

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M. S., et al. (2023). Pelatihan brisk walking exercise untuk menurunkan mortalitas dan morbiditas pada pasien lansia hipertensi dan diabetes melitus di Genuk Indah, Kota Semarang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(6), 2539–2543. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i6.9396>
- American Diabetes Association. (2023). Standards of medical care in diabetes—2023. *Diabetes Care*, 46(Suppl. 1), S1–S154. <https://doi.org/10.2337/dc23-SINT>
- Arif, W. (2021). Buku aktivitas fisik dan kesehatan. IAIN Pontianak Press. <https://www.researchgate.net/publication/353605384>
- Dayaningsih, D., dan Putri, S. D. 2024. Penerapan jogging untuk menurunkan kadar gula darah puasa pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di keluarga wilayah Puskesmas Sekaran Semarang. *Jurnal Siti Rufaidah*, 2(3): 74–92. <https://doi.org/10.57214/jasira.v2i3.97>
- Getu, T., dan Teferi, A. 2023. The impact of exercise modalities on blood glucose, blood pressure and body composition in patients with type 2 diabetes mellitus. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s13102-023-00762-9>
- Ginancar, Y., Damayanti, I., dan Permana, I. 2022. Pengaruh senam diabetes terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus di wilayah kerja PKM Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 4(1). Ginting, R. (2023). Epidemiologi penyakit tidak menular. Poltekkes Kemenkes Medan.
- Ginting, R. (2023). Epidemiologi penyakit tidak menular. Trans Info Media.
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2021). Textbook of medical physiology (14th ed.). Philadelphia: Elsevier.
- Goldman, R. J., & Pabari, A. (2022). Wound healing and management: Clinical insights and evidence-based strategies. New York: Springer.
- Hermawan, S. I. (2024). Analisis teknik relaksasi otot progresif pada pasien dengan masalah asuhan keperawatan ketidakstabilan kadar glukosa darah (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Semarang). Repositori Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Hideyuki, R., & Negoro, K. (2024). Regular intermittent aerobic exercise reduces arterial stiffness associated with postprandial hyperglycemia in middle-aged and older individuals. *BioMed*, 4(1), 39–49. <https://doi.org/10.3390/biomed4010003>
- Khoirul Bariyyah, Y., et al. (2021). The effect of aerobic exercise on blood glucose level among patients with type-2 diabetes mellitus: Systematic review. *Jurnal Kesehatan*, 9(2).
- Kurniawan, C. (2018). Komplikasi pada mata karena diabetes: Pencegahan dan penanganan diabetes pada mata. Yogyakarta: Andi Offset.
- Tran., et al. (2024). Validation of the blood glucose testing method on the Accu-Chek Inform II. Ministry of Science and Technology, Vietnam, 66(1), 68–74. [https://doi.org/10.31276/VJST.66\(1\).68-74](https://doi.org/10.31276/VJST.66(1).68-74)

