

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRACT.....	vi
ABTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah.....	5
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Diabetes Melitus.....	7
2.2 Tingkat Aktivitas Fisik.....	28
2.3 Tingkat Stres.....	34
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	43
3.1 Kerangka Konsep.....	43
3.2 Hipotesis Penelitian.....	45
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	46
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian.....	46
4.2 Populasi Penelitian.....	46
4.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel dan Pengambilan Sampel.....	47
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	52
4.5 Variabel dan Definisi Operasional.....	52
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	55
4.7 Kerangka Operasional.....	56
4.8 Teknik Analisis Data.....	58
BAB V HASIL PENELITIAN	59
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	59
5.2 Karakteristik Responden.....	60
5.3 Kebiasaan Makan Responden.....	64
5.4 Pola Konsumsi Pangan Responden.....	66

5.5	Status Indeks Massa Tubuh (IMT) Responden.....	82
5.6	Tingkat Aktivitas Fisik Responden.....	83
5.7	Tingkat Stres Responden.....	84
BAB VI	PEMBAHASAN	86
6.1	Karakteristik Responden.....	86
6.2	Kebiasaan Makan Responden.....	90
6.3	Pola Konsumsi Pangan Responden.....	91
6.4	Status Indeks Massa Tubuh (IMT) Responden.....	98
6.5	Tingkat Aktivitas Fisik Responden.....	100
6.6	Tingkat Stres Responden.....	102
BAB VII	KESIMPULAN DAN SARAN	104
7.1	Kesimpulan.....	104
7.2	Saran.....	105
	DAFTAR PUSTAKA.....	107
	LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
2.1	Kadar Tes Laboratorium Darah Untuk Diagnosis Diabetes Dan Prediabetes.....	15
2.2	Kadar Glukosa Darah Sewaktu Dan Puasa Sebagai Patokan Penyaring Dan Diagnosis DM (mg/dl)	16
2.3	Nilai MET Berdasarkan Sub Domain dan Jenis Aktivitas Fisik.....	33
4.1	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, Klasifikasi dan Skala Data.....	52
5.1	Distribusi Reponden Menurut Kelompok Usia di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	60
5.2	Distribusi Reponden Menurut Jenis Kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	61
5.3	Distribusi Reponden Menurut Tingkat Pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	61
5.4	Distribusi Reponden Menurut Tingkat Pengetahuan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	62
5.5	Distribusi Reponden Menurut Pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	63
5.6	Distribusi Reponden Menurut Pendapatan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	64
5.7	Distribusi Reponden Menurut Kebiasaan Makan Utama di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	65
5.8	Distribusi Reponden Menurut Kebiasaan Makan Selingan di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	65
5.9	Distribusi Reponden Menurut Jenis Makanan yang Dikonsumsi di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	66
5.10	Rata-rata Jumlah Asupan Energi (kkal) yang Dikonsumsi oleh Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	67
5.11	Rata-rata Jumlah Asupan Protein (gram) yang Dikonsumsi oleh Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	68
5.12	Rata-rata Jumlah Asupan Lemak (gram) yang Dikonsumsi oleh Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	69
5.13	Rata-rata Jumlah Asupan Karbohidrat (gram) yang Dikonsumsi oleh Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	70

5.14	Rata-rata Jumlah Asupan Gula Sederhana (gram) yang Dikonsumsi oleh Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	71
5.15	Distribusi Frekuensi Bahan Makanan Sumber Karbohidat pada Penderita Diabetes Melitus dan Non diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	72
5.16	Distribusi Frekuensi Bahan Makanan Sumber Protein Hewani pada Penderita Diabetes Melitus dan Non diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	73
5.17	Distribusi Frekuensi Bahan Makanan Sumber Protein Nabati pada Penderita Diabetes Melitus dan Non diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	75
5.18	Distribusi Frekuensi Bahan Makanan Sumber Sayuran pada Penderita Diabetes Melitus dan Non diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	76
5.19	Distribusi Frekuensi Bahan Makanan Sumber Buah-buahan pada Penderita Diabetes Melitus dan Non diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	77
5.20	Distribusi Frekuensi Bahan Makanan Sumber Susu dan Olahannya pada Penderita Diabetes Melitus dan Non diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	78
5.21	Distribusi Frekuensi Bahan Makanan Sumber Minyak dan Lemak pada Penderita Diabetes Melitus dan Non diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	80
5.22	Distribusi Frekuensi Minuman pada Penderita Diabetes Melitus dan Non diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	81
5.23	Distribusi Reponden Menurut Status Indeks Massa Tubuh (IMT) di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	82
5.24	Rata-rata Penilaian Status Gizi Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	83
5.25	Distribusi Reponden Menurut Tingkat Aktvitas Fisik di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	83
5.26	Rata-rata Penilaian Hasil Akhir Tingkat Aktivitas Fisik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	84

