

LAMPIRAN

SURAT PENGANTAR STUDI PENDAHULUAN



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



10 April 2026

Nomor : 726/STIKes-PR/B/IV/2026
Perihal : Permohonan izin studi pendahuluan
Lampiran : 1 lembar

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman
Jalan Roro Jonggrang No.6, Beran,
Tridadi, Kec. Sleman, Kab. Sleman, D.I.Yogyakarta

Dengan hormat,
Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini diperkenankan melakukan studi pendahuluan. Adapun daftar mahasiswa beserta judul skripsi terlampir dalam surat ini.

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

Wakil Ketua I,

Theresia Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep, Ph.D.



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



Lampiran Surat Nomor: 726/STIKes-PR/B/IV/2026

**DAFTAR NAMA MAHASISWA DAN JUDUL SKRIPSI
YANG MELAKUKAN STUDI PENDAHULUAN**

No.	Nama	NPM	Judul Skripsi	Tempat Studi Pendahuluan
1	Irenne Gizela Audina Patti Peilohy	202223022	Pengaruh Edukasi Gaya Hidup terhadap Perilaku Pengelolaan Diri pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Depok III Sleman	Puskesmas Depok III
2	Elisabeth Layla Dyah Sadana	202223065	Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Puskesmas Depok II Yogyakarta	Puskesmas Depok II
3	Veronika Della Febriani	202223050	Hubungan Tingkat Stres terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kalasan	Puskesmas Kalasan
4	Sindi Klodia Mammai	202223044	Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> terhadap Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Padukuhan Mrican Desa Caturtunggal Kecamatan Depok Sleman	Wilayah Kerja Puskesmas Depok III
5	Mareta Tri Handayani	202223029	Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Hidup pada Penderita Hipertensi di Wilayah Tlogoadi Mlati Sleman Yogyakarta	Wilayah Kerja Puskesmas Mlati 2
6	Kristihart Rosina Grace Angwarmase	202223026	Pengaruh Terapi <i>Foot Massage</i> terhadap Kadar Gula Darah Lansia dengan Diabetes Melitus 2 di Puskesmas Godean 2 Sleman	Puskesmas Godean 2
7	Fransiska Rinin Cahyaningrum	202223017	Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap terhadap Kontrol Diet Rendah Garam pada Penderita Hipertensi di Puskesmas Moyudan	Puskesmas Moyudan

SURAT STUDI PENDAHULUAN



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS KESEHATAN

Wibawa dan Kesehatan

Jalan Rorojonggrang Nomor 6, Tridadi, Sleman, Yogyakarta, 55511
Telepon (0274) 868409, Faksimile (0274) 868409
Laman: www.slemankab.go.id, Surel: dinkes@slemankab.go.id

Surat Keterangan Pengambilan Data

Nomor: 000.9.2/0468/2026

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor 16 tahun 2022 tentang Surat Keterangan Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata, dan Izin Praktik Kerja Lapangan.

MENERANGKAN :

Nama : Irenne Gizela Audina Patti Peilohy
No. Mhs/NIM/NIP/NIK : 202223022
Program/Tingkat : S1 Keperawatan / IV
Instansi/Perguruan Tinggi : STIKes Pantli Rapih Yogyakarta
Alamat Instansi/Perguruan Tinggi : Tantular No.401, Pringwulung, Condongcatur, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281
Alamat Rumah : Jl. Wulung No.457, Pringwulung, Condongcatur, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, DIY
No. Telp / HP : 081548565497
Untuk : Mengadakan Studi Pendahuluan, dengan judul Pengaruh Edukasi Gaya Hidup terhadap Perilaku Pengelolaan Diri pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Depok III Sleman.
Data yang dibutuhkan : Data epidemiologi, demografi, komplikasi, hasil pemeriksaan kesehatan terakhir, program puskesmas, jmlh kunjungan pasien DM Tipe 2
Lokasi : Puskesmas Depok 3
Waktu : 15 April 2026 - 23 April 2026
a.n. Kepala Dinas Kesehatan
Sekretaris
u.b.
Kepala Bidang Sumber Daya Kesehatan

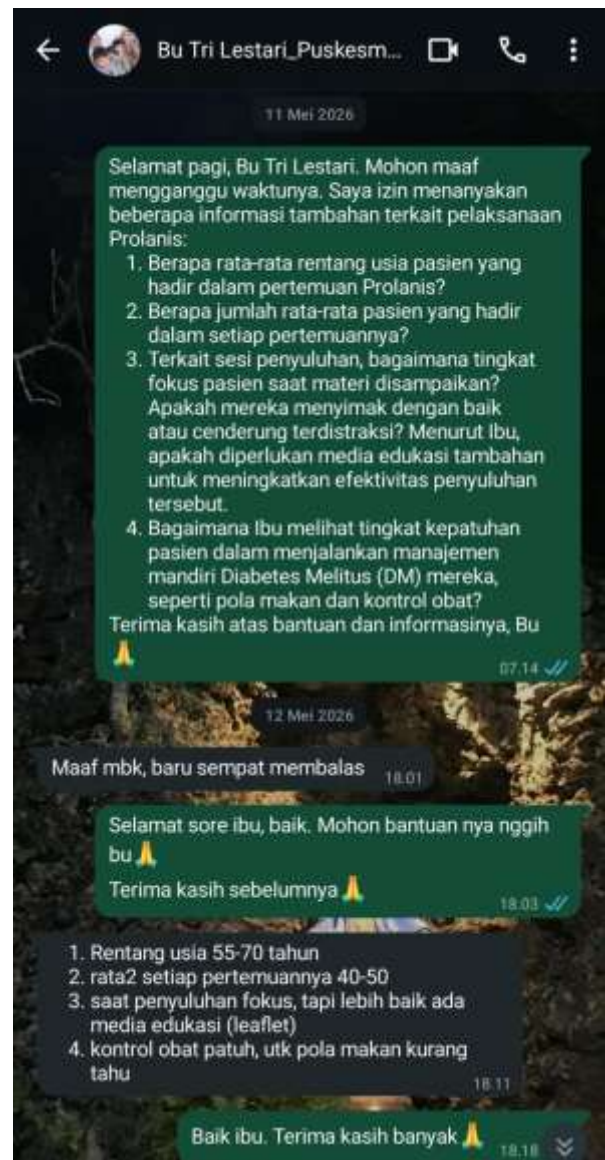
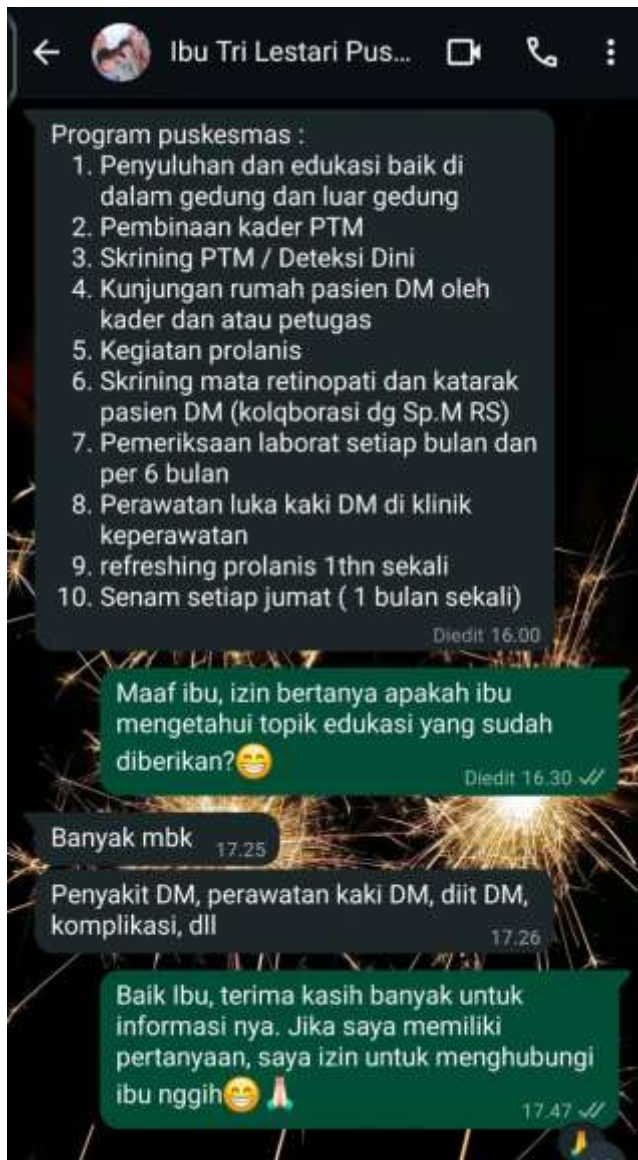


Scan barcode untuk mengecek keabsahan surat ini.



dr. Tunggul Birowo
Pembina, IV/a
NIP: 197005252002121003

STUDI PENDAHULUAN





Bu Adila_Prolanis PD3



Selamat sore, Bu Adila. Mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Irenne, Bu. Menindaklanjuti penyampaian Ibu sebelumnya terkait data kadar gula darah pasien Prolanis untuk keperluan skripsi, jika Ibu sedang senggang, saya memohon bantuan Ibu untuk mengirimkan file tersebut.