- Lestary, I. P., et al. (2022). Penerapan active lower ROM terhadap nilai ankle branchial index pasien DM tipe 2. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(4).
- Maria, I. (2021). Asuhan keperawatan diabetes melitus dan asuhan keperawatan stroke. Poltekkes Kemenkes Medan.
- Mahendro, A. (2021). Ilmu penyakit kulit: Konsep dan penatalaksanaan klinis. Jakarta: EGC.
- Muhajir. (2017). Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan kesehatan. 115.
- Muzhaffarah, S. F., et al. (2024). Hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan kontrol gula darah pada penderita diabetes mellitus (DM). *Jurnal Pendidikan dan Praktik Kesehatan Profesional*.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Padila. (2018). Keperawatan medikal bedah. Trans Info Media.
- Pranata, S. (2020). Mencegah diabetes melitus dan komplikasinya. Salemba Medika.
- Yue, Y.-J., et al. (2024). Effects of postprandial exercise timing on blood glucose and fluctuations in patients with type 2 diabetes mellitus. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 65(1), 125–131.
<https://doi.org/10.23736/S0022-4707.24.16076-8>
- Wang, Y., et al. (2024). Effect of exercise duration on blood glucose stability post-jogging. *Journal of Metabolic Transitions*, 12(2), 145–156.
<https://doi.org/10.xxxx/jmt.2024.12.2.145>
- Saputri, R., & Tengku, K. (2025). Pengaruh rebusan daun sirih merah untuk mengatasi diabetes melitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*.
- Sianturi, R., & Mustofa, A. (2022). Aerobic exercise reduce blood glucose in type 2 diabetes mellitus. *Media Keperawatan Indonesia*, 5(1), 73–83.
<https://doi.org/10.26714/mki.5.1.2022.73-83>
- Sudoyo, A. W., et al. (2017). Buku ajar ilmu penyakit dalam (Edisi ke-6, Jilid 1). Jakarta: Interna Publishing.
- Susanti, N., et al. (2024). Faktor-faktor yang mempengaruhi diabetes mellitus di Puskesmas Tuntungan. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 18(1).
- Suryati, I. (2021). Perawatan diabetes melitus dan asuhan keperawatan stroke. Poltekkes Kemenkes Bandung.
- Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2018). Brunner & Suddarth's textbook of medical-surgical nursing (14th ed.). Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Tarwoto. (2022). Keperawatan Medikal Bedah Sistem Endokrin. Jakarta: Penerbit XYZ.
- Williams, D. R., et al. (2025). Diabetes global burden and projection. *Annual Review of Public Health*, 25, 14. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth>
- World Health Organization. 2022. Pengembangan Kesehatan Internasional. Jakarta: EGC.
- Yani, A., et al. (2022). Pengaruh jogging terhadap kadar gula darah puasa pada penderita diabetes mellitus tipe 2. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 17(3).
- Yuniarti, A. (2020). Ilmu gizi dalam keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
- Yu, C. (2023). Analysis of jogging on muscle fatigue and body balance. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 29. https://doi.org/10.1590/1517-8692202329012022_0746

Zhang, Q. Q., et al. (2021). Effects of acute exercise with different intensities on glycemic control in patients with type 2 diabetes mellitus. *Acta Endocrinologica*, 17(2), 212–218. <https://doi.org/10.4183/aeb.2021.212>

LAMPIRAN 1 STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
Pelaksanaan Jogging Exercise Pada Penelitian Penerapan Jogging Exercise
Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM Tipe II
Di UPT Puskesmas Tuntungan

		STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) JOGGING EXERCISE
1.	PENGERTIAN	<i>Jogging exercise</i> adalah olahraga aerobik yang dilakukan dengan cara berjalan cepat atau berlari secara rutin, dengan frekuensi 3-5 kali dalam seminggu (Getu et al. 2023).
2.	TUJUAN	a. Menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes. b. Meningkatkan metabolisme glukosa dan sensitivitas insulin. c. Menunjang kesehatan jantung dan kebugaran tubuh (Zhang et al. 2021).
3.	INDIKASI	a. Penderita diabetes melitus tipe 2 b. Penderita hipertensi c. Penderita penyakit jantung d. Stress (Sianturi et al, 2022)
4.	KONTRAINDIKASI	a. Pasien dengan Gula Darah yang Tidak Terkontrol (hipoglikemia (<70 mg/dL) atau hiperglikemia ekstrem (>300 mg/dL) (Ginanjar et al., 2022).

		b. Pasien dengan Komplikasi Diabetes (Neuropati & Retinopati Diabetik) (Sianturi et al. 2022). c. Pasien dengan penyakit kardiovaskular yang tidak terkontrol (Abduh et al., 2023) d. Cedera muskuloskeletal atau gangguan sendi (Abduh et al., 2023). e. Penderita gangguan pernapasan kronis, seperti asma berat atau penyakit paru obstruktif kronis (PPOK) (Zhang et al., 2021).
5.	PERSIAPAN PASIEN	Perkenalkan diri anda dan identifikasi klien dengan memeriksa identitas klien dengan cermat. a. Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan, berikan kesempatan pada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien. b. Siapkan peralatan yang dibutuhkan. c. Periksa kondisi Kesehatan : 1. Cek kadar gula darah pasien 2. Cek vital sign pasien a) Tekanan darah b) Suhu c) Heart rate d) Respiratory Rate e) Spo2

