

**DAFTAR ISI**

HALAMAN COVER.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING TESIS .....	iv
LEMBAR PENGESAHAN TESIS.....	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
RINGKASAN .....	ix
<i>SUMMARY</i> .....	xii
ABSTRAK .....	xv
<i>ABSTRACT</i> .....	xvi
DAFTAR ISI.....	xvii
DAFTAR TABEL.....	xx
DAFTAR GAMBAR .....	xxi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xxii
DAFTAR SINGKATAN .....	xxiii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan.....	6
1.3.1 Tujuan umum.....	6
1.3.2 Tujuan khusus.....	6
BAB 2 METODE.....	7
2.1 Protokol dan registrasi .....	7
2.2 Kriteria Kelayakan.....	7
2.3 Sumber Informasi .....	9
2.4 Seleksi Studi .....	10
2.5 Proses Pengumpulan data .....	12
2.6 <i>Item Data</i> .....	14

2.7	Resiko Bias dalam studi.....	15
2.8	Ringkasan Tindakan .....	16
2.9	Metode Analisis .....	17
2.10	Resiko Bias Lintas Studi.....	17
2.11	Analisis Tambahan .....	18
BAB 3 HASIL DAN ANALISIS .....		19
3.1	Kualitas Studi dan Resiko Bias .....	19
3.2	Karakteristik Studi .....	22
3.3	Karakteristik Responden dari Studi .....	24
3.4	Hasil Studi .....	25
3.4.1	Intervensi <i>aerobic exercise</i> dengan kombinasi <i>aerobic</i> dan <i>resistance exercise</i> terhadap kebugaran fisik pasien diabetes mellitus tipe 2 .....	57
3.4.2	Intervensi <i>aerobic exercise</i> dengan kombinasi <i>aerobic</i> dan <i>resistance exercise</i> terhadap kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2. ....	64
3.5	Penyusunan Modul .....	67
3.5.1	Studi Literatur .....	67
3.5.2	Diskusi Pakar .....	68
3.5.3	Kerangka Penyusunan Modul.....	69
BAB 4 PEMBAHASAN .....		72
4.1	Ringkasan Hasil .....	72
4.2	Intervensi <i>aerobic exercise</i> dan kombinasi <i>aerobic-resistance exercise</i> terhadap kebugaran fisik pada pasien diabetes mellitus tipe 2.....	72
4.3	Intervensi <i>aerobic exercise</i> dengan kombinasi <i>aerobic</i> dan <i>resistance exercise</i> terhadap kualitas hidup pada pasien diabetes mellitus tipe 2.....	81
4.4	Keterbatasan studi literature .....	89
BAB 5 PENUTUP .....		91
5.1	Simpulan.....	91
5.2	<i>Conflict of Interest</i> .....	91
DAFTAR PUSTAKA .....		92
Lampiran 1 Lembar JBI Critical Appraisal RCT.....		102
Lampiran 2 Lembar JBI <i>Critical Appraisal Quasy Experimental Study</i> .....		103

Lampiran 3 Lembar JBI <i>Critical Appraisal Cohort Study</i> .....	104
Lampiran 4 Lembar PRISMA Checklist.....	105
Lampiran 5 Lembar Berita Acara Konsul Pakar 1 .....	108
Lampiran 6 Lembar Berita Acara Konsul Pakar 2.....	109
Lampiran 7 Kerangka Penyusunan Modul.....	110

**DAFTAR TABEL**

Table 2.1 Format PICOS <i>Systematic Review</i> .....	8
Tabel 2.2 Kata Kunci <i>Systematic Review</i> .....	10
Tabel 3.1 Rangkuman Hasil Pencarian Literatur.....	19
Tabel 3.2 Hasil Penilaian <i>The JBI critical appraisal tools RCT</i> .....	20
Tabel 3.3 Hasil Penilaian <i>The JBI critical appraisal tools Quasy-experiment</i> .....	21
Tabel 3.4 Hasil Penilaian <i>The JBI critical appraisal tools Observasional study</i> .	21
Tabel 3.5 Karakteristik umum study.....	24
Tabel 3.6 Rangkuman Hasil Pencarian Literatur untuk <i>Systematic Review</i> .....	25
Tabel 3.7 Hasil Konsultasi Pakar.....	69

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 PRISMA *Diagram Flow* Pencarian Literatur ..... 12

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Lembar JBI Critical Appraisal RCT .....	99
Lampiran 2 Lembar JBI Critical Appraisal <i>Quasy Experimental Study</i> .....	100
Lampiran 3 Lembar JBI Critical Appraisal Cohort Study .....	101
Lampiran 4 Lembar PRISMA Checklist.....	102
Lampiran 5 Lembar Berita Acara Konsultasi Pakar 1 .....	108
Lampiran 6 Lembar Berita Acara Konsultasi Pakar 2 .....	109
Lampiran 7 Kerangka Penyusunan Modul.....	110

**DAFTAR SINGKATAN**

ACSM	=	<i>American College of Sports Medicine</i>
ADA	=	<i>American Diabetes Association</i>
CI	=	<i>Confidence Interval</i>
Depkes	=	Departemen Kesehatan
DMT2	=	Diabetes Mellitus Tipe 2
DQOL	=	<i>Diabetes Quality of Life</i>
HbA1c	=	Hemoglobin glikosilat (A1c)
HET	=	<i>Home-based exercise-therapy program</i>
HGS	=	<i>Hand grips test</i>
HIIT	=	<i>High-Intensity Interval Training</i>
HRQoL	=	<i>Health Related Quality of Life</i>
IDF	=	<i>International Diabetes Federation</i>
IPAQ	=	<i>International Physical Activity Questionnaire</i>
METs	=	Metabolic Equivalent of Task
MICT	=	<i>Moderate-Intensity Continuous Training</i>
PERKENI	=	Perkumpulan Endokrinologi Indonesia
QoL	=	<i>Quality of Life</i>
PACES	=	<i>Skor Physical Activity Enjoyment Scale</i>
RM	=	Repetisi maksimal
RI	=	Republik Indonesia
RMR	=	<i>Resting Metabolic Rate</i>
SET	=	<i>Supervised group exercise-therapy program</i>
TUG	=	<i>Time Up and Go test</i>
USA	=	United State of America
UTT	=	<i>Underwater Treadmill Training</i>
VO <sub>2</sub> Max	=	Volume O <sub>2</sub> (oksigen) Maximum
WHOQOL	=	<i>World Health Organization Quality of Life</i>
WHO	=	<i>World Health Organization</i>