DAFTAR PUSTAKA

Adi Soelistijo, S., Suastika, K., Lindarto, D., Decroli, E., Permana, H., W Sucipto, K., Kusnadi, Y., Budiman, Ikhsan, M. R., Sasiarini, L., Sanusi, H., Nugroho HS, K. H., & Susanto, H. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia. PB. Perkeni.

Adi Soelistijo, S., Suastika, K., Lindarto, D., Decroli, E., Permana, H., W Sucipto, K., Kusnadi, Y., Budiman, Ikhsan, M. R., Sasiarini, L., Sanusi, H., Nugroho HS, K. H., & Susanto, H. (2024). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia. PB. Perkeni.

Akhriansyah, M., Langelo, W., Aji, R., Kiki Anugrah, A., Syarif, I., Dasa, M., Wiratikusuma, Y., Nulhakim, L., Budiawan, H., & Samiun, Z. (2023). Keperawatan Keluarga (N. Sulung, Ed.). Get Press Indonesia.

Amalia, R., Yan Syah, A. (2026). Optimalisasi Pengontrolan Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Mellitus Melalui Aktifitas Fisik Berjalan Kaki (*Walking Exercise*). Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa.

Butcher Howard K., Bulechek Gloria M., Dochterman Joanne M., & Wagner Cheryl M. (2018). *Nursing Intervensions Classification (NIC)*. Elsevier.

Dayuningsih, Yuliarsih, L., & Iksan, R. R. (2024). Konsep Keperawatan *(Home Care)* Pasa Pasien Luka Dekubitus dan Asuhan Keperawatan. Penerbit Lakeisha.

Fadhilah, N., & Yuliarsih, L. (2024). Buku Ajar Keperawatan Keluarga Untuk S1 Keperawatan. PT Nuansa Fajar Cemerlang.

Hasrima, Susanti, S., Abadi, M. T., Pauzi, M., Umrana, S., Febriyanti, H., Hermanto, Amandus. H, Herman, Anggraeni. Dwi Nur, Rahayu, R. P., & Masriwati, S. (2023). Keperawatan Keluarga. Eureka Media Aksara.

Hati, Y., & Muchsin, R. (2022a). Pengaruh *Brisk Walking* Terhadap Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pasien Diabetes Melitus Tipe II. Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan, 16(1), 74–79.

Hati, Y., & Muchsin, R. (2022b). Pengaruh *Brisk Walking* Terhadap Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pasien Diabetes Melitus Tipe II. Poltekita *:* Jurnal Ilmu Kesehatan, 16(1), 74–79.

Hayati, K., Cahya, N., Manalu, T. A., Agustina, D., & Sembiring, N. E. (2021). Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe II Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. In Jurnal Penelitian Keperawatan Medik (Vol. 3, Number 2).

Herdman T.Heather, Kamitsuru Shigemi, & Lopes Camila Takao. (2022). Nanda Diagnosis Keperawatan. Penerbit Buku Kedokteran.

Kholis, H. A., Rochman, M. I., & Kurdi, F. (2025). Jalan Cepat Untuk Gaya Hidup Aktif Dan Sehat Agar Faktor Risiko Penyakit Kronis Tidak Meningkat. Nuansa Fajar Cemerlang.

Kuman, M. J. M., & Nong Baba, W. (2024). Penerapan Inovasi *Brisk Walking Exercise* Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Klien Diabetes Mellitus.

Kusumawati, F., & Saelan,). (2025). Pengaruh Aktivitas Fisik Jalan Kaki Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Dusun Kaliondo. Jurnal Ilmiah Pamenang.

Lukman, S. (2024). Buku Ajar Keperawatan Keluarga (Rahmawati, Ed.). Penerbit Salnesia.

Megawati, D., & Soep. (2023). Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Terhadap KGD Sewaktu. USU Press.

Moorhead Sue, Swanson Elizabeth, Johnson Marion, & Maas Meridean L. (2018). *Nursing Outcomes Classification (NOC)*. Elsevier.

Mufida, I., Qodir, A., Trias, A. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kadar Gula Darah Acak Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Dinoyo. *5*(3).

Pradani, V. D. P., Kurniawan, W. E., & Maryoto, M. (2026). Upaya Meningkatkan Dukungan Keluarga Terhadap Kepatuhan Kontrol Rutin Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Kembaran. Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat.

Rahmattullah, R. A., Hudain, M. A., Wahid, W. M. (2025). *The Effect Of Walking On Reducing Blood Glucose Levels In Type 2 DM Patients At Antang Community Health Center.* Jurnal Ilara.

Rehena, J. F., & Wael, S. (2023). Buku Ajar Anatomi Fisiologi Manusia Untuk S1 Biologi.

Sakinah, S., Purnama, J., Muhammadiyah Sidrap, I. (2022). Pengaruh Aktivitas Fisik Berjalan Kaki Penyandang Diabetes Melitus Tipe 2 Terhadap Kestabilan Gula Darah. Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah.

Simarmata, P. C., Hayati, K., Sitepu, U., Hutahuruk, R., Butar-butar, R. A., & Cahya, N. (2021). Penyuluhan *Brisk Walking* Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus. Jurnal Pengmas Kestra.

Wulandari, Z. A. (2025a). Efektivitas *Brisk Walking* Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II.

Wulandari, Z. A. (2025b). Efektivitas *Brisk Walking* Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II.

Yeni, F. (2025). Manfaat *Brisk Walking Exercise* Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus. Eureka Media Aksara.

