	20
	Expected Count	7,9	12,1	20,0
	% within Kepatuhan Diet	80,0%	20,0%	100,0%
tidak patuh	Count	7	31	38
	Expected Count	15,1	22,9	38,0
	% within Kepatuhan Diet	18,4%	81,6%	100,0%
Total	Count	23	35	58
	Expected Count	23,0	35,0	58,0
	% within Kepatuhan Diet	39,7%	60,3%	100,0%



Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	20,764 ^a	1	<,001		
Continuity Correction ^b	18,270	1	<,001		
Likelihood Ratio	21,582	1	<,001		
Fisher's Exact Test				<,001	<,001
Linear-by-Linear Association	20,406	1	<,001		
N of Valid Cases	58				

Lampiran 15. Surat Keputusan Pembimbing



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

● Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
 ● fikes-ners.umb.ac.id (0736) 22765
 ● fikes@umb.ac.id (0736) 26161

SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
 Nomor : 1089/KEP/DF.05/II.3.AU/2026
 TENTANG
PENUNJUKAN PEMBIMBING SKRIPSI
MAHASISWA PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
Bismillahirrahmanirrahim

DEKAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU

Menimbang : 1. Bahwa Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan adalah merupakan kegiatan kurikulum yang harus dilaksanakan
 2. Bahwa untuk kelancaran pelaksanaan Skripsi tersebut perlu penunjukan Dosen Pembimbing
 3. Bahwa untuk penunjukan Dosen Pembimbing ditetapkan dengan Surat Keputusan Dekan

Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
 2. Undang-Undang Nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi
 3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2014 tentang penyelenggaraan Pendidikan Tinggi dan Pengelolaan Perguruan Tinggi
 4. Kepmendiknas Nomor 232/U/2000 tentang Pedoman Penyusunan Kurikulum Perguruan Tinggi dan Penilaian Hasil Belajar Mahasiswa
 5. Kepmendiknas Nomor 234/U/2000 tentang Pedoman Pendirian Perguruan Tinggi
 6. Peraturan Menteri Riset, Teknologi, dan Pendidikan tinggi Nomor 44 Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi
 7. Pedoman Pimpinan Pusat Muhammadiyah Nomor 02/PED/II.0/B/2012 Tentang Perguruan Tinggi Muhammadiyah
 8. Statuta Universitas Muhammadiyah Bengkulu

MEMUTUSKAN

Menetapkan :
 Pertama : Menunjuk Pembimbing Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan yang namanya tercantum dibawah ini :

Nama	Program Studi	Judul	Pembimbing
Meza Tri Marini Nasution 2214201057	Ilmu Keperawatan	Hubungan Self Care Management aktifitas Fisik Dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dipuskesmas	Ns.,Andri Kusuma Wijaya.,S.Kep.,M.Kep

Kedua : Kepada Pembimbing diberi hak penuh untuk merubah/merevisi kerangka Skripsi dengan sepengetahuan fakultas
 Ketiga : Pembimbing diberikan honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku
 Keempat : Lamanya waktu bimbingan Skripsi adalah 1 (satu) tahun terhitung mulai tanggal ditetapkan
 Kelima : Mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsinya selama waktu yang dimaksud dalam diktum keempat diatas maka Skripsinya dianggap batal
 Keenam : Mahasiswa yang skripsinya dinyatakan batal maka yang bersangkutan harus mengajukan judul baru kepada Ketua Program Studi dengan melengkapi persyaratan administrasi dan keuangan yang baru
 Ketujuh : Keputusan ini berlaku sejak tanggal dan apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan diperbaiki sebagaimana mestinya.

