

DAFTAR PUSTAKA

- ADA. (2019). Standar Of Medical Are In Diabetes 2019 (1st ed., Vol. 42,pp. 2–6). USA : American Diabetes Association.
- Aditama, 2017 Komplikasi penyakit diabetes melitus FKUI 200-209
- American Diabetes Association. Lifestyle management. *Diabetes Care*. (2016). 40 (January), S33–S43.
- Amir, Wungouw, Pangemanan 215 Analisis Faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan olahraga Pasien Diabetes Melitus . Jurnal Manajemen dan Pelayanan Farmasi. Universitas Indonesia.
- Anastasya, 2013 pengukuran kepatuhan olahraga type 2 diabetes mellitus,*Diabetologia*,46(8), 107-81.
- Anruwardhani 2013 Analisis Faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan olahraga Pasien Diabetes Melitus . Jurnal Manajemen dan Pelayanan Farmasi. Universitas Indonesia.
- AHA 2015, infark miokard pada penyandang diabetes melitus [http//www.Pasca.uns.ac.id](http://www.Pasca.uns.ac.id).
- Arikunto, S (2013). *Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Barnes, et al (2017). Exercise and diabetes. https://www.researchgate.net/publication/665754_Exercise_and_diabets. PM ID: 16921608
- Belza et al. Dan carlk 2013 tentang komplikasi diabetes melitus *Fundamentals of Nursing; Concepts, Process and Practice*, New Jersey;Pearson Education Inc.
- Beownson et al. 2015 tentang kehidupan penyandang diabtes melitus Universitas Indonesia
- Berman dan sneyder 2016 Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan dalam melakukan olahraga pada Diabetes Mellitus di Kota Semarang. *Journal of Health Education*, 2(2), 138–145.
- Bertalina dan Purnama 2017). *Kecenderungan peningkatan penyandang diabetes*. Jakarta: Balai Penerbit FK semarang.

- Beyner dan seynender, (2013) dengan judul “Analisis faktor yang mempengaruhi kepatuhan olahraga di kabupaten Lombok jawa tengah”.
- Boule, N, G., Haddad, E., Kenny, Wells, G. A. dan Sigal, R. J.(2014).Meta-analysis of the effect of structured exercise training on cardiorespiratory fitness in type 2 diabetes melitus.
- Cahyati (2015), tentang hubungan tingkat Pendidikan dengan kepatuhan Diabetes Melitus
- Corwin 2019 tentang fenomena semogyi pada kombinasi hiperlikemia di malam hari dan kenaikan kadar glukosa darah penderita diabetes melitus.
- Creviston, 2013 *Fundamentals of Nursing; Concepts, Process and Practice*, New Jersey;Pearson Education Inc.
- Darmojo, 2015 *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia*, Jakarta: Kongres Persadia.
- Depkes, 2013 Prevalensi Diabetes. In.T Riskesdas, Laporan Nasional Riskesdas (pp.127-130). Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Devilla N. (2015).*Phisyical Activity in poerto Rico Adults with Type 2 Diabetes Melitus*.United state of Amerika
- Dewi, dkk. Kepatuhan penderita Diabetes Melitus dalam menjalani Terapi Olahraga dan Diet. Semarang: Universitas Negri Semarang; 2013.
- Dharma 2013 tentang tingkat kepatuhan pasien diabetes melitus dalam mengikuti penatalaksanaan diabetes melitus
- Didarloo 2013, Tentang perbandingan kepatuhan antara jenis kelamin laki-laki dan perempuan pasien dm.
- DiMatteo, M.R. (2013). Variations in patients' adherence to medical recommendation: A quantitative review of 50 years of research. *Medical Care*, 42 (3), 200-209
- Dishman dalam Amman 2014, tentang tingkat kerentanan pasien diabetes melitus mengalami komplikasi penyakit yang lebih serius, semarang 2014.

- Dominic, dan Morey. (2013), jenis olahraga yang dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan olahraga pada jenis kelamin.
- Dominic, dan Morey. (2016). *Adherence to Physical Activity*. Jossey-Bass: San Fransisco
- Dorland, 2013 tentang hubungan kepatuhan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi peningkatan kadar glukosa darah dan kesulitan dalam penanganan.
- Ermawati, (2015). *Hubungan Antara Pengetahuan Dan kepatuhan olahraga pada pasien Diabetes Di BRSD RSUD RAA Soewondo Kabupaten Pati*.
- Grove, 2015 tentang pengolahan data penelitian secara akurat dan terpercaya.
- Guyton 2019 tentang tingkat pengetahuan tentang manfaat patuh terhadap olahraga bagi penderita diabetes melitus.
- Hanson dan Chen 2017 tentang tingginya resiko penyakit jantung koroner bagi penderita dm yang sudah kronis.
- Hastono, S. P. (2013). *Analisa Data Kesehatan*, Jakarta: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Ilmah F, Rochmah T. Kepatuhan Pasien Rawat Inap Diet Diabetes Mellitus Berdasarkan Teori Kepatuhan Niven. *J Adm Kesehat Indones Fak Kesehat Masy Univ Airlangga Surabaya*. 2015;Vol 3 No 1.
- Indriyanto, 2017 tentang tingkat kepatuhan pasien diabetes melitus dalam melaksanakan penatalaksanaan dm FK semarang 2017.
- International Diabetes Federation (IDF). 2019. *IDF Diabetes Atlas: 7th Edition*.
- Keller,U, (2016). From obesity to diabetes,*International Journal for Vitamin and Nutrition Research*,76(4),172-177.
- Kementerian Kesehatan RI (Kemenkes RI). 2018. *Riset Kesehata Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kozier dan Erbs. (2014). *Fundamentals of Nursing; Concepts, Process and Practice*, New Jersey;Pearson Education Inc.

- Lemone, Burko dan Bauldoff, 2015 tentang komplikasi yang rentan bagi penyakit dm terutama bagi penderita diabetes melitus yang sudah bertahun-tahun.
- Luthfa dan Fadhilah 2019, Kelompok usia diabetes melitus yang mempengaruhi tingkat kepatuhan melakukan olahraga.
- Mashrani 2018 tentang gambaran tingkat terjadinya komplikasi pada penyakit diabetes melitus.
- Masturoh, 2018 tentang metode penelitian yang benar dan dapat digunakan.
- Maryam, 2014 tentang kadar glukosa darah sewaktu dan puasa ketika patuh melakukan olahraga.
- Mihardja, 2019 Kepatuhan dalam melakukan olahraga pada Diabetes Mellitus di Kota Semarang. *Journal of Health Education*, 2(2), 138–145.
- Morey M.C., Pieper C.F., Crowley G.M., Sullivan R.J., Puglisi C.M., (2002). Exercise adherence.
- Muhammad Hasbi (2013). Analisis Faktor Yang Memengaruhi Kepatuhan olahraga Pasien Diabetes Melitus . Jurnal Manajemen dan Pelayanan Farmasi. Universitas Indonesia.
- Notoadmojo. S (2014.a) *ilmu perilaku kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam (2013), tingkat pendidikan seseorang yang mempengaruhi perilaku.
- Paluska, dan Schwenk, 2013 tentang angka kejadian komplikasi penyandang diabetes melitus.
- PERKENI. (2013). *Konsensus Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia*, Jakarta: Kongres Persadia.
- Rechman, 2016 tentang faktor yang mempengaruhi kepatuhan melakukan olahraga.
- Rehmeita, 2017 tentang komplikasi diabetes melitus *Fundamentals of Nursing; Concepts, Process and Practice*, New Jersey; Pearson Education Inc.

