

DAFTAR PUSTAKA

- Abihail, C. T., Simanoah, K. H., & Muniroh, L. (2023). Association between Energy and Macronutrient Intake and Sleep Duration with Nutritional Status of New Students of the Faculty of Public Health, Universitas Airlangga during Online Courses. *Amerta Nutrition*, 7(1), 1–6. <https://doi.org/10.20473/amnt.v7i1.2023.1-6>
- Afriyani, R., & Dedi Pahrul. (2021). Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Gizi Mahasiswa Ilmu Keperawatan Stik Siti Khadijah Palembang. *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 11(21), 81–86. <https://doi.org/10.52047/jkp.v11i21.102>
- Ahrén, B., Monnier, L., & Ahrén, B. (2021). Postprandial Glycaemic Excursions: Implications for Health and Effects of Non-pharmacological Interventions Chairperson. *EMJ Diabetes*, 9(1), 26–33.
- Anjum, M. N., Nakrani, H., W. R., & Fatima. (2023). *Physiology, Glucose Metabolism*. PubMed. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK560599/>
- Atkinson, F. S., Brand-Miller, J. C., Foster-Powell, K., Buyken, A. E., & Goletzke, J. (2021). International tables of glycemic index and glycemic load values 2021: a systematic review. *American Journal of Clinical Nutrition*, 114(5), 1625–1632. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqab233>
- Diabetes, A. A. (2021). 2. Classification and diagnosis of diabetes: Standards of medical care in diabetes-2021. *Diabetes Care*, 44(January), S15–S33. <https://doi.org/10.2337/dc21-S002>
- Diabetes, A. A. (2022). Classification and diagnosis of diabetes : standards of medical care in diabetes — 2022. *Diabetes Care*, 45(Suppl), 517–538.
- Dimitriadis, G. D., Maratou, E., Kountouri, A., Board, M., & Vaia, L. (2021). *Regulation of Postabsorptive and Postprandial Glucose Metabolism by Insulin-Dependent and Insulin-Independent Mechanisms : An Integrative Approach*. 13(159).
- Dionysios, V., Sofia, M., A, L. F., & Georgia, K. (2020). Glycemic Index (GI) or Glycemic Load (GL) and Dietary Interventions for Optimizing Postprandial Hyperglycemia in Patients with T2 Diabetes: A Review. *Nutrients*, 12(1561), 1–13.
- Emilia, P., Christina, O., George, N., & D., D. G. (2022). Effects of Diet, Lifestyle, Chrononutrition and Alternative Dietary Interventions on Postprandial Glycemia and Insulin Resistance. *Nutrients*, 57(11), 1098–1099.

<https://doi.org/https://doi.org/10.3390/nu14040823>

- Erksick, C. H. A. D. M. K., Ones, M. A. T. J., & Liver, J. O. M. O. (2019). Sex Differences In Resting Metabolic Rate Among Athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 3008–3014.
- Febrinasari, Ratih, P., Sholika, Tri, A., & Nasirochmi, P. D. (2020). Buku Saku Diabetes Melitus untuk Awam. Surakarta : UNS Press. *Penerbitan Dan Pencetakan UNS (UNS Press)*, 1, 79.
- Garcia, A. R., Filipe, S. B., Fernandes, C., Estevão, C., & Ramos, G. (2021). *Guyton and Hall Textbook of Medical Physiology (14th ed.)*.
- Haldar, S., Egli, L., Castro, C. A. De, Tay, S. L., Xu, M., Koh, N., Darimont, C., Mace, K., & Henry, C. J. (2020). High or Low Glycemic Index (GI) Meals at Dinner Results in Greater Postprandial Glycemia Compared With Breakfast: A Randomized Controlled Trial. *BMJ Open Diabetes Research and Care*, 1–10. <https://doi.org/10.1136/bmjdr-2019-001099>
- Hildan, A. M., Mohammad, S., Kurnia, L. E., Moehammad, F., Sjafruddin, Reza, Z. R., & Dianidza, A. (2025). Pengaruh Pendidikan, Kesehatan dan Upah Terhadap Produktivitas Tenaga Kerja di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Perencanaan Wilayah Dan Pembangunan*, 3(1), 65–76. <https://doi.org/10.14710/jdep.3.1.65-76>
- IDF. Diabetes Atlas. (2021). *Global Picture*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581940/>
- Jarvis, P. R. E., Cardin, J. L., Nisevich-bede, P. M., & Mccarter, J. P. (2023). Continuous glucose monitoring in a healthy population : understanding the post-prandial glycemic response in individuals without diabetes mellitus. *Journal Elsevier*, 146(June), 155640. <https://doi.org/10.1016/j.metabol.2023.155640>
- Jing, T., Zhang, S., Bai, M., Chen, Z., Gao, S., Li, S., & Zhang, J. (2023). Effect of Dietary Approaches on Glycemic Control in Patients with Type 2 Diabetes: A Systematic Review with Network Meta-Analysis of Randomized Trials. *Nutrients*, 15(14). <https://doi.org/10.3390/nu15143156>
- Kaur, B., Koh, M., Ponnalagu, S., & Henry, C. J. (2020). Postprandial blood glucose response: does the glycaemic index (GI) value matter even in the low GI range? *Nutrition and Diabetes*, 10(1). <https://doi.org/10.1038/s41387-020-0118-5>
- Kesuma Sayuti, Hasbullah, R. T. R. (2025). Pengaruh Penambahan Tepung Rumput Laut (*Eucheuma cottonii*) Terhadap Karakteristik dan Indeks Glikemik Nasi Putih. *Jurnal Teknologi Pertanian Andalas*, 29.