		2. Gunakan pakaian dan sepatu olahraga yang nyaman.
6.	PERSIAPAN ALAT DAN MEDIA	Kamera
7.	DURASI ATAU WAKTU	50 menit
8.	LANGKAH – LANGKAH a. Pemanasan (<i>Warm-Up</i>) Melakukan jalan santai disertai peregangan tangan selama 5 menit untuk meningkatkan suhu tubuh dan sirkulasi darah. b. Latihan inti Durasi dan Intensitas: <i>Jogging</i> selama 40 menit dengan intensitas sedang hingga tinggi efektif dalam menurunkan kadar gula darah. Teknik lari: gunakan langkah ringan dan napas teratur untuk menjaga ritme dan mengurangi beban pada sendi. c. Pendinginan (<i>Cool-Down</i>) menurunkan intensitas <i>jogging</i> menjadi berjalan santai disertai peregangan tangan selama 5 menit untuk membantu tubuh kembali ke kondisi normal.	
9.	EVALUASI a. Evaluasi perasaan pasien saat melakukan <i>jogging exercise</i> . b. Beri <i>reinforcement</i> positif pada klien. c. Periksa Kembali keadaan pasien : 1. cek kadar gula darah pasien 2. vital sign pasien a) Tekanan darah b) Suhu c) Heart rate d) Respiratory rate e) Spo2 d. Kontrak pertemuan selanjutnya.	

	e. Mengakhiri pertemuan dengan baik.
10.	HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN a. Kenyamanan dan kekuatan kondisi fisik klien harus selalu dikaji untuk mengetahui keadaan klien selama prosedur. b. Perhatikan kontraindikasi dilakukannya tindakan.

Lampiran 2 Lembar observasi tahap-tahap jogging exercise

**Penelitian Penerapan Jogging Exercise Untuk Menurunkan Kadar
Gula Darah Pada Pasien Penderita Diabetes Melitus Tipe II
Di UPT Puskesmas Tuntungan**

Tahap Jogging Exercise	Waktu, Hari/ Tanggal	Pasien 1		Pasien 2	
		Tidak Dilaksa -nakan	Dilak- asank -an	Tidak Dilak- sanak -an	Dilaks- ankan
Hari 1	14 juni 2025 17.00 – 18.20				
1. Pemanasan					
jalan santai disertai peregangan tangan selama 5 menit			✓		✓
2. Latihan Inti					
<i>Jogging</i> 40 menit dengan intensitas sedang hingga tinggi			✓		X
3. Pendinginan					
jalan santai disertai peregangan tangan selama 5 menit			✓		✓
Hari 2	15 juni 2025 17.00 – 18.20				

1. Pemanasan					
jalan santai disertai peregangan tangan selama 5 menit			✓		✓
2. Latihan Inti					
<i>Jogging</i> 40 menit dengan intensitas sedang hingga tinggi			✓		✓
3. Pendinginan					
jalan santai disertai peregangan tangan selama 5 menit			✓		✓
Hari 3	16 juni 2025 17.00 – 18.20				
1. Pemanasan					
jalan santai disertai peregangan tangan selama 5 menit			✓		✓
2. Latihan Inti					
<i>Jogging</i> 40 menit dengan intensitas sedang hingga			✓		✓

tinggi					
3. Pendinginan					
jalan santai disertai peregangan tangan selama 5 menit			✓		✓

Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tio Roma Sintauli Sitompul

Nim : P07520122039

Status : Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan Medan

Dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk bersedia menjadi responden penelitian yang akan saya lakukan dengan judul “ Penerapan jogging exercise untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipr II Di UPT Puskesmas Tuntungan”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penurunan kadar gula darah sebelum dan sesudah dilakukan *jogging exercise*. 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 menurunkan kadar gula darah pasien diabetes melitus tipe II. 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 kerja sama Bapak/Ibu peneliti mengucapkan terimakasih.

