

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat ijin penelitian



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



4 Juni 2025

Nomor : 1139/STIKes-PR/B/VI/2025
Hal : Permohonan Izin Pengambilan Data

Yth. Kepala Puskesmas Kalasan
Jalan Candi Sambisari, Sidokerto, Purwomartani, Kalasan,
Sleman, D.I. Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SK VIII.1) bagi Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2023/2024, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan pengambilan data di Padukuhan Cupuwatu I dan Padukuhan Cupuwatu II.

Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Ni Luh Putu Nanda Anggira Pasek
NPM : 202123073
Judul Skripsi : Pengaruh Senam Diabetes terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus di Padukuhan Cupuwatu, Kelurahan Purwomartani

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Ketua

Yulia Wardani, MAN



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



9 Juni 2025

Nomor : 1214/STIKes-PR/B/VI/2025

Hal : Permohonan Izin Pengambilan Data

Yth. Kepala Kelurahan Purwomartani
Jalan Sambisari, Purwomartani, Kalasan, Sleman,
D.I. Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SK VIII.1) bagi Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2023/2024, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan pengambilan data di Padukuhan Cupuwatu I dan Padukuhan Cupuwatu II. Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Ni Luh Putu Nanda Anggira Pasek

NPM : 202123073

Judul Skripsi : Pengaruh Senam Diabetes terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus di Padukuhan Cupuwatu, Kelurahan Purwomartani

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

§Ketua





YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



9 Juni 2025

Nomor : 1215/STIKes-PR/B/VI/2025

Hal : Permohonan Izin Pengambilan Data

Yth. Kepala Dukuh Cupuwatu II
Cupuwatu II, Purwomartani, Kalasan, Sleman
D.I. Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SK VIII.1) bagi Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2023/2024, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan pengambilan data di Padukuhan Cupuwatu II. Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Ni Luh Putu Nanda Anggira Pasek

NPM : 202123073

Judul Skripsi : Pengaruh Senam Diabetes terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus di Padukuhan Cupuwatu, Kelurahan Purwomartani

Demikian surat permohonan izin dari kami. Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Ketua



Yulia Wardani, MAN



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
KAPANEWON KALASAN
PEMERINTAH KALURAHAN PURWOMARTANI**

ꦥꦼꦩꦼꦂꦶꦠꦏꦧꦸꦥꦠꦺꦤ꧀ꦱꦭꦺꦩꦤ꧀ꦏꦏꦭꦱꦤ꧀ꦥꦼꦩꦼꦂꦶꦠꦏꦭꦸꦫꦲꦤ꧀ꦥꦸꦫꦮꦺꦩꦂꦠꦤꦶ
Sidokerto, Purwomartani, Kalasan, Sleman, 55571
Telepon (0274) 2257539, Laman: purwomartani.slemankab.go.id,
Surel: desapurwomartani@slemankab.go.id

SURAT KETERANGAN
Nomor : 52/KPP/VI/2025

Menindak lanjuti surat dari Yayasan Panti Rapih Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta tanggal 9 Juni 2025 Nomor 1214/STIKes-PR/B/VI/2025 tentang Permohonan Izin Pengambilan Data di Kalurahan Purwomartani Kapanewon Kalasan dengan tema, "*Pengaruh Senam Diabetes terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus di Padukuhan Cupuwatu, Kelurahan Purwomartani*", maka dengan ini Pemerintah Kalurahan Purwomartani memberikan izin kepada :

N a m a : Ni Luh Putu Nanda Anggira Pasek
Instansi/Lembaga : Program Studi Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
NIM/ NIK : 202123073
Wilayah : Kalurahan Purwomartani Kapanewon Kalasan
Waktu : 11 Juni 2025 – 11 Juli 2025

Untuk melaksanakan Kegiatan Pengambilan Data di Kalurahan Purwomartani, Kapanewon Kalasan, Kabupaten Sleman dengan memenuhi ketentuan-ketentuan yang disyaratkan :

1. Sebelum melakukan Kegiatan Pengambilan Data telah melaporkan diri dan memberitahu kepada Lurah Purwomartani atau yang mewakili;
 2. Sebelum melakukan Kegiatan Pengambilan Data di wilayah padukuhan, wajib melaporkan diri ke dukuh setempat;
 3. Pelaksanaan Kegiatan Pengambilan Data harus sesuai dengan kebutuhan Penugasan dan tidak diperkenankan melaksanakan wawancara diluar kebutuhan Penugasan;
 4. Setelah melakukan Kegiatan Pengambilan Data diwajibkan melapor dan memberitahu kembali kepada Lurah Purwomartani atau yang mewakili;
 5. Untuk Penelitian/ Tugas Akhir wajib memberikan Laporan Akhir Penelitian/ Tugas Akhir ke Pemerintah Kalurahan Purwomartani;
- Demikian surat keterangan ini diberikan dan kepada pihak yang berkepentingan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Purwomartani, 11 Juni 2025
a.n Lurah Purwomartani

Carik
u/b
Kepala Urusan Pangripta

Bravo B'tsa Nilal Inaya. S.I.P, M.A.



RUMAH SAKIT PANTI RAPIH
KOMITE ETIK DAN HUKUM RUMAH SAKIT (KEHRS)

Jln. Cik Di Tiro 30 - Yogyakarta 55223 Telp. 0274 – 562233, 562233, 563333

SUB KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
RUMAH SAKIT PANTI RAPIH

KETERANGAN KELAIKAN ETIK
("ETHICAL CLEARANCE")
No. 094/SKEPK-KKE/VI/2025

Sub Komite Etik Penelitian Kesehatan Rumah Sakit Panti Rapih, setelah mempelajari dengan seksama rancangan penelitian yang diusulkan:

The Health Research Ethical Sub Committee of Panti Rapih Hospital, after studying the proposed research design carefully :

"Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu, Kelurahan Purwomartani"

Peneliti Utama : Ni Luh Putu Nanda Anggira Pasek
Principal Investigator
Anggota Peneliti :
Investigator member
Lokasi penelitian : Padukuhan Cupuwatu, Kelurahan Purwomartani
Location Cupuwatu Sub-village, Purwomartani Village
Unit/Lembaga : STIKes Panti Rapih
Institution

Maka dengan ini menyatakan bahwa rencana penelitian tersebut telah memenuhi syarat atau dinyatakan laik etik untuk dilaksanakan.

Thus hereby declare that the research design has qualified and been approved for the implementation.

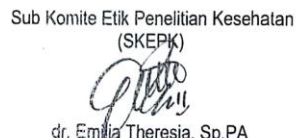
Demikian surat keterangan lolos kaji etik ini dibuat untuk diketahui dan dimaklumi oleh yang berkepentingan dan berlaku sejak tanggal 03 Juni 2025 sampai dengan 02 Juni 2026.

This ethical clearance is issued to be used appropriately and understood by all stakeholders and valid from 03 June 2025 until 02 June 2026.

Yogyakarta, 03 Juni 2025

Komite Etik dan Hukum Rumah Sakit

dr. Maria Silvia Merry, M.Sc, Sp.MK
Ketua

Sub Komite Etik Penelitian Kesehatan
(SKEPK)

dr. Emilia Theresia, Sp.PA
Ketua

Catatan (Notes):

Kewajiban peneliti (*The obligations of researcher*):

1. Menjaga kerahasiaan identitas subjek penelitian
Keeping the confidentiality of the research subject identity.
2. Memberitahukan status penelitian apabila setelah masa berlakunya keterangan lolos kaji etik, penelitian masih belum selesai, atau ada perubahan protokol. Peneliti wajib mengajukan kembali permohonan kajian etik penelitian (amandemen protokol).
Informing about the research status if the research is not completed after passes the validity period of the ethical clearance, or there is a change in the protocol. The researchers must reappplies the application for a research ethical review (amendment protocol).
3. Melaporkan status penelitian apabila penelitian berhenti di tengah jalan, ada kejadian serius yang tidak diinginkan dan melaporkan pelaksanaan penelitian secara berkala.
Reporting the research status if it stops before it is completed, there are serious adverse events, and reporting the research conduct periodically.
4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apa pun pada subjek sebelum penelitian lolos kaji etik, ada surat izin penelitian dan memberikan informed consent kepada subjek penelitian.
Researchers should not take any action on the subject before the study passes an ethical review, having a research license, and provides informed consent to the research subjects.
5. Setelah selesai penelitian, peneliti wajib memberikan laporan penelitian kepada Sub Komite Etik Penelitian Kesehatan RS Panti Rapih.
After completing the research, the researchers is obliged to provide a report to the Health Research Ethical Sub Committee of Panti Rapih Hospital.

Lampiran 4 Penjelasan penelitian

Nama Pemberi Informasi (Peneliti) : Ni Luh Putu Nanda Anggira Pasek
 Institusi Peneliti : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
 Judul Penelitian : Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani

No.	Jenis Informasi	Isi Informasi	Paraf Penerima Informasi
1.	Tujuan penelitian	1) Tujuan umum Menganalisis pengaruh senam diabetes terhadap perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani 2) Tujuan khusus a) Mengidentifikasi karakteristik penderita diabetes melitus di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani : usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, status merokok, lama menderita diabetes, konsumsi obat diabetes, jenis obat diabetes, dan waktu konsumsi obat diabetes. b) Mengetahui rerata kadar gula darah penderita diabetes melitus pada kelompok intervensi sebelum diberikan senam diabetes di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani. c) Mengetahui rerata kadar gula darah penderita diabetes melitus pada kelompok intervensi setelah diberikan senam diabetes di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani. d) Mengetahui rerata kadar gula darah penderita diabetes melitus pada kelompok kontrol pada hari pertama dan ketiga di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani.	

No.	Jenis Informasi	Isi Informasi	Paraf Penerima Informasi
		e)Menganalisis pengaruh pemberian senam diabetes terhadap perubahan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani.	
2.	Manfaat penelitian	Membantu penderita diabetes melitus di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani dalam melakukan tindakan manajemen diabetes melitus tanpa menggunakan obat untuk menjaga kadar gula darah dengan melakukan senam diabetes	
3.	Alasan responden dianggap sesuai dengan penelitian (kriteria inklusi subjek penelitian)	1. Bersedia ikut serta dan sudah menyetujui untuk berpartisipasi. 2. Penderita diabetes melitus yang dapat melakukan aktivitas fisik. 3. Penderita diabetes melitus yang mengikuti kegiatan senam selama tiga hari berturut-turut.	
4.	Perlakuan/prosedur yang akan diterima	1) Peneliti menjelaskan kepada responden terkait tujuan, manfaat, waktu dan prosedur penelitian yang akan dilakukan. Lalu, memberikan <i>informed consent</i> dan kuesioner identitas responden kepada responden yang bersedia mengikuti penelitian. 2) Peneliti yang dibantu oleh asisten peneliti melakukan pengukuran kadar gula darah sebelum pemberian senam diabetes (<i>pretest</i>) kepada kelompok kontrol dan intervensi. Hasil pengukuran kadar gula darah dicatat pada lembar observasi. 3) Instruktur senam memandu dalam pemberian senam diabetes sebanyak tiga kali dalam satu minggu dengan durasi 50 menit selama tiga hari berturut-turut pada kelompok intervensi.	