Zulkahfi. (2022). Asuhan Keperawatan Keluarga. Binarupa Aksara.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Izin Survey 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

Medan, 04 Mei 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/ 764 / 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Survey Awal

Kepada Yth:

Kepala UPT Puskesmas Tuntungan Pancur Batu

di-
Tempat

Dengan Hormat :

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

No	Nama	NIM	Judul
1.	Junetty Julmi Marsaulina Manurung	P0712062528	Penerapan *Brisk Walking Exercise* Pada Keluarga Dengan Diabetes Melitus Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Di UPT Puskesmas Tuntungan Pancur Batu

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

Ketua Jurusan Keperawatan

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

Lampiran 2. Surat Balasan Izin Survey Awal

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN
Jalan Besar Kutalimbaru Desa Tuntungan I Kode Pos – 20353
Pos-el: ptuntungan@gmail.com

Tuntungan, 07 Juli 2026

Nomor : 000.1/1531 /PKM-PTPB/-/VII/2026
Lampiran : -
Perihal : Balasan Izin Survey Awal

Kepada Yth :
Poltekkes Kemenkes Medan
di –
Tempat

Sehubungan dengan surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan nomor : KH.04.01/F.XXII.11/764/2026 tanggal 04 Mei 2026, Perihal Izin Survey Awal di Puskesmas Tuntungan, Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan ,sebagai berikut :

Nama	: Junetty Julmi Marsaulina Manurung
NIM	: P0712062528
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: Penerapan Brisk Walking Exercise pada Keluarga dengan Diabetes Melitus dalam pengendalian Kadar Glukosa Darah di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Dapat menyetujui kegiatan Survey Awal yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat Survey Awal membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
3. Surat keterangan ini hanya berlaku 1 (satu) bulan sejak ditandatangani.

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi,atas Kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Plt. Kepala UPT Puskesmas Tuntungan
Kecamatan Pancur Batu

PARAF KOORDINASI	
Ka.Sub Bag Tata Usaha	

dr. Arfah Dila Rahmadhani Siregar
Nip. 19940227 202202 2 001

Lampiran 3. Ethical Clearance

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

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.3378/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Junetty Julmi Marsaulina Manurung
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Penerapan Brisk Walking Exercise Pada Keluarga Dengan Diabetes Melitus Tipe II Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Di UPT Puskesmas Tuntungan Pancur Batu"

"Implementation of Brisk Walking Exercise in Family Nursing Care for Type 2 Diabetes Mellitus Patients in Controlling Blood Glucose Levels at Tuntungan Pancur Batu Community Health Center"

Dinyatakan layak etik 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) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 31 Juli 2026 sampai dengan tanggal 31 Juli 2027.

This declaration of ethics applies during the period July 31, 2026 until July 31, 2027.

July 31, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 4. Surat Izin 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

Medan, 26 Mei 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/9040 / 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:

Kepala UPT Puskesmas Tuntungan Pancur Batu

di-
Tempat

Dengan Hormat :

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

No	Nama	NIM	Judul
1.	Junetty Julmi Marsaulina Manurung	P0712062528	Penerapan *Brisk Walking Exercise* Pada Keluarga Dengan Diabetes Melitus Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Di UPT Puskesmas Tuntungan Pancur Batu

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

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira T.S. Tarigan, S.Kep, Ns,M.Kes
NIP. 197205162002122001

Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian

PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN
Jalan Besar Kutalimbaru Desa Tuntungan I Kode Pos – 20353
Pos-el: ptuntungan@gmail.com

Tuntungan, 07 Juli 2026

Nomor : 000.1/ 1532 /PKM-PTPB/-/VII/2026
Lampiran : -
Perihal : Balasan Izin Penelitain

Kepada Yth :
Poltekkes Kemenkes Medan
di –
Tempat

Sehubungan dengan surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan nomor : KH.04.01/F.XXII.11/504.a/2026 tanggal 26 Mei 2026, Perihal Izin Penelitain di Puskesmas Tuntungan, Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan ,sebagai berikut :

Nama	: Junetty Julmi Marsaulina Manurung
NIM	: P0712062528
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: Penerapan Brisk Walking Exercise pada Keluarga dengan Diabetes Melitus dalam pengendalian Kadar Glukosa Darah di UPT Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Dapat menyetujui kegiatan Penelitain yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat Penelitain membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
3. Surat keterangan ini hanya berlaku 1 (satu) bulan sejak ditandatangani.

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi,atas Kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

PARAF KOORDINASI	
Ka.Sub Bag Tata Usaha	

Plt. Kepala UPT Puskesmas Tuntungan
Kecamatan Pancur Batu

dr. Arfah Dila Rahmadhani Siregar
Nip. 19940227 202202 2 001

Lampiran 6. *Inform Consent*

LEMBAR PERSETUJUAN

MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Judul : Penerapan *Brisk walking exercise* Pada Keluarga Tn.S Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Ny.W Dengan Diabetes Melitus Tipe II Di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu

Peneliti : Junetty Julmi Marsaulina Manurung

NIM : P0712062528

Saya adalah mahasiswa Kemenkes RI Poltekkes Medan Jurusan Keperawatan Profesi Ners akan melakukan asuhan keperawatan tentang "Penerapan *Brisk walking exercise* Pada Keluarga Tn.S Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Ny.W Dengan Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu"

Setelah memperoleh penjelasan dari penulis, dengan ini saya memberikan persetujuan untuk menjadi responden dalam karya ilmiah ini. Saya mengetahui bahwa saya menjadi responden dalam penelitian. Karya ilmiah ini dilakukan untuk mengidentifikasi tentang "Penerapan *Brisk walking exercise* Pada Keluarga Tn.S Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Pada Ny.W Dengan Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Tuntungan Kecamatan Pancur Batu". Saya mengetahui bahwa tidak ada resiko yang akan saya alami dan saya beritahukan tentang adanya jaminan kerahasiaan informasi yang akan diberikan, saya juga akan memahami bahwa penelitian ini bermanfaat bagi layanan keperawatan.

