DAFTAR PUSTAKA

Aminuddin, S. K., dkk. (2025). *Konsep Dasar Keperawatan Gerontik.* CV Rey Media Grafika.

Andriani, W. R. (2023). *Buku Pintar Pengelolaan Diabetes Melitus*: Pedoman untuk Family Caregiver. Penerbit NEM.

Bahriah, dkk. (2024). *Buku ajar keperawatan gerontik* (Berdasarkan Kurikulum Pendidikan Ners Indonesia Tahun 2021). CV Eureka Media Aksara.

Charisma, A. M., dkk. (2022). Efektivitas penyuluhan pentingnya menjaga konsumsi makanan terhadap penurunan kadar glukosa darah yang melakukan pengobatan di Posbindu PTM Puskesmas Trosobo. Jurnal Pengabdian Kesehatan STIKES Cendekia Utama Kudus, *5(1)*

Darmawan, S. (2019). Peran diet 3J pada pasien diabetes melitus di Puskesmas Sudiang Raya Makassar. *Nursing Inside Community*, 1(3), 91-95.

Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2024). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2024

Fandinata, S. S., & Ernawati, I. (2020). *Management terapi pada penyakit degeneratif (diabetes mellitus dan hipertensi): Mengenal, mencegah dan mengatasi penyakit degeneratif (diabates mellitus dan hipertensi).* Penerbit Graniti.

Friska, dkk. (2025). *Buku referensi pencegahan dan penanganan diabetes melitus*. Optimal Untuk Negeri.

Irwanto, dkk. (2023). Edukasi Penerapan Diet 3J Untuk Peningkatan Pengetahuan Penderita Diabetes Melitus Pada Masyarakat Bandar Kupa. Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang Education On The Application Of The 3J Diet To Increase Knowledge Of Diabetes Mellitus Pati, 3(2), 128-33.

International Diabetes Federation. (2021) IDF Diabetes Atlas. Available at: http://www.diabetesatlas.org/resource s/2021-atlas.html.

Ismail, D. D. S. L., & Setyoadi. (2025). *Perawatan kaki diabetik: Strategi efektif mencegah komplikasi*. Universitas Brawijaya Press.

Kemenkes RI. (2023). Hasil Survei Kesehatan Indonesia. Kementrian Kesehatan RI

Khasanah, dkk. 2021. "Gambaran Pola Diet Jumlah, Jadwal, Dan Jenis (3J) Pada Pasien Dengan Diabetes Melitus Tipe 2." *Indonesian Journal of Nursing Scientific* 1(1): 18–27

Jundapri, K., Grace, R., & Suharto, S. (2025). Latihan Jalan 30 Menit Pada Pasien Diabetes Mellitus. Sinergi: Jurnal Riset Ilmiah, 2(8), 3656-3661.

Lenggogeni, D. P. (2023). Buerger Allen exercise pada pasien diabetes mellitus tipe 2. CV. Mitra Edukasi Negeri.

Luthfiyah, S., dkk. (2025). *Penyakit kronis dan kesehatan reproduksi*. Eureka Media Aksara.

Oktafiana, R., & Khamid, A. (2024). Analisa hubungan terapi diet terhadap perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus di ruang rawat inap RS Bhayangkara Brimob Kelapa Dua Depok. Malahayati Nursing Journal

Paracima, H. H., Safitri, W., & Mardiyah, S. (2023). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Pola Makanan Pada Penderita Diabetes. Universitas Kusuma Husada Surakarta.

Perkeni, P. E. I. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia*. 119.

Pranata, S., & Wranada, A. (2019). *Puasa dan Diabetes*. Graha Ilmu.

Purwaningsih, E., dkk. (2025). *Menjaga Kestabilan Gula Darah*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).

Saltar, L., dkk. (2025). *Buku ajar keperawatan gerontik*: Konsep, teori, dan asuhan keperawatan berbasis SDKI, SLKI, dan SIKI Penerbit NEM.

Santi, JS., Septiani, W. (2021). Hubungan penerapan pola diet dan aktivitas fisik dengan status kadar gula darah pada penderita DM Tipe 2 di RSUD Petala Bumi Pekanbaru tahun 2020. Jurnal Kesehatan Masyarakat. 9(5) : 711-718.

Safitri, S., Lestari, I. P., & Fitri, N. (2023). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kelor (Moringa Oleifera) terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah pada Lansia DM Tipe II. Jurnal Penelitian Perawat Profesional, 5(2), 657-666.

Sahwa, A. D., & Supriyanti, E. (2023). Penerapan Diet 3J Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien DM Tipe 2. Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan, 7(1), 22-26.

Sari, N. N. (2021). *Edukasi perawatan kaki pasien diabetes mellitus*. Penerbit NEM.

Setiani, E., Tjomiadi, CEF, & Manto, OAD (2024). Gambaran Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Di Puskesmas Pekauman Banjarmasin. Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI) , 9 (2), 149-155.

Silviani, I., & Sibarani, J. P. (2023). *Komunikasi kesehatan pada pasien diabetes melitus tipe 2*. Scopindo Media Pustaka.