- Rimmer, Nicola, Riley dan Creviston, 2013 tentang hubungan kepatuhan dengan tingkat pengontrolan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus.
- RISKESDAS, 2018. Prevalensi Diabetes. In.T Riskesdas, Laporan Nasional Riskesdas (pp.127-130). Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- RISKESDAS, 2018. Prevalensi Diabetes In.T Riskesdas, Laporan Provinsi Sumatera Utara (pp.29). Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (LPB).
- Rohmana, 2019 tingkat kadar gula dalam darah yang terkontrol pada saat melakukan olahraga secara rutin dan teratur.
- Saifunurnazah D.Kepatuhan penderita Diabetes Melitus dalam menjalani Terapi Olahraga dan Diet. Semarang: Universitas Negeri Semarang; 2013.
- Salindeho (2016).Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kepatuhan dalam melakukan olahraga pada Diabetes Mellitus di Kota Semarang. *Journal of Health Education*, 2(2), 138–145.
- Sani Ibnu, 2017 angka kejadian diabetes melitus yang semakin meningkat akibat tidak melaksanakan penatalaksanaan dm.
- Serour,M., Alghennaie,H., Al-Saqabi,S., Mustafa, A.R., Ben-Nakhi,A. (2014), Cultural factors and Patients Adherence to Lifestyle Measure. *British Journal of General Practice*, 57; 291-95 (diakses pada tanggal 12 februari 2022)
- Sigal,R, J., Kenny, G.P., Boule, N. G., Wells,G. A., Prudhomme, D., Fortier,M.,Reid,R.D.,Tulloch,H., Coyle,D., Philipips, P., Jennings,A, dan Jaffey,J. (2015). *Effects of aerobic training, resistance training, or both on glycemic control in type 2 diabetes, Annals of Internal Medicine*, 147,357-369
- Smelzeer, dan Bare, 2018 tentang faktor yang berhubungan dengan kenaikan kadar gula darah dalam tubuh.
- Soegondo, Soewondo, Subekti, (2019). C tentang komplikasi diabetes melitus *Fundamentals of Nursing; Concepts, Process and Practice*, New Jersey;Pearson Education Inc.

- soerjo (2013), Tentang jenis kelamin laki-laki yang mempengaruhi tingkat kepatuhan olahraga pada pasien diabetes mellitus. <http://www.Pasca.uns.ac.id>.
- Sugiyono, 2013 pemilihan sampel dan kriteria sampel pada penderita diabetes melitus.
- Sujarweni, 2014 tentang pengelolaan data dengan menggunakan microsoft exal dengan sederhana.
- Suyono S. (2020). *Kecenderungan peningkatan penyandang diabetes*. Jakarta: Balai Penerbit FK UI.
- Tarwoto, 2013 tentang manifestasi klinis dari diabetes melitus.
- Wahyudi H. (2017). Hubungan pengetahuan dan kepatuhan olahraga pada pasien diabetes mellitus. <http://www.Pasca.uns.ac.id>.
- Waspadji 2017, Manajemen penanganan diabetes melitus secara sederhana.
- Willier, (2015), tentang faktor yang mempengaruhi kepatuhan olahraga terutama usia pasien diabetes melitus.
- Yehia, Epps, Golden dkk, 2021 2013 tentang hubungan kepatuhan dengan tingkat pengontrolan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus.



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laueh Medan Tuntungan Kode Pos :20136
Telepon : 061 8368633 - Fax : 061 8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id, email : poltekkes_medan@yahoo.com



Gunungsitoli 13 Januari 2023

Nomor : KH.03.02/ 040 /2023

Lampiran : -

Perihal : Mohon Izin Studi Pendahuluan

: Mahasiswa an. Irma Yofita Harefa, dkk

Kepada Yth.

Kepala Badan Perencanaan Pembangunan,

Penelitian dan Pengembangan Daerah

Kota Gunungsitoli

Tempat

Dalam rangka Penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa Poltekkes Kemenkes RI Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli T.A 2022/2023, dimohon berkenan memberikan izin Studi Pendahuluan kepada mahasiswa yang namanya terlampir pada surat ini berupa informasi, penjelasan, brosur dan buku yang dibutuhkan.. Data tersebut akan digunakan untuk penyusunan proposal penelitian.

Demikian disampaikan atas bantuan diucapkan terima kasih.



Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli

Ismed Krisman Amazihono, SKM, MPH

NIP. 197205111992031003

Tembusan Yth:

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
3. Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli
4. Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
5. Sub Koordinator Akademik dan Laboratorium
6. Sub Koordinator Kemahasiswaan dan UPM
7. Peringgal



Lampiran Surat Izin Studi Pendahuluan Mahasiswa Tk. III T.A 2022/2023

Nomor : KH.03.02/ 040 /2023

Tanggal : 13 Januari 2023

NO	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENGAMBILAN DATA
1	Irma Jovita Harefa	P07520320021	Gambaran Hardinees pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
2	Nelvi Sukmawati Hulu	P07520320029	Gambaran pengetahuan tentang pencarian pengobatan pada penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
3	Sinar Permata Hati Harefa	P07520320041	Gambaran Pengetahuan tentang Kepatuhan olah raga untuk mengontrol kadar gula darah pasien DM di Wilayah Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli



Ismad Krisman Amazihono, SKM, MPH

NIP. 197205111992031003



PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN,
PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN DAERAH

Jln. Pancasila No. 14 Telp/Fax (0639) 22574
 GUNUNGSITOLI – 22814

Nomor : 050/182 /Bappeda/2023
 Sifat : Penting
 Lampiran : -
 Perihal : **Persetujuan Pelaksanaan**
Izin Studi Pendahuluan Mahasiswa
an. Irma Jovita Harefa, dkk

Gunungsitoli, 24 Januari 2023
 Kepada:
 Yth. Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
 Politeknik Kesehatan KEMENKES Medan

di
 Tempat

Sehubungan dengan Surat Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Nomor : KH.03.02/040/2023 tanggal 13 Januari 2023 perihal Mohon Izin Studi Pendahuluan Mahasiswa an. Irma Jovita Harefa, dkk, dengan ini diberikan persetujuan kepada mahasiswa yang namanya tersebut di bawah ini :

NO	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENGAMBILAN DATA
1	Irma Jovita Harefa	P07520320021	Gambaran Hardines pada pasien Diabetes Melitus Tipe II di UPT Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
2	Nelvi Sukmawati Hulu	P07520320029	Gambaran pengetahuan tentang pencarian pengobatan pada penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
3	Sinar Permata Hati Harefa	P07520320041	Gambaran Pengetahuan tentang Kepatuhan olah raga untuk mengontrol kadar gula darah pasien DM di Wilayah Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

untuk melaksanakan Studi Pendahuluan dalam rangka penyusunan proposal karya tulis ilmiah pada lokasi sebagaimana tersebut di atas.