Demikian permohonan ini disampaikan atas bantuan dan partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Medan, Juli 2026

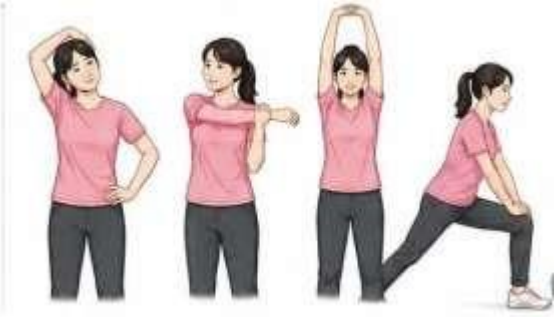
Responden

( )

Lampiran 7. SOP

Kemenkes Poltekkes Medan	**SOP *(STANDART OPERACIONAL PROCEDURE)*** ***BRISK WALKING EXERCISE***
Pengertian	Aktivitas jalan kaki merupakan bentuk aktivitas fisik yang mudah dan sederhana yang direkomendasikan untuk dilakukan sehari-hari terutama pada lansia.
Indikasi	1. Pasien diabetes mellitus 2. Yang berusia 30 – 60 tahun 3. Penderita yang memiliki kadar glukosa darah belum terkontrol namun tidak mengalami komplikasi akut. 4. Penderita yang tidak mengalami gangguan muskuloskeletal berat yang menghambat berjalan. 5. Penderita yang memerlukan peningkatan kebugaran jasmani, daya tahan tubuh, dan sensitivitas insulin.
Tujuan	1. Membantu menurunkan kadar glukosa darah. 2. Meningkatkan sensitivitas insulin. 3. Meningkatkan sirkulasi darah. 4. Menjaga berat badan ideal. 5. Meningkatkan kebugaran fisik. 6. Mengurangi risiko komplikasi Diabetes Melitus.
Persiapan Alat dan Bahan	Alat : 1. Glukometer (alat ukur kadar glukosa darah). 2. Strip glukosa darah sesuai jenis glukometer. 3. Lancet steril untuk pengambilan darah kapiler. 4. Kapas alkohol 70%. 5. Jam tangan atau stopwatch untuk mengukur durasi latihan. 6. Lembar observasi pelaksanaan *Brisk walking exercise*. 7. Lembar monitoring kadar glukosa darah. 8. Alat tulis untuk dokumentasi. 9. Tensimeter dan stetoskop (jika dilakukan pemeriksaan tanda vital sebelum latihan). Bahan : 1. Darah kapiler responden untuk pemeriksaan

	glukosa darah. 2. Alkohol swab atau kapas alkohol. 3. Tisu atau kasa steril. 4. Air minum untuk responden selama atau setelah latihan bila diperlukan.
Persiapan Pasien	1. Menjelaskan tujuan, manfaat, dan prosedur *Brisk walking exercise* kepada responden dan keluarga. 2. Memastikan responden bersedia mengikuti kegiatan. 3. Memastikan responden menggunakan pakaian yang nyaman dan menyerap keringat. 4. Memastikan responden menggunakan sepatu atau alas kaki yang aman dan nyaman. 5. Memastikan kondisi kesehatan responden stabil dan tidak terdapat kontraindikasi untuk melakukan aktivitas fisik. 6. Mengukur kadar glukosa darah sebelum latihan sesuai prosedur penelitian. 7. Menyiapkan lokasi berjalan yang aman, datar, tidak licin, dan memiliki sirkulasi udara yang baik.
Persiapan Lingkungan	1. Menentukan jalur berjalan yang aman dan bebas hambatan. 2. Memastikan lingkungan cukup terang dan tidak licin. 3. Menyiapkan tempat istirahat apabila responden mengalami kelelahan. 4. Memastikan tersedia akses bantuan kesehatan apabila terjadi keadaan darurat.
Tahap Orientasi	1. Memberi salam. 2. Memperkenalkan diri. 3. Menjelaskan tujuan dan prosedur. 4. Meminta persetujuan pasien.
Pelaksanaan	a. Melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah sebelum latihan, sekitar 15 menit sebelum pelaksanaan *brisk walking exercise*, untuk mengetahui kondisi awal kadar gula darah peserta(Hati & Muchsin, 2022a).

	b. Melakukan stretching (peregangan) sebelum dan sesudah latihan. Peregangan bertujuan mempersiapkan tubuh untuk beraktivitas, meningkatkan fleksibilitas otot dan sendi, mengurangi ketegangan otot, memberikan efek relaksasi, serta membantu mencegah terjadinya cedera selama berolahraga.  c. Melaksanakan *brisk walking exercise* selama kurang lebih 30 menit dengan jarak sekitar 2 kilometer. Jarak dan waktu latihan dapat disesuaikan dengan kemampuan masing-masing individu dan dapat dipantau menggunakan aplikasi penghitung langkah atau pedometer. Dalam pelaksanaannya, terdapat beberapa teknik dasar jalan cepat yang perlu diperhatikan, yaitu: 1) Tahap melangkah ke depan, yaitu menggerakkan satu kaki ke depan dengan tetap menjaga kontak kaki dengan permukaan tanah. Pada jalan cepat, tidak terdapat fase melayang seperti pada lari, sehingga salah satu kaki harus selalu menyentuh tanah.  2) Tahap relaksasi, yaitu fase transisi saat tubuh bergerak dari langkah sebelumnya menuju langkah berikutnya. Pada tahap ini posisi tubuh tetap tegak, pinggang sejajar

	dengan bahu, dan kedua lengan bergerak secara alami di samping tubuh untuk menjaga keseimbangan.  3) Tahap dorongan, yaitu fase ketika kaki belakang memberikan dorongan kuat ke depan untuk meningkatkan kecepatan berjalan dan menghasilkan gerakan yang lebih efektif serta efisien.  e. Melakukan pemeriksaan kembali kadar glukosa darah setelah latihan selesai untuk mengetahui perubahan kadar gula darah setelah pelaksanaan *brisk walking exercise* dan mengevaluasi efektivitas latihan yang dilakukan.
Evaluasi	1. Menanyakan keluhan pasien. 2. Mengukur kembali kadar glukosa darah. 3. Mencatat hasil observasi. 4. Mengevaluasi kemampuan pasien mengikuti latihan.
Dokumentasi	Catat: 1. Hari/tanggal. 2. Lama latihan. 3. Frekuensi latihan. 4. Kadar glukosa darah sebelum latihan. 5. Kadar glukosa darah sesudah latihan. 6. Respons pasien selama latihan.