No.	Jenis Informasi	Isi Informasi	Paraf Penerima Informasi
		4) Selama pemberian senam diabetes sebanyak tiga kali dalam satu minggu dengan durasi 50 menit selama tiga hari berturut-turut peneliti akan memastikan kehadiran responden pada kelompok intervensi yang mengikuti senam diabetes. Apabila terdapat responden pada kelompok intervensi yang tidak mengikuti senam dengan rutin akan dikeluarkan dari responden penelitian. 5) Pada hari ketiga setelah pemberian senam diabetes pada kelompok intervensi diberikan waktu istirahat selama 15 menit, kemudian akan dilakukan pengukuran kadar gula darah kembali (<i>post test</i>) pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol oleh peneliti dan asisten peneliti. Hasil pengukuran kadar gula darah dicatat pada lembar observasi. Pada kelompok kontrol setelah dilakukan pengukuran kadar gula darah pada hari ketiga, peneliti akan memberikan senam diabetes yang dipandu oleh instruktur senam untuk memenuhi prinsip keadilan	
5.	Durasi penelitian	Penelitian ini akan dilakukan di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani pada Bulan Mei-Juli 2025. Pemberian senam akan dilakukan di Balai Dusun Cupuwatu. Peneliti yang dibantu oleh asisten peneliti melakukan pengukuran kadar gula darah pada hari pertama sebelum pemberian senam diabetes kepada kelompok kontrol dan intervensi. Kemudian, instruktur senam memandu dalam pemberian senam diabetes sebanyak tiga kali dalam satu minggu dengan durasi 50 menit selama tiga hari berturut-turut pada kelompok intervensi.	

No.	Jenis Informasi	Isi Informasi	Paraf Penerima Informasi
		Saat hari ketiga setelah pemberian senam diabetes pada kelompok intervensi diberikan waktu istirahat selama 15 menit, kemudian akan dilakukan pengukuran kadar gula darah kembali pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol oleh peneliti dan asisten peneliti. Pada kelompok kontrol setelah dilakukan pengukuran kadar gula darah pada hari ketiga, peneliti akan memberikan senam diabetes yang dipandu oleh instruktur senam untuk memenuhi prinsip keadilan.	
6.	Risiko yang dapat dialami selama penelitian	Kemungkinan risiko yang dapat terjadi selama pemberian senam diabetes pada responden penelitian yaitu menimbulkan rasa sakit/perdarahan saat pengambilan darah di ujung jari untuk pemeriksaan kadar gula darah dan menimbulkan rasa lelah dan lemas atau terjadinya gula darah rendah. Maka dari itu, peneliti akan memberikan waktu responden untuk bisa beristirahat dan menghentikan senam diabetes dan akan dilakukan pengukuran kadar gula darah. Jika responden mengalami gula darah rendah akan diberikan makanan atau minuman yang mengandung gula seperti teh atau roti. Jika terdapat responden yang mengalami sesak napas akan diberikan oksigenasi sampai keadaannya membaik dan akan dilakukan pemeriksaan tanda-tanda vital seperti tekanan darah, pernapasan, nadi, suhu.	
7.	Bujukan/insentif/reward /asuransi	Karena keikutsertaan subyek dalam penelitian ini bersifat sukarela, maka tidak ada insentif berupa uang yang akan diberikan kepada responden. Selain itu, peneliti tidak memberikan ganti rugi berupa uang atau lainnya dan tidak memberikan jaminan asuransi kepada seluruh subyek penelitian.	

No.	Jenis Informasi	Isi Informasi	Paraf Penerima Informasi
		Sebagai bentuk apresiasi peneliti kepada responden karena sudah menyediakan waktu dan tenaganya untuk dapat ikut berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian ini, peneliti memberikan <i>reward</i> /cinderamata sederhana kepada responden setelah mengikuti seluruh proses penelitian, tanpa mengganggu independensi dan integritas hasil penelitian.	
8.	Hak untuk mengundurkan diri sewaktu-waktu	Karena keikutsertaan subyek dalam penelitian ini bersifat sukarela, maka responden berhak untuk mengundurkan diri kapanpun, tanpa menimbulkan konsekuensi yang merugikan responden. Namun, responden yang telah bersedia harus mampu bertanggungjawab atas pilihannya.	
9.	Jaminan kerahasiaan data	Dalam penelitian ini semua data dan informasi identitas subyek penelitian dijaga kerahasiaannya dengan mencantumkan identitas responden menggunakan inisial dan data responden dalam penelitian akan dicantumkan dalam bentuk koding yang sudah ditentukan serta tidak menyebarluaskan informasi tanpa persetujuan dari responden.	
10.	Kontak peneliti	No WhatsApp : 087860207407	
Pernyataan			Tanda Tangan
Pemberi informasi menyatakan bahwa telah menerangkan hal-hal di atas secara benar dan jujur, memberikan kesempatan untuk bertanya, dan memberikan kesempatan untuk berdiskusi kepada penerima informasi			
Penerima informasi menyatakan bahwa telah menerima informasi dari pemberi informasi sesuai yang tertera di atas, telah mencantumkan paraf pada setiap informasi yang diterima, dan telah memahami setiap informasi tersebut.			
		Rev. 1 / 1 Februari 2020	Hal 1/2

Lampiran 5 *Informed consent*

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Penerima informasi (inisial) : _____

Umur : _____ tahun

Jenis Kelamin : laki-laki / perempuan*

Dengan ini menyatakan persetujuan untuk memberikan informasi dan terlibat sebagai responden dari penelitian yang berjudul **“Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu, Kalurahan Purwomartani”**

Saya memahami manfaat dan pentingnya penelitian tersebut sebagaimana telah diinformasikan dan/atau dijelaskan oleh peneliti kepada saya, termasuk risiko yang mungkin timbul.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran, niat baik, dan tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Hari_____,Tanggal_____,Bulan_____,Tahun_____,pukul_____

Penerima Informasi (Responden)

Pemberi Informasi (Peneliti)

Nama (inisial) dan Tanda Tangan

Nama dan Tanda Tangan

(*) Coret yang tidak perlu

Lampiran 6 Dokumentasi pelaksanaan kegiatan penelitian



Lampiran 7 Instrumen penelitian

a. Kuesioner identitas responden

Nama (inisial) :

Alamat :
.....

Usia :

Jenis kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan

Pendidikan terakhir : ☐ Tidak Sekolah ☐ SMA/SMK
☐ SD ☐ Diploma
☐ SMP ☐ Sarjana

Pekerjaan :

Lama menderita diabetes :

Status merokok : ☐ Merokok ☐ Tidak merokok

Konsumsi obat diabetes : ☐ Ya ☐ Tidak

Jenis obat diabetes : ☐ Tidak konsumsi obat
☐ Obat oral
☐ Insulin

Waktu konsumsi obat : ☐ Tidak konsumsi obat ☐ Teratur
☐ Tidak teratur

b. Lembar observasi kadar gula darah

No.	Nama	Jenis Kelamin	Usia	Hasil Pengukuran Kadar Gula Darah Sewaktu	
				<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>

c. Glukometer



Lampiran 8 SOP senam diabetes

No	Gerakan	Gambar
1.	Pemanasan	
	1) Buka kaki dengan kedua tangan ke arah depan hitungan 1 - 8	
	2) Rentangkan kedua tangan ke arah atas hitungan 1 - 8	
	3) Lipat tangan kiri ke arah kanan dengan tangan kanan memegang siku tangan kiri hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
	4) Tangan kiri memegang bahu kanan dan tangan kanan memegang siku tangan kiri dengan gerakan kaki naik dan turun hitungan 1 - 8	
	5) Lakukan kembali gerakan 3 & 4 pada arah sebaliknya	
	6) Jalan di tempat dengan kedua tangan diayunkan ke depan dan ke belakang hitungan 1 - 8	
	7) Buka tangan ke samping dan ke atas. Lalu, turunkan tangan ke bawah melalui arah depan sambil jalan di tempat hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
	8) Buka tangan ke arah depan dan ke atas. Lalu, turunkan tangan ke bawah melalui arah samping sambil jalan di tempat hitungan 1 - 8	
	9) Rentangkan kedua tangan ke depan secara bergantian. Letakan kedua tangan di samping pinggan secara bergantian. Lalu, ayunkan kepala ke bawah dan ke depan sambil berjalan di tempat hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
	10) Rentangkan kedua tangan ke depan secara bergantian. Letakan kedua tangan di samping pinggan secara bergantian. Lalu, tolehkan kepala ke kanan dan ke kiri sambil berjalan di tempat hitungan 1 - 8	
	11) Rentangkan kedua tangan ke depan secara bergantian. Letakan kedua tangan di samping pinggan secara bergantian. Lalu, miringkan kepala ke kanan dan ke kiri sambil berjalan di tempat hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
		
	12) Rentangkan tangan kanan ke samping dan ke arah atas. Lalu, turunkan. Lakukan pada arah sebaliknya sambil jalan di tempat hitungan 1 - 8	
	13) Angkat ke dua bahu ke atas sambil melangkah ke kiri dan ke kanan hitungan 1 - 8	
	14) Lakukan gerakan 12 dan 13 dua kali pengulangan	

No	Gerakan	Gambar
	15) Ayunkan kedua tangan ke arah depan dengan kaki melangkah ke kiri dan ke kanan 1 - 8 hitungan	
	16) Tumpuk kedua tangan dan gerakkan kaki kanan ke depan dan belakang dengan badan ke arah serong. Lakukan pada arah sebaliknya hitungan 1 - 8	
	17) Lakukan gerakan 15 dan 16 dua kali pengulangan	
	18) Gerakkan tangan ke samping dengan membentuk sudut situ-siku ke arah bawah sambil kaki di gerakkan ke samping kanan dan kiri secara bergantian hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
	19) Gerakkan kedua tangan ke atas dan gerakkan kaki ke belakang secara bergantian hitungan 1 - 8	
	20) Lakukan gerakan 18 dan 19 dua kali pengulangan	
	21) Lipat kedua tangan ke arah dada dan rentangkan ke samping sambil melangkah ke kiri dan kanan secara bergantian hitungan 1 - 8	 
	22) Lipat kedua tangan ke depan dan angkat kaki kiri dan kanan secara bergantian hitungan 1 - 8	
	23) Lakukan gerakan 21 dan 22 dua kali pengulangan	

No	Gerakan	Gambar
	24) Rentangkan kedua tangan dan gerakkan tubuh ke samping kanan dan kiri dengan lutut sedikit di tekuk hitungan 1 - 8	
	25) Gerakkan tubuh ke kanan dengan tangan kiri ke arah atas dan tangan kanan memegang paha dengan lutut kanan sedikit di tekuk hitungan 1 - 8	
	26) Tubuh menghadap ke kanan dengan kedua tangan di rentangkan ke kepan dengan lutut kanan sedikit di tekuk hitungan 1 - 4	