Medan, 13 Juni 2025

LAMPIRAN 4 INFORMED CONSENT***Informed Consent***

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. A

Umur : 48 tahun

Setelah membaca dengan seksama, mengerti dan memahami penjelasan informasi yang diberikakan dari peneliti, maka saya bersedia ikut berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Tio Roma Sintauli Sitompul dengan judul “Penerapan Jogging Exercise Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Tuntungan”. Saya bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian sesuai dengan kondisi yang sesungguhnya. Demikianlah pernyataan persetujuan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak sedang dalam keadaan paksaan siapapun serta untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 13 Juni 2025

Responden



(Ny. A)

Informed Consent

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. S

Umur : 48 tahun

Setelah membaca dengan seksama, mengerti dan memahami penjelasan informasi yang diberikakan dari peneliti, maka saya bersedia ikut berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Tio Roma Sintauli Sitompul dengan judul “Penerapan Jogging Exercise Untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Tuntungan”. Saya bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian sesuai dengan kondisi yang sesungguhnya. Demikianlah pernyataan persetujuan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak sedang dalam keadaan paksaan siapapun serta untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 13 Juni 2025

Responden



(Ny. A)

Lampiran 5 Surat Survey Awal

**Kementerian Kesehatan**

Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137

(061) 8368633

<https://poltekkes-medan.ac.id>**NOTA DINAS**

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ 2312/2024

Yth. : Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan
 Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
 Hal : Izin Survey Awal
 Tanggal : 13 Desember 2024

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 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 :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	TIO ROMA SINTAULI SITOMPUL	P07520122039	PENERAPAN JOGGING EXERCISE UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN

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



Jurusan Keperawatan

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

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 6 Surat Balasan Dari Puskesmas Medan Tuntungan



PEMERINTAH KOTA MEDAN DINAS KESEHATAN UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN

Jalan Bunga Melati II – Medan Kode Pos 20136
Pos-el : puskesmastuntungan@gmail.com

Medan, 20 Maret 2025

Nomor : 800/2-IKET/III/2025
Sifat : -
Lampiran :
Hal : Selesai Riset
Yth. Pimpinan Jurusan Politeknik Kesehatan
Kemenkes Medan

di-

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Surat dari Dinas Kesehatan Kota Medan Nomor 000/0866, Perihal Izin Pra Riset, bersama ini saya selaku Kepala UPT Puskesmas Tuntungan, menerangkan bahwa :

Nama : Tio Roma Sintauli Sitompul
NIM : P07520122034
Judul : Penerapan Jogging Exercise untuk Menurunkan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di UPT.Puskesmas Tuntungan.

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, bersama ini kami beritahukan bahwa Mahasiswa tersebut telah selesai melakukan Penelitian di UPT Puskesmas Medan Tuntungan

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama yang baik, kami ucapkan terimakasih.



dr. Eni Suriah Saling, M.Kes
PEMBINA UTAMA MUDA (IV C)
NIP. 19670410 200003 2 006