Solpani, T., dkk. (2025). Hubungan Kebiasaan Pola Makan Sehari Harilansia Dengan Peningkatan Kadar Gula Darah Diabetes Melitus Di Puskesmas

Sukabumi Buay Bahuga Way Kanan. Jurnal Manajemen Informasi Kesehatan (Health Information Management), 10(1), 98-111.

Suhardi, M. (2023). *Buku Ajar Dasar Metodologi Penelitian*. Penerbit P4I.

Syatriani, S. (2023). *Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: Rizmedia Pustaka Indonesia.

Widiastuti, dkk. (2024). Review artikel: Pengaruh pola asupan makanan terhadap risiko penyakit diabetes. Journal of Public Health Science, 1(2), 108– 125.

Lampiran 1 Surat Permohonan Responden

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Liza Mayana Lubis

NIM : P07520123018

Status : Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan Medan

Dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk bersedia menjadi responden penelitian yang akan saya lakukan denganudul "Penerapan Diet Jumlah, Jenis, Jadwal (3J) Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedai Durian Medan Johor".

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ketidakstabilan kadar glukosa darah sebelum dan sesudah dilakukan penerapan diet 3J.

Keikutsertaan Bapak/Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan. Peneliti menjamin bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian pada Bapak/Ibu sebagai responden. Penelitian ini diharapkan dapat mengontrol kadar glukosa darah pada lansia penderita diabetes melitus tipe 2. Peneliti sangat menghargai hak Bapak/Ibu sebagai responden. Peneliti menjaga kerahasiaan identitas atau informasi yang Bapak/Ibu berikan. Demikian surat permohonan ini peneliti buat, atas kesediaan dan kerjasama Bapak/Ibu peneliti mengucapkan banyak terimakasih.

Medan, 18 Mei 2026

Lampiran 2 Surat Pernyataan Sebagai Responden Dalam Penelitian

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ny. A

Usia : 61

Jenis Kelamin : Perempuan

Pendidikan : SMP

Setelah membaca surat permohonan dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Diet Jumlah, Jenis, Jadwal (3J) Untuk Mengatasi Ketidastabilan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPT Puskesmas Kedai Durian Medan Johor". Saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun. Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 18 Mei 2026

Responden



PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ny. R

Usia : 60

Jenis Kelamin : Perempuan

Pendidikan : SMP

Setelah membaca surat permohonan dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Diet Jumlah, Jenis, Jadwal (3J) Untuk Mengatasi Ketidastabilan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPT Puskesmas Kedai Durian Medan Johor". Saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun. Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 18 Mei 2026

Responden



Lampiran 3 Pengajuan Judul akhir

PENGAJUAN JUDUL TUGAS AKHIR

NAMA MAHASISWA : LIZA MAYANA LUBIS
NIM : P07520123018
PEMINATAN : KEPERAWATAN GERONTIK
NAMA PEMBIMBING : TINAH SKM.,M.Kes

NO	JUDUL YANG DIAJUKAN	JUMLAH JURNAL NASIONAL DAN INTERNASIONAL
1.	Penerapan diet 3J untuk mengatasi ketidakstabilan kadar glukosa darah sewaktu pada pasien Diabetes mellitus tipe II di upt puskesmas kedai durian Medan Johor	5 nasional 2 internasional
2.	Penerapan kombinasi relaksasi benson dan terapi murrotal al quran terhadap kadar gula darah sewaktu dengan diabetes mellitus tipe II di upt puskesmas kedai durian Medan johor	5 nasional 2 internasional
3.	Penerapan senam chair exercise dan senam kaki terhadap pengendalian kadar glukosa darah pada lansia dengan diabetes mellitus tipe II di puskesmas kedai durian medan Johor	5 nasional 2 internasional

JUDUL TUGAS AKHIR

NO	JUDUL YANG DISETUJUI
1.	Penerapan diet 3J untuk mengatasi ketidakstabilan kadar glukosa darah sewaktu pada pasien Diabetes mellitus tipe II di upt puskesmas kedai durian Medan Johor

MEDAN,

KA. PRODI D-III KEPERAWATAN

(MASNILA, S.KEP, NS, M.PD)
NIP.197011301993032013

DOSEN PEMBIMBING

(TINAH SKM.,M.Kes)
NIP.1974052420021200301

Lampiran 4 Stadar Operasional Prosedur

Standar Operasional Prosedur Penerapan Diet Jumlah, Jenis, Jadwal (3J) Pada Lansia Diabetes Melitus Tipe 2

