

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	4
1.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah	8
1.4 Tujuan Penelitian	9
1.4.1 Tujuan Umum	9
1.4.2 Tujuan Khusus	9
1.5 Manfaat Penelitian	9
1.5.1 Bagi Peneliti	9
1.5.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat	10
1.5.3 Bagi Responden Penelitian	10
1.5.4 Bagi Masyarakat	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
2.1 Konsep Perilaku Kesehatan Lawrence Green	11
2.2 Penyakit Diabetes Melitus	12
2.2.1 Definisi, Etiologi, dan Patofisiologi DM	12
2.2.2 Diagnosis, Gejala, dan Tanda Klinis DM	13
2.2.3 Penyakit Penyulit DM	14
2.3 Pilar Penatalaksanaan DM	15
2.3.1 Edukasi	15
2.3.2 Pola Makan	16
2.3.3 Latihan Jasmani	17
2.3.4 Intervensi Farmakologis	19
2.4 Kriteria Pengendalian Diabetes Melitus	21
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	22
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	22

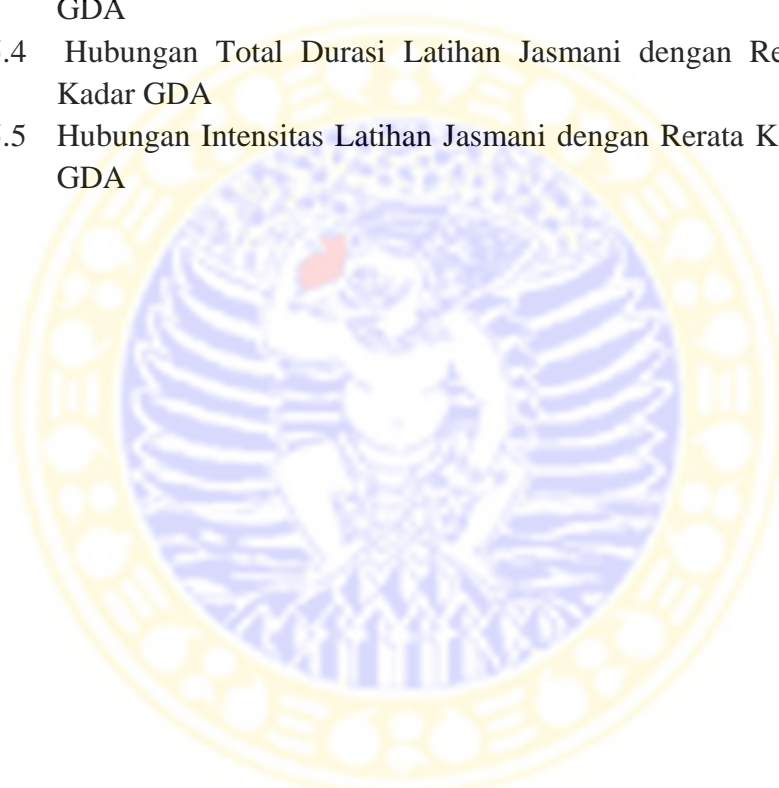
3.2 Hipotesis Penelitian	23
BAB IV METODE PENELITIAN	24
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian	24
4.2 Populasi Penelitian	24
4.3 Sampel Penelitian	25
4.3.1 Besar Sampel	26
4.3.2 Cara Pengambilan Sampel	27
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	29
4.4.1 Lokasi Penelitian	29
4.4.2 Waktu Penelitian	29
4.5 Variabel dan Definisi Operasional	29
4.5.1 Variabel Penelitian	29
4.5.2 Definisi Operasional	30
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	32
4.7 Teknik Analisis Data	32
4.7.1 Analisis Univariat	34
4.7.2 Analisis Bivariat	34
BAB V HASIL PENELITIAN	35
5.1 Gambaran Distribusi Frekuensi Rerata Kadar GDA dan Latihan Jasmani	35
5.1.1 Gambaran Distribusi Rerata Kadar GDA Responden	34
5.1.2 Gambaran Distribusi Frekuensi Latihan Jasmani Responden	38
5.1.3 Gambaran Distribusi Total Durasi Latihan Jasmani Responden	39
5.1.4 Gambaran Distribusi Intensitas Latihan Jasmani Responden	40
5.1.5 Gambaran Distribusi Jenis Latihan Jasmani Responden	41
5.2 Analisis Hubungan Latihan Jasmani dengan Rerata Kadar GDA	43
5.2.1 Analisis Hubungan Frekuensi Latihan Jasmani dengan Rerata Kadar GDA	43
5.2.2 Analisis Hubungan Total Durasi Latihan Jasmani dengan Rerata Kadar GDA	44
5.2.3 Analisis Hubungan Intensitas Latihan Jasmani dengan Rerata Kadar GDA	45
BAB VI PEMBAHASAN	46
6.1 Rerata Kadar Glukosa Darah Acak	46
6.2 Hubungan antara Frekuensi Latihan Jasmani dengan Kadar GDA	48

