

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	xv
RINGKASAN	xviii
SUMMARY	xxv
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT.....	xxv
DAFTAR ISI.....	xxviii
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR.....	xix
DAFTAR SINGKATAN.....	xx
DAFTAR LAMPIRAN.....	xxixi
BAB 1 - PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1. Tujuan Umum	3
1.3.2. Tujuan Khusus	3
1.4. Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1. Manfaat di bidang Keilmuan.....	4
1.4.2. Manfaat bidang Pelayanan Kesehatan	4
BAB 2 – TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1. DM tipe 2	5
2.1.1. Patofisiologi DM tipe 2.....	7
2.1.2. Kriteria Diagnosis DM tipe 2.....	10
2.1.3. Komplikasi DM tipe 2.....	11
2.1.4. Penatalaksanaan DM tipe 2.....	13
2.2. Kualitas Hidup	14
2.2.1. SF – 36.....	17
2.2.2. Diabetes – 39.....	19
2.3. Rehabilitasi Medik.....	19
2.4. Latihan Fisik.....	21

2.4.1. Latihan Endurance	21
2.4.2. Latihan Aerobik	22
2.4.3 Protokol Latihan.....	22
2.4.4 Protokol Latihan <i>Treadmill</i> Intensitas Sedang dengan Peningkatan Kecepatan Bertahap 24	
2.4.5. Latihan Fisik dan DM tipe 2	26
BAB 3 – KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	30
3.1 Kerangka Konseptual.....	30
3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual.....	32
3.3. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB 4 – METODOLOGI PENELITIAN.....	35
4.1. Rancangan Penelitian	35
4.2. Tempat dan Waktu Penelitian	36
4.2.1 Tempat Penelitian	36
4.2.2 Waktu Penelitian	36
4.3 Subyek Penelitian.....	36
4.4 Kriteria Subyek Penelitian.....	38
4.4.1. Kriteria Inklusi	38
4.4.2. Kriteria Eksklusi	38
4.4.3. Kriteria Putus Uji	39
4.5 Variabel Penelitian.....	39
4.5.1. Variabel bebas.....	39
4.5.2. Variabel tergantung.....	39
4.5.3. Variabel perancu	39
4.6. Definisi Operasional.....	40
4.7. Instrumen Penelitian.....	43
4.8. Alur Penelitian.....	45
4.9. Cara Kerja.....	46
4.10. Analisis Data.....	49
4.11. Kelaikan Etik.....	49
4.12. Jadwal dan Biaya Penelitian	49
4.13. Personalia Penelitian.....	50
BAB 5 – HASIL PENELITIAN	51
5.1. Karakteristik Subyek Penelitian.....	51

5.2. Penilaian kualitas hidup (SF-36 dan D-39) sebelum perlakuan	53
5.3. Penilaian kualitas hidup (SF-36 dan D-39) sebelum dan setelah perlakuan	56
5.4. Perbandingan perubahan kualitas hidup (SF-36 dan D-39) sebelum dan setelah perlakuan	58
5.5. Korelasi variabel perubahan SF-36 dengan variabel D-39	60
BAB 6 - PEMBAHASAN.....	62
6.1. Karakteristik Umum Subyek Penelitian.....	62
6.2. Karakteristik Awal Kualitas Hidup (SF-36 dan D-39).....	63
6.3. Perubahan kualitas hidup (SF-36 dan D-39) sebelum dan sesudah perlakuan...	64
6.3.1. Fungsi Fisik.....	64
6.3.2. Limitasi Peran Akibat Gangguan Fisik	64
6.3.3. Nyeri Tubuh	65
6.3.4. Kesehatan Umum	65
6.3.5. Vitalitas	66
6.3.6. Fungsi Sosial	66
6.3.7. Limitasi Peran Akibat Gangguan Emosional.....	66
6.3.8. Kesehatan Mental.....	67
6.3.9. Transisi Kesehatan	67
6.3.10. <i>Energy dan Mobility</i>	68
6.3.11. <i>Diabetic Control</i>	68
6.3.12. <i>Anxiety dan Worry</i>	69
6.3.13. <i>Social dan Peer Burden</i>	69
6.3.14. <i>Sexual Functioning</i>	70
6.4. Perbandingan Peningkatan Kualitas Hidup pada kelompok perlakuan dan kontrol.....	70
6.5. Korelasi Variabel SF-36 dan D-39.....	73
6.6. Keterbatasan Penelitian	75
BAB 7 – KESIMPULAN DAN SARAN	76
7.1. Kesimpulan.....	76
7.2. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN	81