Kemenkes Poltekkes Medan		**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) DIET 3J**
1.	**PENGERTIAN**	Diet 3J adalah usaha untuk mengendalikan kadar glukosa darah yang harus diikuti dan dilaksanakan sesuai jadwal,jenis,jumlah yang telah di tetapkan.
2.	**TUJUAN**	1. Mengendalikan kadar glukosa darah hingga batas normal 2. Membantu pasien membentuk pola makan sehat dan teratur. 3. Meningkatkan kualitas hidup pasien khususnya lansia dengan diabetes melitus.
3.	**INDIKASI**	Lansia dengan diabetes melitus tipe 2
4.	**KONTRAINDIKASI**	1. Pasien yang mengalami penurunan kesadaran. 2. Pasien yang mengalami ketidakstabilan emosi. 3. Pasien yang dengan kondisi umum tidak stabil
5.	**TAHAP ORIENTASI**	1. Beri salam, panggil responden dengan namanya dan perkenalkan diri (untuk pertemuan pertama) 2. Menanyakan keluhan atau kondisi responden yang dirasakan saat ini

		3. Menjelaskan tujuan penelitian dan memberikan edukasi/penyuluhan diet 3J 4. Menjelaskan manfaat diet 3J dalam mengontrol kadar glukosa darah 5. Memberikan kesempatan pada responden untuk bertanya sebelum dilakukan tindakan penerapan diet 3J
6.	**PERSIAPAN ALAT DAN BAHAN**	1. Leaflet diet DM 2. Glukometer 3. Lembar Observasi
7.	**TAHAP KERJA**	a. Menyusun menu Diet 3J sesuai kebutuhan responden. b. Menyiapkan makanan sesuai menu diet 3J yang telah ditetapkan. c. Mendistribusikan makanan kepada responden sesuai jadwal yang ditetapkan. d.Memastikan responden mengonsumsi makanan sesuai jumlah, jenis, jumlah yang ditetapkan. e. Memastikan responden tidak mengonsumsi makanan diluar menu penelitian selama intervensi. f. Melakukan observasi selama intervensi.
8.	**EVALUASI**	1. Mengukur kadar glukosa darah pagi sebelum dan malam setelah penerapan diet 3J.

		2. Evaluasi apakah pasien dapat mengikuti penerapan diet 3J dengan baik dan benar sesuai dengan SOP. 3. Beri *reinforcement* positif pada klien. 4. Kontrak pertemuan selanjutnya. 5. Mengakhiri pertemuan dengan baik.

Lampiran 5 Karakteristik Responden

KARAKTERISTIK RESPONDEN 1

(Diisi oleh peneliti)

1. Nama Responden : Ny. A
2. Usia : 61 Tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Alamat : Jl. Suka Tirta No. 13, Suka Maju, Kec. Medan Johor, Kota Medan, Sumatera Utara
5. Pendidikan : SMP
6. Suku : Mandailing
7. Berat Badan : 55 kg
8. Pekerjaan : Tidak ada bekerja

KARAKTERISTIK RESPONDEN 2

(Diisi oleh peneliti)

1. Nama Responden : Ny. R
2. Usia : 60 Tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Alamat : Gg. Johar No 29, Titi Kuning, Kec. Medan Johor Kota Medan, Sumatera Utara
5. Pendidikan : SMP
6. Suku : Melayu
7. Berat Badan : 55 kg
8. Pekerjaan : Tidak ada bekerja

Lampiran 6 Lembar Observasi

LEMBAR OBSERVASI KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU SEBELUM DAN SETELAH INTERVENSI DIET 3J

Nama Peneliti : Liza Mayana Lubis

1. Nama/Initial Pasien : Ny. A
2. Usia : 61 Tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan

Hari Ke-	Waktu (Jam dan Tanggal)	Kadar Glukosa Darah Sebelum Intervensi	Kadar Glukosa Darah Setelah Intervensi	Nama & TTD Petugas
1	18 Mei 2026 07.00 wib	190 mg/dL	184 mg/dL	
2	19 Mei 2026 07.00 wib	182 mg/dL	175 mg/dL	
3	20 Mei 2026 07.00 wib	173 mg/dL	164 mg/dL	
4	21 Mei 2026 07.00 wib	161 mg/dL	155 mg/dL	
5	22 Mei 2026 07.00 wib	151 mg/dL	142 mg/dL	
6	23 Mei 2026 07.00 wib	140 mg/dL	131 mg/dL	
7.	24 Mei 2026 07.00 wib	126 mg/dL	120 mg/dL	

LEMBAR OBSERVASI KETIDAKSTABILAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU SEBELUM DAN SETELAH INTERVENSI DIET 3J

Nama Peneliti : Liza Mayana Lubis

1. Nama/Initial Pasien : Ny. R
2. Usia : 60 Tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan

Hari Ke-	Waktu (Jam dan Tanggal)	Kadar Glukosa Darah Sebelum Intervensi	Kadar Glukosa Darah Setelah Intervensi	Nama & TTD Petugas
H-1	18 Mei 2026 07.10 wib	200 mg/dL	197 mg/dL	
H-2	19 Mei 2026 07.10 wib	194 mg/dL	189 mg/dL	
H-3	20 Mei 2026 07.10 wib	185 mg/dL	180 mg/dL	
H-4	21 Mei 2026 07.10 wib	178 mg/dL	170 mg/dL	
H-5	22 Mei 2026 07.10 wib	164 mg/dL	155 mg/dL	
H-6	23 Mei 2026 07.10 wib	150 mg/dL	142 mg/dL	
H-7	24 Mei 2026 07.10 wib	139 mg/dL	130 mg/dL	