Tembusan Yth. :
 1. LLDIKTI Wilayah II
 2. Rektor UM Bengkulu
 3. Bendahara UM Bengkulu
 4. Mahasiswa yang bersangkutan

DITETAPKAN DI : BENGKULU
 PADA TANGGAL : 24 Desember 2025
 Dekan,

Dr. Eva Oktavidiati, M.Si
 NIP. 196810051994022002

Lampiran 16. Surat Pra Penelitian



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

 Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
 fikes-keperawatan.umb.ac.id |  keperawatan@umb.ac.id

☎ (0736) 22765
 ☎ (0736) 26161

Nomor : 122/SI/KEP.05/II.3.AU//2026
 Lamp : -
 Hal : **Permohonan Izin Pra Penelitian**

Kepada Yth.
 Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
 Assalamu'alaikum Wr.Wb.
 Dengan hormat,

Dalam rangka penyelesaian tugas akhir bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu (UMB), maka dengan ini kami mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu kiranya dapat mengizinkan mahasiswa:

Nama	: Meza Tri Marini Nasution
NPM	: 2214201057
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: Hubungan <i>Self Care Management</i> aktifitas Fisik Dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Dipuskesmas

Untuk dapat mendapatkan data dari Instansi yang Bapak/Ibu pimpin. Data tersebut diperlukan untuk digunakan sebagai langkah awal dalam penyusunan proposal skripsi.

Demikianlah hal ini disampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terimakasih.

Waa'laikumsalam Wr.Wb.

Bengkulu, 15 Januari 2026
 Mengetahui,
 Ka. Prodi Keperawatan



Ns. Lussyefrida Yanti, S.Kep., M.Kep.
 NIDN. 0202048101

Lampiran 17. Surat Rekomendasi Pra Penelitian DINKES



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
 Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban Kota Bengkulu
 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com / www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI
 Nomor : 000.9.2/ 329 /D.Kes/2026

Dasar Surat dari Kepala Prodi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 121/SI/KEP.05/II.3.AU/2026 Tanggal 15 Januari 2026 Perihal : Izin Pra Penelitian, atas nama :

N a m a : **Meza Tri Marini Nasution**
NIM / NPM : 2214201057
Program Studi : Keperawatan
Judul / Data : Hubungan Self Care Management Aktifitas Fisik Dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas
Tempat Penelitian : Puskesmas.....
Lama Kegiatan : 21 Januari 2026 s/d 31 Januari 2026

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan pra penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

- Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- Apabila masa berlaku Rekomendasi Pra Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Pra Penelitian.
- Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
- Surat Rekomendasi Pra Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

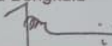
Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Januari 2026
 Plt. Kepala Dinas Kesehatan
 Kota Bengkulu

Nelli Hartati, SKM, MM
 Pembina - IV/a
 NIP.19720419 199101 2 001

Tembusan :
 1.Yth.Sdr.Ka. UPTD. Puskesmas
 2.Yang Bersangkutan

Lampiran 18. Surat Rekomendasi Pra Penelitian Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

 PEMERINTAH KOTA BENGKULU DINAS KESEHATAN UPTD PUSKESMAS SAWAH LEBAR Jl. Sepakat RT 18 Kelurahan Sawah Lebar Baru Telp. (0736) 2836... Email : pkmsawahlebar@gmail.com		
LEMBAR DISPOSISI		
Surat dari : Dinkes Kota Bkl No. Surat : 000.9.2/330/D.KES/2026 Tgl. Surat : Januari 2026	Diterima Tgl : 26-1-2026 No. Agenda : 21 Sifat : ☐ Sangat segera ☐ Segera ☐ Rahasia	
Perihal : Rekomendasi izin pra penelitian mhs. UMB an. Nera Tri Marini Nasution.		
Diteruskan kepada sdr : ☒ dr. Rizky Valenda ☒ Nc. Nola Yulis Eka ☐ Dan seterusnya	Dengan hormat harap : ☐ Tanggapan dan saran ☐ Proses lebih lanjut ☐ Koordinasi / Konfirmasi ☐	
Catatan : Dibekukan dan untuk proses pengumpulan data dan diwilayah Pamar - Sawah Lebar 26/1/2026		Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu  dr. Hj. Fatimah, ST Nip. 197309162008032001

Lampiran 19. Surat Permohonan Izin Penelitian KESBANGPOL



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mukyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
fikes.umb.ac.id
fikes@umb.ac.id

(0736) 22765
(0736) 26161

Nomor : 940-IP/DF.05/II.3.AU/I/2026
Lampiran : 1 (satu) berkas
Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,
Ka Kesbangpol Kota Bengkulu
di
Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.
Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa :

Nama	: Mcza Tri Marini Nasution
N P M	: 2214201057
Program Studi	: Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di :