Berkenaan dengan hal tersebut, diharapkan bantuan Saudara Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli dan Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa untuk membantu dan memfasilitasi mahasiswa yang bersangkutan selama melaksanakan studi pendahuluan. Selanjutnya mahasiswa yang bersangkutan wajib melaporkan diri sebelum dan sesudah melaksanakan studi pendahuluan kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli.

Demikian disampaikan, atas kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.

KEPALA BADAN PERENCANAAN
PEMBANGUNAN, PENELITIAN DAN
PENGEMBANGAN DAERAH KOTA
GUNUNGSITOLI,
KARYA SEPTIANUS BATE'E, SSTP, MAP
PEMBINA
NIP. 19640916 200312 1 001

Tembusan Yth.

1. Bapak Wali Kota Gunungsitoli (sebagai laporan);
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli;
3. Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa;
4. Mahasiswa yang bersangkutan.



PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA
Jl. Umbu Laehuwa Menuju Desa Nazalou Lolowua – 22845



Gunungsitoli, 15 Februari 2023

Nomor : 440/ 594 / PKM.GS-AL/ II/ 2023

Sifat : Biasa

Lampiran : -

Perihal : **Izin Penelitian**

Kepada Yth :

Yth. Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
Politeknik Kesehatan KEMENKES Medan

di

Tempat

Sehubungan dengan Surat Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Nomor : KH.03.02/ 040/ 2023 tanggal 19 Januari 2023, Perihal Permohonan Izin Studi Pendahuluan Mahasiswa, tertera dibawah ini:

NO	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENGAMBILAN PENELITIAN
1	Irma Jovita Harefa	P07520320021	Gambaran Hardinees pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD PUSKESMAS KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA
2	Nelvi Sukmawati Hulu	P07520320029	Gambaran Pengetahuan Tentang Pencarian Pengobatan pada Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	
3	Sinar Permata Hati Harefa	P07520320041	Gambaran Pengetahuan Tentang Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pasien DM di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	

Diberi Izin untuk melaksanakan studi pendahuluan di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa, dengan ketentuan hasil penelitian tersebut disampaikan kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli dan UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa.

Demikian disampaikan, atas kerjasama yang baik di ucapkan terimakasih.

Kepala UPTD Puskesmas
Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa



ERTITAWATI SIREGAR, SST, M.Tr.Keb

Penata

NIP. 19830207 200903 2 006



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laucih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061- 8368633 Fax : 061- 8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_medan@yahoo.com



Gunungsitoli, ~~22~~ Mei 2023

Nomor : PP.08.02/ ~~0433~~ /2023

Lampiran : -

Perihal : Mohon Izin untuk melaksanakan
Uji Validitas dan Reliabilitas
An. Sinar Pematahati Harefa

Kepada Yth.
Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan
Gunungsitoli Utara
Di

Tempat

Sehubungan dengan kegiatan mahasiswa Poltekkes Kemenkes RI Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli pada Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Tahun Akademik 2022/2023, dimohon kepada Bapak kiranya memberikan izin untuk melaksanakan Uji Validitas dan Reliabilitas berupa pengisian data lembar kuisioner penelitian yang berguna untuk penyusunan Karya Tulis Ilmiah, kepada mahasiswa yang namanya sebagai berikut :

Nama : **SINAR PERMATAHATI HAREFA**
NIM : P07520320041

Judul Penelitian : Gambaran kepatuhan Olahraga untuk mengontrol kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

Demikian disampaikan atas bantuan diucapkan terima kasih.

KETUA PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI



ISMED KRISMAN AMAZIHONO SKM, MPH
NIP. 197205111992031003

Tembusan Yth:

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
- ③ 3. Sub Koordinator Akademik dan Laboratorium
4. Sub Koordinator Kemahasiswaan UPM





PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
DINAS KESEHATAN
**UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA**

Jln. Arah Kabupaten Nias Utara Km 10 Desa Olora
E-mail: pkm.gust4r@gmail.com, Kode Pos 22851



SURAT KETERANGAN

Nomor : 440 / 1107 /PKM GS-UT/2023

Berdasarkan Surat Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Nomor : PP.08.02/0433/2023 Tanggal 22 Mei 2023 Perihal Izin Untuk Melaksanakan Uji Validitas dan Reliabilitas An. Sinar Permatahati Harefa maka Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara Mengizinkan Mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan Gunungsitoli Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan yang tertera dibawah ini untuk melaksanakan Uji Validitas dan Reliabilitas di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara :

Nama	: Sinar Permatahati Harefa
NIM	: P07520320041
Prodi	: D-III Keperawatan
Judul Penelitian	: Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa.

Demikian surat keterangan ini di buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Gunungsitoli Utara
Pada tanggal : 25 Mei 2023

**KEPALA UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA**



MUKHLIS TANJUNG, S.Si.T, S.AP
Pembina
NIP. 19700603 199203 1 003

Tembusan :

Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli



PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA

Jalan Arah Kabupaten Nias Utara km 10 Desa Olora
GUNUNGSITOLI UTARA - KODE POS 22851
E-mail: pkmgust4r@gmail.com



Gunungsitoli Utara, 29 Mei 2023

Nomor : 440/ 1117/PKM GS-UT/2023
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : **Pelaksanaan Uji Validitas dan Reliabilitas**
an. Sinar Permatahati Harefa

Kepada Yth.
Sdr. Ketua Prodi D-III
Keperawatan Gunungsitoli
di
Tempat

Berdasarkan Surat Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Nomor : PP.08.02/0433/2023 Tanggal 22 Mei 2023 Perihal Izin Untuk Melaksanakan Uji Validitas dan Reliabilitas An. Sinar Permatahati Harefa dalam rangka Penyusunan Karya Tulis Ilmiah, maka dengan ini kami menerangkan bahwa :

Nama : Sinar Permatahati Harefa
NIM : P07520320041
Prodi : D-III Keperawatan
Judul Penelitian : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa.

Benar nama tersebut telah melaksanakan dan telah selesai melakukan Uji Validitas dan Reliabilitas di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara pada tanggal 25 Mei 2023 s/d 28 Mei 2023 sebagai persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan di Program Studi D-III Keperawatan Gunungsitoli.