Lampiran 7 Lembar Observasi 2

Nama Peneliti : Liza Mayana Lubis

1. **Nama/Initial Pasien :**
2. **Usia :**
3. **Jenis Kelamin :**

Lembar Observasi

Penelitian Pelaksanaan Diet 3J Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2

No.	Aspek Penilaian Diet 3J	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Mengonsumsi makanan sesuai jumlah yang ditetapkan			
2.	Mengonsumsi makanan sesuai jenis yang telah ditetapkan			
3.	Mengonsumsi makanan sesuai jadwal yang telah ditetapkan			
4.	Makanan yang diberikan dikonsumsi hingga habis			
5.	Tidak mengonsumsi			

	makanan diluar menu penelitian			

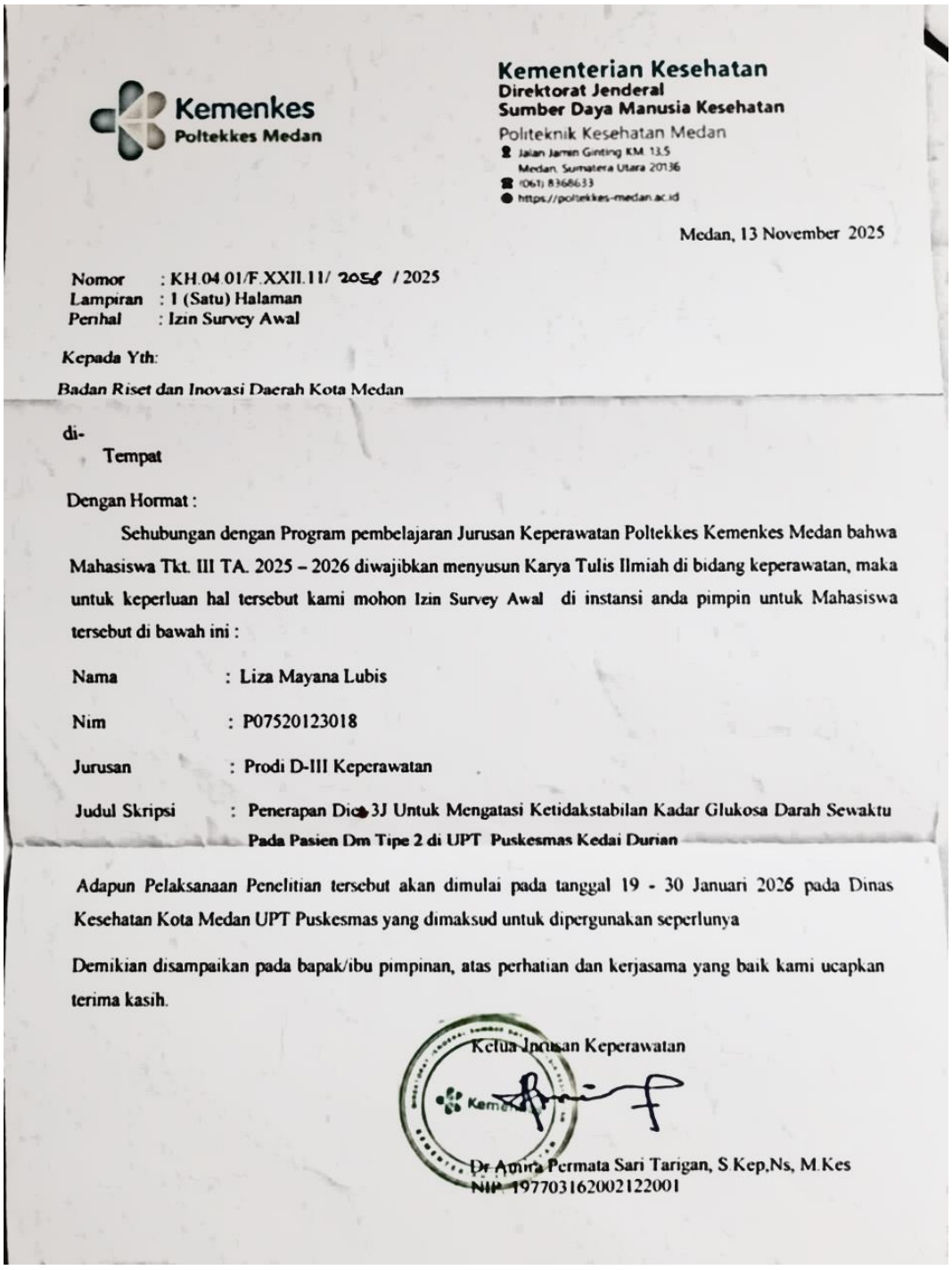
Kriteria Penilaian :

Hasil	Kategori
>75% aspek sesuai	Patuh
<75% aspek sesuai	Tidak Patuh

Lampiran 8 Lefleat



Lampiran 9 Surat Survei Awal



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Medan

Medan, 13 November 2025

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/ 2058 /2025
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Survey Awal