Tempat Penelitian	: Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lama Penelitian	: 1 Bulan
Judul Penelitian Skripsi	: Hubungan Self-management, Aktivitas Fisik, Dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 25 Juni 2026
An Dekan
Wakil Dekan I



Ns. Liza Fitri Lina, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0223038601

umb.ac.id
humas@umb.ac.id
0822-3546-1991

um bengkulu
um bengkulu
um bengkulu

um bengkulu
umb tv
Radio Jazirah FM 104,3 M.Hz

Lampiran 20. Surat Rekomendasi Penelitian KESBANGPOL



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
 Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN
 Nomor : 000.9.2/1803/KESBANGPOL-REK/2026

Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian

Memperhatikan : Surat dari Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 940-IP/DF.05/II.3.AU/II/2026 tanggal 25 Juni 2026 perihal Mohon Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama	: Meza Tri Marini Nasution
NIM	: 2214201057
Pekerjaan	: Mahasiswa/i
Prodi/ Fakultas	: Ilmu Keperawatan/ Ilmu Kesehatan
Judul Penelitian	: Hubungan Self-management, Aktivitas Fisik, dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Tempat Penelitian	: Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 29 Juni 2026 s.d 31 Juli 2026
Penanggung Jawab	: Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Dengan Ketentuan :

- 1 Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- 2 Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- 3 Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
- 4 Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 26 Juni 2026

a.n. WALI KOTA BENGKULU
 Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu,



Saipul, S.Sos
 Pembina Utama Muda, IV/c
 NIP. 197207091992021001

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

Lampiran 21. Surat Permohonan Izin Penelitian DINKES



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
 Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38221
 fikes.umb.ac.id (0736) 22765
 fikes@umb.ac.id (0736) 26161

Nomor : 940-IP/DF.05/IL3.AU/1/2026
 Lampiran : 1 (satu) berkas
 Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,
 Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
 di
 Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.
 Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa :

Nama	: Meza Tri Marini Nasution
N P M	: 2214201057
Program Studi	: Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di :

Tempat Penelitian	: Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lama Penelitian	: 1 Bulan
Judul Penelitian Skripsi	: Hubungan Self-management, Aktivitas Fisik, Dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 25 Juni 2026
 An Dekan
 Wakil Dekan

Ns. Liza Fitri Lina, S.Kep., M.Kep
 NIDN. 0223038601

 umb.ac.id
 humas@umb.ac.id
 0822-3546-1991

 um_bengkulu
 um_bengkulu
 um_bengkulu

 um_bengkulu
 umb_tv
 Radio Jazirah FM 104,3 M.Hz

Lampiran 22. Surat Rekomendasi Penelitian DINKES



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
 Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban Kota Bengkulu
 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com / www.dinkes.bengkulkota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI
 Nomor : 000.9.2 / 2005 / D.Kes / 2026

Dasar Surat : 1. An. Dekan Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 940-IP/DF.05/II.3.AU/II/2026 Tanggal 25 Juni 2026.
 2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/1803/KESBANGPOL-REK/2026 Tanggal 26 Juni 2026 Perihal : Izin Penelitian atas nama :

Nama : Meza Tri Marini Nasution
NIM / NPM : 2214201057
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul : Hubungan self-management, aktifitas fisik, dan kepatuhan diet terhadap kadar gula darah pasien diabetes melitus Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lokasi Penelitian : Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lama Kegiatan : 29 Juni 2026 s/d 31 Juli 2026
No Hp / Email : -

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

- Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
- Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
- Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Juni 2026
 Kepala Dinas Kesehatan
 Kota Bengkulu

Nelly Harwati SKM,MM
 Pembina IV/a
 Nip. 19720419 199101 2 001

Tembusan :

- Yth.Sdr. Ka. UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
- Yang Bersangkutan

Lampiran 23. Surat Permohonan Izin Penelitian Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BENGKULU
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Kampus IV, Jl. Adam Malik KM 8.5, Sido Mulyo, Gading Cempaka, Kota Bengkulu, 38223
 files.umb.ac.id
 files@umb.ac.id

(0736) 22765
 (0736) 26161

Nomor : 940-IP/DF.05/IL3.AU/I/2026
 Lampiran : 1 (satu) berkas
 Perihal : **Mohon Izin Penelitian**

Kepada Yth,
 Kepala Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
 di
 Bengkulu