No	Gerakan	Gambar
	27) Tubuh menghadap depan dan tumpuk kedua tangan di depan dada dengan kedua kaki di buka dan lutut di tekuk hitungan 5 - 8	
	28) Lakukan gerakan 25 dan 26 pada arah sebaliknya dan dilanjutkan gerakan 27	
	29) Gerakkan kedua tangan ke depan dan ke samping dengan kaki kanan dan kiri di depan secara bergantian hitungan 1 - 8	
	30) Rentangkan kedua tangan kedepan dan kaki kanan di depan dengan sedikit di tekuk hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
	31) Rentangkan kedua tangan ke atas dan kaki kiri di belakang hitungan 1 - 4	
	32) Rentangkan kedua tangan ke samping dengan kaki kiri di belakang dan kaki kanan di depan sedikit di tekuk hitungan 5 - 8	
	33) Kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakan sedikit di tekuk dengan kedua tangan memegang paha hitungan 1 - 8	
	34) Lakukan gerakan 29 – 33 pada arah sebaliknya	

No	Gerakan	Gambar
	35) Kedua tangan di samping badan dengan kaki rapat	
2.	Gerakan inti	
	1) Rentangkan tangan kanan ke samping dan tekuk membentuk sudut 90°, lalu rentangkan tangan kiri ke samping dan tekuk membentuk sudut 90° sambil berjalan di tempat hitungan 1 - 4 Arahkan tangan kanan dan kiri ke depan secara bergantian, lalu tepuk tangan 2 kali Lakukan 2 kali pengulangan	

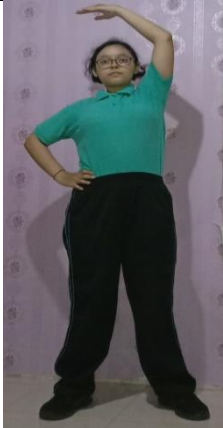
No	Gerakan	Gambar
	2) Ayunkan kedua tangan dari bawah ke atas dengan kaki kanan dan kiri ke arah belakang secara bergantian hitungan 1 - 8	
	3) Kedua tangan di tekuk di depan dada, lalu rentangkan ke samping sambil melangkah ke belakang dan ke depan secara bergantian hitungan 1 - 8	
	4) Tekuk salah satu tangan di depan dada, lalu tangan satunya di rentangkan ke samping (lakukan secara bergantian kanan dan kiri) dengan mengangkat kaki secara bergantian hitungan 1 - 8	
	5) Lakukan gerakan 2 – 4 sebanyak 4 kali pengulangan. Lalu, lakukan kembali gerakan 1	

No	Gerakan	Gambar
	6) Arahkan tubuh serong kanan dan kiri secara bergantian dengan kedua tangan di tekuk di depan dada, lalu rentangkan ke depan sambil melangkah ke samping dua langkah hitungan 1 - 4	
	7) Tubuh menghadap ke depan di angkat ke atas sambil melangkah ke samping secara bergantian hitungan 5 - 8	
	8) Buka kaki kanan dan kiri secara bergantian dan kedua tangan di samping kepala dengan gerakan memutar. Lalu, tepuk tangan 2 kali hitungan 1 - 8	
	9) Lakukan gerakan 6 – 8 sebanyak 4 kali pengulangan. Lalu, lakukan kembali gerakan 1	

No	Gerakan	Gambar
	10) Arahkan tangan kanan ke atas dan bawah secara bergantian dengan kaki kanan dibuka ke samping dan tangan satunya memegang pinggang, lalu lakukan kembali pada tangan dan kaki kiri hitungan 1 - 8	
	11) Tangan kiri di samping pinggang, tangan kanan melakukan gerakan memutar dengan melangkah ke arah kanan. Lakukan kembali pada sisi lainnya hitungan 1 - 8	
	12) Tekuk kedua tangan di depan dengan melipat kaki kanan dan kiri ke belakang secara bergantian hitungan 1 - 8	
	13) Lakukan gerakan 10 – 12 sebanyak 4 kali pengulangan. Lalu, lakukan kembali gerakan 1	
	14) Angkat tangan ke atas secara bergantian dengan kaki dibuka dan langkahkan maju dan mundur bergantian hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
	15) Ayunkan kedua tangan dari depan ke samping badan dengan melangkah ke kanan dan kiri secara bergantian hitungan 1 - 8	
	16) Tangan kiri memegang pundak dan tangan kanan memegang pinggang dengan menepuk-nepuk dengan kaki dibuka dan lutut sedikit di tekuk. Lalu, kedua tangan menepuk paha (lakukan pada arah kanan dan kiri secara bergantian) hitungan 1 - 8	
	17) Lakukan gerakan 14 – 16 sebanyak 4 kali pengulangan. Lalu, lakukan kembali gerakan 1	
	18) Tangan kanan di pinggang, arahkan tangan kiri ke dalam sambil melangkah ke kanan 2 kali. Lakukan pada arah sebaliknya hitungan 1 - 4 Angkat kedua tangan ke atas dengan kaki di tekuk ke belakang secara bergantian hitungan 5 – 8	

No	Gerakan	Gambar
	19) Dorong tangan ke arah kanan dan kiri secara bergantian dengan kaki di buka hitungan 1 - 8	
	20) Tubuh bergerak serong kanan dan kedua tangan ke depan dengan kaki melangkah ke samping. Lakukan pada arah sebaliknya secara bergantian hitungan 1 - 8	
	21) Lakukan gerakan 18 – 20 sebanyak 4 kali pengulangan. Lalu, lakukan kembali gerakan 1	
	22) Kedua tangan di samping badan dengan kaki rapat	
3.	Gerakan transisi	
	1) Angkat ke dua bahu ke atas sambil jalan di tempat dengan lutut sedikit di tekuk hitungan 1 - 8 Lakukan 2 kali pengulangan	

No	Gerakan	Gambar
	2) Silangkan kedua tangan di depan dada, lalu di buka ke samping dengan kaki kanan dan kiri ke depan secara bergantian hitungan 1 - 8 Lakukan 2 kali pengulangan	
	3) Kedua tangan menyentuh pundak, lalu arahkan ke bawah dengan kaki menyilang secara bergantian hitungan 1 - 8 Lakukan 2 kali pengulangan	
	4) Tangan kiri menyentuh pinggang dan tangan kanan ke atas dengan kaki melangkah ke kanan 2 kali. Lakukan pada arah sebaliknya secara bergantian hitungan 1 - 8 Lakukan 2 kali pengulangan	
	5) Tubuh bergerak serong kanan dan kedua tangan di tekuk di depan dada secara bergantian dengan kaki melangkah ke samping. Lakukan pada arah sebaliknya secara bergantian hitungan 1 - 8 Lakukan 2 kali pengulangan	

No	Gerakan	Gambar
	6) Tubuh bergerak serong kanan dan kedua tangan ke depan dengan kaki melangkah ke samping. Lakukan pada arah sebaliknya secara bergantian hitungan 1 - 8 Lakukan 2 kali pengulangan	
	7) Kedua tangan di depan dada dengan gerakan memutar dengan pinggul digoyangkan ke kanan dan kiri hitungan 1 - 8 Lakukan 2 kali pengulangan	
	8) Kedua tangan di atas dan di gerakkan ke kanan dan kiri bergantian dengan pinggul digoyangkan ke kanan dan kiri hitungan 1 - 8 Lakukan 2 kali pengulangan	
	9) Lakukan kembali gerakan 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1	

No	Gerakan	Gambar
	10) Kedua tangan di samping badan dengan kaki rapat	
4.	Gerakan pendinginan	
	Rentangkan kedua tangan dan gerakkan tubuh ke samping kanan dan kiri dengan lutut sedikit di tekuk hitungan 1 - 8	
	Gerakkan tubuh ke kanan dengan tangan kiri ke arah atas dan tangan kanan memegang paha dengan lutut kanan sedikit di tekuk hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
	Tubuh menghadap ke kanan dengan kedua tangan di rentangkan ke kepan dengan lutut kanan sedikit di tekuk hitungan 1 - 8	
	Tubuh menghadap ke kanan dengan kedua tangan ke atas, kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang hitungan 1 - 4	
	Tubuh menghadap depan dan tumpuk kedua tangan di depan dada dengan kedua kaki di buka dan lutut di tekuk hitungan 5 - 8	
	Lakukan gerakan 1-4 pada arah sebaliknya, lalu lakukan gerakan 5	

No	Gerakan	Gambar	
	Gerakkan kedua tangan ke depan dan ke samping dengan kaki kanan dan kiri di depan secara bergantian hitungan 1 - 8		
	Rentangkan kedua tangan kedepan dan kaki kanan di depan dengan sedikit di tekuk hitungan 1- 4		
	Tarik kedua tangan ke belakang dengan kaki kiri di belakang dan kaki kanan di depan sedikit di tekuk hitungan 5 - 8		

No	Gerakan	Gambar
	) Rentangkan kedua tangan ke atas dengan kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang hitungan 1 - 4	
	) Rentangkan kedua tangan ke samping, kaki kanan di depan dengan lutut di tekuk dan kaki kiri di belakang hitungan 5 - 8	
	) Kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakan sedikit di tekuk dengan kedua tangan memegang paha hitungan 1 - 8	
	) Lakukan gerakan 7-12 pada arah sebaliknya	

No	Gerakan	Gambar
	) Badan menghadap serong kanan dengan membuka tangan ke arah depan lalu ke atas, dan turunkan tangan ke bawah hitungan 1 - 8	
	) Lakukan gerakan 14 pada arah sebaliknya	
	) Badan menghadap ke depan dengan mengepalkan tangan, lalu kedua tangan diangkat ke atas dari arah bawah dan kedua lutut sedikit di tekuk, kemudian turunkan kembali hitungan 1 - 8	
	) Lakukan gerakan 16 dua kali pengulangan	
	) Buka kaki ke kanan, rentangkan tangan ke arah samping lalu atas, dan turunkan hitungan 1 - 8	

No	Gerakan	Gambar
	) Lakukan gerakan 18 pada arah sebaliknya	
	) Kedua tangan di samping badan dengan kaki rapat	

(Sardjito, 2024)

Lampiran 9 SOP pengukuran kadar gula darah

No	Prosedur
1.	Tahap prainteraksi a. Mengecek kelengkapan catatan keperawatan (mengecek kembali apakah pasien yang bersangkutan memerlukan pemeriksaan gula darah).
	b. Mengeksplorasi perasaan diri sendiri.
	c. Mengingat kembali konsep tindakan.
	d. Mencuci tangan.
2.	Tahap orientasi a. Memberi salam terapeutik
	b. Menjelaskan tujuan, prosedur dan lama tindakan keperawatan yang akan dilakukan dan efek samping tindakan 1) GDA/GDS (Gula Darah Acak/Sewaktu) Artinya : tanpa instruksi apapun dapat dilakukan sewaktu-waktu Nilai normal : ≤ 200 mg/dl 2) GDP (Gula Darah Puasa) Artinya : pasien diinstruksikan puasa minimal 8-10 jam sebelum pemeriksaan, namun diperkenankan minum air putih Nilai Normal : ≤ 100 mg/dl 3) 2JPP (2 jam Post Prandial/setelah makan) Artinya : setelah pemeriksaan GDP, pasien diinstruksikan untuk makan setelah itu puasa lagi selama 2 jam, kemudian diperiksa lagi kadar gula darah 4) TTGO (Tes Toleransi Glukosa Oral) Artinya : pasien harus berpuasa dalam semalam selama 8-20 jam, minum air putih tanpa gula diperbolehkan. Setelah periksa kadar gula darah puasa, pasien diberi glukosa 75 gram yang dilarutkan dalam air 250 cc, lalu diminum dalam waktu 5 menit, selanjutnya berpuasa kembali. Setelah 2 jam kemudian glukosa darah diperiksa.