Terima kasih sebelumnya, Bu 🙏

16.55 ✓✓

Mohon maaf Ibu, saya izin bertanya untuk konfirmasi.

Tadi 872 pasien yang terdaftar ini hanya DM atau semua penyakit ya bu?

19.13 ✓✓

Anda

Selamat sore, Bu Adila. Mohon maaf mengganggu waktunya. Saya Irenne, Bu. Menindaklanjuti penyampaian Ibu sebelumnya terkait data kadar gula ...

Dibuatkan kolom excelnya, yg dibutuhkan apa saja

19.14

Anda

Mohon maaf Ibu, saya izin bertanya untuk konfirmasi. Tadi 872 pasien yang terdaftar ini hanya DM atau semua penyakit ya bu?

Iya 872 itu hanya yg terdiagnosa DM

19.14

Baik Ibu

19.16 ✓✓

19 Mei 2026



data gula darah pasien
prolanis.xlsx

12 kB • XLSX



00.55

Selamat pagi, Ibu. Terima kasih banyak nggih 🙏

06.40 ✓✓

20 Mei 2026

Selamat sore, Bu Adila. Mohon maaf mengganggu waktunya kembali. Saya Irenne, izin bertanya. Apakah seluruh pasien yang rutin mengikuti Prolanis memiliki handphone? Selain itu, untuk pasien yang tergabung dalam grup WA Prolanis, apakah yang bersangkutan langsung atau diwakilkan oleh anggota keluarganya?

Terima kasih banyak sebelumnya, Bu 🙏

Diedit 16.48 ✓✓

Mayoritas hp sendiri, hanya beberapa yg hp anaknya

17.57

SURAT PENGANTAR UJI ETIK



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



CB
Love that Renew

29 Mei 2026

Nomor : 1077/STIKes-PR/BN/2026
 Hal : Pengantar uji etik

Yth. Ketua Komite Etik Penelitian Kesehatan
Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta
Jalan Tata Bumi No.3, Area Sawah, Banyuraden,
Gamping, Sleman, D.I.Yogyakarta

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada mata kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKes Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami sampaikan bahwa mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta akan melakukan Uji Etik di Komite Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta. Adapun data mahasiswa sebagai berikut:

No	NPM	Nama	Judul Skripsi
1	202223012	Cicilia Cindy Permata D Meylan	Efektivitas Pemberian Buerger Allen Exercise dan Foot Massage terhadap Skor Ankle Brachial Index pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Depok III Sleman
2	202223022	Irenne Gizela Audina Patti Peilohy	Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman
3	202223095	Silvester Arya Sakti Nusantara	Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Dukuh Krompakan Kwarasan Sendangmulyo Minggir Sleman

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

Wakil Ketua I



Theresa Tatik Pujiastuti, Ns., M.Kep, Ph.D.

SURAT KETERANGAN LAYAK ETIK



Terakreditasi KEPPKN No. 005/KEPPKN/AKT/IV/2024

Kementerian Kesehatan

Poltekkes Yogyakarta

Komite Etik Penelitian Kesehatan

Jalan Tata Bumi No. 3, Banyuraden, Gamping,
Sleman, D.I. Yogyakarta 55293

(0274) 617601

<https://poltekkesjogja.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION "ETHICAL EXEMPTION"

No.DP.04.03/e-KEPK.1/1093/2026

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

Peneliti utama : Irene Gizela Andina Patti Peilohey
Principal In Investigator

Nama Institusi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti
Rapih Yogyakarta
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet Terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2
Di Puskesmas Depok 3 Sleman"**

*"The Effect of Booklet-Based Lifestyle Education on Self-Management Behavior Among Patients with Type 2 Diabetes Mellitus
at Puskesmas Depok 3 Sleman"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang menunjuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

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

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 05 Juni 2026 sampai dengan tanggal 05 Juni 2027.

This declaration of ethics applies during the period June 05, 2026 until June 05, 2027.



June 05, 2026
Chairperson,



Dr. drg. Wiworo Haryani, M.Kes.

SURAT PERMOHONAN IZIN EXPERT JUDGMENT



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA
Jalan Tarmilar 401 Pringsulung, Cundongratu, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp: (0274) 518977, 542744 Fax: (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



04 Juni 2026

Nomor : 1110/STIKes-PR/B/VI/2026
Hal : Permohonan *Expert Judgment*

Yth. Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep.
STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Dengan hormat,

Schubungan dengan adanya surat masuk ke Kepala Bidang Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat STIKes Panti Rapih Yogyakarta tertanggal 03 Juni 2026 tentang Permohonan *Expert Judgment* untuk validasi instrument penelitian atas nama mahasiswa Sdr. Irenne Gizela Audina Patti Peilohy / NPM: 202223022 dengan judul **"Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman"**, bersama ini kami mohon kesediaan Ibu Dr. Theresia Titin Marlina, Ns.,M.Kep. untuk dapat memberikan penilaian dan masukan bagi mahasiswa tersebut di atas.

Adapun instrumen/media akan dilampirkan oleh peneliti.

Demikian kami sampaikan, atas terkabulnya permohonan dan kerjasama yang Ibu berikan, kami mengucapkan 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



04 Juni 2026

Nomor : 1110/STIKes-PR/B/VI/2026

Hal : Permohonan *Expert Judgment*

Yth. Ibu Dita Hanna Febriani, S.Kep.,Ns.,MS

STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya surat masuk ke Kepala Bidang Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat STIKes Panti Rapih Yogyakarta tertanggal 03 Juni 2026 tentang Permohonan *Expert Judgment* untuk validasi instrument penelitian atas nama mahasiswa **Sdr. Irenne Gizela Audina Patti Peilohy / NPM: 202223022** dengan judul **"Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman"**, bersama ini kami mohon kesediaan Ibu Dita Hanna Febriani, S.Kep.,Ns.,MS untuk dapat memberikan penilaian dan masukan bagi mahasiswa tersebut di atas.

Adapun instrumen/media akan dilampirkan oleh peneliti.

Demikian kami sampaikan, atas terkabulnya permohonan dan kerjasama yang Ibu berikan, kami mengucapkan terima kasih.

Ketua,

Yulia Wardani, MAN





YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA

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



04 Juni 2026

Nomor : 1110/STIKes-PR/B/VI/2026

Hal : Permohonan *Expert Judgment*

Yth. Bapak Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., MPH., Dietisien
STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya surat masuk ke Kepala Bidang Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat STIKes Panti Rapih Yogyakarta tertanggal 03 Juni 2026 tentang Permohonan *Expert Judgment* untuk validasi instrument penelitian atas nama mahasiswa Sdr. Irenne Gizela Audina Patti Peilohy / NPM: 202223022 dengan judul "**Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman**", bersama ini kami mohon kesediaan Bapak Diyan Yunanto Setyaji, S.Gz., MPH., Dietisien untuk dapat memberikan penilaian dan masukan bagi mahasiswa tersebut di atas.

Adapun instrumen/media akan dilampirkan oleh peneliti.

Demikian kami sampaikan, atas terkabulnya permohonan dan kerjasama yang Bapak berikan, kami mengucapkan terima kasih.