Demikian surat ini kami sampaikan atas perhatian kami ucapkan terima kasih.

KEPALA UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI UTARA



MUKHLIS TANJUNG, S.Si.T, S.AP
Pembina
NIP. 19700603 199203 1 003

Tembusan :
Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli

Lampiran 7

HASIL UJI VALIDITAS DASN RELIABILITAS KUESIONER KEPATUHAN
OLAHRAGAPADA PASIEN DIABETES MELITUS

A. Hasil Uji Validitas

Uji Validitas Kuesioner Motivasi	r. validitas	Keterangan
1	0,494	Valid
2.	0,538	Valid
3.	0,538	Valid
4.	0,511	Valid
5.	0,557	Valid
6.	0,447	Valid
7.	0,467	Valid
8.	0,514	Valid
9.	0,481	Valid
10.	0,491	Valid
11.	0,521	Valid
12.	0,523	Valid
13.	0,470	Valid
14.	0,544	Valid
15.	0,503	Valid

Reliability

Scale : ALL VARIABLES

Case processing summary

	N	%
Cases valid	25	96,2
Excluded	1	3,8
Total	26	100,0

- a. Listwise deletion based on all variables in the procedure

Reliability statistics

Cronbach's Alpha	N of items
.520	15



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Jl. Jamin Ginting KM. 13,5 Kel. Laucih Medan Tuntungan Kode Pos : 20136
Telepon : 061- 8368633 Fax : 061- 8368644
Website : www.poltekkes-medan.ac.id email : poltekkes_medan@yahoo.com



Gunungsitoli, 26 Mei 2023

Nomor : PP.08.02/0456/2023
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian Mahasiswa
An. Sinar Permatahati Harefa
dan Vira Putri Juita Hura

Kepada Yth.

Kepala Badan Perencanaan Pembangunan,
Penelitian dan Pengembangan Daerah
Kota Gunungsitoli
di

Tempat

Sehubungan dengan kegiatan mahasiswa Poltekkes Kemenkes RI Medan Prodi
D-III Keperawatan Gunungsitoli pada Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Tahun Akademik
2022/2023 :

N O	NAMA	NIM	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
1	Sinar Permatahati Harefa	P07520320041	Gambaran kepatuhan Olahraga untuk mengontrol kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
2	Vira Putri Juita Hura	P07520320044	Hubungan motivasi lansia penderita diabetes mellitus dengan keaktifan lansia mengikuti senam Polaris di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Utara	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara

Untuk itu dimohon kepada Bapak/Ibu berkenan memberikan Ijin Penelitian
kepada mahasiswa yang namanya tersebut di atas.

Demikian disampaikan atas perhatian dan bantuan diucapkan terima kasih.

Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli,



ISMED KRISMAN AMAZIHONO,SKM,MPH
NIP. 197205111992031003

Tembusan Yth:

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Medan
2. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
3. Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli
4. Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
5. Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara
6. Sub Koordinator Akademik dan Laboratorium
7. Sub Koordinator Kemahasiswaan dan UPM





PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN,
PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN DAERAH

Jln. Pancasila No. 14 Telp/Fax (0639) 22574
 GUNUNGSITOLI - 22814

Gunungsitoli, 31 Mei 2023

Nomor : 050/1357/Bappeda/2023
 Sifat : Penting
 Lampiran : -
 Perihal : **Persetujuan Pelaksanaan Izin
 Penelitian Mahasiswa
 an. Sinar Permata Hati Harefa dan
 Vira Putri Juitta Hulu**

Kepada.
 Yth. Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli
 Politeknik Kesehatan KEMENKES RI Medan

di
 Tempat

Sehubungan dengan Surat Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Nomor : PP.08.02/0456/2023 tanggal 31 Mei 2023 perihal Izin Penelitian Mahasiswa an. Sinar Permata Hati Harefa dan Vira Putri Juitta Hulu, dengan ini diberikan persetujuan kepada mahasiswa yang namanya tersebut di bawah ini :

NO	NAMA MAHASISWA	NIM	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
1	Sinar Permata Hati Harefa	P0750320041	Gambaran kepatuhan Olahraga untuk mengontrol kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
2	Vira Putri Juitta Hura	P07520320044	Hubungan Motivasi lansia penderita diabetes mellitus dengan keaktifan lansia mengikuti senam Polaris di UPTD Puskesmas Gunungsitoli Utara	UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara

untuk melaksanakan penelitian lapangan dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah pada lokasi sebagaimana tersebut di atas.

Berkenaan dengan hal tersebut, diharapkan bantuan Saudara Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli, Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa, Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara, untuk membantu dan memfasilitasi mahasiswa yang bersangkutan selama melaksanakan penelitian. Selanjutnya mahasiswa yang bersangkutan wajib menyampaikan hasilnya kepada Wali Kota Gunungsitoli melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan, Penelitian dan Pengembangan Daerah Kota Gunungsitoli sebanyak 2 (dua) rangkap.

Demikian disampaikan, atas kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.

**KEPALA BADAN PERENCANAAN
 PEMBANGUNAN, PENELITIAN DAN
 PENGEMBANGAN DAERAH KOTA
 GUNUNGSITOLI,**



KARYA SEPTIANUS BATE'E, SSTP, MAP
PEMBINA
NIP. 19840916 2003012 1 001

1. Bapak Wali Kota Gunungsitoli (sebagai laporan);
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli;
3. Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa;
4. Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Utara;
5. Mahasiswa yang bersangkutan.



PEMERINTAH KOTA GUNUNGSITOLI
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA



Jl. Umbu Laehuwa Menuju Desa Nazalou Lolowua
SMS/Telp : 0821-6312-0035, Email : uptdpuskesmas.alooa@gmail.com
IG : Puskesmas Gusit Alo'oa, Fanpage Fb : Puskesmas Gusit Alo'oa
GUNUNGSITOLI ALO'OA – KODE POS : 22845

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN

Nomor : 800/2104/PKM.GS-AL/II/2023

Yang bertanda Tangan Dibawah Ini :

Nama : **Ertitawati Siregar, SST,M.Tr.Keb**
Pangkat/Gol : Penata
NIP : 19830207 200903 2 006
Jabatan : Kepala UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa yang beridentitas dibawah ini :

Nama : Sinar Permatahati Harefa
NIM : P07520320041
Fakultas : Politeknik Kesehatan Kemenkes
Judul Penelitian : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa.