Lampiran 8

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)
Diabetes Melitus Tipe II

Topik : DM Tipe II

Hari/ tanggal ` : Senin, 15 Juni 2025

Tempat : Rumah keluarga Tn.S

A. Tujuan

1. Tujuan umum

   Setelah diberikan penyuluhan diharapkan keluarga mengetahui tentang diabetes melitus tipe II
2. Tujuan khusus
   a. Keluarga mengetauhi pengertian diabetes melitus tipe II
   b. Keluarga mengetauhi penyebab dari diabetes melitus tipe II
   c. Keluarga mengetauhi bagaimana cara pencegahan terjadinya diabetes melitus tipe II
   d. Keluarga mengetauhi tentang faktor-faktor yang dapat meningkatkan diabetes melitus tipe II
   e. Keluarga mengetauhi cara pengobatan/ terapi dari diabetes melitus tipe II

B. Sasaran : Klien dan Keluarga Klien

C. Garis besar materi

1. Pengertian diabetes melitus tipe II
2. Penyebab diabetes melitus tipe II
3. Pencegahan diabetes melitus tipe II
4. Faktor-faktor yang dapat meningkatkan diabetes melitus tipe II
5. Pengobatan/ terapi diabetes melitus tipe II

D. Pelaksanaan kegiatan

No	Tahap kegiatan	Waktu	Kegiatan penyuluh	Kegiatan peserta	Metode
1	Pendahuluan	3 menit	- Memberi salam - Memperkenalkan diri	- Menjawab salam - Mendengarkan - Mendengarkan	ceramah

			- Menjelaskan maksud dan tujuan - Membagikan leafleat		
2	Penyuluhan	15 menit	- Menjelaskan tentang pengertian diabetes melitus tipe II - Menjelaskan tentang penyebab diabetes melitus tipe II - Menjelaskan tentang cara pencegahan diabetes melitus tipe II - Menjelaskan tentang faktor-faktor yang dapat meningkatkan diabetes melitus tipe II - Menjelaskan cara pengobatan/ - therapy komplementer dari diabetes	- Mendengarkan - Mendengarkan - Menyimak	Ceramah dan tanya jawab

			melitus tipe II - Menjawab pertanyaan		
	Penutup	2 menit	- Evaluasi memberikan pertanyaan kepada para lansia - Evaluasi pada klien memberikan reward (pujian) - Membuat kesimpulan - Salam penutup	- Bertanya - Memperhatikan - Menjawab salam	Ceramah dan tanya jawab

E. Metode

1. Ceramah
2. Diskusi/ tanya jawab

F. Media :

1. Leaflet
2. Poster

G. Evaluasi

Memberikan pertanyaan secara lisan berhubungan dengan materi penyuluhan

1. Jelaskan sebutkan pengertian diabetes melitus tipe II
2. Sebutkan penyebab dari diabetes melitus tipe II
3. Jelaskan cara pencegahan diabetes melitus tipe II

Sebutkan faktor-faktor yang dapat meningkatkan diabetes melitus tipe II

Lampiran 9

Lembar Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah

Identitas Responden

Nama responden : Ny.W

Usia : 49 Tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Lama menderita DM : 1 Tahun

Pengukuran:

Hari / Tanggal	**Kadar Gula Darah**	
	Sebelum *Brisk walking exercise*	Setelah *Brisk walking exercise*
Senin, 15 Juni 2026	187 mg/dL	181 mg/dL
Selasa, 16 Juni 2026	184 mg/dL	180 mg/dL
Rabu, 17 Juni 2026	188 mg/dL	180 mg/dL
Kamis, 18 Juni 2026	182 mg/dL	179 mg/dL
Jumat, 19 Juni 2026	177 mg/dL	170 mg/dL
Sabtu, 20 Juni 2026	171 mg/dL	165 mg/dL

Lampiran 10

Lembar Observasi pelaksanaan *Brisk walking exercise*

No	Nama	Tanggal Observasi	Pelaksanaan *Brisk walking exercise*	Skor
1.	Ny.W	Senin, 15 Juni 2026	Dilaksanakan	2
2.	Ny.W	Selasa, 16 Juni 2026	Dilaksanakan	2
3.	Ny.W	Rabu, 17 Juni 2026	Dilaksanakan	2
4.	Ny.W	Kamis, 18 Juni 2026	Dilaksanakan	2
5.	Ny.W	Jumat, 19 Juni 2026	Dilaksanakan	2
6.	Ny.W	Sabtu, 20 Juni 2026	Dilaksanakan	2

Indikator Penilaian

0 : Tidak dilaksanakan

1 : Dilaksanakan namun kurang dari 30 menit

2 : Dilaksanakan dalam waktu 30 menit

Lampiran 11. Dokumentasi









Lampiran 12. Lembar Konsultasi

LEMBAR KEGIATAN PEMBIMBING

Nama	:	Junetty Julmi Marsaulina Manurung
NIM	:	P0712062528
Judul	:	Penerapan Brisk Walking Exercise Pada Keluarga Dengan Diabetes Melitus Tipe II Dalam Pengendalian Kadar Glukosa Darah Di UPT Puskesmas Tuntungan Pancur Batu
Pembimbing Utama	:	Dr. Soep, S.Kp.,Ns.,M.Kes
Pembimbing Pendamping	:	Arbani Batubara, S.Kep., Ns., M.Psi

No	Hari/Tgl	Materi Bimbingan	Paraf		
			Mahasiswa	Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
1	02-04-2026	Konsultasi Judul			
2	03-04-2026	Mengajukan Judul			
3	06-04-2026	ACC Judul			
4	21-04-2026	Konsultasi BAB I			
5	24-04-2026	Revisi Bab I, Konsultasi BAB II			
6	28-04-2026	Konsultasi BAB II			
7	19-05-2026	ACC BAB I, Revisi BAB II			