Ketua
Yulia Wardani, MAN



SURAT PERMOHONAN IZIN PENGAMBILAN DATA


YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH YOGYAKARTA
 Jalan Tuntalar 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
 Telp. (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
 Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id


Love that Renew

08 Juni 2026

Nomor : 1130/STIKes-PR/B/VI/2026
 Perihal : Permohonan izin pengambilan data penelitian

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman
Jalan Roro Jonggrang No.6, Beran,
Tridadi, Kec. Sleman, Kab. Sleman,
D.I.Yogyakarta

Dengan hormat,
 Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Skripsi (SK VIII.3) bagi Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2025/2026, maka dengan ini kami mohon mahasiswa di bawah ini yang sudah mendapatkan Surat Keterangan Layak Etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta diperkenankan melakukan pengambilan data penelitian. Adapun rincian daftar mahasiswa sebagai berikut:

No	NPM	Nama Mahasiswa	Judul Skripsi	Tempat Pengambilan Data Penelitian	Surat Keterangan Layak Etik
1.	202223012	Cicilia Cindy Permata D Meylan	Efektivitas Pemberian Buerger Allen Exercise dan Foot Massage terhadap Skor Ankle Brachial Index pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Wilayah Kerja Puskesmas Depok III Sleman	Wilayah Kerja Puskesmas Depok III Sleman	No.DP.04.03/e-KE PK.1/1095/2026
2.	202223022	Irenne Gizela Audina Patti Peilohy	Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman	Puskesmas Depok III Sleman	No.DP.04.03/e-KE PK.1/1093/2026

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


Yulia Wardani, MAN

SURAT PENGANTAR PENGAMBILAN DATA



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS KESEHATAN

Si Putih

Jalan Rorjonggrang Nomor 6, Tridadi, Sleman, Yogyakarta, 55511
Telepon (0274) 868409, Faksimile (0274) 868409
Laman: www.slemankab.go.id, Surel: dinkes@slemankab.go.id

Surat Keterangan Pengambilan Data

Nomor: 000.9.2/0795/2026

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor 16 tahun 2022 tentang Surat Keterangan Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata, dan Izin Praktik Kerja Lapangan.

MENERANGKAN :

Nama	: Irenne Gizela Audina Patti Peiloahy
No. Mhs/NIM/NIP/NIK	: 202223022
Program/Tingkat	: Sarjana Keperawatan
Instansi/Perguruan Tinggi	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
Alamat Instansi/Perguruan Tinggi	: Jl. Tantular No.401, Pringwulung, Condongcatut, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55281
Alamat Rumah	: Jl. Wulung No.457, Pringwulung, Condongcatut, Kec. Depok, Kabupaten Sleman, DIY
No. Telp / HP	: 081548565497
Untuk	: Mengadakan Penelitian, dengan judul Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman.
Data yang dibutuhkan	: Data karakteristik pasien (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan terakhir, pekerjaan, lama menderita DM, IMT, terapi yang dijalani, kadar GDS, komorbiditas), lembar persetujuan menjadi responden
Lokasi	: Puskesmas Depok 3 Sleman, 9 Juni 2026
Waktu	: 10 Juni 2026 - 31 Agustus 2026

Dinas Kesehatan
Sleman
Sekretaris
u.b.
Kepala Bidang Sumber Daya Kesehatan



Scan barcode untuk mengecek keabsahan surat ini.



dr. Tunggul Birowo
Pembina, IV/a
NIP: 197005252002121003

SURAT KETERANGAN SELESAI PENGAMBILAN DATA



**PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
DINAS KESEHATAN
PUSKESMAS DEPOK III**

ꦱꦭꦺꦩꦤ꧀ꦏꦼꦱꦺꦴꦩꦠꦤ꧀

Komplek Kolombo Nomor 50A Caturtunggal, Depok, Sleman, Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 512595
Laman: <http://pkmd Depok3.slemankab.go.id>, Surel: puskesmasdepok3@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor :K1.400.14.5.4/1708/VIII/2026

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : drg Erna Sofiana
Jabatan : Kepala Puskesmas

Menerangkan bahwa :

Nama : Irenne Gizela Audina Patti Pellohy
NIM : 202223022
Prodi : Sarjana Keperawatan
Perguruan Tinggi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

Telah melakukan Penelitian di Puskesmas Depok III dengan judul Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet Terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman dimulai tanggal 18 Juni 2026 sampai dengan 06 Agustus 2026

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Sleman, 10 Agustus 2026
Kepala Puskesmas Depok III



drg Erna Sofiana
Pembina, IV/a
NIP. 197707142009042003

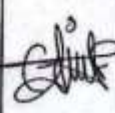
LEMBAR INFORMED CONSENT

LEMBAR INFORMED CONSENT

Penerima Informasi : Sumini
 Tanggal Lahir : 1-Agustus-1975
 Jenis Kelamin : P
 Nomor WA : 089624573994

Nama Pemberi Informasi	: Irenne Gizela Audina Patti Peilohy
Institusi Peneliti	: STIKes Panti Rapih Yogyakarta
Judul Penelitian	: Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman

No.	Jenis Informasi	Isi Informasi	Paraf Penerima Informasi
1	Tujuan Penelitian	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi gaya hidup sehat terhadap perilaku pengelolaan diri pada Bapak/Ibu sebagai pasien Diabetes Melitus Tipe 2.	
2	Manfaat Penelitian	Bapak/Ibu akan mendapatkan peningkatan pemahaman mengenai	

		apapun.	
9	Jaminan kerahasiaan data	Peneliti menjamin bahwa seluruh data identitas dan informasi kesehatan yang Bapak/Ibu berikan akan disamarkan menggunakan kode, serta dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan pengembangan ilmu keperawatan.	
10	Kontak Peneliti	Irenne Gizela Audina Patti Peilohy No. WA: 081548565497 Email: gizelairenn@gmail.com	
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.			
Hal 1/2			

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Penerima informasi (inisial) : Jm

Umur : 51 tahun

Jenis Kelamin : laki-laki / perempuan

Dengan ini menyatakan persetujuan untuk memberikan informasi dan terlibat sebagai responden dari penelitian yang berjudul "Pengaruh Edukasi Gaya Hidup Berbasis Booklet terhadap Perilaku Pengelolaan Diri Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Depok 3 Sleman".

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 Kamis, Tanggal 18, Bulan Juni, Tahun 2016, Waktu _____

Penerima Informasi (Responden)



Jumini
nama dan tanda tangan

Pemberi Informasi (Peneliti)



Irene Gizela Audina Patti Peilohy

LEMBAR DEMOGRAFI

Kode Responden:

A. Identitas Responden

Nama Lengkap : Jumini
 Usia : 71 tahun
 Jenis Kelamin : L / P
 Pendidikan Terakhir : ☐ Tidak Sekolah ☒ SMA
 ☐ SD ☐ D3/S1
 ☐ SMP ☐ S2/S3
 Pekerjaan : IRT

B. Riwayat Kesehatan

Lama Menderita DM : 2 tahun/bulan
 Terapi yang Dijalani : ☒ Obat oral ☐ Kombinasi
 ☐ Insulin ☐ Lainnya:
 Kadar Gula Darah Terakhir : 173 mg/dL (Tanggal: 02-07-26)
 Riwayat Keluarga dengan DM : ☐ Ada ☒ Tidak ada
 Penyakit Penyerta : ☒ Tidak Ada ☐ Penyakit Jantung
 ☐ Hipertensi ☐ Lainnya:

C. Status Gizi

Tinggi/Berat Badan : 145 / 63 cm/kg (IMT : 30.8)

D. Riwayat Paparan Informasi/Edukasi

- Apakah sebelumnya pernah mendapat Edukasi 6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup?
☐ Sudah Pernah ☒ Belum Pernah
- Apakah sebelumnya pernah mendapat Informasi 6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup?
☐ Sudah Pernah ☒ Belum Pernah

KUESIONER PERILAKU PENGELOLAAN DIRI

PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

(Berdasarkan 6 Pilar *Lifestyle Medicine*)

A. PETUNJUK PENGISIAN:

1. Bacalah setiap pernyataan dengan seksama.
2. Berilah tanda centang (✓) pada kolom yang paling sesuai dengan kondisi Anda dalam 1 bulan terakhir.
3. Tidak ada jawaban yang benar atau salah. Jawablah sesuai dengan keadaan Anda yang sebenarnya.
4. Apabila kurang jelas, tanyakan kepada peneliti.

B. KETERANGAN SKALA PENILAIAN:

- 1 = Tidak pernah (0 kali dalam 1 bulan terakhir)
- 2 = Jarang (1-4 kali dalam 1 bulan terakhir)
- 3 = Kadang-kadang (5-8 kali dalam 1 bulan terakhir)
- 4 = Sering (9-12 kali dalam 1 bulan terakhir)
- 5 = Selalu (> 12 kali atau hampir setiap hari dalam 1 bulan terakhir)

C. PERTANYAAN KUESIONER

DOMAIN 1: Nutrisi (*Plant-Predominant Nutrition*)

No.	Pernyataan	Tidak Pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-kadang (3)	Sering (4)	Selalu (5)
1	Saya mengonsumsi sayuran (seperti bayam, kangkung, brokoli, wortel), minimal 2 porsi (2x1 mangkuk sayur) setiap hari.					