Kepada Yth:
Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Liza Mayana Lubis

Nim : P07520123018

Jurusan : Prodi D-III Keperawatan

Judul Skripsi : Penerapan Dicka 3J Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Dm Tipe 2 di UPT Puskesmas Kedai Durian

Adapun Pelaksanaan Penelitian tersebut akan dimulai pada tanggal 19 - 30 Januari 2026 pada Dinas Kesehatan Kota Medan UPT Puskesmas yang dimaksud untuk dipergunakan seperlunya

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

Lampiran 10 Surat Keterangan Pra Riset

PEMERINTAH KOTA MEDAN
BADAN RISET DAN INOVASI DAERAH
Jalan Jenderal Besar A. H. Nasution Nomor 32 Medan Kode Pos 20143
Telepon (061) 7873439 Faksimile (061) 7873314
Laman https://brida.medan.go.id, Pos-el brida@medan.go.id

SURAT KETERANGAN PRA RISET

Nomor : 000.9/4586

DASAR : 1. Peraturan Daerah Kota Medan Nomor : 8 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kota Medan Nomor 15 Tahun 2016 Tentang Pembentukan Perangkat Daerah Kota Medan.
2. Peraturan Walikota Medan Nomor : 97 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi, dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kota Medan.

MENIMBANG : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan Nomor KH.04.01/F.XXII.11/2058/2025 Tanggal 13 November 2025 Perihal Izin Survei Awal.

NAMA	:	**Liza Mayana Lubis**
NIM	:	P07520123018
PROGRAM STUDI	:	DIII - Keperawatan
JUDUL	:	**"Penerapan Diet 3J untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Pasien DM Tipe 2 di UPT Puskesmas Kedai Durian "**
LOKASI	:	1. Dinas Kesehatan Kota Medan, 2. UPT Puskesmas Kedai Durian Kota Medan
LAMANYA	:	3 (tiga) Bulan
PENANGGUNG JAWAB	:	Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan

Melakukan Pra Riset, dengan ketentuan sebagai berikut :
1. Sebelum melakukan Pra Riset terlebih dahulu harus melapor kepada pimpinan Perangkat Daerah lokasi Yang ditetapkan.
2. Mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di lokasi Pra Riset .
3. Tidak dibenarkan melakukan Pra Riset atau aktivitas lain di luar lokasi yang telah ditetapkan.
4. **Hasil Pra Riset diserahkan kepada Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan selambat lambatnya 2 (dua) bulan setelah Pra Riset dalam bentuk *softcopy* atau melalui Email (brida@medan.go.id).**
5. Surat Keterangan Pra Riset dinyatakan batal apabila pemegang surat keterangan tidak mengindahkan ketentuan atau peraturan yang berlaku pada Pemerintah Kota Medan.
6. Surat Keterangan Pra Riset ini berlaku sejak tanggal dikeluarkan.

Demikian Surat ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Medan
Pada Tanggal : 16 November 2025

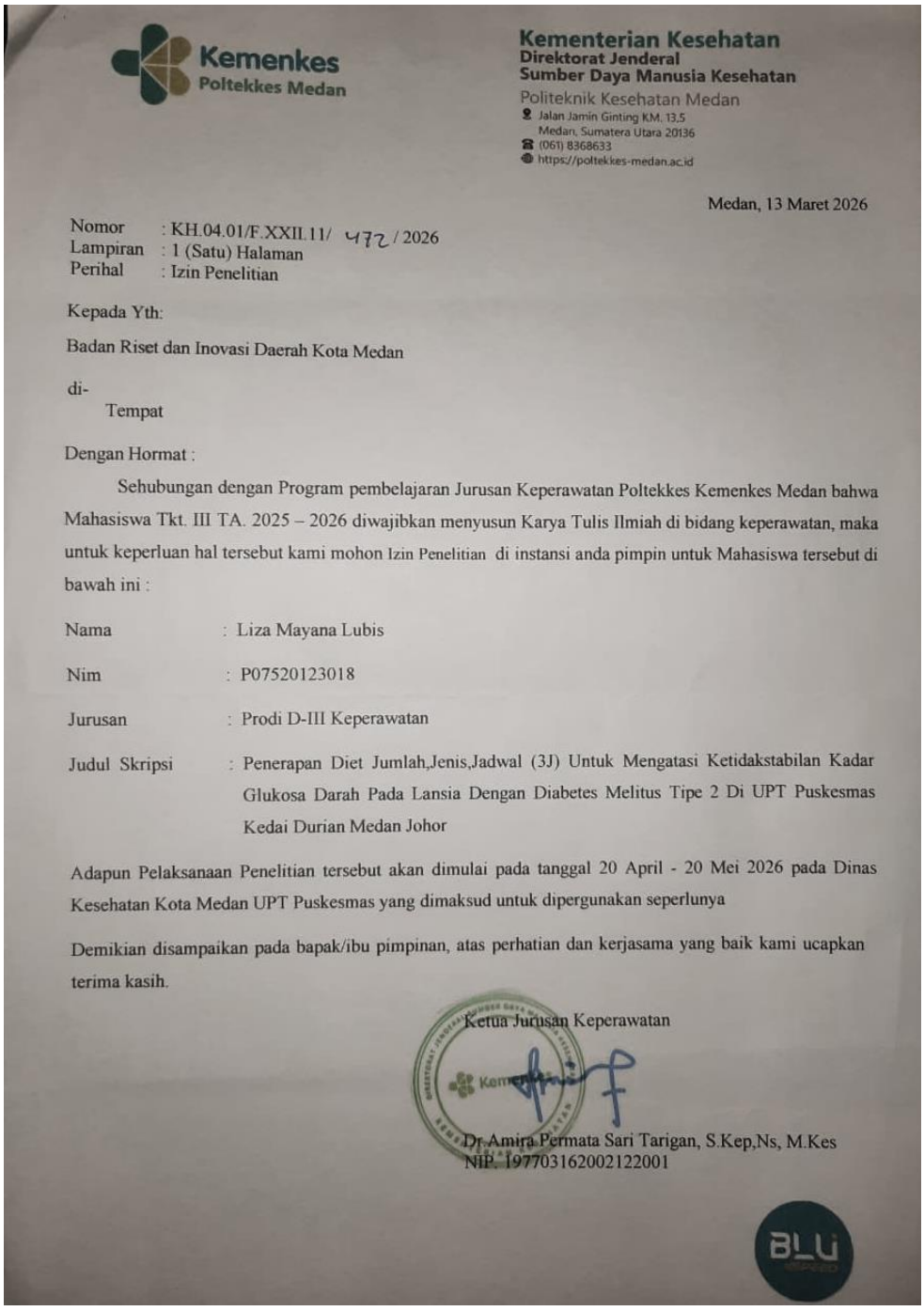
Ditandatangani secara elektronik oleh :
Kepala Badan
Riset dan Inovasi Daerah,