Assalamu'alaikum Wr. Wb.
 Dalam rangka penyusunan skripsi mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, dengan ini kami mengajukan permohonan izin penelitian atas mahasiswa :

Nama	: Meza Tri Marini Nasution
N P M	: 2214201057
Program Studi	: Ilmu Keperawatan

Untuk dapat melakukan penelitian skripsi di :

Tempat Penelitian	: Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu
Lama Penelitian	: 1 Bulan
Judul Penelitian Skripsi	: Hubungan Self-management, Aktivitas Fisik, Dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

sebagai bahan pertimbangan, kami lampirkan proposal skripsi yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikianlah atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami haturkan terima kasih.

Nasrun Minallah
Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Bengkulu, 25 Juni 2026

An Dekan
 Wakil Dekan I



Ns. Liza Fitri Lina, S.Kep., M.Kep
 NIDN. 0223038601

umb.ac.id
 humas@umb.ac.id
 0822-3546-1991

um bengkulu
 um bengkulu
 um bengkulu

um bengkulu
 umb tv
 Radio Jazirah FM 104,3 MHz

Lampiran 24. Surat Rekomendasi Penelitian Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

 PEMERINTAH KOTA BENGKULU DINAS KESEHATAN UPTD PUSKESMAS SAWAH LEBAR {Badan Layanan Umum Daerah} Jl. Sepakat RT 18 Kelurahan Sawah Lebar Baru Telp. (0736) 28360 Email : pkmsawahlebar@gmail.com 	
LEMBAR DISPOSISI	
Surat dari : Dinkes Kota Bkl No. Surat : 000.0.2/2005/D.Kes/2026 Tgl. Surat : Juni 2026	Diterima Tgl : 20 Juni 2026 No. Agenda : Sifat : ☐ Sangat segera ☐ Segera ☐ Rahasia
Perihal : Rekomendasi izin penelitian mhs. keperawatan an. Meza Tri Marini Nasution	
Diteruskan kepada sdr : ☐ Dr. Ricky Valenda ☐ Dr. Hana Sunarya P. Saragih ☐ Dan seterusnya	Dengan hormat harap : ☐ Tanggapan dan saran ☐ Proses lebih lanjut ☐ Koordinasi / Konfirmasi ☐
Catatan :	Plt. Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu  Erna Yulista, S.Tr.Keb NIP. 198802152011012001

b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
 c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
 d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
 e. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, Juni 2026
 Kepala Dinas Kesehatan
 Kota Bengkulu

Nelli Hartati, SKM, MM
 Pembina - IV/a
 Nip. 19720419 199101 2 001

Tembusan :
 1. Yth. Sdr. Ka. UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Lampiran 25. Surat Selesai Penelitian Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS SAWAH LEBAR
{Badan Layanan Umum Daerah}
 Jl. Sepakat RT. 18 Kelurahan Sawah Lebar Baru TELP. (0736) 28360
 Email: pkmsawahlebar@gmail.com



SURAT KETERANGAN
 Nomor : 445/403/PKM-SL/VIII/2026

Berdasarkan surat rekomendasi dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/2005/D.Kes/2026 tanggal Juni 2026 tentang: Rekomendasi izin penelitian

Yang bertanda tangan dibawah ini Plt. Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu :

Nama : Erna Yulista, S.Tr.Keb
 N I P : 198802152011012001
 Pangkat/Gol. : Penata – III/c
 Jabatan : Plt. Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu

Dengan ini menerangkan :

Nama : Meza Tri Marini Nasution
 NPM/ NIM : 2214201057
 Program Studi : Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Benar telah melaksanakan penelitian di UPTD Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu dari tanggal 29 Juni 2026 s/d 31 Juli 2026 dengan judul **“Hubungan Self-Management, Aktivitas Fisik, dan Kepatuhan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu”**

Demikianlah keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagai mana mestinya..

Dikeluarkan di : Bengkulu
 Pada Tanggal : 8 Agustus 2026
 Plt. Kepala UPTD Puskesmas Sawah Lebar
 Kota Bengkulu


Erna Yulista, S.Tr.Keb
 NIP. 198802152011012001

Tembusan :

1. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
2. Arsip

Bengkulu, 2025
Mahasiswa yang bersangkutan,
Mud