

## DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN .....	i
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
PENGESAHAN PENGUJI.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK .....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
DAFTAR SINGKATAN .....	xv
DAFTAR SIMBOL .....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG .....	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	5
C. TUJUAN PENELITIAN .....	5
1. Tujuan Umum .....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. MANFAAT PENELITIAN .....	6
1. Manfaat Teoritis .....	6
2. Manfaat Praktis .....	6
E. KEASLIAN PENELITIAN .....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. LANDASAN TEORI .....	9
1. Diabetes Melitus.....	9

2. Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah .....	20
3. Index Massa Tubuh (IMT) .....	23
4. Senam Diabetes.....	25
B. KERANGKA TEORI.....	28
C. KERANGKA KONSEP .....	29
D. HIPOTESIS PENELITIAN .....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. JENIS DAN RANCANGAN PENELITIAN.....	31
B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN.....	31
C. POPULASI DAN SAMPEL .....	32
D. VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI OPERASIONAL.....	33
E. INSTRUMEN PENELITIAN .....	34
F. UJI VALIDITAS DAN REALIBILITAS .....	35
G. TEKNIK DAN PENGUMPULAN DATA.....	35
H. TEKNIK ANALISA DATA .....	36
I. JALANNYA PENELITIAN.....	38
J. ETIKA PENELITIAN.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
A. GAMBARAN LOKASI PENELITIAN .....	42
B. HASIL PENELITIAN.....	43
C. PEMBAHASAN .....	45
D. KETERBATASAN PENELITIAN .....	54
BAB V PENUTUP .....	55
A. KESIMPULAN.....	55
B. SARAN .....	55
DAFTAR PUSTAKA .....	57
LAMPIRAN.....	63

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skema Kerangka Teori .....	28
Gambar 2.2 Kerangka Konsep .....	29

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penderita DM tahun 2021 .....	2
Tabel 1.2 Penderita DM tahun 2022.....	3
Tabel 1.3 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	31
Tabel 3.2 Definisi operasional.....	33
Tabel 4.1 Hasil Analisa kadar GDS Sebelum Dan Sesudah Senam.....	43
Tabel 4.2 Hasil Analisa IMT Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Senam.....	43
Tabel 4.3 Uji Normalitas Kadar GDS.....	43
Tabel 4.4 Uji Normalitas IMT.....	44
Tabel 4.5 Uji Paired Sample t test Perbedaan Kadar GDS.....	44
Tabel 4.6 Uji Wilcoxon Perbedaan IMT.....	45

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Ijin Studi Pendahuluan Dinkes Sukoharjo .....	63
Lampiran 2 Lembar Ijin Studi Pendahuluan Puskesmas Kartasura.....	64
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	65
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Enumerator.....	66
Lampiran 5 Lembar Konsultasi.....	67
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	76
Lampiran 7 Sertifikat Kalibrasi.....	77
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian.....	78
Lampiran 9 Pengelolaan Data SPSS.....	84
Lampiran 10 LOA.....	86

## DAFTAR SINGKATAN

<i>WHO</i>	: <i>World Health Organization</i>
Kemendes	: Kementrian Kesehatan
DM	: Diabetes Mellitus
<i>ADA</i>	: <i>America Diabetes Association</i>
PTM	: Penyakit Tidak Menular
<i>IDF</i>	: <i>International Diabetes Federation</i>
IMT	: <i>Indeks massa tubuh</i>
<i>BMI</i>	: <i>Body Massa Indeks</i>
GDS	: Gula Darah Sewaktu
GDP	:Gula Darah Puasa
GD2PP	: Pemeriksaan Gula Darah 2 Jam Paradiial
TTGO	: Pemeriksaan hBa1c, Pemeriksaan Toleransi Glukosa Oral

## DAFTAR SIMBOL

%	: Persen
>	: Lebih dari
<	: Kurang dari
-	: Strip
()	: Kurung
+	: Tambah
=	: Sama dengan
/	: Garis Miring