8	21-05-2026	ACC BAB II, Konsultasi BAB III			
9	25-05-2026	ACC BAB III			
10	27-05-2026	Konsultasi Daftar Pustaka			
11	29-05-2026	ACC Proposal			
12	05-06-2026	Bimbingan BAB IV dan BAB V			
13	07-06-2026	Revisi BAB IV dan V			
14	08-06-2026	ACC Kian			
15	22-06-2026	Konsultasi Hasil Revisi BAB I -BAB V Sesuai Saran Penguji			
16	23-06-2026	ACC BAB I – BAB V			
17	10-07-2026	ACC Jilid LUX			

Medan, Juli 2026
Ka. Prodi Profesi Ners

Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP.198008292002122002

Lampiran 13

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



DATA PRIBADI

Nama	: Junetty Julmi Marsaulina Manurung
Nim	: P0712062528
Pekerjaan	: Mahasiswa
Program Studi	: Prodi Ners
Institusi	: Poltekkes Kemenkes Medan
Tempat, Tanggal Lahir	: Lumban Tolong, 26 Januari 2003
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Kristen Protestan
Alamat	: Jl. Mesjid, Desa Jonggi Manulus, Kec. Parmaksian
Nomor Hp	: 081397984330
Email	: junettymanurung2601@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

Tahun 2009 – 2015	: SD Negeri173642 Hasahatan
Tahun 2015 – 2018	: SMP N 1 Parmaksian
Tahun 2018 – 2021	: SMA N 1 Narumonda
Tahun 2021 – 2025	: Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan Program Studi Sarjana Terapan
Tahun 2025 – 2026	: Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan Program Studi Profesi Ners

Lampiran 14. Turnitin

PENERAPAN BRISK WALKING EXERCISE PADA KELUARGA Tn.S DALAM PENGENDALIAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA Ny.W DENGAN DIABETES MELITUS TIPE II DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN PANCUR BATU

ORIGINALITY REPORT

23%
SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	repository.poltekkes-medan.ac.id Internet	531 words — 2%
2	repository.stikesrspadgs.ac.id Internet	353 words — 1%
3	repository.poltekkes-malang.ac.id Internet	341 words — 1%
4	repository.poltekeskupang.ac.id Internet	330 words — 1%
5	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet	183 words — 1%
6	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet	178 words — 1%
7	repository.lp4mstikeskhg.org Internet	171 words — 1%
8	repository.poltekkes-kaltim.ac.id Internet	170 words — 1%
9	sejurnal.com Internet	157 words — 1%
10	pdfcoffee.com Internet	154 words — 1%
11	repositori.ubs-ppni.ac.id Internet	148 words — 1%
12	eprints.kertacendekia.ac.id Internet	146 words — 1%

13	www.scribd.com Internet	99 words — <1%
14	repo.poltekkestasikmalaya.ac.id Internet	91 words — < 1%
15	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet	90 words — < 1%
16	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet	88 words — < 1%
17	repository.stikeshangtuah-sby.ac.id Internet	88 words — < 1%
18	id.scribd.com Internet	79 words — < 1%
19	es.scribd.com Internet	78 words — < 1%
20	repository.pkr.ac.id Internet	77 words — < 1%
21	repository.poltekkes-smg.ac.id Internet	73 words — < 1%
22	repository.bku.ac.id Internet	68 words — < 1%
23	repo.poltekkesbandung.ac.id Internet	67 words — < 1%
24	eprintslib.ummgl.ac.id Internet	66 words — < 1%
25	scholar.unand.ac.id Internet	65 words — < 1%
26	repository.poltekkes-kdi.ac.id Internet	63 words — < 1%
27	hemodialisiscare.blogspot.com Internet	58 words — < 1%

28	doku.pub Internet	55 words — < 1%
29	www.slideshare.net Internet	54 words — < 1%
30	Abdul Khamid, Amita Sari. "Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi", Jurnal Ners, 2026 Crossref	53 words — < 1%
31	repository.alifah.ac.id Internet	53 words — < 1%
32	Mutia Agustiani Moonti, Teguh Trinanda Putra, Moch Didik Nugraha. "Pengaruh therapeutic exercise walking terhadap penurunan nilai gula darah sewaktu pada penderita diabetes melitus tipe 2", Journal of Nursing Practice and Education, 2026 Crossref	52 words — < 1%
33	ecampus.poltekkes-medan.ac.id Internet	48 words — < 1%
34	gardamd.blogspot.com Internet	45 words — < 1%
35	123dok.com Internet	44 words — < 1%
36	repository.stikesdrsoebandi.ac.id Internet	44 words — < 1%
37	Sahida Noor Aninda, Upik Rahmi, Sehabudin Salasa. "Pengaruh brisk walking exercise terhadap fungsi kognitif pada pasien diabetes melitus tipe-2", Holistik Jurnal Kesehatan, 2026 Crossref	38 words — < 1%
38	ar.scribd.com Internet	38 words — < 1%
39	docobook.com Internet	38 words — < 1%
40	www.coursehero.com Internet	38 words — < 1%

41	repository.stikesrshusada.ac.id Internet	36 words — < 1%
42	repository.umb.ac.id Internet	36 words — < 1%
43	repository.unej.ac.id Internet	36 words — < 1%
44	qdoc.tips Internet	35 words — < 1%
45	journal.stikescolumbiasiamdn.ac.id Internet	34 words — < 1%
46	www.contohmakalah.id Internet	34 words — < 1%
47	kuliahkeperawatanku.blogspot.com Internet	32 words — < 1%
48	pt.scribd.com Internet	31 words — < 1%
49	repository.stikessaptabakti.ac.id Internet	31 words — < 1%
50	www.repository.poltekkes-kdi.ac.id Internet	31 words — < 1%
51	core.ac.uk Internet	30 words — < 1%
52	journal.unm.ac.id Internet	28 words — < 1%
53	sanusingawi.blogspot.com Internet	28 words — < 1%
54	repository.akperalkautsar.ac.id Internet	27 words — < 1%
55	repositoryperpustakaanpoltekkespadang.site Internet	26 words — < 1%