Lampiran 7 Dokumentasi

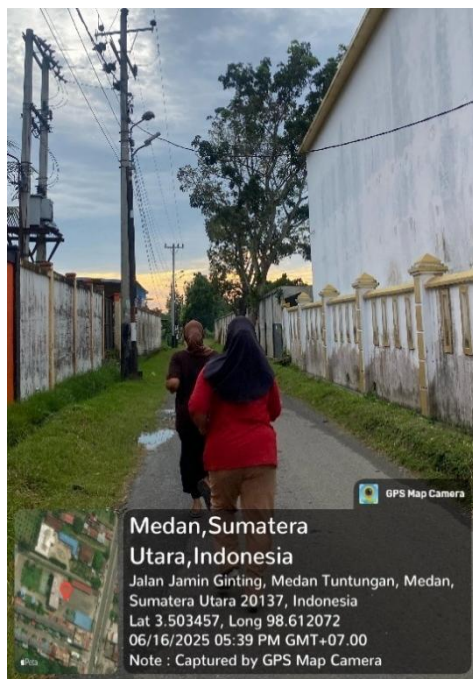
HARI PERTAMA SESI 1



HARI KE DUA SESI 2



HARI KE TIGA SESI 3



Lampiran 8 Surat Izin Penelitian



Kemenkes

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

📍 Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ 9424/2025

Yth. : Kepala UPT Puskesmas Medan Tuntungan
 Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
 Hal : Izin Penelitian
 Tanggal : 03 Juni 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 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 :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Joice Priscila Lumban Raja	P07520122017	Penatalaksanaan Senam Ergonomik Dalam Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di UPT Puskesmas Medan Tuntungan

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


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



Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 9 Surat Balasan Penelitian

	PEMERINTAH KOTA MEDAN DINAS KESEHATAN UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN Jalan Bunga Melati II – Medan Kode Pos 20136 Pos-el : puskesmastuntungan@gmail.com
Medan, 12 Juli 2025	
Nomor : 800/53/KET/VII/2025 Sifat : Biasa Lampiran : Hal : Selesai Riset Yth. Pimpinan Fakultas Keperawatan Poltekes Medan di- Tempat Dengan Hormat,	
Sehubungan dengan Surat dari Dinas Kesehatan Kota Medan Nomor 000.9/2342, Perihal Izin Riset, bersama ini saya selaku Kepala UPT Puskesmas Tuntungan, menerangkan bahwa :	
Nama NIM Judul	:Tio Roma Sintauli Sitompul : P07520122039 : Penerapan Jogging Exercise untuk Menurunkan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di UPT Puskesmas Medan Tuntungan
Berkenaan dengan hal tersebut diatas, bersama ini kami beritahukan bahwa Mahasiswa tersebut telah selesai melakukan Penelitian di UPT Puskesmas Medan Tuntungan	
Demikian Surat Keterangan ini diperbuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama yang baik, kami ucapkan terimakasih.	
 Kepala UPT Puskesmas Tuntungan dr. Eni Suriati Ginting, M.Kes Pembina Utama Muda (IV C) NIP. 19670410 200003 2 006	

Lampiran 10 Lembar Konsultasi Pembimbing Pertama

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : PENERAPAN JOGGING EXERCISE
UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA
DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE II DI UPT PUSKESMAS
TUNTUNGAN

Nama Mahasiswa : Tio Roma Sintauli

Sitompul Nomor Induk Mahasiswa : P075201222039

Nama Pembimbing : Endang Susilawati, SKM, M.Kes

No	Tanggal	Materi Dikonsulkan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama
1	11 Nov 2024	Bimbingan pengajuan judul dan telaah jurnal		
2	13 Nov 2024	ACC Judul		
3	17 Januari 2025	Bimbingan bab 1		
4	20 Januari 2025	Bimbingan bab 1		
5	22 Januari 2025	Bimbingan bab 1		

16	13 Juni 2025	Bimbingan bab 4 dan 5	 
17	16 Juni 2025	ACC bab 4 dan 5	 

Medan, 16 Juni 2025

Mengetahui Kaprodi D-III Keperawatan



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

Nip 197011301993022013

Lampiran 11 Lembar Konsultasi Pembimbing Kedua

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : PENERAPAN JOGGING EXERCISE
UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA
DARAH PADA PASIEN DIABETES
MELITUS TIPE II DI UPT PUSKESMAS
TUNTUNGAN

Nama Mahasiswa : Tio Roma Sintauli Sitompul

Nomor Induk Mahasiswa : P075201222039

Nama Pembimbing : Dr. Dra. Megawati S.Kep. Ns. M.Kes

No	Tanggal	Materi Dikonsulkan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing Pendamping
1	29 Januari 2025	Bimbingan bab 1, bab 2 dan bab 3		
2	30 Januari 2025	Bimbingan bab 1, bab 2 dan bab 3		
3	31 Januari 2025	Bimbingan bab 1, bab 2 dan bab 3		
4	2025	Bimbingan bab 1, bab 2 dan bab 3		
5	05 Februari 2025	Acc bab 1, bab 2 dan bab 3		

