

LAMPIRAN

Lampiran 1. Sertifikat Etik (*Etical Clearance*)


UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
 Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya 60113. Telp. (031) 3811966 - 3811967 Fax. (031) 3813096

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
 "ETHICAL EXEMPTION"

No.009/KET/II.3.AU/F/2020

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : SITI CHOLISHOTUL HIMMAH
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
Name of the Institution

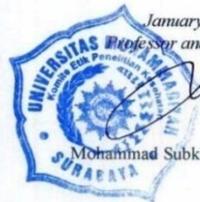
Dengan judul:
Title
"Pengaruh Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Aulia Jombang"
"Pengaruh Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Aulia Jombang"

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

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

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 27 Januari 2020 sampai dengan tanggal 27 Januari 2021.
This declaration of ethics applies during the period January 27, 2020 until January 27, 2021.

January 27, 2020
 Professor and Chairperson,

 Mohammad Subkhan, dr., Sp.P., MM


Lampiran 2. Pernyataan Persetujuan Publikasi**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademika Universitas Muhammadiyah Surabaya (UMSurabaya) saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Siti Cholishotul Himmah

NIM : 20161880030

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : S1 Pendidikan Dokter

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran UMSurabaya Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Aulia Jombang”** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan hak bebas royalty non-eksklusif ini, Program Studi Pendidikan Dokter UMSurabaya berhak menyimpan, mengalih, media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya dan atau pembimbing saya sebagai penulis dan pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 2020

Yang membuat pernyataan,

Siti Cholishotul Himmah

Lampiran 3. Surat Permohonan Izin Penelitian ke Instansi Terkait

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA FAKULTAS KEDOKTERAN Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya 60113, Telp (031) 3811966, Fax. (031) 3813096
Surabaya, 23 Desember 2019	
Nomor :	796/II.3.AU/A/FK/2019
Lamp. :	1 bendel
H a l :	Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Yth. Ka. BAKESBANGPOL Jawa Timur di tempat	
<i>Assalamu'alaikum Wr. Wb.</i>	
Segala puji bagi Allah SWT atas segala karunia-Nya kepada kita, sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah SAW.	
Dengan hormat, sehubungan dengan penyusunan Tugas Akhir (Skripsi) bagi mahasiswa Program Studi S-1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya, kami bermaksud untuk memohon kepada Bapak/Ibu agar dapat memberikan izin untuk dilaksanakannya penelitian dan pengambilan data atas nama :	
Nama :	Siti Cholishotul Himmah
NIM :	20161880030
Judul Penelitian :	Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Klinik Aulia Jombang
Pembimbing I :	dr. Detty Nur Irawati, Sp.PD
Pembimbing II :	dr. Nenny Triastuti, M.Si
Demikian permohonan dari kami, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.	
<i>Wassalamu'alaikum Wr. Wb</i>	
 dr. H. M. Jusuf Wibisono, Sp. P (K), FCCP, FIRS	
Tembusan : Mahasiswa yang bersangkutan	



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA FAKULTAS KEDOKTERAN

Jln. Sutorejo No. 59 Surabaya 60113, Telp (031) 3811966, Fax. (031) 3813096

Surabaya, 23 Desember 2019

Nomor : 796/II.3.AU/A/FK/2019
Lamp. : 1 bendel
Hal : **Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data**

Yth.
Ka. Klinik Aulia Kabupaten Jombang
di tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT atas segala karunia-Nya kepada kita, sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Rasulullah SAW.

Dengan hormat, sehubungan dengan penyusunan Tugas Akhir (Skripsi) bagi mahasiswa Program Studi S-1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya, kami bermaksud untuk memohon kepada Bapak/Ibu agar dapat memberikan izin untuk dilaksanakannya penelitian dan pengambilan data atas nama :

Nama : Siti Cholishotul Himmah
NIM : 20161880030
Judul Penelitian : Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Klinik Aulia Jombang
Pembimbing I : dr. Detty Nur Irawati, Sp.PD
Pembimbing II : dr. Nenny Triastuti, M.Si