56	staidagresik.ac.id Internet	26 words — < 1%
57	Bangun Dwi Hardika. "Penurunan gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II melalui senam kaki diabetes", MEDiSAINS, 2018 Crossref	24 words — < 1%
58	Fiery Muharro Mei, Winda Rofiyat, Deny Yuliawan, Anafrin Yugistyowati, Abror Shodiq. "HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN KEPATUHAN DIET DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS IMOGIRI 1 BANTUL YOGYAKARTA", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2026 Crossref	24 words — < 1%
59	ejournal.poltekkesaceh.ac.id Internet	24 words — < 1%
60	jkem.ppj.unp.ac.id Internet	24 words — < 1%
61	geograf.id Internet	23 words — < 1%
62	Nelly Bastina, Taufik Kurrohman, Heru Listiono, Dedek Sutinbuk, Ferly Oktriyedi. "Analisis Kepatuhan Pengobatan Diabetes Melitus (DM) Pada Peserta Prolanis Di Wilayah Kerja Puskesmas Selindung Kota Pangkalpinang Tahun 2026", Jurnal Ners, 2026 Crossref	22 words — < 1%
63	ejournal2.litbang.kemkes.go.id Internet	20 words — < 1%
64	Kelsi Wati Pakpahan, Tahan Tahan, Siti Nurmawan Sinaga, Erika Erika, Misno Misno. "Manajemen Asuhan Keperawatan Keluarga Service Excellent Pada Ny. U dengan Diabetes Melitus Tipe Ii di Desa Bangun Rejo Tahun 2026", Jurnal Ners, 2026 Crossref	19 words — < 1%
65	Lidwina Natalia, Yovita Yovita. "Penerapan Diabetes Self-Management Education dalam Pengendalian Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Post Operasi di Ruang Bedah Thorax RSUP X", Jurnal Pendidikan Tambusai, 2026 Crossref	19 words — < 1%

66	jurnal.unimus.ac.id Internet	19 words — < 1%
67	mynewaskep.blogspot.com Internet	19 words — < 1%
68	newcomerscuerna.org Internet	19 words — < 1%
69	perpus-utama.poltekkes-malang.ac.id Internet	19 words — < 1%
70	repository.stikespantiwaluya.ac.id Internet	19 words — < 1%
71	baiq-selfia-blog.blogspot.com Internet	18 words — < 1%
72	journalpustaka.com Internet	18 words — < 1%
73	jurnal.unmuhjember.ac.id Internet	18 words — < 1%
74	repo.stikesicme-jbg.ac.id Internet	18 words — < 1%
75	eprints.stikesyarsi-pontianak.ac.id Internet	17 words — < 1%
76	ners.umku.ac.id Internet	17 words — < 1%
77	repositoryperpus.poltekkesjayapura.ac.id Internet	17 words — < 1%
78	Angenia Itoniat Zega, Riswani Tanjung, Siti Zahara Nasution, Khairunnisa Khairunnisa, Evi Karota Bukit. "Pengaruh Terapi Herbal Daun Kelor Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus di Kecamatan Tuhemberua Kabupaten Nias Utara", Jurnal Ners, 2025 Crossref	16 words — < 1%
79	Hilma Tsurayya Iftitahurroza, Anditri Weningtyas, Kiky Martha Ariesaka, Lintang Widya Sishartami et al. "Pemberian Senam Low	16 words — < 1%

Impact untuk Meningkatkan Kesehatan Reproduksi bagi Remaja Siswa-Siswi SMAN 7 Malang", Edulnovasi: Journal of Basic Educational Studies, 2024
Crossref

80	braderjournal.com Internet	16 words — < 1%
81	repository.usd.ac.id Internet	16 words — < 1%
82	Ainul Mardiah, Syahrial Syahrial, Jeallyza Muthia Azra. "Peran Zat Gizi dan Senyawa Bioaktif Daun Kelor (Moringa oleifera) dalam Pengendalian Diabetes Melitus: Literature Review", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2026 Crossref	15 words — < 1%
83	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet	15 words — < 1%
84	repository.unhas.ac.id Internet	15 words — < 1%
85	www.eprints.umbjm.ac.id Internet	15 words — < 1%
86	Dita Aisya Fitri, Shanty Maria Lissanora Fernanda. "Penerapan Walking Exercise untuk Menurunkan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Karo Kota Pematangsiantar", Science: Indonesian Journal of Science, 2024 Crossref	14 words — < 1%
87	Hotma Ritonga, Adelina Sembiring, Rolasnih Lilista Simbolon, Petra Diansari Zega, Jakson Napitupulu. "Manajemen Asuhan Keperawatan Gerontik Berbasis Service Excellent pada Lansia dengan Diabetes Melitus Tipe II di UPTD Pelayanan Lanjut Usia Binjai", Jurnal Ners, 2026 Crossref	14 words — < 1%
88	asstriwahyu.blogspot.com Internet	14 words — < 1%
89	indahnurf.blogspot.com Internet	14 words — < 1%
90	jurnal.uimedan.ac.id Internet	14 words — < 1%

91	metodeku.com Internet	14 words — < 1%
92	repo.poltekkes-medan.ac.id Internet	14 words — < 1%
93	repository.ump.ac.id Internet	14 words — < 1%
94	www.honestdocs.id Internet	14 words — < 1%
95	www.ojs.stikesindramayu.ac.id Internet	14 words — < 1%
96	docplayer.info Internet	13 words — < 1%
97	dspace.umkt.ac.id Internet	13 words — < 1%
98	publikasi.hawari.id Internet	13 words — < 1%
99	repo.stikesalifah.ac.id Internet	13 words — < 1%
100	repository.universitasalirsyad.ac.id Internet	13 words — < 1%
101	tafany.wordpress.com Internet	13 words — < 1%
102	text-id.123dok.com Internet	13 words — < 1%
103	Anik Suryanti, Sarwinanti Sarwinanti. "EDUKASI MANAJEMEN LAKTASI MENINGKATKAN PENGETAHUAN PASIEN POST SECTIO CAESAREA DI RSU PKU MUHAMMADIYAH BANTUL : CASE STUDY", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2026 Crossref	12 words — < 1%
104	Cut Mutiah, Siti Munawarah. "Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kadar Gula Darah pada Mahasiswi Program Studi Kebidanan Langsa	12 words — < 1%