6	13 Juni 2025	Bimbingan bab 4 dan 5		
7	16 Juni 2025	ACC bab 4 dan 5		

Medan, 16 Juni 2025

Mengetahui Kaprodi D-III Keperawatan



Masnila Siregar, S.Kep, Ns, M,Pd.
Nip 197011301993022013



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.01.26.1924/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

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

Peneliti utama : tio roma sintauli sitompul
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKKES KEMENKES MEDAN
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"penerapan jogging exercise untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II di UPT
 Puskesmas Tuntungan"**

*"Application of jogging exercise to reduce blood sugar levels in type II diabetes mellitus patients at the Tuntungan Health
 Center UPT"*

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 Consent, 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 03 September 2025 sampai dengan tanggal 03 September 2026.

This declaration of ethics applies during the period September 03, 2025 until September 03, 2026.

September 03, 2025
 Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

ORIGINALITY REPORT

7%

SIMILARITY INDEX

6%

INTERNET SOURCES

5%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	etd.uinsyahada.ac.id Internet Source	1%
2	Submitted to Babes-Bolyai University Student Paper	1%
3	repository.uinsu.ac.id Internet Source	<1%
4	elearning.stikesprimanusantara.ac.id Internet Source	<1%
5	eprints.ums.ac.id Internet Source	<1%
6	repository.iainbengkulu.ac.id Internet Source	<1%
7	typeset.io Internet Source	<1%
8	ia800100.us.archive.org Internet Source	<1%
9	repository.unar.ac.id Internet Source	<1%

10	Submitted to Universitas Islam Bandung Student Paper	<1 %
11	Dewi Ratnawati, Rahman Amrullah Suwaidi. "PENGARUH LIKUIDITAS, LEVERAGE, PROFITABILITAS TERHADAP HARGA SAHAM PROPERTY REAL ESTATE DI BEI", REVITALISASI, 2021 Publication	<1 %
12	download.garuda.kemdikbud.go.id Internet Source	<1 %
13	eprints.unisa-bandung.ac.id Internet Source	<1 %
14	ia903209.us.archive.org Internet Source	<1 %
15	Submitted to unimal Student Paper	<1 %
16	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1 %
17	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah Student Paper	<1 %
18	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	<1 %

Submitted to Universitas Negeri Jakarta

19	Student Paper	<1 %
20	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1 %
21	online-journal.unja.ac.id Internet Source	<1 %
22	Submitted to Sogang University Student Paper	<1 %
23	ojs.stikes-muhammadiyahku.ac.id Internet Source	<1 %
24	staging.tactran.gov.uk Internet Source	<1 %
25	docs.rwu.edu Internet Source	<1 %
26	repository.uinjambi.ac.id Internet Source	<1 %
27	www.coursehero.com Internet Source	<1 %
28	www.mirrorservice.org Internet Source	<1 %
29	repository.radenfatah.ac.id Internet Source	<1 %
30	repository.untag-sby.ac.id Internet Source	<1 %

31	ejournal.stikesyarsi.ac.id Internet Source	<1 %
32	mafiadoc.com Internet Source	<1 %
33	Erlin Julia Syafir, Indra Hariyanto, Fauzan Nabil, Muhammad Rizal Firdaus, Distya Riski Hapsari. "Eksplorasi Nutrisi dan Manfaat Kesehatan Umbi Dahlia dalam Pengendalian Diabetes", Karimah Tauhid, 2024 Publication	<1 %
34	jurnal.globalhealthsciencegroup.com Internet Source	<1 %
35	repository.uniba.ac.id Internet Source	<1 %
36	www.scribd.com Internet Source	<1 %
37	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes On
Exclude bibliography On

Exclude matches Off