Benny Iskandar, ST, MT
Pembina Utama Muda (IV/c)
NIP 197404292000031008

Tembusan :
1. Wali Kota Medan.
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan.
3. Camat Medan Johor Kota Medan.
4. Kepala UPT Puskesmas Kedai Durian Kota Medan.
5. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.

Balai Besar Sertifikasi Elektronik
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik, menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE.
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "*Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetakannya merupakan alat bukti hukum yang sah.*"

Lampiran 11 Surat Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Medan

Medan, 13 Maret 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/ 472 / 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:

Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama	:	Liza Mayana Lubis
Nim	:	P07520123018
Jurusan	:	Prodi D-III Keperawatan
Judul Skripsi	:	Penerapan Diet Jumlah,Jenis,Jadwal (3J) Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPT Puskesmas Kedai Durian Medan Johor

Adapun Pelaksanaan Penelitian tersebut akan dimulai pada tanggal 20 April - 20 Mei 2026 pada Dinas Kesehatan Kota Medan UPT Puskesmas yang dimaksud untuk dipergunakan seperlunya

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

Lampiran 12 EC

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

PERBAIKAN ETIK

Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK) POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Nomor Registrasi Pada KEPPKN : 0159231271
Terdaftar/Terakreditasi

Surat Pernyataan Perbaikan Etik Penelitian Kesehatan

Nomor : 526/09/PERBAIKAN/KEPK/POLKESMED/2026

Protokol penelitian yang diusulkan oleh: **Liza Mayana Lubis** dengan judul: **Penerapan Diet Jumlah, Jenis, Jadwal (3J) Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPT Puskesmas Kedai Durian Medan Johor** dinyatakan diperbaiki sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Penjelasan Sebelum Persetujuan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator masing-masing Standar, sebagaimana terlampir.

Ketua KEPK,

Perbaikan Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 08 September 2026 sampai dengan tanggal 15 September 2026.

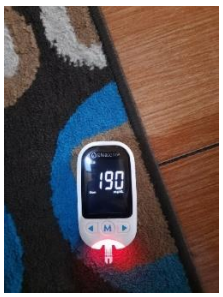
Dr. Lestari Rahmah, MKT

Catatan untuk Peneliti dan Para Pihak :

1) Setiap pelaksanaan yang menyimpang dari protokol etik penelitian ini, harus sudah dilaporkan kepada kami untuk memperoleh pertimbangan dan persetujuan;
2) Setiap kejadian yg tidak diharapkan, yang timbul dari pelaksanaan penelitian ini harus segera dilaporkan kepada kami
3) Peneliti bersedia untuk sewaktu-waktu memperoleh pemantauan pelaksanaan penelitian
4) Para pihak terkait dapat menyampaikan aduan terkait dengan pelaksanaan penelitian ini kepada kami melalui e-mail, maupun WA kepada Nomor HP kami
5) Peneliti harus memasukkan laporan tahunan (berupa ringkasan/ abstrak) kepada kami, atau laporan akhir (abstrak) jika penelitian tidak melebihi 1 (satu) tahun