2	Saya mengonsumsi buah-buahan segar minimal 1 porsi setiap hari (misal sebutir apel atau sebuah jambu biji atau jeruk).					
3	Saya mengonsumsi makanan olahan (seperti sosis, nugget, kornet) lebih dari 3 kali dalam seminggu.					
4	Saya membatasi konsumsi cepat saji (seperti mie instan, keripik, makanan kemasan) sebungkus per minggu.					
5	Saya mengurangi konsumsi daging merah dan menggantikannya dengan sumber protein nabati (seperti tahu, tempe, kacang-kacangan).					

DOMAIN 2: Aktivitas Fisik (*Physical Activity*)

No.	Pernyataan	Tidak Pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-kadang (3)	Sering (4)	Selalu (5)
6	Saya melakukan aktivitas fisik aerobik ringan-sedang (seperti jalan kaki, bersepeda, berenang) minimal 150 menit per minggu.					
7	Saya melakukan latihan penguatan otot (seperti senam ringan, <i>push-up</i> , angkat beban ringan) minimal 2 hari per minggu, masing-masing 30 menit.					

8	Saya menghabiskan lebih dari 8 jam sehari dalam posisi duduk atau berbaring.					
9	Saya berjalan kaki ringan selama 10-15 menit setelah makan (sarapan, makan siang, atau makan malam).					

DOMAIN 3: Kualitas Tidur (*Restorative Sleep*)

No.	Pernyataan	Tidak Pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-kadang (3)	Sering (4)	Selalu (5)
10	Saya tidur selama 7-9 jam setiap malam secara teratur.					
11	Saya memiliki jadwal tidur yang konsisten dengan waktu tidur dan bangun yang hampir sama setiap hari.					
12	Saya merasa puas dengan kualitas tidur saya.					
13	Saya menghindari konsumsi kafein (kopi, teh kental) pada sore dan malam hari.					

DOMAIN 4: Manajemen Stres (*Stress Management*)

No.	Pernyataan	Tidak Pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-kadang (3)	Sering (4)	Selalu (5)
14	Saya melakukan teknik relaksasi (seperti napas dalam, meditasi, berdoa, yoga, atau teknik relaksasi lainnya) untuk					

	mengelola stres minimal 3 kali per minggu.					
15	Saya cenderung makan berlebihan atau merokok saat menghadapi stres.					
16	Saya melakukan hobi atau aktivitas yang menyenangkan secara rutin untuk menjaga keseimbangan mental.					
17	Saya segera mencari bantuan profesional (dokter, psikolog, atau petugas kesehatan) jika stres saya berlebihan.					

DOMAIN 5: Keterhubungan Sosial (*Social Connectedness*)

No.	Pernyataan	Tidak Pernah (1)	Jarang (2)	Kadang-kadang (3)	Sering (4)	Selalu (5)
18	Saya secara aktif berbagi informasi tentang kondisi kesehatan saya kepada keluarga atau orang terdekat agar mereka dapat mendukung pengelolaan DM saya.					
19	Saya mengikuti kelompok dukungan sesama penderita DM (seperti Prolanis, komunitas DM, atau grup <i>online</i>) untuk mendapatkan dukungan sosial.					
20	Saya memanfaatkan dukungan sosial dari keluarga, teman, atau tenaga kesehatan untuk					

	membantu saya menjalani gaya hidup sehat.					
--	---	--	--	--	--	--

DOMAIN 6: Pembatasan Penggunaan Zat Berbahaya (*Avoiding Risky Substances*)

No.	Pernyataan	Tidak Pernah (5)	Jarang (4)	Kadang-kadang (3)	Sering (2)	Selalu (1)
21	Saya merokok atau menggunakan produk tembakau (rokok, vape/rokok elektrik, cerutu, tembakau kunyah, dll).					
22	Saya mengonsumsi minuman beralkohol (seperti bir, wine, anggur merah, tuak, atau minuman keras lainnya).					
23	Saya menggunakan obat-obatan atau jamu tanpa rekomendasi tenaga kesehatan untuk mengobati diabetes saya.					
24	Saya menggunakan narkoba atau zat adiktif lainnya (seperti ganja, sabu, atau obat-obatan terlarang).					
25	Saya mengonsumsi suplemen, herbal alternatif, ramuan herbal, rebusan daun, tanpa sepengetahuan tenaga kesehatan yang merawat saya.					

MEDIA EDUKASI GAYA HIDUP BERBASIS BOOKLET





PILAR 1: PENGATURAN NUTRISI

KURANGI ATAU HINDARI



Minuman manis: soda, teh botol, jus kemasan, sirup



Gorengan, makanan cepat saji, dan daging merah olahan (snack, sosis, bakso)



Nasi putih porsi besar, roti, mie instan



Kue, biskuit, permen, coklat, marsh, es krim



Santan kental, margarin, minyak, mayonaisse



PANDUAN PIRING SEHAT

- 1/2 piring: Sayuran non-tanah (bayam, brokoli, tomat, timun, paprika)
- 1/4 piring: Protein nabati rendah lemak (tahu, tempe, kacang-kacangan)
- 1/4 piring: Karbohidrat utuh (beras merah, ubi merah, jagung)
- Tambahkan 1 porsi buah segar + air putih/teh hijau tanpa gula



PILAR 2: AKTIVITAS FISIK

Orang yang aktif secara fisik dapat mengurangi risiko DM Tipe 2 hingga hampir separuhnya. Bagi yang sudah menderita DM Tipe 2, olahraga teratur mengurangi risiko komplikasi.

AEROBIK

- MINIMAL 150 menit/minggu intensitas sedang
- ATAU 75 menit/minggu intensitas tinggi (joging, lari)

Contoh: 30 menit x 5 hari
Jalan kaki, bersepeda, berenang, senam



LATHAN KEKUATAN OTOT

- Minimal 2 hari per minggu.

Contoh: squat, push-up, angkat beban ringan, gerakan dengan resistance band.



CARA MUDAH MULAI BERGERAK

- Mulai dari yang kecil: 5 menit berjalan kaki setelah makan sudah bermanfaat!
- Pecah waktu duduk: setiap 30 menit, berdiri dan gerak 2-3 menit.
- Gunakan tangga daripada lift. Parkir kendaraan lebih jauh dari tujuan.
- Gunakan pengingat di HP untuk berdiri setiap 30 menit.
- Ajak keluarga atau teman berolahraga bersama agar lebih menyenangkan.
- Konsultasikan dengan dokter sebelum memulai program olahraga baru.



PILAR 3: KUALITAS TIDUR

Kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan risiko DM Tipe 2 serta mempersulit kontrol gula darah.

BERAPA JAM TIDUR YANG CUKUP?

7-9 JAM TIDUR PER MALAM adalah waktu tidur optimal untuk orang dewasa.

- Kurang dari 7 jam → meningkatkan resistensi insulin & keinginan makan gula.
- Lebih dari 9 jam → juga meningkatkan risiko DM Tipe 2 sebesar 11%.
- Kualitas tidur buruk → risiko DM Tipe 2 meningkat 50%.
- Sleep apnea (henti napas saat tidur) sangat umum pada penderita DM Tipe 2 - konsultasikan ke dokter jika Anda mendengar keras atau sering mengantuk di siang hari.



TIPS TIDUR LEBIH NYENYAK

- Tidur dan bangun di waktu yang sama setiap hari, termasuk akhir pekan.
- Matikan semua layar elektronik minimal 30 menit sebelum tidur.
- Buat kamar tidur sejuk, gelap, dan tenang.
- Hindari kafein setelah pukul 14.00.
- Hindari makan berat dalam 2 jam sebelum tidur.
- Olahraga teratur membantu tidur lebih nyenyak, tetapi jangan berolahraga berat 2 jam sebelum tidur.



PILAR 4: MANAJEMEN STRES

Stres kronis menyebabkan tubuh melepaskan hormon kortisol yang secara langsung dapat meningkatkan kadar gula darah. Depresi dan kecemasan lebih sering terjadi pada penderita DM Tipe 2.