Poltekkes Kemenkes Aceh", Indonesian Health Issue, 2025
Crossref

105	Tafrina Ginting, Evi Karota, Riswani Tanjung, Farida Linda Sari Siregar, Siti Zahara Nasution. "Pengaruh Intervensi Manajemen Diri Berbasis Peningkatan Self-Efficacy Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II", Jurnal Ners, 2026 Crossref	12 words — < 1%
106	ambozt.blogspot.com Internet	12 words — < 1%
107	apryanto.wordpress.com Internet	12 words — < 1%
108	arsalandproperty.com Internet	12 words — < 1%
109	badanpenerbit.org Internet	12 words — < 1%
110	iniradiofisip.wordpress.com Internet	12 words — < 1%
111	langgocity.blogspot.com Internet	12 words — < 1%
112	miratisel.wordpress.com Internet	12 words — < 1%
113	repository.um-surabaya.ac.id Internet	12 words — < 1%
114	repository.umj.ac.id Internet	12 words — < 1%
115	rofeksumantri3.blogspot.com Internet	12 words — < 1%
116	siakad.stikesdhb.ac.id Internet	12 words — < 1%
117	artikelpendidikan.id Internet	11 words — < 1%

118	askep-askeplika.blogspot.com Internet	11 words — < 1%
119	digilib.unila.ac.id Internet	11 words — < 1%
120	digilib.unimus.ac.id Internet	11 words — < 1%
121	ejournal.undip.ac.id Internet	11 words — < 1%
122	journal.fib.uho.ac.id Internet	11 words — < 1%
123	journal.unpacti.ac.id Internet	11 words — < 1%
124	repositori.unimma.ac.id Internet	11 words — < 1%
125	repositori.usu.ac.id Internet	11 words — < 1%
126	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet	11 words — < 1%
127	riaumarketing.com Internet	11 words — < 1%
128	starflazz.blogspot.com Internet	11 words — < 1%
129	ani-4life.blogspot.com Internet	10 words — < 1%
130	dinkesberau.com Internet	10 words — < 1%
131	eprints.ums.ac.id Internet	10 words — < 1%
132	iain-antasari.ac.id Internet	10 words — < 1%

133	idoc.pub Internet	10 words — < 1%
134	journal.mandiracendikia.com Internet	10 words — < 1%
135	macrofag.blogspot.com Internet	10 words — < 1%
136	mail.jurnal.itk-avicenna.ac.id Internet	10 words — < 1%
137	odesyafar.wordpress.com Internet	10 words — < 1%
138	onlinelibrary.wiley.com Internet	10 words — < 1%
139	repository.trisakti.ac.id Internet	10 words — < 1%
140	repository.ubaya.ac.id Internet	10 words — < 1%
141	repository.unissula.ac.id Internet	10 words — < 1%
142	repository.upnvj.ac.id Internet	10 words — < 1%
143	sulsel.kemenag.go.id Internet	10 words — < 1%
144	www.researchgate.net Internet	10 words — < 1%
145	25years.cemetiarthouse.com Internet	9 words — < 1%
146	Fauziah Amanda Rahmat, Upik Rahmi, Sehabudin Salasa. "Pengaruh brisk walking exercise terhadap kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe-2", Holistik Jurnal Kesehatan, 2026 Crossref	9 words — < 1%

147	Intisari, Dewi. "Pengaruh Pemberian Ekstrak Bunga Telang (Clitoria Ternatea L.) Terhadap Kadar GDP, HBA1c, DAN MDA (Malondialdehyde) (Studi Eksperimental Pada Tikus Putih Jantan Galur Wistar Yang Diinduksi Nikotinamid-Streptozotosin)", Universitas Islam Sultan Agung (Indonesia), 2023 ProQuest	9 words — < 1%
148	Karin Aprilia, Desti Puswati, Dini Maulinda, Afrida Sriyani Harahap. "Hubungan Gaya Hidup Sehat dengan Kejadian Hipertensi pada Lansia di Puskesmas Payung Sekaki Kota Pekanbaru", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2026 Crossref	9 words — < 1%
149	Leny Sulistia Ningrum, Shania Makmur, Felda Felda, Jonathan Jonathan, Tom Surjadi. "COMMUNITY DIAGNOSIS ACTIVITIES TO REDUCE THE NUMBER OF DIABETES MELLITUS CASES IN KAMPUNG MELAYU TIMUR VILLAGE, RT 03/RW 11, WORKING AREA OF TELUKNAGA COMMUNITY HEALTH CENTER, TELUKNAGA DISTRICT, TANGERANG REGENCY, BANTEN PROVINCE PERIOD: JULY 14 - AUGUST 15, 2025", PREPOTIF : JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT, 2026 Crossref	9 words — < 1%
150	Nurfadilah Hasirudin, Sisilia Rammang, Abdul. Rahman. "HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN MANAJEMEN DIRI PADA PENDERITA DIABETES MELITUS DI UPTD PUSKESMAS TALISE", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2026 Crossref	9 words — < 1%
151	Rizka Fadhila. "PENGARUH LATIHAN FISIK TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH PENYANDANG DIABETES MELITUS TIPE 2: LITERATURE REVIEW", Jurnal Keperawatan Abdurrab, 2019 Crossref	9 words — < 1%
152	adoc.pub Internet	9 words — < 1%
153	artikel2tentang.blogspot.com Internet	9 words — < 1%
154	carmenwiki.osu.edu Internet	9 words — < 1%
155	dirmanbima.blogspot.com Internet	9 words — < 1%