No	Prosedur
	Nilai Normal : ≤ 140 mg/dl Prediabetes : 140-199 mg/dl Diabetes : ≥ 200 mg/ dl
	c. Menjelaskan peran perawat dan pasien.
	d. Memberikan kesempatan pada pasien untuk bertanya sebelum tindakan dimulai.
3.	Tahap kerja a. Menyiapkan alat-alat dan dibawa di dekat pasien: 1). Alat untuk mengecek gula darah/ glukometer (sesuai yang dimiliki) dengan baterai yang masih berfungsi baik dan chip yang sesuai dengan test strip yang akan di pakai. 2). <i>Lancing device</i> beserta lancetnya (atau dapat di gantikan dengan jarum steril dengan ukuran yang sesuai) 3). Test strip yang sesuai dengan alatnya 4). Kaps alkohol/ <i>alcohol swabs</i> 5). Bengkok 7). Plastik (sampah medik) 8). Sarung tangan bersih
	b. Menyiapkan lingkungan: 1). Menutup pintu dan jendela. 2). Menutup tirai. 3). Memperhatikan penerangan
	c. Menyiapkan pasien: Memberikan posisi tidur atau duduk
	d. Mencari lokasi yang akan dilakukan tusukan
	e. Memakai sarung tangan
	f. Menghidupkan alat pengecek gula darah (glukometer) sesuai manual alat
	g. Menyiapkan strip (bisa langsung dipasang pada alat glukometer sesuai manual alat) dan bersihkan ujung <i>lancing device</i> dengan kapas <i>alcohol</i> , pasang lancet dengan benar.

No	Prosedur
	h. Melakukan desinfeksi daerah tusukan dengan kapas <i>alcohol</i>
	i. Menusuk daerah tusukan dengan <i>lancing device</i> yang sudah dipasang lancet (atau menggunakan jarum steril yang sesuai). Menekan daerah sekitar tusukan/insersi lancet sampai darah keluar
	j. Teteskan darah pada strip (atau sesuai manual alat)
	k. Menutup daerah tusukan dengan kapas <i>alcohol</i> (<i>alcohol swabs</i>)
	l. Baca hasil pengukuran pada layar alat (glukometer)
	n. Setelah selesai kemudian merapikan pasien kembali.
	o. Menata kembali lingkungan pasien.
	p.Membereskan alat (<i>bersihkan lancing device</i> dengan kapas alkohol), melepas lanset dan membuangnya serta merapikan peralatan yang lainnya.
	q. Melepas sarung tangan.
4.	Tahap terminasi
	a. Mengevaluasi perasaan pasien.
	b. Menyimpulkan hasil tindakan keperawatan.
	c. Melakukan kontrak untuk tindakan keperawatan selanjutnya.
	d. Mengakhiri pertemuan dengan salam.
	e. Mengembalikan alat ke tempat semula.
	f. Mencuci tangan
5	Dokumentasi
	a. Mencatat hari,tanggal dan jam tindakan
	b. Mencatat respon pasien sebelum dan selama tindakan
	c. Mencatat hasil pemeriksaan gula darah
6	Sikap
	a. Sopan dan ramah terhadap pasien
	b. Bertanggung jawab
	c. Hati-hati dan sabra
	d. Tidak merasa jijik
	e. Menjaga privacy pasien

No	Prosedur
	f. Peka terhadap reaksi pasien
	b. Bertanggung jawab

Lampiran 10 Rekapitulasi data penelitian

a. Data kelompok intervensi

No Responden	Inisial Responden	Usia	Coding	Jenis Kelamin	Coding	Pendidikan	Coding	Pekerjaan	Coding	Riwayat DM	Coding	Status Merokok	Coding	Konsumsi Obat Diabetes	Coding	Jenis Obat Diabetes	Coding	Keteraturan Konsumsi OAD	Coding	GDS Pre Test	GDS Post Test	Kelompok	Coding
1	Ibu S	62 thn	3	Perempuan	2	Sarjana	5	Pensiunan	4	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Tidak	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	206	185	Intervensi	1
2	Ibu D	54 thn	2	Perempuan	2	Diploma	4	IRT	1	11 tahun	4	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	246	232	Intervensi	1
3	Ibu P	62 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	Pensiunan	4	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	121	109	Intervensi	1
4	Ibu S	67 thn	3	Perempuan	2	SMP	2	IRT	1	6 tahun	3	Tidak Merokok	0	Tidak	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	130	123	Intervensi	1
5	Ibu R	61 thn	3	Perempuan	2	SD	1	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Tidak	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	138	145	Intervensi	1
6	Ibu S	53 thn	2	Perempuan	2	SMP	2	IRT	1	5 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	224	214	Intervensi	1
7	Ibu S	54 thn	2	Perempuan	2	SMP	2	Buruh	5	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	133	125	Intervensi	1
8	Ibu S	66 thn	3	Perempuan	2	SMP	2	Wiraswasta	2	2 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	226	213	Intervensi	1
9	Ibu N	63 thn	3	Perempuan	2	Sarjana	5	Pensiunan	4	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Tidak	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	236	226	Intervensi	1
10	Ibu S	63 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	2 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	149	156	Intervensi	1
11	Ibu E	66 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	139	124	Intervensi	1
12	Ibu I	66 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Tidak	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	136	127	Intervensi	1
13	Ibu R	57 thn	2	Perempuan	2	SMP	2	Pedagang	3	25 tahun	4	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	214	198	Intervensi	1
14	Ibu M	65 thn	3	Perempuan	2	SD	1	IRT	1	20 tahun	4	Tidak Merokok	0	Ya	1	Insulin	2	Teratur	2	236	221	Intervensi	1
15	Ibu R	56 thn	2	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	126	132	Intervensi	1
16	Ibu Y	62 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	235	195	Intervensi	1
17	Bapak K	85 thn	3	Laki-laki	1	SMA	3	Pensiunan	4	5 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Insulin	2	Teratur	2	224	210	Intervensi	1
18	Ibu D	52 thn	2	Perempuan	2	SMP	2	IRT	1	4 bulan	1	Tidak Merokok	0	Tidak	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	225	207	Intervensi	1
19	Ibu S	65 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	24 tahun	4	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	226	197	Intervensi	1
20	Ibu N	41 thn	1	Perempuan	2	SMA	3	Wiraswasta	2	2 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	210	185	Intervensi	1

b. Data kelompok kontrol

No Responden	Inisial Responden	Usia	Coding	Jenis Kelamin	Coding	Pendidikan	Coding	Pekerjaan	Coding	Riwayat DM	Coding	Status Merokok	Coding	Konsumsi Obat Diabetes	Coding	Jenis Obat Diabetes	Coding	Keteraturan Konsumsi OAD	Coding	GDS Pre Test	GDS Post Test	Kelompok	Coding
1	Ibu D	57 thn	2	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	206	214	Kontrol	0
2	Ibu S	78 thn	3	Perempuan	2	SMP	2	IRT	1	5 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	210	208	Kontrol	0
3	Ibu M	58 thn	2	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	160	195	Kontrol	0
4	Ibu S	71 thn	3	Perempuan	2	SMP	2	IRT	1	6 tahun	3	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	188	160	Kontrol	0
5	Ibu L	40 thn	1	Perempuan	2	Sarjana	5	IRT	1	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	191	197	Kontrol	0
6	Ibu A	61 thn	3	Perempuan	2	Sarjana	5	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Insulin	2	Teratur	2	224	244	Kontrol	0
7	Ibu C	42 thn	1	Perempuan	2	Sarjana	5	Wiraswasta	2	2 tahun	2	Tidak Merokok	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	187	197	Kontrol	0
8	Ibu E	61 thn	3	Perempuan	2	Sarjana	5	IRT	1	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	194	210	Kontrol	0
9	Ibu Su	67 thn	3	Perempuan	2	Sarjana	5	IRT	1	5 tahun	2	Tidak Merokok	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	192	216	Kontrol	0
10	Ibu U	54 thn	2	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	224	235	Kontrol	0
11	Bapak M	65 thn	3	Laki-laki	1	SMA	3	Wiraswasta	2	5 tahun	2	Merokok	1	Ya	1	Insulin	2	Teratur	2	213	218	Kontrol	0
12	Ibu P	63 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	198	210	Kontrol	0
13	Ibu R	65 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	218	208	Kontrol	0
14	Ibu E	58 thn	2	Perempuan	2	SMP	2	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Insulin	2	Teratur	2	213	221	Kontrol	0
15	Bapak G	68 thn	3	Laki-laki	1	SMA	3	Wiraswasta	2	5 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	198	214	Kontrol	0
16	Ibu Y	47 thn	2	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	225	218	Kontrol	0
17	Ibu M	63 thn	3	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	3 tahun	2	Tidak Merokok	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	Tidak Konsumsi Obat	0	236	228	Kontrol	0
18	Ibu L	45 thn	2	Perempuan	2	SMA	3	IRT	1	2 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	210	216	Kontrol	0
19	Ibu Y	52 thn	2	Perempuan	2	SMP	2	IRT	1	4 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Insulin	2	Teratur	2	215	204	Kontrol	0
20	Ibu M	54 thn	2	Perempuan	2	SMA	3	Pedagang	3	5 tahun	2	Tidak Merokok	0	Ya	1	Obat Oral	1	Teratur	2	196	212	Kontrol	0

Lampiran 11 *Output* analisis data

a. *Output* analisis data univarian karakteristik responden kelompok intervensi

Statistics										
		Usia	Jenis_Kelamin	Pendidikan	Pekerjaan	Riwayat_DM	Status_Merokok	Konsumsi_Obat	Jenis_Obat	Keteraturan_Konsumsi_Obat
N	Valid	20	20	20	20	20	20	20	20	20
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		2.60	1.95	2.75		2.40	.00	.70	.80	1.40
Std. Error of Mean		.134	.050	.239		.197	.000	.105	.138	.210
Median		3.00	2.00	3.00		2.00	.00	1.00	1.00	2.00
Mode		3	2	3		2	0	1	1	2
Std. Deviation		.598	.224	1.070		.883	.000	.470	.616	.940
Variance		.358	.050	1.145		.779	.000	.221	.379	.884
Range		2	1	4		3	0	1	2	2
Minimum		1	1	1		1	0	0	0	0
Maximum		3	2	5		4	0	1	2	2
Sum		52	39	55		48	0	14	16	28

Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 19-44 thn	1	5.0	5.0	5.0
45-59 thn	6	30.0	30.0	35.0
≥ 60 thn	13	65.0	65.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Jenis_Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-laki	1	5.0	5.0	5.0
Perempuan	19	95.0	95.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Pendidikan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SD	2	10.0	10.0	10.0
SMP	6	30.0	30.0	40.0
SMA/SMK	9	45.0	45.0	85.0
Diploma	1	5.0	5.0	90.0
Sarjana	2	10.0	10.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Buruh	1	5.0	5.0	5.0
IRT	12	60.0	60.0	65.0
Pedagang	1	5.0	5.0	70.0
Pensiunan	4	20.0	20.0	90.0
Wiraswasta	2	10.0	10.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Riwayat_DM

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
< 1 tahun	1	5.0	5.0	5.0
1-5 tahun	14	70.0	70.0	75.0
Valid 6-10 tahun	1	5.0	5.0	80.0
> 10 tahun	4	20.0	20.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Status_Merokok

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Merokok	20	100.0	100.0	100.0

Konsumsi_Obat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Konsumsi Obat	6	30.0	30.0	30.0
Valid Konsumsi Obat	14	70.0	70.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Jenis_Obat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Konsumsi Obat	6	30.0	30.0	30.0
Valid Obat Oral	12	60.0	60.0	90.0
Insulin	2	10.0	10.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Keteraturan_Konsumsi_Obat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Konsumsi Obat	6	30.0	30.0	30.0
Valid Teratur	14	70.0	70.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

- b. *Output* analisis data bivariat kadar gula darah *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
GDS_Pretest	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%
GDS_Posttest	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
GDS_Pretest	Mean		189.00	10.556
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	166.91	
		Upper Bound	211.09	
	5% Trimmed Mean		189.61	
	Median		212.00	
	Variance		2228.526	
	Std. Deviation		47.207	
	Minimum		121	
	Maximum		246	
	Range		125	
	Interquartile Range		90	
	Skewness		-.368	.512
	Kurtosis		-1.845	.992
	Mean		176.20	9.225
GDS_Posttest	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	156.89	
		Upper Bound	195.51	
	5% Trimmed Mean		176.83	
	Median		190.00	
	Variance		1702.063	
	Std. Deviation		41.256	
	Minimum		109	
	Maximum		232	
	Range		123	
	Interquartile Range		84	
	Skewness		-.323	.512
	Kurtosis		-1.544	.992

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
GDS_Pretest	.241	20	.004	.806	20	.001
GDS_Posttest	.184	20	.073	.889	20	.026

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
GDS_Posttest - GDS_Pretest	Negative Ranks	17 ^a	11.94	203.00
	Positive Ranks	3 ^b	2.33	7.00
	Ties	0 ^c		
	Total	20		

a. GDS_Posttest < GDS_Pretest

b. GDS_Posttest > GDS_Pretest

c. GDS_Posttest = GDS_Pretest

Test Statistics^a

	GDS_Posttest - GDS_Pretest
Z	-3.661 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

c. *Output* analisis data univarian karakteristik responden kelompok kontrol

Statistics										
		Usia	Jenis_Kelamin	Pendidikan	Pekerjaan	Riwayat_DM	Status_Merokok	Konsumsi_Obat	Jenis_Obat	Keteraturan_Konsumsi_Obat
N	Valid	20	20	20	20	20	20	20	20	20
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		2.40	1.90	3.30		2.05	.05	.85	1.05	1.70
Std. Error of Mean		.152	.069	.242		.050	.050	.082	.135	.164
Median		2.50	2.00	3.00		2.00	.00	1.00	1.00	2.00
Mode		3	2	3		2	0	1	1	2
Std. Deviation		.681	.308	1.081		.224	.224	.366	.605	.733
Variance		.463	.095	1.168		.050	.050	.134	.366	.537
Range		2	1	3		1	1	1	2	2
Minimum		1	1	2		2	0	0	0	0
Maximum		3	2	5		3	1	1	2	2
Sum		48	38	66		41	1	17	21	34

Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 19-44 thn	2	10.0	10.0	10.0
45-59 thn	8	40.0	40.0	50.0
≥ 60 thn	10	50.0	50.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Jenis_Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-laki	2	10.0	10.0	10.0
Perempuan	18	90.0	90.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Pendidikan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SMP	4	20.0	20.0	20.0
SMA/SMK	11	55.0	55.0	75.0
Sarjana	5	25.0	25.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid IRT	16	80.0	80.0	80.0
Pedagang	1	5.0	5.0	85.0
Wiraswasta	3	15.0	15.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Riwayat_DM

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1-5 tahun	19	95.0	95.0	95.0
6-10 tahun	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

Status_Merokok

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Merokok	19	95.0	95.0	95.0
	Merokok	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Konsumsi_Obat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Konsumsi Obat	3	15.0	15.0	15.0
	Konsumsi Obat	17	85.0	85.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Jenis_Obat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Konsumsi Obat	3	15.0	15.0	15.0
	Obat Oral	13	65.0	65.0	80.0
	Insulin	4	20.0	20.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Keteraturan_Konsumsi_Obat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Konsumsi Obat	3	15.0	15.0	15.0
	Teratur	17	85.0	85.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

- d. *Output* analisis data bivariat kadar gula darah *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
GDS_Pretest	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%
GDS_Posttest	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%

Descriptives

			Statistic	Std. Error
GDS_Pretest	Mean		204.90	3.918
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	196.70	
		Upper Bound	213.10	
	5% Trimmed Mean		205.67	
	Median		208.00	
	Variance		307.042	
	Std. Deviation		17.523	
	Minimum		160	
	Maximum		236	
	Range		76	
	Interquartile Range		25	
	Skewness		-.563	.512
	Kurtosis		.869	.992
	Mean		211.25	3.817
GDS_Posttest	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	203.26	
		Upper Bound	219.24	
	5% Trimmed Mean		212.28	
	Median		213.00	
	Variance		291.461	
	Std. Deviation		17.072	
	Minimum		160	
	Maximum		244	
	Range		84	
	Interquartile Range		13	
	Skewness		-1.059	.512
	Kurtosis		3.787	.992

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
GDS_Pretest	.114	20	.200 [*]	.960	20	.540
GDS_Posttest	.175	20	.112	.902	20	.046

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
GDS_Posttest - GDS_Pretest	Negative Ranks	6 ^a	8.83	53.00
	Positive Ranks	14 ^b	11.21	157.00
	Ties	0 ^c		
	Total	20		

a. GDS_Posttest < GDS_Pretest

b. GDS_Posttest > GDS_Pretest

c. GDS_Posttest = GDS_Pretest

Test Statistics^a

	GDS_Posttest - GDS_Pretest
Z	-1.943 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.052

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

e. *Output* analisis data univarian karakteristik responden kelompok intervensi dan kontrol

Statistics									
	Usia	Jenis_Kelamin	Pendidikan	Pekerjaan	Riwayat_DM	Status_Merokok	Konsumsi_Obat	Jenis_Obat	Keteraturan_Konsumsi_Obat
N Valid	40	40	40	40	40	40	40	40	40
N Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean	2.50	1.93	3.03		2.23	.03	.78	.93	1.55
Std. Error of Mean	.101	.042	.174		.104	.025	.067	.097	.134
Median	3.00	2.00	3.00		2.00	.00	1.00	1.00	2.00
Mode	3	2	3		2	0	1	1	2
Std. Deviation	.641	.267	1.097		.660	.158	.423	.616	.846
Variance	.410	.071	1.204		.435	.025	.179	.379	.715
Range	2	1	4		3	1	1	2	2
Minimum	1	1	1		1	0	0	0	0
Maximum	3	2	5		4	1	1	2	2
Sum	100	77	121		89	1	31	37	62

Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 19-44 thn	3	7.5	7.5	7.5
45-59 thn	14	35.0	35.0	42.5
≥ 60 thn	23	57.5	57.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Jenis_Kelamin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-laki	3	7.5	7.5	7.5
Perempuan	37	92.5	92.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Pendidikan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SD	2	5.0	5.0	5.0
SMP	10	25.0	25.0	30.0
SMA/SMK	20	50.0	50.0	80.0
Diploma	1	2.5	2.5	82.5
Sarjana	7	17.5	17.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Buruh	1	2.5	2.5	2.5
IRT	28	70.0	70.0	72.5
Pedagang	2	5.0	5.0	77.5
Pensiunan	4	10.0	10.0	87.5
Wiraswasta	5	12.5	12.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Riwayat_DM

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
< 1 tahun	1	2.5	2.5	2.5
1-5 tahun	33	82.5	82.5	85.0
Valid 6-10 tahun	2	5.0	5.0	90.0
> 10 tahun	4	10.0	10.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Status_Merokok

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Merokok	39	97.5	97.5	97.5
Valid Merokok	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Konsumsi_Obat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Konsumsi Obat	9	22.5	22.5	22.5
Valid Konsumsi Obat	31	77.5	77.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Jenis_Obat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Konsumsi Obat	9	22.5	22.5	22.5
Valid Obat Oral	25	62.5	62.5	85.0
Insulin	6	15.0	15.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Keteraturan_Konsumsi_Obat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Konsumsi Obat	9	22.5	22.5	22.5
	Teratur	31	77.5	77.5	100.0
	Total	40	100.0	100.0	

- f. *Output* analisis data bivariat kadar gula darah *posttest* pada kelompok intervensi dan kontrol

Case Processing Summary

		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
GDS_Posttest	Kontrol	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%
	Intervensi	20	100.0%	0	0.0%	20	100.0%

Descriptives

		Kelompok	Statistic	Std. Error
GDS_Posttest	Kontrol	Mean	211.25	3.817
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	203.26
			Upper Bound	219.24
		5% Trimmed Mean	212.28	
		Median	213.00	
		Variance	291.461	
		Std. Deviation	17.072	
		Minimum	160	
		Maximum	244	
		Range	84	
		Interquartile Range	13	
		Skewness	-1.059	.512
		Kurtosis	3.787	.992
	Intervensi	Mean	176.20	9.225
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	156.89
			Upper Bound	195.51
		5% Trimmed Mean	176.83	
		Median	190.00	
		Variance	1702.063	
		Std. Deviation	41.256	
		Minimum	109	
		Maximum	232	
		Range	123	
		Interquartile Range	84	
		Skewness	-.323	.512
		Kurtosis	-1.544	.992

Tests of Normality							
	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
GDS_Posttest	Kontrol	.175	20	.112	.902	20	.046
	Intervensi	.184	20	.073	.889	20	.026

a. Lilliefors Significance Correction

Ranks				
Kelompok		N	Mean Rank	Sum of Ranks
GDS_Posttest	Kontrol	20	25.70	514.00
	Intervensi	20	15.30	306.00
	Total	40		

Test Statistics ^a	
	GDS_Posttest
Mann-Whitney U	96.000
Wilcoxon W	306.000
Z	-2.816
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.004 ^b

a. Grouping Variable: Kelompok

b. Not corrected for ties.

a. Konsultasi proposal penelitian



LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL PENELITIAN

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan
Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes
Melitus di Padukuhan Cupuwatu II, Kelurahan
Purwomartani

Pembimbing : 1. Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M. Kep.....
2. Fransisca Anjar Rina Setyanti, M. Kep., Ns. Sp. Kep. M.B.