TANDA-TANDA STRES YANG PERLU DIWASPADAI

Segera konsultasikan ke dokter jika Anda mengalami:

- Depresi: sedih mendalam, hilang semangat, tidak ada harapan lebih 2 minggu.
- Kecemasan berlebihan: khawatir terus-menerus yang sulit dikontrol
- Gangguan tidur yang berkepanjangan yang tidak dapat diatasi sendiri
- 'Diabetes distress': rasa bersalah atau terbebani karena mengelola diabetes



CARA MENGURANGI STRES SEHARI-HARI

- Pernapasan dalam: tarik napas 4 hitungan, tahan 4, keluarkan 6. Lakukan 5-10 menit setiap hari
- Meditasi atau dzikir 5-10 menit, setiap pagi
- Yoga, Tai Chi, atau peregangan ringan
- Jalan-jalan di alam terbuka atau taman
- Tulis jurnal perasaan atau hal yang Anda sukuri hari ini
- Lakukan aktivitas menyenangkan: berkebun, memasak, bermain dengan cucu
- Hindari berita negatif berlebihan dan batasi waktu media sosial



PILAR 5: KETERHUBUNGAN SOSIAL

Memiliki jaringan dukungan sosial yang kuat terbukti meningkatkan kepatuhan pengobatan dan pada penderita DM Tipe 2. Kepuasan dan isolasi sosial meningkatkan risiko serangan, stroke, dan masalah kesehatan mental.



CARA MEMBANGUN JARINGAN DUKUNGAN

- Libatkan keluarga dalam perubahan gaya hidup – ajak mereka makan sehat dan berolahraga bersama
- Bergabunglah dengan kelompok dukungan diabetes (prolanis di puskesmas, komunitas diabetes lokal)
- Terhubung dengan sesama penderita yang berhasil mengelola diabetesnya sebagai sumber inspirasi
- Health coaching (tatap muka atau virtual) terbukti efektif meningkatkan kepatuhan dan pencapaian target gula darah
- Semakin banyak orang yang mendukung Anda, semakin mudah mempertahankan perubahan gaya hidup



BOOKLET 6 PILAR PENGELOLAAN GAYA HIDUP UNTUK DIABETES MELITUS TIPE 2 | 8

PILAR 6: HINDARI ZAT BERBAHAYA

Penggunaan tembakau, alkohol, dan narkoba dapat memperburuk kontrol gula darah dan meningkatkan risiko komplikasi serius pada penderita DM Tipe 2.

ROKOK & TEMBAKAU

- Perokok dengan DM Tipe 2 mengalami kesulitan lebih besar mengontrol gula darah dibanding non-perokok
- Merokok meningkatkan risiko penyakit jantung dan pembuluh darah yang sudah lebih tinggi pada penderita diabetes
- BERHENTI MEROKOK adalah keputusan terbaik untuk kesehatan Anda
- Minta bantuan dokter untuk program berhenti merokok

ALKOHOL & ZAT LAINNYA

- Alkohol dapat menyebabkan kadar gula darah tidak stabil – naik atau turun drastis
- Penggunaan ganja (marijuana) meningkatkan risiko prediabetes berkembang menjadi DM Tipe 2
- Hindari semua jenis obat-obatan terlarang
- Diskusikan dengan dokter jika Anda mengonsumsi alkohol secara rutin

BOOKLET 6 PILAR PENGELOLAAN GAYA HIDUP UNTUK DIABETES MELITUS TIPE 2 | 9

MITOS VS FAKTA DIABETES

Jangan biarkan informasi yang salah menghalangi kesembuhan Anda!

✗ MITOS: Diabetes disebabkan karena terlalu banyak makan gula

✓ FAKTA: DM Tipe 2 disebabkan oleh kombinasi faktor genetik dan gaya hidup (pola makan buruk, kurang gerak, obesitas). Konsumsi gula berlebih meningkatkan risiko melalui obesitas, bukan hanya satu-satunya penyebab.

✗ MITOS: Diabetes hanya diwarisi orang tua

✓ FAKTA: Orang dengan berat badan normal pun dapat menderita DM Tipe 2 akibat faktor genetik, pola makan buruk, atau stres kronis. Sekitar 10-15% penderita DM Tipe 2 memiliki berat badan normal.

✗ MITOS: Penderita diabetes tidak boleh makan nasi sama sekali

✓ FAKTA: Penderita diabetes BUKAN makan nasi, yang perlu diatur adalah PORSI dan JENIS-nya. Beras merah, oat, quinoa – pilihan yang lebih baik. Yang penting adalah keseimbangan total karbohidrat dalam sehari.

✗ MITOS: Herbal/jamu bisa menyembuhkan diabetes, tidak perlu obat dokter

✓ FAKTA: Belum ada herbal yang terbukti secara klinis 'mengobati' DM Tipe 2. Mengonsumsi obat tanpa petunjuk dokter sangat berbahaya dan dapat menyebabkan komplikasi serius.

✗ MITOS: Diabetes adalah penyakit turunan, tidak bisa diagan

✓ FAKTA: Perubahan gaya hidup mengurangi risiko DM Tipe 2 hingga 58%, bahkan pada orang dengan riwayat keluarga diabetes.

✗ MITOS: Sendi insulin berarti kondisi saya sangat parah dan tidak ada harapan

✓ FAKTA: Insulin adalah alat bantu mengontrol gula darah, bukan tanda keburukan. Dengan perubahan gaya hidup yang konsisten, kebutuhan insulin atau obat bisa berkurang.

BOOKLET 6 PILAR PENGELOLAAN GAYA HIDUP UNTUK DIABETES MELITUS TIPE 2 | 10

KATA MOTIVASI UNTUK ANDA

"Setiap langkah kecil adalah kemenangan besar. Anda tidak sendirian dalam perjalanan ini!"

INGATLAH

- Gen Anda bukan takdir Anda.
- Setiap hari adalah kesempatan baru untuk membuat pilihan yang lebih baik.
- Berbuat baik pada tubuh Anda adalah bentuk kasih sayang pada diri sendiri dan orang-orang yang Anda cintai.
- Remisi diabetes bukan sekadar mimpi – itu adalah kemungkinan nyata.

"Mulailah Hari Ini. Satu Langkah. Satu Pilar. Satu Hari."

Sumber referensi:



BOOKLET 6 PILAR PENGELOLAAN GAYA HIDUP UNTUK DIABETES MELITUS TIPE 2 | 11

[illegible]

No	Pertemuan	1	2	3	4	Catatan
	Topik 1 : Negeri (Non-Production) Industri					
1	Sejarah perkembangan industri tekstil, kimia, logam, tekstil, elektronik, dan peternakan ternak					
2	Sejarah perkembangan industri tekstil, kimia, logam, tekstil, elektronik, dan peternakan ternak					
3	Sejarah perkembangan industri tekstil, kimia, logam, tekstil, elektronik, dan peternakan ternak					

					judi-masalah
4	Saya memiliki beberapa masalah dalam hidup saya seperti itu semua, tetapi masalah tersebut telah selesai				✓
5	Saya mengalami beberapa hal yang sulit dan mengancam saya ketika proses awal saya telah selesai, tetapi telah selesai				✓
Daftar 2. Daftar 1988 <i>Physical Activity</i>					
6	Saya melakukan aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan saya - baik - beberapa kali seminggu (rata-rata 150 menit per minggu)				✓
7	Saya melakukan latihan program dan saya akan terus melakukannya, tetapi belum selesai (rata-rata 150 menit per minggu)				✓
8	Saya mengalami kesulitan untuk terus dengan cara ini karena saya merasa sangat lelah				✓
9	Saya merasa bahwa masalah saya telah selesai, tetapi saya mengalami kesulitan untuk terus dengan cara ini				✓
Daftar 3. Daftar 1988 <i>Physical Activity</i>					

10	Apakah kalian menerima 7-8 poin dalam hal-hal yang berikut ini?		d	
11	Apakah kemampuan komunikasi kalian (12) termasuk diantara 30 orang terbaik dalam kelas?		d	
12	Apakah kemampuan jeda/jeda waktu yang kalian tempa waktu atau dari kegiatan yang lain yang sama dengan yang lain?		d	
13	Apakah pengetahuan kalian tentang sejarah, seni, budaya, dan etika adalah pada level yang terbaik?		d	Sebelum dan sesudah diukur oleh kalian dalam wawancara yang berfokus pada kemampuan yang akan diukur dan kalian berfokus pada hal-hal yang akan diukur.
Penutup & Manajemen Waktu (Time Management)				
14	Apakah kalian telah melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan kalian, seperti: membaca, menulis, dan lain-lain yang dapat meningkatkan kemampuan kalian?		d	Apakah kalian telah melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan kalian, seperti: membaca, menulis, dan lain-lain yang dapat meningkatkan kemampuan kalian?
15	Apakah kemampuan kalian dalam hal-hal yang berkaitan dengan manajemen waktu, seperti: membaca, menulis, dan lain-lain yang dapat meningkatkan kemampuan kalian?		d	Apakah kalian telah melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan kalian, seperti: membaca, menulis, dan lain-lain yang dapat meningkatkan kemampuan kalian?
16	Apakah kalian telah melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan kalian, seperti: membaca, menulis, dan lain-lain yang dapat meningkatkan kemampuan kalian?		d	Apakah kalian telah melakukan kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan kalian, seperti: membaca, menulis, dan lain-lain yang dapat meningkatkan kemampuan kalian?