Lampiran 13 Dokumentasi

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. A HARI KE-1



GDS sebelum Intervensi hari Ke-1



Menu pagi (Nasi, semur telur, tempe goreng bumbu tumis labu)



Pemberian diet pagi hari ke-1



Pemberian diet siang Hari ke-1



Menu siang (Nasi, ayam goreng, tahu goreng sayur gambas wortel)



Pemberian diet malam hari ke-1



Menu malam (Nasi ikan balado, tahu balado sayur asam)



GDS Setelah intervensi hari ke-1

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. A HARI KE-2



GDS sebelum intervensi hari ke-2



Menu pagi (Nasi, ayam suwir kemangi, sup tofu wortel)



Pemberian diet pagi hari ke-2



Menu siang (Nasi, telur iris, perkedel tempe, sayur bening wortel dan buncis)



Pemberian diet siang Hari ke-2



Menu malam (Nasi, tumis tempe, tumis labu siam, timun)



Pemberian diet malam hari ke-2



GDS setelah intervensi hari ke-2

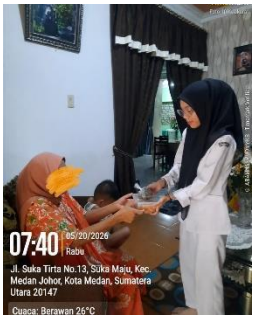
DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. A HARI KE-3



GDS sebelum Hari ke-3



Menu pagi (Nasi, Tahu Tempe bacem, Tumis kacang panjang)



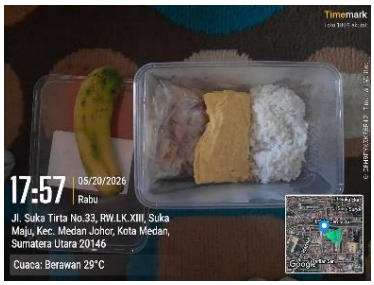
Pemberian diet pagi Hari ke- 3



Menu siang (Nasi, ikan tauco tumis kacang panjang)



Pemberian diet siang hari ke-3



Menu malam (Nasi, telur Dadar tumis tahu kecap tumis sawi putih, pisang)

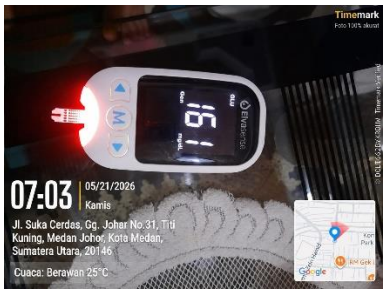


Pemberian diet malam hari ke-3



GDS setelah intervensi hari ke-3

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. A HARI KE-4



GDS sebelum intervensi Hari ke-4



(Nasi telur mata sapi balado ikan asin tawar, bening Bayam)



Pemberian diet pagi hari ke-4



Menu siang (Nasi, ayam sambal cengkeh, sup tahu)



Pemberian diet siang hari ke-4



Menu malam (Nasi telur, jamur enoki, pisang)



Pemberian diet malam Hari ke-4



GDS setelah intervensi hari ke-4

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. A HARI KE-5



GDS sebelum intervensi Hari ke-5



Menu pagi (Nasi, ikan tongkol suwir, tumis labu siam)



Menu siang (nasi, telur saus tiram, tahu kuning tumis jamur tiram)



Pemberian diet siang



Menu malam (Nasi, ikan pindang goreng, orek tempe, sayur lodeh, pisang)



Pemberian diet malam hari ke-5



GDS setelah intervensi hari ke-5

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. A HARI KE-6



GDS sebelum intervensi Hari ke-6



Menu pagi (Nasi ayam suwir kemangi, sup wortel tofu)



Pemberian diet pagi hari ke-6



Menu siang **(**Nasi, ikan tauco, tumis kacang panjang)



Menu malam (Nasi telur jamur enoki, tahu tumis, pisang)



Pemberian diet malam hari ke-6



GDS setelah intervensi hari ke-6

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. A HARI KE-7



GDS sebelum hari ke-7



Menu pagi (Nasi, telur saus tiram, tahu kuning tumis jamur tiram)



Pemberian diet pagi hari ke-7



Menu siang (Nasi ayam sambal cengkeh



Pemberian diet siang Hari ke-7



Menu malam hari ke-7 (Nasi, ikan, tumis labu siam)



GDS setelah intervensi hari ke-7

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. R HARI KE-1



GDS sebelum intervensi Hari ke-1



Menu pagi (Nasi, semur tempe goreng bumbu tumis labu)



Pemberian diet pagi hari ke-1



Menu siang **(**Nasi, ayam goreng, tahu goreng, sayur gambas wortel)



Penerapan diet siang hari ke-1



Menu malam (Nasi, ikan balado, tahu balado sayur asam)



GDS setelah intervensi hari ke-1

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. R HARI KE-2



GDS sebelum intervensi hari ke-2



Pemberian diet pagi hari ke-2



Menu pagi (Nasi, ayam suwir kemangi, sup tofu)