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Kamis 13/3/2025	Bimbingan Awal : Pembahasan Judul Dan Proposal Tugas Akhir / penelitian	1. Temukan permasalahan 2. Cari solut dari permasalahan yang ada serta kebaharuannya 3. Jika memungkinkan instrumen Penelitian yang digunakan sudah baku atau sudah ter- uji validitas dan reabilitasnya 4. Untuk tempat penelitian bisa difokuskan lagi agar lebih efektif dan efisien saat peneli- tian 5. Dapat melakukan studi penda- buluan untuk mempertajam permasalahan dan mencari informasi terkait populasi penelitian	
2.	Jumat 14/3/2025	Konsultasi Proposal Penelitian	1. Latar belakang : tambahkan referensi, tambahkan hasil-hasil penelitian internasional (sistematik review) 2. Tinjauan teori : tambahkan referensi lainnya, fokus pada ma- teri yang akan digunakan untuk penelitian dan pembahasan, ber- ikan gambaran terkait latihan fisik yang akan digunakan dalam penelitian, perhatikan dalam penggunaan foto orang lain Perhatikan pemilihan senam DM 3. BAB 3 : Tinjau kembali kriteria eksklusi dalam penelitian, cari rumus sampel untuk intervensi, sesuai waktu penelitian	



LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL PENELITIAN

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar
Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhon
Cipuwatu II, Kelurahan Purwomartani

Pembimbing : Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M. Kep

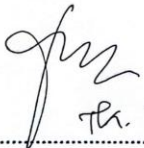
No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
3.	Selasa, 18/3/25	Konsultasi revisi proposai dan SOP senam	BAB 1 : Jika sistematik review atau meta analisis tuliskan berdasarkan sistematik review atau meta analisis, tuliskan juga p value nya uji yang digunakan tidak usah di tuliskan, kebaha- ruan bisa ditambahkan dari gerakan senam, tujuan khusus di tuliskan mengetahui rerata teadar gula darah	
			BAB 2 : Cantumkan materi yang akan digunakan di pembahasan, tambahkan dari referensi, untuk sop senam yang penting tidak melelahkan, bisa menggunakan instruktur senam saat penelitian, konsep senam diabetes harus ada keterkaitannya dengan DM dan gula darah dan tambahkan hasil	
			penelitian yang mendukung BAB 3 : Di kriteria eksklusi bisa di tam pa tambahkan kondisi pasien hipoglikemi dan hiperglikemi	

4.	25/3/25	Konsultasi Revisi BAB 1 dan BAB 2	BAB 1 : Tambahkan apakah dari penelitian sebelumnya terjadi penurunan gula darah yang signifikan, penelitian yang hasilnya sama bisa di rangkum menjadi satu, tambahkan sistematik reviewnya dari berapa artikel, untuk senamnya bisa dilakukan 1 minggu dengan waktu 3 kali berturut-turut untuk efisiensi waktu, di kebaruan bisa di tambahkan bahwa belum pernah diberikan senam diabetes. Tujuan umum diganti mengahsis, untuk karakteristik bisa di tambahkan kebiasaan merokok, penulisan terstruktur SPK BAB 2 : Tambahkan referensi dari buku-buku KMB, untuk	
			konsep senam dan aktivitas fisik bisa tambahkan rekomendasi dari ADA	
5.	3/4/25	Konsultasi BAB 1 dan BAB 2 SOP Senam Lokasi penelitian	Untuk tempat bisa diganti di Padukuhan Cupuwatu II BAB 1 : Sitasi silahkan di edit dan diperbari, tuliskan populasi DM di Puskesmas dan Cupuwatu II, untuk karakteristik tambahkan pengobatan DM BAB 2 : Perbari sitasi BAB 3 : Tambahkan populasi di Cupuwatu II	

6	4/4/25	Konsultasi Revisi BAB 1 dan BAB 2	ACC BAB 1, 2	
7.	8/4	acc		

Yogyakarta, 8 April 2025

Pembimbing,


(.....
Dr. Hani.....)



LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL PENELITIAN

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah
Pada Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu II,
Kelurahan Purwomartani

Pembimbing : Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Senin, 17 Maret 2025	Topik proposal penelitian	- Bisa melakukan studi pendahuluan terlebih dahulu untuk mengetahui data pasien diabetes, untuk mengetahui lokasi penelitian dengan melihat angka kejadian atau populasi pasien dengan diabetes. Karena hal tersebut akan menjadi dasar dalam penyusunan desain penelitian dan juga terkait efisiensi waktu penelitian - Cari tahu juga terkait hal yang sudah dilakukan untuk penanganan diabetes - Perhatikan kembali terkait dengan diagnosa diabetes melitus tipe 2. Cari tahu kembali apakah diabetes tipe 2 tersebut ada dalam diagnosa dan rekam medis pasien. Jika tidak terdapat diagnosa diabetes melitus tipe 2 bagaimana cara menentukan bahwa pasien mengalami diabetes melitus tipe 1 atau tipe 2. Silahkan bisa didiskusikan dengan pembimbing 1, apakah tetap menggunakan diabetes tipe 2 atau diabetes melitus saja.	
2.	Rabu, 2 April 2025	BAB 3 Tata tulis	- Lampiran : tambahkan surat permohonan studi pendahuluan, tambahkan SOP senam diabetes - BAB 1: Perbaiki penulisan sitasi, tambahkan manfaat praktis bagi peneliti selanjutnya	

			- BAB 2: Perbaiki penulisan sitasi, penulisan bahasa asing menggunakan <i>italic</i> - BAB 3 : Pre-post test tambahkan hasil pengukuran yang akan dilakukan sebelum dan setelah senam, dalam penulisan tidak menggunakan bulleting, perbaiki kesalahan pengetikan, penghitungan jumlah sampel menggunakan buku Sopiudin Dahlan, tambahkan prosedur penumpulan data (bisa melihat contoh di perpustakaan), pada analisis univariat tambahkan menggunakan statistik deskriptif prosentase, analisis bivarian ditambahkan data berdistribusi normal/tidak berdistribusi normal itu seperti apa - Daftar pustaka : Perhatikan penulisan referensi dari buku dan jurnal (bisa melihat pada pedoman), untuk jurnal bisa ditambahkan link/DOI nya yang aktif	
4.	Selasa, 8 April 2025	BAB 2 BAB 3	- BAB 2 : Terkait penelitian terdahulu bisa lebih dijelaskan terkait sistematikan penelitian yang dilakukan - BAB 3: Tambahkan skema/gambar desain penelitian, penghitungan jumlah sampel bisa dicari pada jurnal-jurnal sebelumnya, prosedur pengumpulan data bisa dibuat per poin begitu juga dengan metode dan instrumen penelitian, untuk analisis data bisa tambahkan terkait proses editing, koding, tabulasi, analisis - Perbaiki sesuai masukan - Acc mendaftar seminar proposal skripsi periode 1	
4.	Sabtu, 12 April 2025	Konsultasi Revisi Proposal Penelitian	- BAB 3 : Untuk prosedur pengumpulan data terkait studi pendahuluan, penyusunan proposal, dan revisi bisa dijadikan satu saja, tambahkan terkait dengan proses pengumpulan data melakukan sosialisasi pada dukuh dan kader, lalu pendekatan pada kader	

			untuk mendapatkan responden, untuk etika penelitian <i>non-maleficence</i> bisa di tambahkan apakah dari penelitian sebelumnya ditemukan adanya efek pemberian senam atau tidak dan jika ditemukan efek samping hal yang dilakukan peneliti seperti apa	
--	--	--	--	--

Yogyakarta, 8/8/2025

Pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa,



(Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B)

b. Konsultasi laporan penelitian



LEMBAR KONSULTASI LAPORAN HASIL PENELITIAN

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah
Pada Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu,
Kalurahan Purwomartani

Pembimbing : Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep

No.	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Selasa, 22 April 2025	Revisi Pasca Ujian Proposal	- Untuk sampel penelitian bisa menggunakan total sampel saja, karena populasi sedikit (25 orang). Bisa didiskusikan kembali dengan pembimbing ke-2 - Dari pembimbing sudah acc dengan catatan, komunikasi dengan instruktur senam untuk gerakangerakannya (apakah bisa dipahami dan mudah dilakukan?). Jika instruktur senam sudah setuju, bisa melakukan ijin penggunaan gerakan ke RS Sardjito, bisa melalui email/chat personal di youtubanya	
2.	Rabu, 7 Mei 2025	Revisi Pasca Ujian Proposal	Revisi sudah disetujui oleh dosen pembimbing	
3.	Sabtu, 5 Juli 2025	Konsultasi Laporan Penelitian	- Penulisan judul maksimal 4 baris, jika terdapat pemenggalan kalimat yang bisa dijadikan satu silahkan disesuaikan, tetapi seperti ini juga	

			tidak masalah - Perbaiki kembali terkait dengan penulisan program studi - Intisari : Silahkan lihat kembali di pedoman terkait dengan maksimal kata dalam intisari, jaraknya satu spasi, dalam intisari memuat hal-hal, seperti latar belakang, tujuan, metode, simpulan dari hasil penelitian - BAB 3 : a. Perhatikan kembali penulisan atau penyampaian pada kalimat di BAB 3. Tidak lagi menggunakan bahasa proposal, misalnya "akan....jika....." b. Karena terdapat kelompok kontrol dan intervensi pada hasil ukur ditambahkan dilakukan dan tidak dilakukan. Untuk skala datanya nominal c. Perhatikan kembali terkait dengan penggunaan kata-kata proposal. Karena penelitian sudah dilaksanakan dan sudah dilakukan analisa atau pengolahan data, maka langsung bisa di tuliskan hasil uji normalitas data dan uji statistik yang digunakan - BAB 4 : a. Karena pada BAB 4 akan yang akan dituliskan terkait pembahasan dan hasil, maka pada bagian sub bab hanya dituliskan	
--	--	--	---	--