47	Saya sangat menghormati nilai-nilai yang saya dan saya miliki, saya sangat bangga karena memiliki nilai-nilai yang berbeda-beda.	d
Dimensi 5: Keterbacaan Sosial (Social Connectedness)		
48	Saya sangat siap berbagi informasi tentang budaya kita kepada orang-orang yang ingin tahu, saya sangat bangga karena memiliki nilai-nilai yang berbeda-beda.	d
49	Saya menghormati perbedaan budaya yang ada di sekitar saya, saya sangat bangga karena memiliki nilai-nilai yang berbeda-beda.	d
50	Saya menghormati perbedaan budaya yang ada di sekitar saya, saya sangat bangga karena memiliki nilai-nilai yang berbeda-beda.	d
Dimensi 6: Penghargaan Penguasaan Zet Rukunnya (Penguasaan Zet Rukunnya)		
51	Saya memiliki dan menguasai pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk menghadapi tantangan di masa depan.	d
52	Saya menghormati perbedaan budaya yang ada di sekitar saya, saya sangat bangga karena memiliki nilai-nilai yang berbeda-beda.	d

[illegible]

Konsumen menggunakan skala 1 (sangat penting) hingga 5 (tidak penting):

1 = Tidak penting	0 (sangat penting)	1 (sangat penting)
2 = Penting	1 (sangat penting)	2 (sangat penting)
3 = Penting	2 (sangat penting)	3 (sangat penting)
4 = Penting	3 (sangat penting)	4 (sangat penting)
5 = Sangat penting	4 (sangat penting)	5 (sangat penting)

Isabelle Hays-Karimov:

005-125	→ Sanger book
05-104	→ Book
05-94	→ Cloning
45-94	→ Karyog.
25-44	→ Sanger Annu.

Konsepnya

- ☐ Lengkuk signifikan terapan
- ☒ Lengkuk signifikan terapan
- ☐ Tidak lengkuk signifikan

1. Setelah selesai, tekan **Alt+F4** untuk menutup aplikasi tersebut.

Vegetables, 17 Aug 2006

System

230

© 2006 Blackwell Publishing Ltd, *Journal of Internal Medicine* 260: 399–406

CVI INSTRUMENT

	Expert 1	Expert 2	Expert 3		Expert in Agreement	I-CVI	UA
Item							
Q1	1	1	1		3	1	1
Q2	1	1	1		3	1	1
Q3	1	1	0		2	0,67	0
Q4	1	1	1		3	1	1
Q5	1	1	1		3	1	1
Q6	1	1	1		3	1	1
Q7	1	1	1		3	1	1
Q8	0	1	1		2	0,67	0
Q9	1	1	1		3	1	1
Q10	1	1	1		3	1	1
Q11	0	1	1		2	0,67	0
Q12	1	1	1		3	1	1
Q13	1	0	1		2	0,67	0
Q14	1	1	1		3	1	1
Q15	1	1	1		3	1	1
Q16	1	1	1		3	1	1
Q17	1	1	0		2	0,67	0
Q18	1	1	1		3	1	1
Q19	1	1	1		3	1	1
Q20	1	1	1		3	1	1
Q21	1	1	1		3	1	1
Q22	1	1	1		3	1	1
Q23	1	1	1		3	1	1
Q24	1	1	1		3	1	1
Q25	1	1	1		3	1	1
Proportion relevance	0,92	0,96	0,92		S-CVI/Ave	0,934	
Average proportion of item judge as relevance across the three expert				0,9333333333	S-CVI/UA		0,8

EXPERT MEDIA

EXPERT 1

Form Validasi Expert Judgement Media Edukasi
Booklet "6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Mellitus Tipe 2"

Saya yang beranda tangan di bawah ini:

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

Jabatan : STIKes Panti Rahit Yogyakarta

Adik menyatakan dan memberi penilaian terhadap item-item yang terdapat di dalam booklet berikut:

Nama Booklet : 6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Mellitus Tipe 2

Tujuan Booklet : Media edukasi bagi penderita DM Tipe 2 mengenai di Profesi Profesi dan Depok 3 Sisi

No	Komponen Penilaian	Pilihan Jawaban				Komentar
		Tidak Baik	Kurang Baik	Baik	Sangat Baik	
1	Varian cover dan isi			V		
2	Format dan penyajian materi			V		
3	- Kualitas isi: benar materi - Kepertepatan materi - Kepertepatan isi - Kelengkapan materi			V		Materi diabetes disebabkan oleh ketidakmampuan pankreas memproduksi insulin yang cukup atau resistensi insulin. Diabetes adalah penyakit kronis yang ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi. Diabetes adalah penyakit kronis yang ditandai dengan kadar gula darah yang tinggi.
4	Kepertepatan isi			V		
5	- Kecakupan isi - Kepertepatan isi			V		

	- Ukuran dan jenis huruf - Kemudahan membaca - Warna					
6	Kemudahan penggunaan			V		
7	Kemudahan aksesibilitas yang digunakan			V		

Kesimpulan secara umum (terang, ringkas, sesuai dengan penilaian Depdiknas)

Media pembelajaran booklet "6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Mellitus Tipe 2"

isi:

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Baik
4. Sangat baik

Media pembelajaran booklet "6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Mellitus Tipe 2"

isi:

1. Belum dapat digunakan dan banyak revisi
2. Dapat digunakan dengan banyak revisi
3. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
4. Dapat digunakan tanpa revisi

Saran untuk perbaikan booklet "6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Mellitus Tipe 2"

isi:

Yogyakarta, 17 Juni 2020

Validator Ahli

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

EXPERT 2

Form Validasi Expert Judgement Media Edukasi

Booklet "6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Melitus Tipe 2"

Saya yang beranda tugas di bawah ini:

Nama : Dita Hanna Febriani, S.Kep., Ns., MEd

Instansi : STIKes Panti Rapih Yogyakarta

silah membaca dan memberi penilaian terhadap item-item yang terdapat di dalam booklet berikut:

Nama Booklet : 6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Melitus Tipe 2

Tujuan Booklet : Media edukasi bagi penderita DM Tipe 2 khususnya di Provinsi DKI Jakarta
Dapat 3 Skema

No	Komponen Penilaian	Pilihan Jawaban				Komentar
		Tidak Baik	Kurang Baik	Baik	Sangat Baik	
1	Tampilan cover dan isi				V	
2	Sistematika penyajian materi			V		
3	- Kualitas isi konten materi - Kejelasan materi - Kejelasan materi - Kejelasan materi			V		1. Walaupun judul penelitian dikemas pada sebuah penelitian gaya hidup, namun dengan IDA/IC belum terkontrol tidak bisa mengungkap informasi chat. Berikan juga penjelasan bahwa selain perubahan gaya hidup pasien harus tetap konsumsi obat. 2. Lengkap materi dengan 7 pilar diabetes melitus

						yang dikembangkan oleh ADCEIS. Silahkan cek materi melalui link berikut: http://www.adceis.org/diabetes-sukawan-dinas/adceis2-artif-cape-bahan-jika 3. Perbaiki judul di halaman 3 "PERBANYAK (MAKANAN UTUH NABATI)" 4. Hindari gambar atau tidak umum dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Ciri bahan makanan pengganti yang lebih sesuai dengan orang Indonesia 5. Tambahkan gambar 3D jenis, jumlah, jadwal 6. Pahami piring sehat bisa dibuat dalam halaman tersendiri atau bisa lebih banyak menginformasikan materi ke pembaca 7.
4	Kejelasan Materi			V		
5	- Kejelasan Materi - Kejelasan Materi - Kejelasan Materi			V		