6.3 Hubungan antara Total Durasi Latihan Jasmani dengan Kadar GDA	50
6.4 Hubungan antara Intensitas Latihan Jasmani dengan Kadar GDA	52
6.5 Jenis Latihan Jasmani	54
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	57
7.1 Kesimpulan	57
7.2 Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	64



DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
Tabel 2.1	Kriteria Diagnosis Diabetes Melitus	13
Tabel 2.2	Komposisi Makanan yang Dianjurkan untuk Penderita DM	17
Tabel 2.3	Kriteria Pengendalian DM	21
Tabel 4.1	Definisi Operasional Penelitian	30
Tabel 5.1	Analisis Deskriptif Rerata Kadar GDA Responden	35
Tabel 5.2	Distribusi Umur Responden	36
Tabel 5.3	Hubungan Frekuensi Latihan Jasmani dengan Rerata Kadar GDA	43
Tabel 5.4	Hubungan Total Durasi Latihan Jasmani dengan Rerata Kadar GDA	44
Tabel 5.5	Hubungan Intensitas Latihan Jasmani dengan Rerata Kadar GDA	45



DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
Gambar 1.1	Tren Kasus DM di Puskesmas Pacar Keling 2011-2014	6
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Hubungan Latihan Jasmani dengan Rerata Kadar Glukosa Darah Acak	22
Gambar 5.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur	36
Gambar 5.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	37
Gambar 5.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Frekuensi Latihan Jasmani	38
Gambar 5.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Total Durasi Latihan Jasmani	39
Gambar 5.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Intensitas Latihan Jasmani	40
Gambar 5.6	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Latihan Jasmani	41

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1	Lembar Pengumpulan Data	64
2	Kuesioner Penelitian	65
3	Analisis Data Statistika	73
4	Surat Izin Penelitian	86
5	Sertifikat Kaji Etik	89



DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

Daftar Lambang

&	: dan
%	: persen
<	: kurang dari
>	: lebih dari
\leq	: kurang dari sama dengan
\geq	: lebih dari sama dengan
α	: alfa
β	: beta
-	: sampai dengan
x	: kali
/	: atau

Daftar Singkatan

AMPK	: <i>Adenosine Monophosphate Protein Kinase</i>
ACLS	: <i>Aerobic Centre Longitudinal Study</i>
Balitbangkes RI	: B adan P enelitian dan P engembangan K esehatan R epublik I ndonesia
CDC	: <i>Centers for Disease Control and Prevention</i>
CI	: <i>Confidence Interval</i>
Depkes RI	: D epartemen K esehatan R epublik I ndonesia
DM	: D iabetes M elitus
DMG	: D iabetes M elitus G estasional
GDA	: G lukosa D arah A cak
GLUT	: <i>Glucose Transporter</i>
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
IMT	: I ndeks M asa T ubuh
ISK	: I nfeksi S aluran K emih
NCDs	: <i>Non Communicable Diseases</i>
OHO	: O bat H iperglikemik O ral
OR	: <i>Odd Ratio</i>
PR	: <i>Prevalence Rate</i>
PTM	: P enyakit T idak M enular
Riskesdas	: R iset K esehatan D asar
WHO	: <i>World Health Organization</i>