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1. Jadwal Penelitian.....	52
Tabel 5.1 Karakteristik dan homogenitas subyek penelitian pada kedua kelompok.....	55
Tabel 5.2 Penilaian Kualitas Hidup (SF-36 dan D-39) sebelum perlakuan (pre-program latihan fisik).....	57
Tabel 5.3 Penilaian Kualitas Hidup (SF-36 dan D-39) sebelum dan setelah perlakuan (pre-post program latihan fisik) pada.....	59
Tabel 5.4.1 Penilaian perubahan Kualitas Hidup (SF-36 dan D-39) sebelum dan setelah perlakuan (pre-post program latihan fisik) dengan kelompok kontrol.....	61
Tabel 5.4.2 Diagram peningkatan SF-36 pada kelompok latihan.....	62
Tabel 5.4.3 Diagram perubahan Diabetes-39 pada kelompok latihan.....	62
Tabel 5.5. Korelasi perubahan Kualitas Hidup variabel SF-36 dengan variabel D-39 sebelum dan setelah perlakuan pada kedua kelompok.....	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar. 2.1. Pengaruh DM tipe 2 terhadap Kualitas Hidup	7
Gambar 2.2. Penanganan awal DM tipe 2.....	13
Gambar 2.3. Piramida pendekatan Kualitas Hidup.....	16
Gambar 2.4. Versi modifikasi dari ICF-WHO sehubungannya dengan Kualitas Hidup.....	22

DAFTAR SINGKATAN

- ACSM : *American College Sport of Medicine*
- ADA : *American Diabetes Association*
- AGEs : *Advanced Glycation end-products*
- DM : *Diabetes Melitus*
- FFA : *Free Fatty Acid*
- GLP-1 : *glucagon llike polypeptide-1*
- GIP : *glocuse-dependent insulintrophic polypeptide*
- HBA1c : *Hemoglobin A1c*
- ICF : *International Classification of Functioning, Disability and Health*
- PERKENI : *Perkumpulan Endokrinologi Indonesia*
- PKC : *Protein Kinase C*
- ROS : *Reactive Oxgen Species*
- RPE : *Rapid Perceived Exercise*
- SF-36 : *Short Form-36*
- SGLT : *Sodium Glocuse co-Transporter*
- TTGO : *Tes Toleransi Glukosa Oral*
- QOL : *Quality of Life*
- THR : *Target Heart Rate*
- WHO : *World Health Organization*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informasi untuk Subyek Penelitian.....	85
Lampiran 2 Lembar Persetujuan menjadi Subyek Penelitian.....	90
Lampiran 3 Lembar Anamnesis dan Pemeriksaan Subyek Penelitian ...	91
Lampiran 4 <i>Mini-Mental State Examination</i> (MMSE).....	94
Lampiran 5 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT)	96
Lampiran 6 <i>Diabetes Neuropathy Symptom (DNS) Questionnaire</i>	97
Lampiran 7 Prosedur Tes Keseimbangan	98
Lampiran 8 Protokol <i>Modified Bruce</i>	99
Lampiran 9 Kualitas Hidup <i>SF-36</i>	100
Lampiran 10 Diabetes-39.....	106
Lampiran 11 Borg Scale	109
Lampiran 12 Protokol Kegawatdaruratan Selama Latihan.....	110
Lampiran 13 Protokol Penanganan Hipoglikemia Saat Latihan.....	112
Lampiran 14 Lembar Penanganan Nyeri Betis.....	113
Lampiran 15 Protokol Kejadian Jatuh	114
Lampiran 16 Lembar Pengunduran Diri.....	115
Lampiran 17 Lembar Etik	116
Lampiran 18 Perhitungan Statistika	117