Telah selesai melaksanakan penelitian di UPTD Pukesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa selama 24 (Dua Puluh Empat) hari, terhitung mulai tanggal 14 Juni 2023 s/d 6 Juli 2023

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Gunungsitoli Alo'oa, 12 Juli 2023

KEPALA UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA,



ERTITAWATI SIREGAR, SST, M.Tr.Keb
Penata
NIP. 19830207-200903 2 006

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Sebagaimana persyaratan tugas akhir mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : SINAR PERMATA HATI HAREFA

NIM : P07520320041

ALAMAT : DESA HILIGODU ULU

Saya akan melakukan penelitian yang berjudul **“Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus”** Dengan segala kerendahan hati, peneliti memohon dengan hormat kepada bapak/ibu untuk ketersediaanya meluangkan waktu untuk mengisi daftar pernyataan yang peneliti ajukan sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki. Jawaban bapak/ibu sangat membantu dan diperlukan sebagai data penelitian untuk kepentingan ilmu pengetahuan dan tidak ada maksud yang lain. Jawaban yang telah diberikan akan saya jaga kerahasiaannya.

Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas perhatian dan partisipasi bapak/ibu dalam kelancaran penelitian ini saya ucapkan terima kasih

Gunungsitoli, juni 2023

peneliti



Sinar Permata Hati Harefa
NIM:P0520320041

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

Menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus”

Demikian surat pernyataan persetujuan ini saya sampaikan dengan sadar tanpa unsur paksaan dari pihak lain.

Alooa, juni 2023
Yang Menyatakan

()

KUESIONER PENELITIAN
GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG KEPATUHAN OLAHRAGA
UNTUK MENGONTROL KADAR GULA DARAH PADA PASIEN
DIABETES MELITUS

A.Data Demografi

A. Identitas Responden

Inisial	:	
Usia	:	
Jenis Kelamin	:	☐ Laki-laki ☐ Perempuan
Pekerjaan	:	☐ Tidak Bekerja ☐ Petani ☐ Wiraswasta/Pedagang ☐ Pensiun PNS/TNI/POLRI
Pendidikan		☐ Tidak sekolah ☐ SMA ☐ SD ☐ SMP ☐ Perguruan Tinggi

NO	PERNYATAAN	YA	TIDAK
1	Saya merasakan tubuh saya lebih segar dan bugar setelah bersepeda selama 20 menit		
2	Waktu berolahraga bagi penderita diabetes mellitus adalah 20-30 menit setiap kali olahraga		
3	Saya sering mengikuti senam diabetik yang dilaksanakan di lingkungan tempat tinggal saya		
4	Saya tidak memiliki peralatan olahraga tapi tetap melakukan olahraga ringan seperti jalan selama 30 menit		
5	Saya merasakan tubuh saya merasa lebih segar dan bugar setelah melakukan olahraga		
6	Saya melakukan olahraga setiap pagi hari		
7	Berolahraga tiga kali seminggu dapat mengontrol kadar gula darah		
8	Dengan berolahraga selama 20-30 menit dapat mengontrol kadar gula darah dalam tubuh		
9	Olahraga jalan dapat membantu mengontrol kadar gula darah		
10	Melakukan olahraga senam secara teratur dapat berpengaruh dalam penurunan kadar gula darah		
11	Olahraga bersepeda dengan teratur dapat mempengaruhi kadar gula darah dalam tubuh		

12	Saat melakukan pemeriksaan kesehatan petugas menganjurkan untuk melakukan olahraga		
13	Karna tidak memiliki alat olahraga saya tidak melakukan olahraga		
14	Berolahraga dengan cara bersepeda setidaknya tiga kali seminggu dapat mengontrol kadar gula darah		
15	Melakukan olahraga senam setidaknya tiga kali seminggu secara teratur berpengaruh dalam penurunan kadar gula darah		

MASTER TABEL
GAMBARAN KEPATUHAN OLAHRAGA UNTUK MENGONTROL KADAR GULA DARAH
PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI WILAYAH UPTD PUSKESMAS
KECAMATAN GUNUNGSITOLI ALO'OA

No.Res	Usia	JK	P d	P k	PERNYATAAN KEPATUHAN OLAHRAGA															Skor	%	Ket	
					P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P1 0	P1 1	P1 2	P1 3	P1 4	P1 5				
R1	3	1	2	2	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	7	46%	tidak patuh	
R2	3	1	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14	93%	Patuh	
R3	3	2	5	4	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	5	33%	tidak patuh	
R4	3	2	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	9	60%	Patuh	
R5	3	2	2	2	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	7	46%	tidak patuh	
R6	3	1	4	3	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	11	73%	Patuh	
R7	3	2	2	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	3	20%	tidak patuh	
R8	4	2	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	46%	tidak patuh	
R9	4	1	4	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	7	46%	tidak patuh	
R10	3	2	1	2	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	8	53%	Patuh	
R11	3	2	2	2	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	73%	Patuh	
R12	3	2	4	3	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86%	Patuh	
R13	3	1	3	2	1	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	6	40%	tidak patuh	
R14	1	1	2	3	1	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0	8	53%	Patuh	
R15	2	1	2	2	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	5	33%	tidak patuh	
R16	4	1	1	2	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	11	73%	Patuh	
R17	3	1	2	2	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	8	53%	Patuh	
R18	2	1	3	3	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	7	46%	tidak patuh	
R19	3	2	2	3	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	6	40%	tidak patuh	

R20	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	12	80 %	patuh
R21	4	2	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	11	73 %	patuh
R22	4	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	7	46 %	tidak patuh
R23	3	2	4	2	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	10	66 %	patuh
R24	3	1	4	3	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	9	60 %	patuh
R25	4	2	1	2	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	6	40 %	tidak patuh
R26	4	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	4	26 %	tidak patuh
R27	3	2	4	3	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	4	26 %	tidak patuh
R28	4	2	1	2	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	5	33 %	tidak patuh
R29	3	1	3	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	12	80 %	patuh
R30	4	2	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	6	40 %	tidak patuh
R31	3	2	4	4	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	6	40 %	tidak patuh
R32	4	1	1	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	3	20 %	tidak patuh
R33	4	1	4	2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	7	46 %	tidak patuh
R34	3	2	2	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	8	53 %	patuh

R35	4	1	1	2	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	10	0	0	1	9	60 %	patuh
R36	4	1	3	2	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	4	26 %	tidak patuh
R37	4	1	2	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	6	40 %	tidak patuh
R38	3	1	1	2	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	5	33 %	tidak patuh
R39	4	1	4	3	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	3	20 %	tidak patuh
R40	4	2	1	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	3	20 %	tidak patuh
R41	4	1	3	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	46 %	tidak patuh
R42	4	2	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	7	46 %	tidak patuh
R43	4	2	1	2	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	8	53 %	patuh
R44	4	1	1	2	1	0	0	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11	73 %	patuh
R45	3	1	4	3	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	7	46 %	tidak patuh