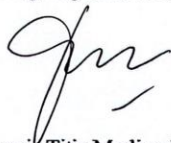
		hasil dan pembahasan. Lalu, untuk sub-sub bab menerangkan terkait dengan hasil dari penelitian sesuai dengan tujuan khusus penelitian b. Sebelum menampilkan hasil penelitian berupa tabel dan pembahasan, silahkan bisa dijelaskan terlebih dahulu terkait dengan proses pengambilan data setelah melakukan uji etik dan mendapatkan surat layak etik c. Pada bagian sub-sub bab, sebelum menampilkan tabel dan pembahasan dari hasil penelitian, bisa ditambahkan kalimat pengantar yang berisi : data apa yang disampaikan, hasil uji normalitas data, dan uji statistik yang digunakan d. Untuk tabel belum menunjukkan tabel terbuka, silahkan diperbaiki e. Untuk tabel karakteristik responden jumlah dan persentase total dari responden tidak perlu di tuliskan f. Pada karakteristi usia dan lama menderita diabetes yang dimasukkan mean, standar deviasi, minimal dan maksimal g. Isi dari pembahasan bukan menyampaikan ulang dari isi tabel, tetapi membahas yang perlu	
--	--	--	--

			di garis bawah. Misalnya pada karakteristik responden paling banyak/sebagian besar....., rata-rata..... h. Untuk pembahasan gunakan materi-materi yang sudah terdapat pada BAB 2 i. Yang dituliskan dalam kelemahan dan keterbatasan penelitian harus berkaitan atau juga terdapat pada pembahasan sebelumnya, sehingga terdapat keterkaitan - BAB 5 : a. Pada kesimpulan, untuk menjawab tujuan khusus 2-4 bisa disampaikan hasilnya terdapat perbedaan atau tidak dan juga dituliskan p value nya b. Untuk saran, silahkan bisa di spesifikkan ditujukan pada siapa dan hal-hal apa yang harus dilakukan kedepannya c. Bagi peneliti selanjutnya bisa ditambahkan untuk peneliti selanjutnya menggunakan sampel yang lebih besar	
4.	Rabu, 9 Juli 2025	Konsultasi revisi laporan penelitian	- BAB 4 a. Bagian sub bab hasil dan pembahasan terkait proses penelitian yang penting dalam laporan sudah tersurat jalannya penelitian Di pedoman itu ada sub bab	

			Proses penelitian di BAB 4...coba di cek (mungkin pedoman di saya belum update) b. Untuk penyajian data usia dan lama menderita diabetes disesuaikan kembali pada bab 3 c. Pada point terkait penjelasan/pembahasan karakteristik responden berikan kalimat penghubung antar alinea (misal selain usia, faktor jenis kelamin juga menjadi faktor resiko terjadinya DM. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa jenis kelamin perempuan.....dst (Tabel 4.1)) d. Cek kembali penulisan uji analisis data wilcoxon atau wilcoxon e. Silahkan cantumkan referensi pada setiap pembahasan - Silahkan perbaiki sesuai review - Jika sudah, silahkan mendaftar ujian	
5.	Minggu, 12 Juli 2025	Konsultasi revisi laporan penelitian	Acc ujian	

Yogyakarta, 8 Juli 2025

Pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa,



(Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep)



LEMBAR KONSULTASI LAPORAN HASIL PENELITIAN

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah
Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu I dan II,
Kalurahan Purwomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta

Pembimbing : Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep

No.	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Selasa, 29 Juli 2025	Konsultasi revisi laporan penelitian pasca seminar hasil	- Intisari : tambahkan kriteria inklusi dan eksklusi karena menggunakan purposive sampling - BAB 4 : tambahkan pembahasan terkait dengan pengaruh konsumsi obat terhadap kadar gula darah, karena waktu paruh obat dapat mempengaruhi penurunan gula selain senam - Kelemahan penelitian : tambahkan terkait dengan tidak mengidentifikasi terkait dengan waktu konsumsi obat - Saran : bagi peneliti selanjutnya dapat mengidentifikasi terkait waktu konsumsi obat - Cek turnitin dan siapkan lembar pengesahan	
2.	Kamis, 31 Juli 2025	Konsultasi revisi laporan penelitian pasca seminar hasil	Acc	

Yogyakarta, 8/8 2025

Pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa,

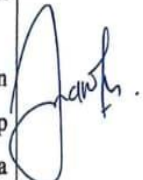
(Dr. Theresia Titin Marlina, Ns., M.Kep)



LEMBAR KONSULTASI LAPORAN HASIL PENELITIAN

Judul Penelitian : Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah
Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu I dan II,
Kalurahan Purwomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta
Pembimbing : Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B

No.	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
I.	Senin, 21 April 2025	Revisi Pasca Ujian Proposal	- Perbaiki kesalahan pengetikan serta perhatikan redaksional - Untuk kebaharuan penelitian dituliskan langsung dituliskan (kebaharuan dalam penelitian ini adalah.....) - Pada pembahasan jurnal terkait pengaruh senam diabetes di BAB 2 bisa dijelaskan secara spesifik (mis. Topik penelitian, intervensi yang digunakan, durasi atau frekuensi pemberian intervensi, metode penelitian, populasi, sampel, dan hasil dari penelitian, dst....) - Bisa mencari kembali terkait penelitian sebelumnya atau teori bahwa senam dapat dilakukan selama 3 hari berturut-turut - Untuk populasi dan sampel penelitian bisa menggunakan kelompok intervensi dan kontrol dari padukuhan yang berbeda (silahkan bisa melakukan peninjauan kembali di padukuhan lain untuk sampel penelitian dan tindakan yang sudah dilakukan dalam manajemen DM) - Desain penelitian dan penghitungan sampel bisa disesuaikan kembali dengan adanya kelompok	

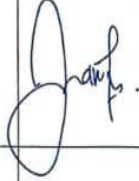
			<u>intervensi dan kontrol</u> - (Untuk teknik pengumpulan data bisa dibuat lebih detail lagi dari proses perijinan, melakukan uji etik, pengumpulan responden, pengumpulan data, dst...) - Pastikan responden mengikuti senam 3 hari berturut-turut - Bisa menambahkan SOP pengukuran kadar gula darah	
2.	Sabtu, 3 Mei 2025	Revisi Pasca Ujian Proposal	- Untuk judul bisa di sesuaikan kembali - Jika frekuensi senam yang dilakukan 3 hari berturut-turut, maka yang menjadi sampel yaitu peserta yang datang selama 3 hari berturut-turut dan yang tidak rutin di <i>drop out</i> - Pada teknik pengumpulan data dan etika penelitian bisa dilengkapi terkait dengan pemenuhan prinsip keadilan, sehingga pada kelompok kontrol juga diberikan senam setelah pemeriksaan GDS hari ke-3	
3.	Selasa, 30 Juni 2025	Konsultasi Laporan Penelitian Konsultasi Output Uji SPSS	- Tujuan khusus diperbaiki - Hipotesis penelitian diperbaiki - Untuk analisis data yang menjawab tujuan khusus terakhir diperbaiki (data yang dianalisis adalah data post responden kelompok kontrol dan intervensi)	
4.	Senin, 7 Juli 2025	Konsultasi Revisi Laporan Penelitian	- BAB 3 : a. Perhatikan kembali terkait kata-kata yang masih seperti kata-kata dalam proposal, karena penelitian sudah diimplementasikan b. Perhatikan kembali terkait dengan urutan proses pengumpulan data. Untuk kalibrasi glukometer bisa dituliskan setelah melakukan pendekatan kepada kader. c. Pada saat proses pengumpulan data memberikan senam diabetes. Tambahkan juga terkait dengan	

responden yang *drop out*.

- d. Pada teknik pengumpulan data. Untuk kuesioner bisa dituliskan "data dari kuesioner berupa karakteristik responden, seperti...."
 - e. Untuk analisa data, disesuaikan dengan uji statistik yang digunakan
 - f. Untuk narasi penjelasan penelitian sebenarnya tidak perlu untuk dituliskan kembali pada BAB 4 dikarenakan sudah dituliskan pada BAB 3 di proses pengumpulan data. Hal tersebut merupakan revisi dari pedoman sebelumnya, sehingga tidak terjadi redundansi atau pengulangan
 - g. Untuk karakteristik data usia dan lama menderita diabetes sebenarnya tetap disajikan dalam bentuk frekuensi dan prosentase karena data tersebut sudah dalam bentuk kategori (sesuai pada BAB 3), maka tidak dapat disajikan dalam bentuk mean. Kecuali data tersebut numerik dan harus di uji kembali terkait distribusi data normal atau tidak
 - h. Untuk judul tabel dan tabel, perhatikan kembali pedoman. Yang digunakan spasi 1
 - i. Untuk deskripsi terkait dengan pembacaan tabel. Yang perlu disampaikan adalah menjawab terkait dengan tujuan khusus dan hasil uji yang didapatkan bisa dilihat dari *p value* yang didapatkan, tidak membaca hasil keseluruhan tabel. Jika ingin menyampaikan perbedaan rerata pada masing-masing hasil uji, cukup sampaikan selisih rerata saja
- BAB 5 :
- Untuk simpulan yang menjawab tujuan khusus 2-4, cukup dituliskan saja berpengaruh atau tidak berpengaruh. Tidak lagi menyebutkan hasil berupa angka.



5.	Selasa, 8 Juli 2025	Konsultasi revisi laporan penelitian	-Bab 4 a. Tabel karakteristik responden : Kalau tabel lanjutan dari sebelumnya lihat pedoman halaman 22 untuk penulisannya ada diatas lanjutan b. Perbaiki beberapa redaksional atau penggunaan kata pada pembahasan c. Pembahasan terkait kelompok intervensi : Penelitian dari Susianti et.al sebenarnya menarik untuk dibahas karena perbedaan rerata pre post nya 40,9 gr/dl sedangkan punya anda selisihnya (pre post) hanya 22 gr/dl --kenapa menurut anda? Apakah yang penelitian Susianti ini durasi senamnya lebih lama atau jenis senamnya yang beda sehingga lebih signifikan turunnya (selisih) pre post nya? -- ini menurut saya bisa di kritisi oleh peneliti dan dibahas d. Kelemahan penelitian : Terkait faktor yang tidak dapat digali bisa di tambahkan e. Keterbatasan penelitian : - Jumlah sampel itu kelemahan bukan keterbatasan, kalau keterbatasan lebih pada kendala teknis. Misal jumlah sampel yang didapatkan tdk sesuai dengan rencana karena banyak yang tdk hadir senam -Terkait durasi pemberian intervensi bisa dihubungkan dengan temuan penelitian Susianti et.al tadi yang bedanya lebih banyak....berapa durasinya dan frekuensi intervensinya? Apakah tidak hanya sekali ? -Terkait faktor yang dapat mempengaruhi kadar gula darah bukan keterbatasan tapi kelemahan, sepertinya diatas juga sudah dituliskan	
6.	Kamis, 17 Juli 2025	Konsultasi revisi laporan penelitian	- Bab 3 a. Analisis data penulisan wilcoxon typo. b. Yang Ujian mann wihtney tidak usah ada penulisan Ujian alternatif.	