Demikian permohonan dari kami, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb



dr. H. M. Jusuf Wibisono, Sp. P (K), FCCP, FIRS

Tembusan :
Mahasiswa yang bersangkutan

Lampiran 4. Surat Pemberian Izin Melakukan Penelitian dari Instansi Terkait



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 JALAN PUTAT INDAH NO.1 TELP. (031) - 5677935, 5681297, 5675493
 SURABAYA - (60189)

Surabaya, 16 Januari 2020

Nomor : 070/0519/209.4/2020
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Perihal : Penelitian/Survey/Research

Kepada
 Yth. Bupati Jombang
 Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP
 di
JOMBANG

Menunjuk surat : Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya
 Nomor : 796/II.3.AU/A/FK/2020
 Tanggal : 23 Desember 2019

Bersama ini memberikan Rekomendasi kepada :

Nama : SITI CHOLISHOTUL HIMMAH
 Alamat : Jl. Dsn. Banjaranyar RT.003/ RW.007 Ds. Tinggar Jombang
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Kebangsaan : Indonesia

bermaksud mengadakan penelitian/survey/research :

Judul : "Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Klinik Aulia Jombang"
 Tujuan/bidang : Mencari Data, Wawancara, Skripsi/ Kesehatan
 Dosen Pembimbing : dr. DETTY NUR IRAWATI, Sp.PD-FINASIM
 Peserta : -
 Waktu : 3 Bulan
 Lokasi : Kab. Jombang

Sehubungan dengan hal tersebut, diharapkan dukungan dan kerjasama pihak terkait untuk memberikan bantuan yang diperlukan. Adapun kepada peneliti agar memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Berkewajiban menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di daerah setempat;
2. Pelaksanaan penelitian/survey/research agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan keamanan dan ketertiban di daerah setempat;
3. Melaporkan hasil penelitian dan sejenisnya kepada Bakesbangpol Provinsi Jawa Timur.

Demikian untuk menjadi maklum.

a.n. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 PROVINSI JAWA TIMUR
 Kepala Bidang Budaya Politik



Drs. Ec. SUBEKTI, MM
 Pembina Tk. I
 NIP. 19620116 198903 1 006

Tembusan :

- Yth. 1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya - di Surabaya;
 ② Yang bersangkutan.



**PEMERINTAH KABUPATEN JOMBANG
DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**
Jl. Presiden K.H. Abdurrahman Wahid No. 151 Telp.(0321) 873 333 Fax. (0321) 851 733
JOMBANG

SURAT IZIN

Nomor : 072/031/415.35/2020

TENTANG

IZIN PENELITIAN

- Dasar :
- a. Peraturan Daerah Kabupaten Jombang Nomor 11 Tahun 2018 Tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kabupaten Jombang Nomor 8 Tahun 2016 Tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kabupaten Jombang;
 - b. Peraturan Bupati Jombang Nomor 36 Tahun 2018 Tentang Perubahan Atas Peraturan Bupati Jombang Nomor 16 Tahun 2018 Tentang Pelimpahan Wewenang Penyelenggaraan Perizinan Kepada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Jombang;
 - c. Surat Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur tertanggal 16 Januari 2020 nomor : 070/0519/209.4/2020 perihal Penelitian.

MENGIZINKAN

Kepada :

Nama / NIM : Siti Cholishotul Himmah/20161880030
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
Fakultas/Jurusan/Prodi : Kedokteran
Kegiatan : Penelitian
Waktu : 28 Januari 2020 s.d 04 Februari 2020
Judul Penelitian : Pengaruh Pola Makan dan Aktivitas Fisik Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Klinik Aulia Jombang
Lokasi : Klinik Pratama (Rawat Inap) Aulia Jombang

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Membawa manfaat bagi semua pihak;
2. Melaksanakan Koordinasi dengan Instansi Terkait;
3. Mentaati tata tertib sesuai dengan peraturan yang berlaku;
4. Tidak melakukan kegiatan diluar kegiatan Penelitian yang dimaksud;
5. Menciptakan suasana yang kondusif di tempat kegiatan Penelitian yang dimaksud;
6. Tidak melakukan kegiatan dan atau tindakan yang menimbulkan keresahan masyarakat;
7. Bertanggungjawab atas semua permasalahan yang terjadi akibat kegiatan Penelitian yang dimaksud.