R46	3	1	2	2	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	6	40%	tidak patuh
R47	3	1	3	2	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	6	40%	tidak patuh
R48	4	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	4	26%	tidak patuh
R49	3	1	4	3	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	4	26%	tidak patuh
R50	4	1	2	2	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	5	33%	tidak patuh
R51	4	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	8	53%	patuh
R52	4	1	4	3	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	7	46%	tidak patuh
E53	4	1	2	2	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	13	86%	patuh
R54	4	2	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	6	40%	tidak patuh
R55	4	2	2	3	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	6	40%	tidak patuh
R56	4	2	4	3	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0	1	8	53%	patuh
R57	4	2	1	2	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	4	26%	tidak patuh
R58	4	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	6	40%	tidak patuh
R59	3	1	5	4	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	5	33%	tidak patuh
R60	4	1	3	2	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	3	20%	tidak patuh
R61	3	2	4	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	3	20%	tidak patuh
R62	3	1	2	3	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	46%	tidak patuh
R63	3	2	2	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	7	46%	tidak patuh
R64	4	2	3	2	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	9	60%	patuh
R65	4	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	7	46%	tidak patuh
R66	4	2	3	3	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	11	73%	patuh
R67	4	2	4	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	3	20%	tidak patuh
R68	3	2	4	3	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	46%	tidak patuh
R69	4	1	3	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	7	46%	tidak patuh
R70	2	2	4	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14	93%	patuh
R71	3	1	3	2	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	7	46%	tidak patuh

R72	3	2	1	2	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	10	66%	Patuh
R73	4	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	9	60%	Patuh
R74	3	2	2	2	1	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	6	40%	tidak patuh
R75	3	2	4	3	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	4	26%	tidak patuh
R76	3	1	2	2	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	4	26%	tidak patuh
R77	3	1	4	2	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	5	33%	tidak patuh
R78	2	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	12	80%	Patuh
R79	2	2	2	3	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	6	40%	tidak patuh
R80	3	1	3	3	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	6	40%	tidak patuh
R81	4	2	3	2	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	3	20%	tidak patuh
R82	4	2	2	2	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	1	1	9	60%	Patuh
R83	4	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	11	73%	Patuh
R84	4	2	3	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	3	20%	tidak patuh
R85	4	2	2	2	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	7	46%	tidak patuh
R86	4	2	1	2	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	7	46%	tidak patuh
R87	3	2	4	3	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	4	26%	tidak patuh
R88	4	2	3	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	5	33%	tidak patuh
R89	3	2	4	3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	12	80%	Patuh
R90	3	2	2	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	6	40%	tidak patuh
R91	4	2	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	6	40%	tidak patuh
R92	4	1	2	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	3	20%	tidak patuh
R93	4	2	1	2	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	7	46%	tidak patuh
R94	3	2	3	2	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	8	53%	Patuh
R95	4	1	2	3	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	10	0	0	1	9	60%	Patuh
R96	4	1	3	1	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	4	26%	tidak patuh
R97	1	1	3	2	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	6	40%	tidak patuh
R98	4	2	5	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	5	33%	tidak patuh

R99	3	2	3	2	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	3	20%	tidak patuh
R100	3	2	2	3	0	0	1	0	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	9	60%	Patuh
R101	3	2	3	2	0	1	1	0	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	7	46%	tidak patuh
R102	4	2	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	7	46%	tidak patuh

Keterangan :

Pekerjaan :

1

1 = Tidak bekerja

2 = Petani

3 = Wiraswasta

4 = Pensiun/PNS/TNI/Polri

Jenis Kelamin :

1 = laki-laki

2 =

Perempuan

Umur :

1=≤35 tahun

2=36-45

tahun

3=46-55

tahun

4= >56 tahun

Pendidikan :

1 = Tidak Sekolah

2 = SD

3 = SMP

4 = SMA

5 = Perguruan Tinggi

Kepatuhan Olahraga

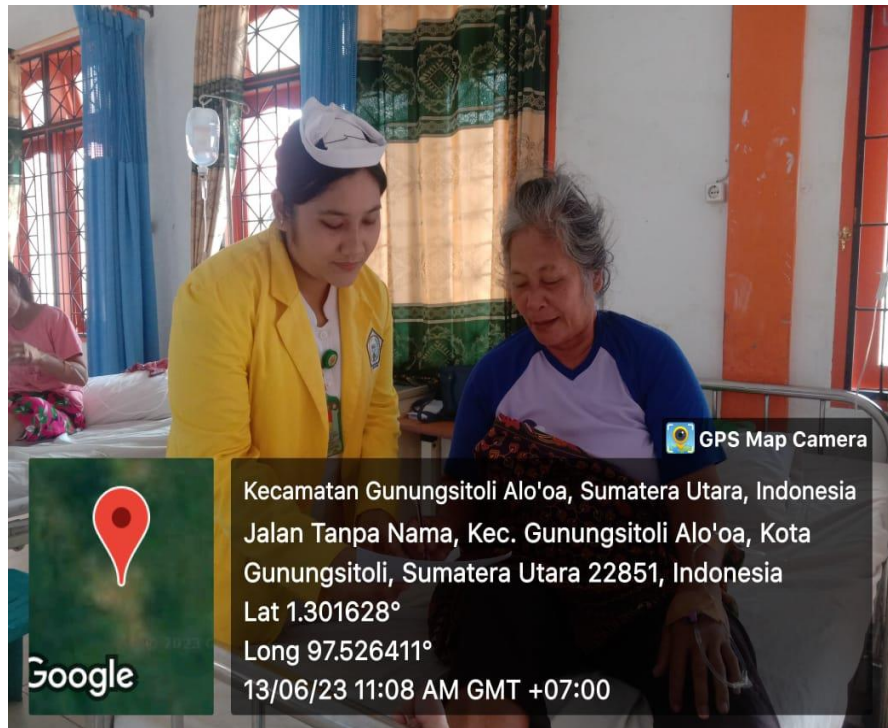
Patuh = 50-100 %

Tidak Patuh = < 50 %

DOKUMENTASI







LEMBAR BUKTI KONSULTASI PROPOSAL

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa
NIM : P07520320041
JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PEMBIMBING 1 : Evi Martalinda Harefa SST., M.Kes

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Kamis 27 Februari 2022	konsu buku + jurnal	- Acc	
2	Jumat / 10 Februari 2022	Bab I s/d II	- Perbaiki latar belakang - Perbaiki Permisian - kembalikan ke ri	
3	Jumat / 24 - 2 - 2023	Bab I s/d III	- lengkapi proposal - Perbaiki latar belakang bab II - Permisian sesuai buku panduan	

LEMBAR BUKTI KONSULTASI PROPOSAL

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa
NIM : P07520320041
JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PEMBIMBING 1 : Evi Martalinda Harefa SST., M.Kes

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
4	Jelara 7/3/2023	Bab I/III	- perbaikan isi permission - lengkapi prapam - latar belakang - sekuerikon buku panduan	
5	Bab 0-02/2023	Bab I/III	Ace	

LEMBAR BUKTI KONSULTASI PROPOSAL

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa
 NIM : P07520320041
 JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa
 DOSEN PEMBIMBING II : Lismawati P. Waruwu S.Kep., Ns.,M.Kep