Menu siang (Nasi, telur tempe, sop bening wortel dan buncis)



Pemberian diet siang hari ke-2



Menu malam (Nasi, tumis tempe, tumis labu siam, timun)



Pemberian diet malam hari ke-2



GDS setelah intervensi hari ke-2

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. R HARI KE-3



GDS sebelum intervensI Hari ke-3



Menu pagi (Nasi, ayam kuah no santan tahu Tempe bacem,Tumis kacang panjang)



Pemberian diet pagi hari ke-3



Menu siang (Nasi, ikan Tauco, tumis kacang Panjang)



Pemberian diet siang hari ke-3



Menu malam (Nasi telur dadar, tumis tahu kecap, tumis sawi putih,pisang)



GDS setelah intercensi hari ke-3

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. R HARI KE-4



GDS sebelum Intervensi hari ke-4



Menu pagi (Nasi telur mata sapi balado, ikan asin tawar bening bayam)



Pemberian diet pagi hari ke-4



Menu siang (Nasi ayam sambal cengkeh, sup tahu, rumput laut)



Pemberian diet siang hari ke-4



Menu malam (Nasi, telur, jamur enoki, tahu tumis



Pemberian diet malam hari ke-4



GDS setelah intervensi hari ke-4

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. R HARI KE-5



GDS sebelum intervensi Hari ke-4



Menu pagi (Nasi, ikan tongkol suwir, tumis labu siam



Menu siang (Nasi, telur saus tiram, tahu kuning tumis jamur tiram



Pemberian diet siang hari ke-5



Menu malam (Nasi ikan pindang goreng orek tempe, sayur lodeh, pisang)



Pemberian diet malam hari ke-5



GDS Setelah intervensi hari ke-5

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. R HARI KE-6



GDS sebelum intervensi hari ke-6



Menu pagi (Nasi ayam Suwir kemangi, sup Wortel tofu)



Pemberian diet pagi hari ke-6



Menu siang (ikan tauco, tumis kacang panjang



Pemberian diet siang Hari ke-6



Menu malam (Nasi telur jamur enoki, tahu tumis, pisang)



Pemberian diet malam hari ke-6



GDS setelah intervensi hari ke-6

DOKUMENTASI PENERAPAN DIET 3J PADA NY. R HARI KE-7



GDS sebelum intervensi hari ke-7



Menu pagi (Nasi saus tiram, tahu kuning tumis jamur tiram)



Pemberian diet pagi Hari ke-7



Menu siang (Nasi ayam sambal cengkeh



Pemberian diet siang hari ke-7



Menu malam (ikan tongkol, tumis kacang panjang)



Pemberian diet malam hari ke-7



GDS setelah intervensi hari ke-7

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI **:** Penerapan Diet Jumlah, Jenis, Jadwal (3J) Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2

Nama Mahasiswa **:** Liza Mayana Lubis

Nomor Induk Mahasiswa **:** P07520123018

Nama Pembimbing **:** Tinah, SKM., M.Kes

NO	TGL	MATERI DIKONSULKAN	PARAF	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama
1	30 oktober 2025	Bimbingan pengajuan judul dan telaah		
2	4 November 2025	Bimbingan pengajuan judul dan telaah		
3	10 November 2025	ACC Judul KTI		
4	01 Desember 2025	Bimbingan bab 1 KTI		
5	08 Desember 2025	Bimbingan bab 1 KTI		
6	19 Januari 2026	Bimbingan bab 1 KTI		

7	21 Januari 2026	Bimbingan Bab 1 dan 2 KTI		
8	04 Februari 2026	Bimbingan 3 KTI		
9	06 Februari 2026	ACC bab 1,2,3 KTI		
10	03 Maret 2026	Bimbingan Revisi Bab 1,2 dan 3		
12	02 Juni 2025	Bimbingan Bab 4 dan 5 KTI		
13	08 Juni 2026	Bimbingan Bab 4 dan 5 KTI		
14	15 Juni 2026	ACC Penulisan Bab 4 dan 5 KTI		

Medan, … Juni 2026

Mengetahui

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan

Medan



(Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd)

NIP : 1970113119930322013

LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI **:** Penerapan Diet Jumlah, Jenis, Jadwal (3J) Untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Lansia Dengan Diabetes Melitus Tipe 2

Nama Mahasiswa **:** Liza Mayana Lubis

Nomor Induk Mahasiswa **:** P07520123018

Nama Pembimbing **:** Surita, Br Ginting SKM, M.Kes

NO	TGL	MATERI DIKONSULKAN	PARAF	
			Mahasiswa	Pembimbing Pendamping
1	09 Februari 2026	Bimbingan bab 1 KTI		
3	12 Februari 2026	ACC bab 1,2,3 KTI		
4	17 Juni 2026	Bimbingan bab 4 dan 5 KTI		
5	17 Juni 2026	ACC Penulisan bab 4 dan 5 KTI		

Medan, … Juni 2026

Mengetahui

Ketua Prodi Diploma III Keperawatan Medan

(Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd)

NIP : 1970113119930322013