Demikian untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya dan apabila telah menyelesaikan pekerjaan Penelitian supaya melaporkan hasil pekerjaannya pada Pemerintah Kabupaten Jombang melalui Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Jombang.

Dikeluarkan di : Jombang

Padatanggal : 30 JAN 2020

a.n. **BUPATI JOMBANG**
Kepala Dinas Penanaman Modal
dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu



Ir. ILHAM HERO KOENTJORO, M.Si

Pembina Utama Muda
NIP. 19611110 199003 1 006

Tembusan Yth. Sdr. :

1. Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya;
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur;
3. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Jombang;
4. Penanggungjawab Klinik Pratama (Rawat Inap) Aulia Jombang;
5. Yang bersangkutan.



KLINIK PRATAMA (RAWAT INAP) "AULIA"

Jl. Raya Tinggar, Dsn. Rejosari Ds. Tinggar - Kec. Bandarkedungmulyo - Kab. Jombang
Email : linikpratamaaulia@gmail.com Telp. (0321) 851200

Jombang, 28 Januari 2020

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Kedokteran

Universitas Muhammadiyah Surabaya

Di

Surabaya

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr.dr. Endah Purtiningtyas, MK P

Jabatan : Penanggung Jawab Klinik Pratama Aulia Jombang

Alamat : Jln. Raya Rejosari, Ds. Tinggar, Kec. Bandarkedungmulyo, Kab. Jombang

Dengan ini menyatakan bersedia memberikan ijin penelitian kepada :

Nama : Siti Cholishotul Himmah

NIM : 20161880030

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya

Jurusan/Fakultas : Kedokteran

Alamat : Dsn. Banjaranyar, RT/RW: 003/007, Ds. Tinggar,
Kec. Bandarkedungmulyo, Kab. Jombang

Tanggal penelitian : 28 Januari 2020 s/d 04 Februari 2020

Judul Penelitian : Pengaruh Pola Makan dan Aktifitas fisik terhadap Penurunan Kadar
Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II

Tempat Penelitian : Klinik Pratama Aulia Jombang

Demikian surat pernyataan ini kami buat dengan sebenar-benarnya, dan atas kebijakannya kami sampaikan terima kasih

Penanggung Jawab

Klinik Pratama Aulia Jombang



ENDAH PURTININGTYAS, MK P

Lampiran 5. Surat Bukti Telah Melakukan Penelitian.

**KLINIK PRATAMA (RAWAT INAP)
"AULIA"**

Jl. Raya Tinggar, Dsn. Rejosari Ds. Tinggar - Kec. Bandarkedungmulyo - Kab. Jombang
Email : linikpratamaaulia@gmail.com Telp. (0321) 851200

Jombang, 06 Februari 2020

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr.dr. Endah Purtiningtyas, MK P
Jabatan : Penanggung Jawab Klinik Pratama Aulia Jombang
Alamat : Jln. Raya Rejosari, Ds. Tinggar, Kec. Bandarkedungmulyo, Kab. Jombang

Dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa atas nama :

Nama : Siti Cholishotul Himmah
NIM : 20161880030
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
Jurusan/Fakultas : Kedokteran
Alamat : Dsn. Banjaranyar, RT/RW: 003/007, Ds. Tinggar,
Kec. Bandarkedungmulyo, Kab. Jombang
Tanggal penelitian : 28 Januari 2020 s/d 04 Februari 2020
Judul Penelitian : Pengaruh Pola Makan dan Aktifitas fisik terhadap Penurunan Kadar
Gula Darah pada pasien Diabetes Melitus Tipe II
Tempat Penelitian : Klinik Pratama Aulia Jombang

Telah melaksanakan penelitian di Klinik Pratama Aulia Jombang sesuai estimasi waktu yang telah di tentukan. Dan mahasiswa tersebut di atas telah menjalankan tugas penelitian dengan baik.