						Jurnal • Konstruktif • Rangsang
6	Kemudahan penggunaan			V		
7	Kemudahan informasi yang digunakan			V		1. Perbandingan untuk mengetahui Penguasaan tema MAKANAN UTUH NABATI. Gambaran yang lebih mudah dipahami

Kesimpulan secara umum (harap melampirkan sesuai dengan penilaian Bapak/Ibu)

Media pembelajaran booklet "6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Melitus Tipe 2" ini:

1. Tidak baik
2. Kurang baik
3. Baik
4. Sangat baik

Media Pembelajaran booklet "6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Melitus Tipe 2" ini:

1. Belum dapat digunakan dan banyak revisi
2. Dapat digunakan dengan banyak revisi
3. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
4. Dapat digunakan tanpa revisi

Saya setuju perbaikan booklet "6 Pilar Pengelolaan Gaya Hidup Untuk Diabetes Melitus Tipe 2" ini:

Sangat sesuai saya setuju

Yogyakarta, 17 Jan 2024

Valdian Aki



(Dita Hanna Febriani, S.Kep., Ns., MEd)

CVI MEDIA

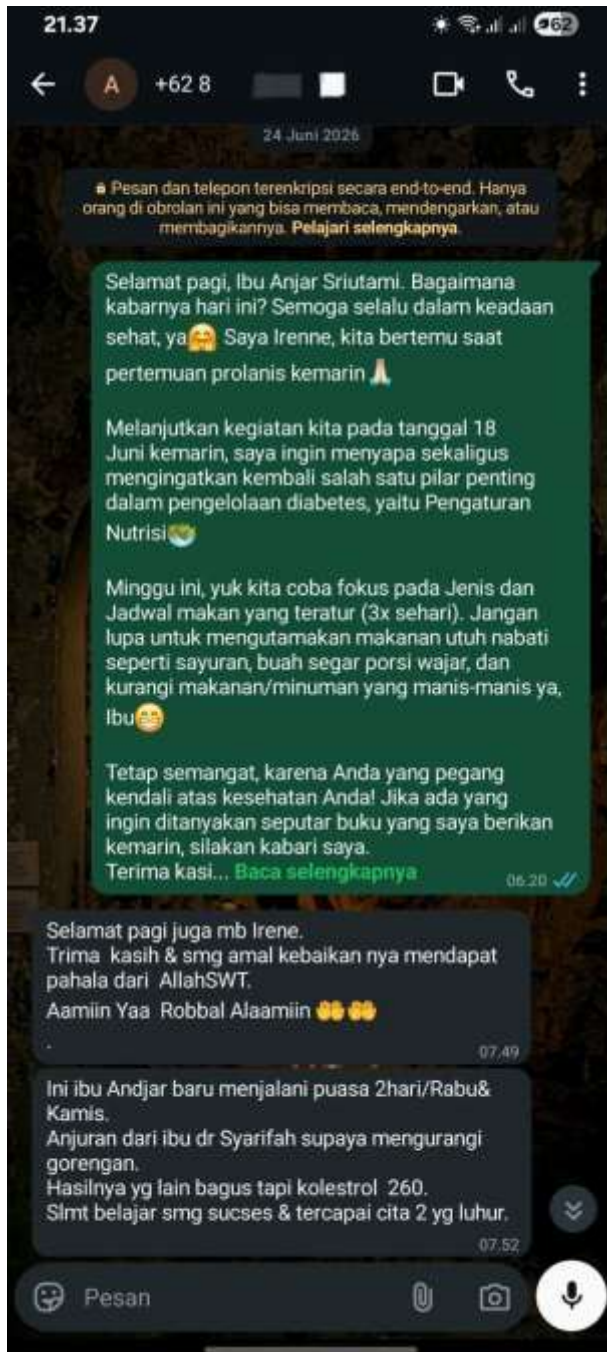
	Expert 1	Expert 2	Expert 3		Expert in Agreement	I-CVI	UA
Item							
Q1	1	1	1		3	1	1
Q2	1	1	1		3	1	1
Q3	1	1	1		3	1	1
Q4	1	1	1		3	1	1
Q5	1	1	1		3	1	1
Q6	1	1	1		3	1	1
Q7	1	1	1		3	1	1
					S-CVI/Ave	1	
Proportion relevance	1	1	1		S-CVI/UA		1
Average proportion of item judge as relevance across the three expert				1			

DOKUMENTASI PENGAMBILAN DATA





PEMANTAUAN VIA WHATSAPP



REKAPITULASI DATA RESPONDEN PENELITIAN

Nama	Usia	JP	Tingkat Pendidikan	Pekerjaan	Lama DM	Obat yang Dikonsumsi	Kadar GDP	Riwayat Keluarga	Komorbidi tas	IMT	Skor Kuesioner	
											Pre-test	Post-test
Ny. AS	73	P	SMP	IRT	3 thn	Obat Oral	87	Tidak Ada	HT	Normal	110	116
Ny. P	75	P	SMP	IRT	20 thn	OHO & Insulin	122	Tidak Ada	HT	Normal	95	94
Ny. AM	76	P	SD	IRT	10 thn	Obat Oral	105	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	101	105
Ny. SW	58	P	SMA	IRT	7 thn	Obat Oral	117	Ada	Tidak Ada	Normal	105	99
Ny. M	67	P	SD	IRT	3 thn	Obat Oral	84	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	111	115
Tn. B	73	L	SMA	Tidak Bekerja	5 thn	Obat Oral	159	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	100	88
Ny. S	57	P	SMA	IRT	8 thn	Obat Oral	136	Ada	Tidak Ada	Obes	106	112
Ny. SyW	72	P	SMA	IRT	4 thn	Obat Oral	86	Ada	Tidak Ada	Obes	116	116
Ny. Ss	73	P	SMA	IRT	5 thn	Obat Oral	85	Ada	HT	Obes	91	97
Ny. Tk	75	P	Tidak Sekolah	IRT	5 thn	Obat Oral	118	Tidak Ada	Tidak Ada	BBL	95	97
Ny. Sy	62	P	SMA	IRT	4 thn	Obat Oral	131	Ada	HT	BBL	107	109
Ny. R	71	P	SD	IRT	2 thn	Obat Oral	142	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	111	110
Ny. H	59	P	SMP	IRT	12 thn	OHO & Insulin	121	Tidak Ada	HT	Obes	97	100

Nama	Usia	JP	Tingkat Pendidikan	Pekerjaan	Lama DM	Obat yang Dikonsumsi	Kadar GDP	Riwayat Keluarga	Komorbidi tas	IMT	Skor Kuesioner	
											Pre-test	Post-test
Ny. St	73	P	SD	IRT	5 thn	Obat Oral	136	Tidak Ada	HT & Sendi	Obes	87	96
Ny. SM	61	P	Perguruan Tinggi	IRT	8 thn	Obat Oral	155	Tidak Ada	HT	Obes	93	103
Ny. WS	48	P	Perguruan Tinggi	IRT	6 thn	Obat Oral	207	Ada	Tidak Ada	Obes	101	104
Tn. DS	76	L	SMA	Tidak Bekerja	11 thn	Obat Oral	147	Tidak Ada	HT & Kolestrol	Obes	101	95
Ny. K	60	P	Tidak Sekolah	IRT	7 thn	Obat Oral	105	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	108	114
Ny. Hn	57	P	Perguruan Tinggi	Wirausaha	3 thn	Obat Oral	188	Ada	Tidak Ada	BBL	112	122
Ny. Stm	66	P	SD	IRT	20 thn	Obat Oral	145	Ada	HT	Normal	110	110
Tn. Ps	68	L	Perguruan Tinggi	Wirausaha	7 thn	Obat Oral	107	Tidak Ada	PJ & Asam Urat	Obes	85	94
Ny. Ks	68	P	SMP	IRT	13 thn	Obat Oral	69	Tidak Ada	HT	Obes	107	114
Ny. W	67	P	SD	IRT	19 thn	Obat Oral	163	Tidak Ada	HT	BBL	111	113
Tn. Sd	75	L	SMA	Tidak Bekerja	5 thn	Insulin	137	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	87	89
Ny. R	56	P	SMA	IRT	7 thn	Obat Oral	117	Tidak Ada	HT	Obes	104	109