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Jumat 13-01-2023	Konsep audit + Jurnal	- Acc	l
2	Jumat 10-02-2023	Bab I / II	- Perbaiki penulisan lengkapi df	l
3	Jumat 10-02-2023	Bab I / III	Acc	l

LEMBAR BUKTI KONSULTASI PROPOSAL

(revisi)

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa

NIM : P07520320041

JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PENGUJI II : Hadirat Candra Laoli S.Kep.,Ns.,MKM

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Senin / 15/05 2023	BAB I / II	- kuesioner - observasi - Teori - Daftar pustaka	
2	Selasa 16/05/2023	BAB I / III	- kuesioner - teori - daftar pustaka	
3	Rabu 29-05-2023	BAB I / IV	- uji validitas dan reliabilitas	
4	Kamis 26/05/2023	BAB I / V	Ace	

LEMBAR BUKTI KONSULTASI PROPOSAL

(revisi)

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa

NIM : P07520320041

JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PEMBIMBING II : Lismawati P. Waruwu S.Kep., Ns., M.Kep

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Jumlat 24-05-2023	BAB I / <u>II</u>	- Perbaiki Penulisan - Daftar pustaka	
2	Jumlat 24-05-2023	BAB I / <u>III</u>	- Perbaiki penulisan	
3	Senin 29-05-2023	BAB I / <u>III</u>	- Aec Jilid	

LEMBAR BUKTI KONSULTASI PROPOSAL
(revisi)

NAMA

: Sinar Permata Hati Harefa

NIM

: P07520320041

JUDUL

: Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PEMBIMBING I : Evi Martalinda Harefa SST.,M.Kes

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Senin 29/05 2023	BAB I / I	- Rumusan - Teori - Daftar pustaka	
2	Selasa 30-05-2023	BAB I / II	Alap Metid -	

LEMBAR BUKTI KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa

NIM : P07520320041

JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PEMBIMBING I: Evi Martalinda Harefa SST.,M.Kes

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Jumat 07/07/2023	Bab I/V	- lengkapi KTI - Buat Abstrak - perbaiki penulisan - perbaiki Hasil Penelitian	
2	Selasa 09/07/2023	Bab I/V	Acc seminar hasil	

LEMBAR BUKTI KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa

NIM : P07520320041

JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PEMBIMBING II : Lismawati pertiwi Waruwu, S.Kep.Ns.,M.Kep

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Rabu 12 07-2013	Kata pengantar	-Perbaiki kata pengantar	y
2	Rabu 12 07-2013		-Perbaiki pengetikan	y
			Aec	y .

**LEMBAR BUKTI KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH
(Revisi)**

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa

NIM : P07520320041

JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PENGUJI II: Hadirat Candra Laoli S.Kep.,Ns.,MKM

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Jumat 14/07/2023	BAB I/U	* cek hasil uji Validitas dan Reliabilitas * cek pembahasan + jurnal * Biodata uji expert	
2.	Jumat 14/07/2023	BAB I/V	* penulisan skema Eg	
3.	Senin, 17/07 2023	BAB I/V	Ace not lux	

LEMBAR BUKTI KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH
(Revisi)

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa
NIM : P07520320041
JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PEMBIMBING II: Lismawati pertiwi Waruwu, S.Kep.Ns.,M.Kep

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1	Senin 17/07/2023	- Waktu penelitian (BAB 3) - Jadwal	perbaiki waktu Penelitian - perbaiki jadwal Penelitian. - perbaiki penelitian - lengkapi FTI	4
2	Senin, 17/07/2023	BAB 4/5	Aec	4

LEMBAR BUKTI KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH
(Revisi)

NAMA : Sinar Permata Hati Harefa
NIM : P07520320041
JUDUL : Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa

DOSEN PEMBIMBING I: Evi Martalinda Harefa SST.,M.Kes

NO	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran	Paraf
1.	Senin/17-7-2023	BAB I s/d IV	-Sempurnakan kembali pengumpulan terutama daftar tabel, lampiran gambar, sesuai dengan dunia -Perbaiki abstrak -Susunlah lampiran dengan baik -Setiap bab ada referensi, referensi disatukan dalam satu tambahan dan manfaat saran bagi responden -Perbaiki sistematika penulisan terutama BAB II, tambahkan teori b g d -Perbaiki DO	
2	Selasa/18-7-2023	BAB I/V	-Perbaiki sistematika BAB III, penulisan tabel, saran.	
3.	Selasa 18/07/2023	BAB I s/d V	Ace word	

PENILAIAN INSTRUMEN PENELITIAN KARYA TULIS ILMIAH

Rater/expert : Hadirat Candra Laoli S.kep.,Ns.,M.KM

Mohon bantuan Bapak/Ibu untuk dapat menilai instrument penelitian ini dengan memberikan tanda (v) pada kolom yang disediakan. Berikut ini adalah petunjuk penilaian instrument penelitian. Pemberian skor diberikan menjadi 5 kriteria (diisi berdasarkan jumlah kriteria yang di tentukan peneliti. Adapun penjelasan kriteria dalam pemberian skor dalam lembar penilaian ini adalah sebagai berikut :

Skor 5 : **Sangat Relevan** (Apabila item yang dibuat sangat relevan dengan aspek indicator perilaku yang diungkap).

Skor 4 : **Relevan** (Apabila item yang dibuat relevan dengan aspek indicator perilaku yang diungkap)

Skor 3 : **AGAK RELEVAN** (Apabila item yang dibuat agak relevan dengan aspek indicator perilaku yang diungkap)

Skor 2 : **TIDAK RELEVAN** (Apabila item yang dibuat tidak relevan dengan aspek indikator perilaku yang diungkap)

Skor 1 : **SANGAT TIDAK RELEVAN** (Apabila item yang dibuat sangat tidak relevan dengan aspek indicator perilaku yang diungkap).

Keterangan Lain :

F= Fafvorable

KUESIONER KEPATUHAN OLAHRAGA

No Item	Pernyataan	F	KATEGORI				
			STR	TR	AR	R	SR
			1	2	3	4	5
1.	Saya merasakan tubuh saya lebih segar dan bugar setelah bersepeda selama 20 menit	F					
2.	Waktu berolahraga bagi penderita diabetes mellitus adalah 20-30 menit setiap kali olahraga	F					
3.	Saya sering mengikuti senam diabetik yang dilaksanakan di lingkungan tempat tinggal saya	F					
4.	Saya tidak memiliki peralatan olahraga tapi tetap melakukan olahraga ringan seperti jalan selama 30 menit	F					
5.	Saya merasakan tubuh saya merasa lebih segar dan bugar setelah melakukan olahraga	F					
6.	Saya melakukan olahraga setiap pagi hari	F					
7.	Berolahraga tiga kali seminggu dapat mengontrol kadar gula darah	F					
8.	Dengan berolahraga selama 20-30 menit dapat mengontrol kadar gula darah dalam tubuh	F					
9.	Olahraga jalan dapat membantu mengontrol kadar gula darah	F					
10.	Melakukan olahraga senam secara teratur dapat berpengaruh dalam penurunan kadar gula darah	F					
11.	Olahraga bersepeda dengan teratur dapat mempengaruhi kadar gula darah dalam tubuh	F					
12.	Saat melakukan pemeriksaan kesehatan petugas menganjurkan untuk melakukan olahraga	F					
13.	Karna tidak memiliki alat olahraga saya tidak melakukan olahraga	F					
14.	Berolahraga dengan cara bersepeda setidaknya tiga kali seminggu dapat mengontrol kadar gula darah	F					
15.	Melakukan olahraga senam setidaknya tiga kali seminggu secara teratur berpengaruh dalam penurunan kadar gula darah	F					

Catatan Tambahan :

.....
.....
.....