Demikian surat ini kami buat dengan sebenar-benarnya

Penanggung Jawab
Klinik Pratama Aulia Jombang

Dr. dr. ENDAH PURTINGTYAS, MK P

Lampiran 6. Informed Consent**LEMBAR PERSETUJUAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Pekerjaan :

Alamat :

Dengan ini saya mengizinkan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya untuk memperoleh dan mengambil data yang sesuai dengan penelitiannya melalui kuisisioner ini dan mengolah hasil yang telah didapatkan.

Jombang, 2020

- b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
3. Seberapa sering Anda makan kue manis seperti donat atau biskuit manis?
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
4. Seberapa sering Anda makan makan manis? Termasuk cokelat, permen, dan makan manis lainnya.
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
5. Seberapa sering Anda minum minuman manis? Termasuk minuman bersoda non-diet, *squash*, *mixer*, minuman energi, jus buah, minuman susu manis atau kopi, teh atau minuman panas lainnya dengan gula atau sirup rasa.
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
6. Seberapa sering Anda menggunakan mentega, margarin, atau minyak kelapa atau minyak sawit?
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
7. Seberapa sering Anda makan ikan berminyak?
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
8. Seberapa sering Anda minum alkohol?
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang

9. Seberapa sering Anda makan keju?
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
10. Seberapa sering Anda makan daging olahan? Termasuk yang ada pada *sandwich*, makan siap saji dan jika dimakan sebagai camilan.
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
11. Seberapa sering Anda makan makan gurih seperti keripik, keripik jagung, dan/atau kacang asin?
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
12. Seberapa sering Anda makan kue kering?
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
13. Seberapa sering Anda makan ‘makan cepat saji’ dari dibawa pulang atau di restoran? Termasuk *burger, pizza, pasta*, dan makan cepat saji lainnya.
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
14. Seberapa sering Anda makan puding atau makan penutup, selain buah, dengan makan Anda?
- a. 3 kali/lebih sehari c. 5-6 kali seminggu e. 1 kali seminggu
b. 1-2 kali sehari d. 2-4 kali seminggu f. Tidak pernah/jarang
15. Seberapa sering Anda makan 3 kali atau lebih dalam sehari? Termasuk makan ringan seperti *sandwich*, sup dan roti gulung atau sesuatu yang berat. Ini tidak termasuk kudapan seperti biskuit atau

jawaban untuk setiap pertanyaan yang mungkin anda rasakan dalam 7 hari terakhir.

Bagian 1: Aktivitas Fisik yang Berhubungan dengan Pekerjaan

1. Apakah akhir-akhir ini anda mempunyai pekerjaan yang digaji atau melakukan pekerjaan apapun yang tidak dibayar di luar rumah?
 - a) Ya
 - b) Tidak ada
2. Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan aktivitas fisik berat seperti mengangkat benda-benda berat, mencangkul/menggali lubang, melakukan pekerjaan tukang yang berat, atau naik turun tangga gedung/bangunan sebagai bagian dari pekerjaan anda? Hanya pikirkan tentang aktivitas fisik yang Anda lakukan setidaknya 10 menit sekali waktu.
 - a) hari/minggu
 - b) Tidak ada pekerjaan yang memerlukan aktivitas fisik berat (Lanjut ke pertanyaan no. 4)
3. Berapa lama waktu biasanya anda habiskan dalam sehari untuk melakukan aktivitas fisik berat sebagai bagian dari pekerjaan anda (pertanyaan no. 2)?
 - a) menit/hari
4. Lagi, pikirkanlah hanya aktivitas fisik yang anda kerjakan selama paling tidak 10 menit sekali waktu. Selama 7 hari terakhir berapa hari anda melakukan aktivitas fisik sedang seperti mengangkat benda ringan sebagai bagian dari pekerjaan anda? Tidak termasuk berjalan.
 - a) hari/minggu
 - b) Tidak ada pekerjaan yang menuntut aktivitas fisik sedang (Lanjut ke pertanyaan no. 6)
5. Berapa banyak waktu yang biasa anda habiskan pada satu hari untuk melakukan aktivitas fisik sedang sebagai bagian dari pekerjaan anda (pertanyaan no. 4)?
 - a) menit/hari

6. Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda berjalan selama minimum 10 menit sebagai bagian dalam pekerjaan anda? Tidak termasuk berjalan dalam rangka berangkat ke ataupun pulang dari tempat kerja
 - a) hari/minggu
 - b) Tidak ada waktu berjalan yang berhubungan dengan pekerjaan (Lanjut ke pertanyaan no. 8)

7. Berapa lama waktu biasanya anda habiskan untuk berjalan pada hari-hari tersebut sebagai bagian dari pekerjaan anda (pertanyaan no. 6)?
 - a) menit/hari

BAGIAN 2: AKTIVITAS FISIK DALAM TRANSPORTASI

8. Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan perjalanan dengan kendaraan bermotor seperti kereta api, bis, mobil, atau angkot?
 - a) hari/minggu
 - b) Tidak ada perjalanan dengan kendaraan bermesin (Lanjut ke pertanyaan no. 10)

9. Berapa lama waktu biasanya anda habiskan untuk perjalanan dengan kereta api, bis, mobil, angkot, atau jenis kendaraan bermotor lainnya pada hari-hari tersebut? Berapa lama anda melakukan aktivitas tersebut pada no. 8?
 - a) menit/hari

10. Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda bersepeda selama minimum 10 menit sekali waktu saat bepergian dari satu tempat ke tempat lain Berapa hari anda bersepeda saat bepergian dari satu tempat ke tempat lain?
 - a) hari/minggu
 - b) Tidak ada bersepeda dari satu tempat ke tempat lain (Lanjut ke pertanyaan no. 12)

11. Berapa lama anda melakukan aktivitas tersebut pada no. 10?
 - a) menit/hari

12. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak hari kamu berjalan selama setidaknya 10 menit sekali waktu untuk pergi dari satu tempat ke tempat lainnya?
- hari/minggu
 - Tidak ada (Lanjut ke pertanyaan no. 14)
13. Berapa banyak waktu kamu habiskan buat berjalan dari satu tempat ke tempat lain tsb (pertanyaan no. 12)?
- menit/hari

Bagian 3. Pekerjaan Rumah, Perawatan Rumah, Dan Perawatan Keluarga.

14. Pikirkan tentang aktivitas fisik yang anda lakukan setidaknya selama 10 menit dalam sekali waktu. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak hari anda melakukan aktivitas fisik berat seperti mengangkat benda-benda berat, memotong kayu, atau mencangkul di kebun?
- hari/minggu
 - Tidak melakukan aktivitas fisik berat (Lanjut ke pertanyaan no. 16)
15. Berapa banyak waktu biasanya anda habiskan untuk aktivitas fisik berat pada hari-hari tersebut (pertanyaan no. 14)?
- menit/hari
16. Lagi, pikirkan hanya aktivitas fisik yang anda kerjakan selama minimum 10 menit pada sekali waktu. Selama 7 hari terakhir, berapa hari anda melakukan aktivitas fisik sedang seperti mengangkat bendabenda ringan, menyapu halaman, membersihkan jendela, menyiram tanaman di kebun?
- hari/minggu
 - Tidak ada (Lanjut ke pertanyaan no. 18)
17. Berapa lama biasanya anda melakukan aktivitas sedang pada harihari tersebut (pertanyaan no. 16)?
- menit/hari

18. Sekali lagi, pikirkan hanya aktivitas fisik selama minimal 10 menit dalam sekali waktu. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak hari anda melakukan aktivitas fisik sedang seperti mengangkat benda-benda ringan, membersihkan jendela dan menyapu/mengepel lantai di dalam rumah?
- a) hari/minggu
 - b) Tidak ada aktivitas fisik sedang di dalam rumah (Lanjut ke pertanyaan no. 20)
19. Berapa lama waktu anda habiskan untuk sehari-hari anda melakukan aktivitas fisik sedang di dalam rumah tsb (pertanyaan no. 18)?
- a) menit/hari

