

## DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN .....	i
SAMPUL DALAM .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	v
PENGESAHAN PENGUJI .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
DAFTAR SINGKATAN .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan .....	3
D. Manfaat .....	4
<b>BAB II TINJAUAN TEORI</b> .....	<b>5</b>
A. Diabetes Mellitus .....	5
1. Definisi .....	5
2. Etiologi .....	6
3. Manifestasi Klinis .....	8
4. Patogenesis dan Patofisiologi .....	10
5. Faktor Risiko .....	11
6. Komplikasi ... ..	13
7. Kriteria Diagnosis ..	14
8. Penatalaksanaan .....	14
9. Asuhan Keperawatan .....	16
B. Senam Ergonomik .....	25
1. Definisi .....	25
2. Gerakan dan Teknik Senam Ergonomik .....	26

3. Pengaruh senam ergonomik terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus .....	31
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
A. Rancangan Penelitian .....	33
B. Subjek Penelitian .....	33
1. Kriteria inklusi .....	33
2. Kriteria eksklusif .....	33
C. Definisi Operasional .....	34
D. Tempat dan Waktu Penelitian .....	34
E. Pengumpulan Data .....	35
F. Cara Pengolahan Data .....	35
G. Etika Penelitian .....	35
1. Lembar persetujuan ( <i>Informed consent</i> ) .....	35
2. Tanpa nama ( <i>Anonymity</i> ) .....	36
3. Kerahasiaan ( <i>Confidentiality</i> ) .....	36
4. Keadilan ( <i>Justice</i> ) .....	36
5. Keuntungan ( <i>Beneficiency</i> ) .....	36
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>37</b>
A. Hasil Penelitian .....	37
B. Pembahasan .....	41
C. Keterbatasan Penerapan .....	46
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>47</b>
A. Kesimpulan .....	47
B. Saran .....	47

DAFTAR PUSTAKA  
LAMPIRAN

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Gerakan Berdiri Sempurna .....	26
Gambar 2.2 Gerakan Lapang Dada .....	27
Gambar 2.3 Gerakan Tunduk Syukur .....	28
Gambar 2.4 Gerakan Duduk Perkasa .....	29
Gambar 2.5 Duduk Pembakaran .....	30
Gambar 2.6 Berbaring Pasrah.....	31

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Kriteria Pengendalian Diabetes Mellitus .....	14
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	34
Tabel 4.1 Kadar gula darah sewaktu pada Ny. S dan Ny. W sebelum dilakukan senam ergonomik di Puskesmas Ngoresan Surakarta pada tanggal 22 April 2019 – 5 Mei 2019.....	39
Tabel 4.2 Kadar gula darah sewaktu pada Ny. S dan Ny. W sesudah dilakukan senam ergonomik di Puskesmas Ngoresan Surakarta pada tanggal 22 April 2019 – 5 Mei 2019.....	40
Tabel 4.3 Perbedaan kadar gula darah Ny. S dan Ny. W sebelum dan sesudah dilakukan senam ergonomik di Puskesmas Ngoresan Surakarta pada tanggal 22 April 2019 – 5 Mei 2019.....	40
Tabel 4.4 Perkembangan kadar gula darah Ny. S dan Ny. W sebelum dan sesudah dilakukan senam ergonomik di Puskesmas Ngoresan Surakarta pada tanggal 22 April 2019 – 5 Mei 2019.....	41

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Riwayat Hidup Peneliti
- Lampiran 2 Foto Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 3 SOP Ergonomik
- Lampiran 4 SOP Pemeriksaan Gula Darah
- Lampiran 5 Lembar Observasi
- Lampiran 6 Lembar Permohonan Responden
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 8 Jadwal Kegiatan

## DAFTAR SINGKATAN

DM	: Diabetes Mellitus
Mg/dl	: <i>miligrams/deciliter</i>
IDF	: <i>International Diabetes Federation</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
GDS	: Gula Darah Sewaktu