Gunungsitoli, 12 juni 2023

Penyusun Skala Nama : Sinar Permata Hati Harefa NIM : P07520320041 Ttd :	Rater/Expert  (Hadirat Candra Laoli S. kep., Ns., MKM) NIDK : 8904350022
---	--

PENILAIAN INSTRUMEN PENELITIAN KARYA TULIS ILMIAH

Rater/expert : Hadirat Candra Laoli S.kep.,Ns.,M.KM

Mohon bantuan Bapak/Ibu untuk dapat menilai instrument penelitian ini dengan memberikan tanda (v) pada kolom yang disediakan. Berikut ini adalah petunjuk penilaian instrument penelitian. Pemberian skor diberikan menjadi 5 kriteria (diisi berdasarkan jumlah kriteria yang di tentukan peneliti. Adapun penjelasan kriteria dalam pemberian skor dalam lembar penilaian ini adalah sebagai berikut :

Skor 5 : **Sangat Relevan** (Apabila item yang dibuat sangat relevan dengan aspek indicator perilaku yang diungkap).

Skor 4 : **Relevan** (Apabila item yang dibuat relevan dengan aspek indicator perilaku yang diungkap)

Skor 3 : **AGAK RELEVAN** (Apabila item yang dibuat agak relevan dengan aspek indicator perilaku yang diungkap)

Skor 2 : **TIDAK RELEVAN** (Apabila item yang dibuat tidak relevan dengan aspek indikator perilaku yang diungkap)

Skor 1 : **SANGAT TIDAK RELEVAN** (Apabila item yang dibuat sangat tidak relevan dengan aspek indicator perilaku yang diungkap).

Keterangan Lain :

F= Fafvorable

KUESIONER KEPATUHAN OLAHRAGA

No Item	Pernyataan	F	KATEGORI				
			STR	TR	AR	R	SR
			1	2	3	4	5
1.	Saya merasakan tubuh saya lebih segar dan bugar setelah bersepeda selama 20 menit	F					
2.	Waktu berolahraga bagi penderita diabetes mellitus adalah 20-30 menit setiap kali olahraga	F					
3.	Saya sering mengikuti senam diabetik yang dilaksanakan di lingkungan tempat tinggal saya	F					
4.	Saya tidak memiliki peralatan olahraga tapi tetap melakukan olahraga ringan seperti jalan selama 30 menit	F					
5.	Saya merasakan tubuh saya merasa lebih segar dan bugar setelah melakukan olahraga	F					
6.	Saya melakukan olahraga setiap pagi hari	F					
7.	Berolahraga tiga kali seminggu dapat mengontrol kadar gula darah	F					
8.	Dengan berolahraga selama 20-30 menit dapat mengontrol kadar gula darah dalam tubuh	F					
9.	Olahraga jalan dapat membantu mengontrol kadar gula darah	F					
10.	Melakukan olahraga senam secara teratur dapat berpengaruh dalam penurunan kadar gula darah	F					
11.	Olahraga bersepeda dengan teratur dapat mempengaruhi kadar gula darah dalam tubuh	F					
12.	Saat melakukan pemeriksaan kesehatan petugas menganjurkan untuk melakukan olahraga	F					
13.	Karna tidak memiliki alat olahraga saya tidak melakukan olahraga	F					
14.	Berolahraga dengan cara bersepeda setidaknya tiga kali seminggu dapat mengontrol kadar gula darah	F					
15.	Melakukan olahraga senam setidaknya tiga kali seminggu secara teratur berpengaruh dalam penurunan kadar gula darah	F					

Catatan Tambahan :

.....
.....
.....
.....

Gunungsitoli, 8 juni 2023

Penyusun Skala Nama : Sinar Permata Hati Harefa NIM : P07520320041 Ttd :	Rater/Expert  (Annariang Laoli Amd Kep)
---	--

BIODATA PENELITI



Nama : Sinar Permata Hati Harefa
Tempat/tanggal lahir : Faekhu/02 Desember 2002
Agama : Kristen Protestan
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Desa Hiligodu Ulu Kecamatan Gunungsitoli Utara
Kota Gunungsitoli

Riwayat Pendidikan

1. 2007 s/d 2013 : SD Negeri No. 077778 Hiligodu ulu
2. 2013 s/d 2016 : SMP Negeri 1 Gunungsitoli Utara
3. 2016 s/d 2019 : SMA Negeri 2 Gunungsitoli
4. 2020 s/d 2023 : Poltekkes Kemenkes Medan
Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Jl. Jamin Ginting Km. 13,5 Kel. Lau Cih Medan Tuntungan Kode Pos 20136
Telepon: 061-8368633 Fax: 061-8368644
email : kepk.poltekkesmedan@gmail.com



PERSETUJUAN KEPK TENTANG
PELAKSANAAN PENELITIAN BIDANG KESEHATAN
Nomor: 01 2439/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2023

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian usulan penelitian yang berjudul :

"Gambaran Kepatuhan Olahraga Untuk Mengontrol Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli Alo'oa"

Yang menggunakan manusia dan hewan sebagai subjek penelitian dengan ketua Pelaksana/
Peneliti Utama : Sinar Permata Hati Harefa
Dari Institusi : Prodi D-III Keperawatan Gunung Sitoli Poltekkes Kemenkes Medan

Dapat disetujui pelaksanaannya dengan syarat :
Tidak bertentangan dengan nilai – nilai kemanusiaan dan kode etik penelitian..
Melaporkan jika ada amandemen protokol penelitian.
Melaporkan penyimpangan/ pelanggaran terhadap protokol penelitian.
Melaporkan secara periodik perkembangan penelitian dan laporan akhir.
Melaporkan kejadian yang tidak diinginkan.

Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa berlaku maksimal selama 1 (satu) tahun.

Medan, 20 Juni 2023
Ketua,
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Poltekkes Kemenkes Medan



Dr. Monson P Sihombing, MSc, Apt
NIP. 196901302003121001