Bagian 4: Rekreasi, Olah Raga, Dan Aktivitas Fisik Di Waktu Santai

20. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak hari anda melakukan aktivitas berjalan minimum 10 menit pada saat santai anda?
- a) hari/minggu
 - b) Tidak ada aktivitas berjalan pada waktu santai (Lanjut ke pertanyaan no. 22)
21. Berapa lama waktu anda biasanya habiskan untuk jalan di waktu santai tersebut (pertanyaan no. 20)?
- a) menit/hari
22. Pikirkan hanya aktivitas fisik yang anda kerjakan selama minimum 10 menit sekali waktu. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak hari anda melakukan aktivitas fisik berat seperti aerobic, lari, naik sepeda dengan kencang, berenang kencang, dalam waktu santai?
- a) hari/minggu
 - b) Tidak ada aktivitas fisik berat selama waktu santai (Lanjut ke pertanyaan no. 24)
23. Berapa lama anda melakukan aktivitas fisik berat di atas (pertanyaan no. 22)?
- a) menit/hari

24. Lagi, pikirkan hanya aktivitas fisik yang anda kerjakan minimum 10 menit dalam sekali waktu. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak hari anda melakukan aktivitas fisik sedang seperti bersepeda dengan santai, berolah raga ringan, berenang dengan santai selama waktu senggang anda?
- a) hari/minggu
 - b) Tidak ada aktivitas fisik sedang selama waktu senggang (Lanjut ke pertanyaan no. 26)
25. Berapa lama anda melakukan aktivitas tersebut pada no. 22?
- a) menit/hari

Bagian 5: Waktu untuk Duduk

26. Selama 7 hari terakhir, berapa lama waktu anda gunakan untuk duduk dalam hari-hari kerja anda? (di rumah maupun di tempat kerja)
- a) menit/hari
27. Selama 7 hari terakhir, berapa banyak waktu anda habiskan untuk duduk selama hari libur anda?
- a) menit/hari

Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian





Lampiran 9. Hasil Analisis Statistik.**Statistics**

		Jenis Kelamin	Pendidikan Terakhir	Status Perkawinan	Usia Pasien	Lama Menderita Diabetes	Pola Makan	Aktivitas Fisik
N	Valid	45	45	45	45	45	45	45
	Missing	45	45	45	45	45	45	45

Frequency Table**Jenis Kelamin**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	17	18,9	37,8	37,8
	Perempuan	28	31,1	62,2	100,0
	Total	45	50,0	100,0	
Missing	System	45	50,0		
Total		90	100,0		

Pendidikan Terakhir

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	23	25,6	51,1	51,1
	SMP	7	7,8	15,6	66,7
	SMA/K	8	8,9	17,8	84,4
	Perguruan Tinggi	5	5,6	11,1	95,6
	Tidak Sekolah	2	2,2	4,4	100,0
	Total	45	50,0	100,0	
Missing	System	45	50,0		
Total		90	100,0		

Status Perkawinan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sudah Kawin	34	37,8	75,6	75,6
	Janda/Duda	11	12,2	24,4	100,0
	Total	45	50,0	100,0	
Missing	System	45	50,0		
Total		90	100,0		

Usia Pasien

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dewasa	5	5,6	11,1	11,1
	Lansia	33	36,7	73,3	84,4
	Manula	7	7,8	15,6	100,0
	Total	45	50,0	100,0	
Missing	System	45	50,0		
Total		90	100,0		

Lama Menderita Diabetes

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<= 5 Tahun	39	43,3	86,7	86,7
	> 5 Tahun	6	6,7	13,3	100,0
	Total	45	50,0	100,0	
Missing	System	45	50,0		
Total		90	100,0		

Pola Makan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pola Makan Tidak Baik	24	26,7	53,3	53,3
	Pola Makan Baik	21	23,3	46,7	100,0
	Total	45	50,0	100,0	
Missing	System	45	50,0		
Total		90	100,0		

Aktivitas Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	10	11,1	22,2	22,2
	Sedang	15	16,7	33,3	55,6
	Tinggi	20	22,2	44,4	100,0
	Total	45	50,0	100,0	
Missing	System	45	50,0		
Total		90	100,0		

Ranks

		Pola Makan	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Penurunan GDA		Pola Makan Tidak Baik	24	15,00	360,00
		Pola Makan Baik	21	32,14	675,00
		Total	45		