			- Bab 4 : untuk proses penelitian cukup di BAB 3 saja (sesuaikan dengan pedoman) - Silakan daftar ujian bila pembimbing 1 sudah acc	
7.	Senin, 28 Juli 2025	Konsultasi revisi laporan penelitian pasca seminar hasil	- BAB 4 : bisa menambahkan pembahasan terkait dengan pengaruh senam saat pagi hari dan setelah makan terhadap kadar gula darah - Keterbatasan penelitian : bisa ditambahkan hanya dapat dilakukan saat sore hari karena menyesuaikan waktu responden	
8.	Rabu, 30 Juli 2025	Konsultasi revisi laporan penelitian pasca seminar hasil	- Untuk laporannya sudah tidak ada masukan lagi - Silahkan uji turnitin bila pembimbing 1 sudah acc	

Yogyakarta, 8/8/2025

Pembimbing Tugas Akhir Mahasiswa,

(Fransisca Anjar Rina Setyani, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.M.B)

a. Masukan penguji sidang seminar proposal



NOTULEN UJIAN SIDANG PROPOSAL PENELITIAN

Hari/tanggal : Senin, 14 April 2025

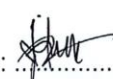
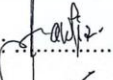
Jam : 15.30 WIB

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
1.	Arimbi Karunia, Esti. Bu Anjar	- Etnografi Intluksi - senam berapa kali dilakukan - lihat jurnal terkait penelitian sebelumnya - SOP diperhatikan lagi - Bab 1 - latar belakang diperkaya - senam berapa kali - kalibrasi alat - responden penelitian - kualifikasi asiglen
2.	Bu Titin	- lihat jurnal terkait penelitian sebelumnya - Instruktur senam - perhitungan dana

Tanda Tangan Notulen

Dosen Penguji I

Dosen Penguji II

 (Pina) Ketua Pengaji
 (Ibu Titin)
 (Ibu Anjar)

b. Masukan penguji sidang seminar hasil

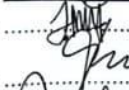
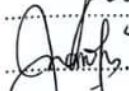
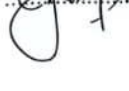


NOTULEN UJIAN SIDANG LAPORAN HASIL PENELITIAN

Hari/tanggal : Rabu, 23 Juli 2025

Jam : 12.30 - 14.00

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
1.	Arimbi Karunia Estri, Ns., M.Kep	- Bagian inti Sari : di abstrak diperselas lagi mengapa ambil penelitian di cupuwatu. - Dibagian bab 3 penulisan terkait paduan cupuwatu 1 atau cupuwatu 2 - Dibagian inklusi responden yg terdata - Dibagian eksklusif mungkin bisa dihilangkan saja karena datanya tidak normal - lalu dipastikan kembali mengapa responden lebih banyak perempuan? - Bisa ditambahkan apakah responden tidak mendapat obat atau melakukan minum obat. - Bagian yg tidak merokok. Pembahasan merokok itu bisa apa saja ada faktor lain merokok bisa mengakibatkan DM
2.		

Ketua Penguji :  (Arimbi Karunia Estri, Ns., M.Kep)
Tanda Tangan Notulen :  (Indah Puji Leksono)
Dosen Penguji I :  (Dr. Theresta Titin Marlina, Ns., M.Kep)
Dosen Penguji II :  (Fransisca Anggar Rina Setyan, M.Kep, Ns. Sp. Kep. M.B)



LEMBAR MASUKAN PENGUJI
UJIAN SIDANG LAPORAN HASIL SKRIPSI

Hari/tanggal : Rabu, 23 Juli 2025
Jam : 12.30 - 14.00

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
	Fran siska Anjar Pina setyani, M. KEP., Ns. Sp. kep. MB	- Bisa ditambahkan prosedur terkait gerakan senam & ada videonya itu untuk apa? Dan mendatangkan instruktur bisa dijelaskan di bab 3 - Dilihat ^{kembali} bab 2 hiperglikemi. - Di inkusi gula darahnya di tanyakan berapa nya spy bisa jelas - hasil gula darah sewaktu nya berapa - U/mencegah resiko itu terkait gerakan senam di non malifidene - kelemahan & keterbatasan bisa ditambahkan dampak nya apa. Di keterbatasan no 3 di hilangkan saja karena itu sebuah proses nya..

NO	NAMA DOSEN PENGUJI	MASUKAN DOSEN PENGUJI
	Dr. Theresia Titin Marlina, Ns, M. KEP.	- Program studi Sarjana keperawatan masih jadi - masih kurang dimasukkan Hipo dan Hiper di kriteria diperjelas saja gak perlu dihilangkan - Di inti sari intervensinya belum dicantumkan bisa ditambahkan. - Definisi operasional ditambahkan terkait senam 2x seminggu / 3x berturut - Pengukuran pre, post ditambahkan penjelasannya. - hal 39 masih ada kata "proposai" - masukan di judul cukupato 1.1 Pokoknya dilengkapi - Di Pembahasan ditambah obat oral dan insulin kaitkan di hasil bisa juga dikaitkan waktu - Bisa diadakan keterbatasan terkait waktu senam selain di sore hari - Menyusun manuskrip.

Lampiran 14 Anggaran penelitian

No	Jenis Pengeluaran	Biaya
1.	Administrasi	
	a. Studi pendahuluan	Rp 50.000
	b. Uji etik penelitian	Rp 100.000
	c. Fotocopy	Rp 15.000
2.	Instruktur senam 4x pertemuan @150.000	Rp 600.000
3.	Biaya pengumpulan data :	
	a. Transportasi	Rp 40.000
	b. Konsumsi	Rp 240.000
	c. <i>Reward</i> responden	Rp 162.500
Total biaya		Rp 1.207.500

Lampiran 15 Sertifikat instruktur senam

LEMBAGA KURSUS DAN PELATIHAN SENAM
“ Segar “
Alamat : Jln. Karya Utama Gg. Kurma No. 48L Sedan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 867811, 514832, 867785
Ijin Operasional Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Kabupaten Sleman Nomor : 277/Kpts/2013-2015

SURAT TANDA SELESAI BELAJAR
Nomor : 114/LKP/Sgr/10/2013
Yang bertanda tangan di bawah ini Direktur Lembaga Kursus Pelatihan Senam “SEGAR” Sleman
Menerangkan bahwa :

ATUN LESTARININGSIH
LULUS

Dalam Evaluasi belajar guna memperoleh Surat Tanda Selesai Belajar Kursus dan Pelatihan yang nilainya tertera pada lembar surat ini berdasarkan Keputusan Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Kabupaten Sleman Nomor300/L.Kpts./2013.....Tanggal 10.10.2013 sehingga yang bersangkutan dinyatakan selesai belajar program REGULER KURSUS PELATIH SENAM AEROBIK tingkat ...BASAR..... Pemegang Surat Tanda Selesai Belajar ini tercatat sebagai peserta didik Lembaga Kursus dan Pelatihan (LKP) Senam “SEGAR” yang beralamat di Jln. Karya Utama Gg. Kurma No. 48L Sedan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta, dengan nomor induk301 / XXIX / Kps / SGR / 2013.....

Sleman, 7 Nopember 2013
Direktur LKP Senam “SEGAR”

Mengetahui
Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga
Kabupaten Sleman

CS Dipindai dengan CamScanner

LEMBAGA KURSUS DAN PELATIHAN SENAM
“ Segar “
Alamat : Jln. Karya Utama Gg. Kurma No. 48L Sedan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta
Telp. (0274) 867811, 514832, 867785
Ijin Operasional Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Kabupaten Sleman Nomor : 277/Kpts/2013-2015

SURAT TANDA SELESAI BELAJAR
Nomor : 122/LKP/Sgr/04/2014
Yang bertanda tangan di bawah ini Direktur Lembaga Kursus Pelatihan Senam “SEGAR” Sleman
Menerangkan bahwa :

ATUN LESTARININGSIH
LULUS

Dalam Evaluasi belajar guna memperoleh Surat Tanda Selesai Belajar Kursus dan Pelatihan yang nilainya tertera pada lembar surat ini berdasarkan Keputusan Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga Kabupaten Sleman Nomor120 / Kpts. / 2014.....Tanggal 24.04.2014 sehingga yang bersangkutan dinyatakan selesai belajar program REGULER KURSUS PELATIH SENAM AEROBIK tingkat TERAMPIL..... Pemegang Surat Tanda Selesai Belajar ini tercatat sebagai peserta didik Lembaga Kursus dan Pelatihan (LKP) Senam “SEGAR” yang beralamat di Jln. Karya Utama Gg. Kurma No. 48L Sedan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta, dengan nomor induk340 / VI / Kps / SGR / 2014.....

Sleman, 22 Mei 2014
Direktur LKP Senam “SEGAR”

Mengetahui
Kepala Dinas Pendidikan, Pemuda dan Olahraga
Kabupaten Sleman
ARIF HARYONO, SH

CS Dipindai dengan CamScanner

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

1. Nama : Kuncoro Eko Wibowo
Jabatan : DUKUH CUPUWATU II
2. Nama : DEWI KARTIKASARI
Jabatan : KADER KESEHATAN

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta :

Nama : Ni Luh Putu Nanda Anggira Pasek

NPM : 202123073

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Telah melakukan pengambilan data penelitian dengan Judul "Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu I Dan II, Kalurahan Purwomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta

Adapun pelaksanaan pengambilan data sudah dilaksanakan mulai tanggal 15 Juni 2025 sampai dengan tanggal 19 Juni 2025

Yogyakarta, 3 Agustus 2025

Mengetahui,

Kepala Padukuhan Cupuwatu II

Kader Kesehatan Padukuhan Cupuwatu II


(...Kuncoro Eko Wibowo...)


(...DEWI KARTIKASARI...)

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Awang Prasongko Satrio

Jabatan : Dukuh Cupuwatu I

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta :

Nama : Ni Luh Putu Nanda Anggira Pasek

NPM : 202123073

Program Studi : Sarjana Keperawatan

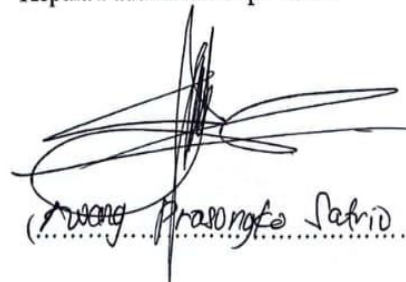
Telah melakukan pengambilan data penelitian dengan Judul "Pengaruh Senam Diabetes Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Di Padukuhan Cupuwatu I Dan II, Kalurahan Purwomartani, Kalasan, Sleman, Yogyakarta

Adapun pelaksanaan pengambilan data sudah dilaksanakan mulai tanggal 16 Juni 2025 sampai dengan tanggal 21 Juni 2025

Yogyakarta, 4 Agustus 2025

Mengetahui,

Kepala Padukuhan Cupuwatu I


(Awang Prasongko Satrio)

Lampiran 17 Hasil cek turnitin

Laporan Penelitian_Ni Luh Putu Nanda Anggira
Pasek_202123073_Cek Turnitin.docx

ORIGINALITY REPORT

21 %	18 %	13 %	8 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	1 %
2	repository.ub.ac.id Internet Source	1 %
3	www.scribd.com Internet Source	1 %
4	Submitted to Badan PPSPDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	1 %
5	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
6	media.neliti.com Internet Source	<1 %
7	123dok.com Internet Source	<1 %
8	jurnal.poltekkesbanten.ac.id Internet Source	<1 %
9	adoc.pub Internet Source	<1 %
10	perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id Internet Source	<1 %
11	repository.unar.ac.id Internet Source	<1 %