Nama	Usia	JP	Tingkat Pendidikan	Pekerjaan	Lama DM	Obat yang Dikonsumsi	Kadar GDP	Riwayat Keluarga	Komorbidi tas	IMT	Skor Kuesioner	
											Pre-test	Post-test
Ny. Tkn	70	P	Tidak Sekolah	IRT	2 thn	Obat Oral	86	Tidak Ada	HT	Obes	99	91
Ny. Tnm	75	P	SD	IRT	16 thn	Obat Oral	101	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	97	103
Ny. Pj	65	P	SMP	IRT	10 thn	Obat Oral	126	Tidak Ada	Tidak Ada	BBL	100	103
Ny. Wn	64	P	SD	IRT	5 thn	Obat Oral	151	Tidak Ada	HT	Obes	105	116
Ny. WL	57	P	SMA	IRT	6 thn	Obat Oral	138	Tidak Ada	Penyakit Jantung	Obes	103	100
Ny. Id	61	P	SMA	IRT	10 thn	Obat Oral	146	Tidak Ada	HT	Obes	110	109
Ny. St	68	P	SMA	IRT	10 thn	Obat Oral	126	Ada	HT	Normal	103	102
Tn. Wg	74	L	SMP	Buruh	5 thn	Obat Oral	95	Tidak Ada	HT	BBL	115	113
Ny. A	60	P	SD	IRT	5 thn	Obat Oral	164	Tidak Ada	HT	Obes	92	90
Ny. Sm	74	P	SD	IRT	10 thn	Obat Oral	141	Ada	Penyakit Jantung	Obes	107	110
Tn. G	62	P	SMA	IRT	6 thn	Obat Oral	61	Tidak Ada	HT	Normal	108	112
Ny. VS	69	P	SMA	IRT	8 thn	Obat Oral	85	Tidak Ada	Tidak Ada	BBL	93	103
Ny. Smn	51	P	SMA	IRT	2 thn	Obat Oral	173	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	110	102
Ny. Ww	67	P	Perguruan Tinggi	IRT	5 thn	Obat Oral	72	Ada	Tidak Ada	BBL	108	110
Ny. Swt	64	P	SD	IRT	10 thn	Obat Oral	152	Tidak Ada	Tidak Ada	Normal	99	112
Ny. Wg	68	P	SD	IRT	5 thn	Obat Oral	108	Tidak Ada	HT	Obes	100	106
Ny. M	58	P	SMA	IRT	7 thn	Obat Oral	122	Ada	HT	Normal	100	97

Nama	Usia	JP	Tingkat Pendidikan	Pekerjaan	Lama DM	Obat yang Dikonsumsi	Kadar GDP	Riwayat Keluarga	Komorbidi tas	IMT	Skor Kuesioner	
											Pre-test	Post-test
Ny. Kd	63	P	SD	IRT	4 thn	Obat Oral	102	Ada	Kolestrol	Normal	110	109
Ny. R	75	P	Tidak Sekolah	IRT	5 thn	Obat Oral	130	Tidak Ada	Tidak Ada	BBL	110	106
Ny. Krs	83	P	Perguruan Tinggi	IRT	9 thn	Obat Oral	69	Tidak Ada	HT	BBL	110	112
Ny. Sgy	80	P	SMP	Wirausaha	30 thn	Obat Oral	116	Tidak Ada	Tidak Ada	Obes	107	106

ALUR PENGOLAHAN DATA STATISTIK

1. Distribusi karakteristik (Frekuensi)

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Middle age= 45-59	9	19.6	19.6	19.6
	Young-old age= 60-74	28	60.9	60.9	80.4
	The aged= <=75	9	19.6	19.6	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

JK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	5	10.9	10.9	10.9
	Perempuan	41	89.1	89.1	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Bekerja/IRT	42	91.3	91.3	91.3
	Buruh	1	2.2	2.2	93.5
	Wirausaha	3	6.5	6.5	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

Lama_Menderita_DM

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<5 tahun	9	19.6	19.6	19.6
	5-10 tahun	29	63.0	63.0	82.6
	>10 tahun	8	17.4	17.4	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

Obat_yang_dikonsumsi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Obat Oral	43	93.5	93.5	93.5
	Insulin	1	2.2	2.2	95.7
	Kombinasi (OH0 & Insulin)	2	4.3	4.3	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

Kadar_GDP

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik= 80-109 mg/dL	17	37.0	37.0	37.0
	Sedang= 110-125 mg/dL	7	15.2	15.2	52.2
	Buruk= >=126 mg/dL	22	47.8	47.8	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

Riwayat_Keluarga

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ada	13	28.3	28.3	28.3
	Tidak Ada	33	71.7	71.7	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

Komorbiditas					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Ada	20	43.5	43.5	43.5
	Hipertensi	20	43.5	43.5	87.0
	Penyakit Jantung	2	4.3	4.3	91.3
	Lainnya	4	8.7	8.7	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

IMT					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Obesitas	27	58.7	58.7	58.7
	Berat Badan Lebih	10	21.7	21.7	80.4
	Normal	9	19.6	19.6	100.0
	Total	46	100.0	100.0	

2. Uji Normalitas

Tests of Normality							
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Kelompok	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre_Test	Intervensi	.132	23	.200 [*]	.945	23	.229
	Kontrol	.137	23	.200 [*]	.949	23	.282
Post_Test	Intervensi	.132	23	.200 [*]	.951	23	.305
	Kontrol	.149	23	.200 [*]	.919	23	.064
Selisih	Intervensi	.142	23	.200 [*]	.927	23	.096
	Kontrol	.150	23	.196	.965	23	.563

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

a. Lilliefors Significance Correction

3. Uji intra-kelompok

Skor *Pre-test Post-test* Kelompok Intervensi dan Skor *Pre-test Post-test* Kelompok Kontrol (Paired T-test)

T-Test

Kelompok = Intervensi

Paired Samples Statistics^a

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre_Test	102.61	23	8.569	1.787
	Post_Test	105.35	23	9.232	1.925

a. Kelompok = Intervensi

Paired Samples Correlations^a

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre_Test & Post_Test	23	.812	.000

a. Kelompok = Intervensi

Paired Samples Test^a

		Mean		Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
						Lower	Upper			
Pair 1	Pre_Test - Post_Test	-2.739	5.487	1.144		-5.112	-.366	-2.394	22	.026

a. Kelompok = Intervensi

Kelompok = Kontrol

Paired Samples Statistics^a

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre_Test	103.35	23	6.893	1.437
	Post_Test	104.78	23	7.471	1.558

a. Kelompok = Kontrol

Paired Samples Correlations^a

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre_Test & Post_Test	23	.712	.000

a. Kelompok = Kontrol

Paired Samples Test^a

		Mean		Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
						Lower	Upper			
Pair 1	Pre_Test - Post_Test	-1.435	5.476	1.142		-3.803	.933	-1.257	22	.222

a. Kelompok = Kontrol

4. Uji antar-kelompok (skor selisih)

Skor selisih *Pre-test Post-test* Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol (Independent T-test)

T-Test

Group Statistics

	Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Selisih	Intervensi	23	-2.74	5.487	1.144
	Kontrol	23	-1.43	5.476	1.142

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference		Lower	Upper
Selisih	Equal variances assumed	.044	.835	-.807	44	.424	-1.304	1.616		-4.562	1.953
	Equal variances not assumed			-.807	44.000	.424	-1.304	1.616		-4.562	1.953

HASIL TURNITIN PASCA SIDANG

turnitin-laporan-penelitian_1787141961105.docx

ORIGINALITY REPORT

13%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	repository.stikespantirapih.ac.id Internet	66 words — < 1%
2	repository.unissula.ac.id Internet	51 words — < 1%
3	repository.ub.ac.id Internet	46 words — < 1%
4	cdn.juris.id Internet	44 words — < 1%
5	123dok.com Internet	43 words — < 1%
6	ejurnal.ars.ac.id Internet	36 words — < 1%
7	bnj.akys.ac.id Internet	34 words — < 1%
8	bookchapter.optimalbynfc.com Internet	34 words — < 1%
9	www.jurnal.stikesbaptis.ac.id Internet	33 words — < 1%
10	Fauziah Amanda Rahmat, Upik Rahmi, Sehabudin Salasa. "Pengaruh brisk walking exercise terhadap kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe-2", Holistik Jurnal Kesehatan, 2026 Crossref	31 words — < 1%
11	repository.unjaya.ac.id Internet	31 words — < 1%
	digilib.unila.ac.id	

TIMELINE PENELITIAN

Kegiatan	MARET				APRIL				MEI					JUNI				JULI				AGUSTUS				
	Minggu ke-																									
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5
Bimbingan Proposal Penelitian																										
Pendaftaran Seminar Proposal																										
Seminar Proposal																										

[illegible]

[illegible]