156	eprints.umg.ac.id Internet	9 words — < 1%
157	eprints.uny.ac.id Internet	9 words — < 1%
158	fr.scribd.com Internet	9 words — < 1%
159	healthnews.id Internet	9 words — < 1%
160	hymotion.com Internet	9 words — < 1%
161	iaytjournals.org Internet	9 words — < 1%
162	journal.ppnijateng.org Internet	9 words — < 1%
163	merpatisepuluh.wordpress.com Internet	9 words — < 1%
164	nskarnoto.blogspot.com Internet	9 words — < 1%
165	oriwokis20.blogspot.com Internet	9 words — < 1%
166	portgas911.blogspot.com Internet	9 words — < 1%
167	repo.stikmuhptk.ac.id Internet	9 words — < 1%
168	repository.akperykyjogja.ac.id Internet	9 words — < 1%
169	repository.stikstellamarismks.ac.id Internet	9 words — < 1%
170	repository.strada.ac.id Internet	9 words — < 1%

171	repository.unimugo.ac.id Internet	9 words — < 1%
172	www.birdsnbees.co.id Internet	9 words — < 1%
173	www.goldsgym.co.id Internet	9 words — < 1%
174	Fadhila Anastasya, Henny Nurmayunita, Hanim Mufarokhah. "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Kontrol Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Puskesmas Pandawangi", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2026 Crossref	8 words — < 1%
175	Mujjahidah Nuha Qosymah, Yuanita Panma. "The Effect of Leg Exercises on Blood Glucose Levels in Patients with Type II Diabetes Mellitus: A Literature Review", Maternal & Neonatal Health Journal, 2025 Crossref	8 words — < 1%
176	Ramadhan Putra Satria, Sri Hidayati, Ani Ratnaningsih. "UPAYA PENURUNAN HIPERTENSI LANSIA DENGAN PENERAPAN BRISK WALKING EXERCISE PADA LANSIA DI DESA BALAPULANG KULON KABUPATEN TEGAL", ASMAT JURNAL PENGABMAS, 2022 Crossref	8 words — < 1%
177	aguskrisnoblog.wordpress.com Internet	8 words — < 1%
178	al-ghofiqi.blogspot.com Internet	8 words — < 1%
179	asgaku.blogspot.com Internet	8 words — < 1%
180	blogmahasiswakebidanan.blogspot.com Internet	8 words — < 1%
181	booked.augusta.com Internet	8 words — < 1%
182	childfever.blogspot.com Internet	8 words — < 1%

183	dutatv.com Internet	8 words — < 1%
184	ejournal.stikku.ac.id Internet	8 words — < 1%
185	ejournal.unimman.ac.id Internet	8 words — < 1%
186	eprints.unipdu.ac.id Internet	8 words — < 1%
187	eresources.thamrin.ac.id Internet	8 words — < 1%
188	etd.repository.ugm.ac.id Internet	8 words — < 1%
189	ez-eldifore.blogspot.com Internet	8 words — < 1%
190	id.learnaboutworld.com Internet	8 words — < 1%
191	journal.widyakarya.ac.id Internet	8 words — < 1%
192	learnthenteach.wordpress.com Internet	8 words — < 1%
193	mediajatim.com Internet	8 words — < 1%
194	pukul-rata.blogspot.com Internet	8 words — < 1%
195	repository.usu.ac.id Internet	8 words — < 1%
196	rskiarachmi.co.id Internet	8 words — < 1%
197	viewblogeducation.blogspot.com Internet	8 words — < 1%

198	vuonmatong.com Internet	8 words — < 1%
199	www.idntimes.com Internet	8 words — < 1%
200	www.neliti.com Internet	8 words — < 1%
201	www.stockdansaham.com Internet	8 words — < 1%
202	Livana PH, Indah Permata Sari, Hermanto Hermanto. "Gambaran Tingkat Depresipasien Diabetes Mellitus di Kabupaten Kendal", Jurnal Kesehatan Poltekkes Ternate, 2019 Crossref	7 words — < 1%
203	Nurul Fadhilah, Khairunnisa Batubara. "Pendidikan Kesehatan Tentang Kepatuhan Minum Obat Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit TK II Putri Hijau Medan", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2021 Crossref	7 words — < 1%
204	samoke2012.wordpress.com Internet	7 words — < 1%
205	tedjho.wordpress.com Internet	7 words — < 1%
206	Arti Febriyani Huyasuhut, Salwa Fadhilah, Salwa Putri Oktaviani, Sela Sela, Sely Diki Oktiyanda, Shabina Adinia Yonny. "Gambaran manifestasi klinis, diagnosis, dan penatalaksanaan pada pasien dengan demam tifoid", JOURNAL of Public Health Concerns, 2026 Crossref	6 words — < 1%
207	Reni Indah Oktari, Riani Riani. "ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA An.A DENGAN DERMATITIS KONTAK IRITAN DIDESA PULAU TERAP WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS KUOK TAHUN 2023", SEHAT : Jurnal Kesehatan Terpadu, 2023 Crossref	6 words — < 1%
208	Siti Rahmah, Onieqie Ayu Dhea Manto, Dini Rahmayani. "Hubungan indeks massa tubuh dengan risiko diabetes mellitus tipe 2 pada remaja", Journal of Nursing Practice and Education, 2025 Crossref	6 words — < 1%

209	Tri Maya Cahyamulat. "STUDI KASUS PADA KELUARGA Ny "H" DENGAN ANGGOTA KELUARGA YANG MENGALAMI GANGGUAN KESEHATAN TB PARU KELURAHAN MANGASA KECAMATAN TAMALATE KOTA MAKASSAR", JURNAL ILMIAH KESEHATAN SANDI HUSADA, 2018 Crossref	6 words — < 1%
210	bocil2.blogspot.com Internet	6 words — < 1%
211	dayatvetra.wordpress.com Internet	6 words — < 1%
212	juandainginsukses.blogspot.com Internet	6 words — < 1%
213	repo.stikesperintis.ac.id Internet	6 words — < 1%
214	sumiatin017.blogspot.com Internet	5 words — < 1%

EXCLUDE QUOTES	ON	EXCLUDE SOURCES	OFF
EXCLUDE BIBLIOGRAPHY	ON	EXCLUDE MATCHES	OFF