5.27	Distribusi Reponden Menurut Tingkat stres di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	85
5.28	Rata-rata Penilaian Hasil Akhir Tingkat Stres Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang Sewu, Surabaya Tahun 2019.....	85

DAFTAR GAMBAR

<u>Nomor</u>	<u>Judul Gambar</u>	<u>Halaman</u>
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian.....	43
4.1	Kerangka Operasional Penelitian.....	57

DAFTAR LAMPIRAN

<u>Nomor</u>	<u>Judul Lampiran</u>	<u>Halaman</u>
1.	Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP).....	115
2.	Pernyataan Kesediaan Mengikuti Penelitian.....	117
3.	Form Kuisisioner Penelitian.....	118
4.	Cara Penilaian Kuisisioner.....	129
5.	Sertifikat Uji Etik.....	130
6.	Surat Perijinan.....	131
7.	Hasil Uji Statistik.....	132
8.	Leaflet.....	138

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

-	= lebih dari
-	= kurang dari
\geq	= lebih dari sama dengan
\leq	= kurang dari sama dengan
n	= jumlah
%	= persen
α	= alpha
β	= beta

Daftar Singkatan

ADA	= <i>American Diabetes Association</i>
ATP	= Adenosin Trifosfat
DAAS	= <i>Depresi on Anxiety Stres Scale</i>
Depkes	= Departemen Kesehatan
DM	= Diabetes Melitus
DMT1	= Diabetes Melitus Tipe I
DMT2	= Diabetes Melitus Tipe II
FFA	= <i>Free Fatty Acid</i>
FFQ	= <i>Food Frequency Questionnaire</i>
GDM	= <i>Gestational Diabetes Melitus</i>
GDPT	= Glukosa Darah Puasa Terganggu
GLP-1	= <i>Glukagon Like Peptide-1</i>
ICCU	= <i>Intensive Coronary Care Unit</i>
IDF	= <i>International Diabetes Federation</i>
IGD	= Instalasi Gawat Darurat
IMT	= Indeks Massa Tubuh
IPAQ	= <i>International Physical Activity Questionnaire</i>
IPTEK	= Ilmu Pengetahuan dan Teknologi
IRS-1	= <i>Insulin Receptor Substrate – 1</i>
Kemenkes	= Kementerian Kesehatan
mTOR	= <i>Mammalian Target Of Rapamycin</i>
NCD	= <i>Non Communicable Desease</i>
NGSP	= <i>National Glycohaemoglobin Standarization Program</i>
NIDDK	= <i>National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases</i>
OGTT	= <i>Oral Glucosa Tolerance Test</i>
Perkeni	= Perkumpulan Endokrinologi Indonesia

PSP	= Persetujuan Setelah Penjelasan
PTM	= Penyakit Tidak Menular
REE	= <i>Resting Energy Expenditure</i>
Risikesdas	= Riset Kesehatan Dasar
SGLT-2	= <i>Sodium Glucose Co-Transporter 2</i>
TGT	= Toleransi Glukosa Terganggu
URT	= Ukuran Rumah Tangga
WHO	= <i>World Health Organization</i>
24H	= 24 <i>hour</i>

Daftar Istilah

MET	= Satuan dalam pengukuran aktivitas fisik melalui pemberian bobot pada masing-masing tipe aktivitas berdasarkan kebutuhan energi.
-----	---