Test Statistics^a

	Penurunan GDA
Mann-Whitney U	60,000
Wilcoxon W	360,000
Z	-4,369
Asymp. Sig. (2-tailed)	,000

a. Grouping Variable: Pola Makan

Ranks

	Aktivitas Fisik	N	Mean Rank
Penurunan GDA	Rendah	10	14,95
	Sedang	15	16,67
	Tinggi	20	31,78
	Total	45	

Test Statistics^{a,b}

	Penurunan GDA
Chi-Square	16,181
df	2
Asymp. Sig.	,000

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: Aktivitas
Fisik

Ranks

	kat	N	Mean Rank
Penurunan GDA	PM Tidak Baik AF Rendah	10	14,95
	PM Tidak Baik AF Sedang	11	13,09
	PM Tidak Baik AF Tinggi	3	22,17
	PM Baik AF Sedang	4	26,50
	PM Baik AF Tinggi	17	33,47
	Total	45	

Test Statistics^{a,b}

	Penurunan GDA
Chi-Square	21,130
df	4
Asymp. Sig.	,000

a. Kruskal Wallis Test

b. Grouping Variable: kat

Lampiran 10. Fotokopi Kartu Bimbingan Skripsi



KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

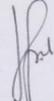
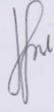
Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Surabaya

Nama : SITI CHOLISHOTUL HIMMAH

NIM : 20161880030

	TTD DAN CATATAN PEMBIMBING 1	TTD DAN CATATAN PEMBIMBING 2	
I. PROPOSAL PENELITIAN			
Bagian Awal	A. Membahas bagian awal	J. memeriksa penulisan bagian awal	
BAB I Pendahuluan	A. memperbaiki urutan pada BAB I	J. Perbaiki BAB I dan memeriksa penulisan.	
BAB II Tinjauan Pustaka	A. Memperbaiki isi dari BAB II	J. Memeriksa kelengkapan pembahasan BAB II	
Bab III Kerangka Konseptual dan Hipotesis Penelitian	A. Memperbaiki kerangka konsep	J. Perbaiki kerangka konsep dan penulisan.	
BAB IV Metode Penelitian	A. Perbaiki kriteria inklusi dan eksklusi serta besar sampel	J. memeriksa dan perbaikan.	
Daftar Pustaka dan Lampiran	A. Memeriksa daftar dan lampiran	J. Memeriksa kelengkapan lampiran.	
II. UJIAN PROPOSAL PENELITIAN			
Tanggal Pelaksanaan:	Pembimbing 1 A.	Pembimbing 2 J.	Penguji ke-3
III. LAPORAN AKHIR SKRIPSI			
	TTD DAN CATATAN PEMBIMBING 1	TTD DAN CATATAN PEMBIMBING 2	
Bagian Awal	A. Perbaiki bagian awal	J. Memeriksa bagian awal	

1

	TTD DAN CATATAN PEMBIMBING 1		TTD DAN CATATAN PEMBIMBING 2	
BAB I - IV		Perbaiki BAB 1-4 dan membahas analisis data		Perbaiki BAB 1 sampai BAB 4, serta penulisan
BAB V Hasil Penelitian		Perbaiki hasil		Perbaiki hasil
BAB VI Pembahasan		Membahas revisi Perbaiki & perbaikan Pembahasan		Perbaiki Pembahasan dan memeriksa Penulisan
BAB VII Penutup		Membahas pemberian saran		Memeriksa penulisan penutup
Daftar Pustaka		Memeriksa penulisan daftar		Memeriksa kelengkapan penulisan daftar
Lampiran		Memeriksa daftar lampiran		Memeriksa kelengkapan lampiran
IV. SIDANG SKRIPSI				
Tanggal Pelaksanaan:	Pembimbing 1	Pembimbing 2	Penguji ke-3	
V. PENGUMPULAN SKRIPSI				
Tim Skripsi (+CD)	Perpustakaan (+CD)	Pembimbing 1	Pembimbing 2	Rg Baca Fakultas
MENGETAHUI				
Kaprosdi S1 Pendidikan Dokter, dr. Nurma Yuliyasari, M.Si		Koordinator Skripsi, dr. Syafarinah Nur Hidayah Akil		