- Laura, C., Danielle, L., Amna, A., Annette, C., A, K. T., Blanco, M. S., Arash, M., A, J. D. J., Geoffrey, L., S, W. T. M., Dario, R., Hana, K., Jordi, S.--S., C, K. C. W., & L, S. J. (2021). Effect of low glycaemic index or load dietary patterns on glycaemic control and cardiometabolic risk factors in diabetes: Systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *The BMJ*, 374. <https://doi.org/10.1136/bmj.n1651>
- Lestari, Zulkarnain, Sijid, & Aisyah, S. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *UIN Alauddin Makassar*, 1(2), 237–241. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb>
- Liu, A., Fan, Z., Lu, X., Wu, Y., Zhao, W., Lou, X., Hu, J., & Fan, Z. (2022). The Characteristics of Postprandial Glycemic Response Patterns To White Rice and Glucose In Healthy Adults: Identifying Subgroups By Clustering Analysis. *Frontiers in Nutrition*, October, 1–14. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.977278>
- Made, I. A. (2021). Pedoman Pemantauan Glukosa Darah Mandiri. *PB Perkeni*, 49.
- Makmun, A., & Pratama, A. (2021). Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Mahasiswa. *Indonesian Journal Of Health*, 2, 4–10.
- Mara, A. N., Lukman, A., A'immatul, F., Khezia, M., & Odnikana, S. N. (2025). Karakteristik Kimia, Sifat Fungsional, dan Prediksi Indeks Glikemik Tepung Komposit Berbasis Hanjeli (Coix lacryma-Jobi) Termodifikasi. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Sains Dan Teknologi*, 10(1), 97. <https://doi.org/10.36722/sst.v10i1.3290>
- Moore, J. M., Salmons, H., Vinoskey, C., Hooshmand, S., & Kressler, J. (2024). One minute of stair climbing and descending reduces postprandial insulin and glucose with 3-min improving insulin resistance following a mixed meal in young adults: A Randomized Controlled Crossover Trial. *Journal of Exercise Science and Fitness*, 22(3), 266–270. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2024.03.004>
- R., G.-H., M., G.-C., & M., A.-L. (2024). Dysglycaemia prediction using readily available clinical, anthropometric, and biochemical measurements. *Clinical Nutrition Open Science*, 55, 91–101. <https://doi.org/10.1016/j.nutos.2024.03.009>
- Rahmawati, Fatmawati, A., Nurhidayat, & Rahmi, A. (2023). Gambaran kadar gula darah sewaktu dan tingkat pengetahuan masyarakat dusun pimpinga desa baturappe kecamatan biringbulu kabupaten gowa. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 20–28.
- Rambling, C. J. E., Bolang, A. S. L., Kawengian, S. E. S., & Mayulu, N. (2021).

- Asupan Energi dan Status Gizi Mahasiswa Saat Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik (Jbm)*, 13(2), 175. <https://doi.org/10.35790/jbm.13.2.2021.31776>
- Rauscher, F. G., Elze, T., Francke, M., Martinez-Perez, M. E., Li, Y., Wirkner, K., Tönjes, A., Engel, C., Thiery, J., Blüher, M., Stumvoll, M., Kirsten, T., Loeffler, M., Ebert, T., & Wang, M. (2024). Glucose tolerance and insulin resistance/sensitivity associate with retinal layer characteristics: the LIFE-Adult-Study. *Diabetologia*, 67(5), 928–939. <https://doi.org/10.1007/s00125-024-06093-9>
- Reski, F. D., Ihsan, N., & Selvi, H. (2021). Gambaran Tingkat Pengetahuan Sikap dan Perilaku Masyarakat Terhadap Upaya Pencegahan Covid-19 Di Desa Jenetallasa Kabupaten Gowa. *Jurnal Farmasi Pelamonia*, 01(1), 44–51.
- Rizal, M., Gifari, N., Putu, N., & Arini, D. (2024). Perbedaan Basal Metabolic Rate Berdasarkan Pengukuran dan Formula pada Atlet Bola Basket Remaja Putri Indonesia Comparison between Measured and Predicted Basal Metabolic Rate in Indonesian Adolescent Female Basketball Players. *Amerta Nutrition*, 8(4), 567–573. <https://doi.org/10.20473/amnt.v8i4.2024.567-573>
- Rosiana, R., Vira, S. R., Sukmadani, R. M., & Helmice, A. (2024). Kajian Kepuasan Pasien Terhadap Pelayanan Kefarmasian DI Apotek Rawat Jalan RSUD Sungai Dareh. *Jurnal Hasil Penelitian Dan Pengkajian Ilmiah Eksakta*, 03(02), 58–67.
- Santos-báez, L. S., Diaz-rizzolo, D. A., Borhan, R., Popp, J., Sordi-guth, A., Debonis, D., Manoogian, E. N. C., Satchidananda, P., Bin, C., & Blandine, L. (2026). Predictive Models Of Post-Prandial Glucose Response In Persons With Prediabetes and Onset Type 2 Diabetes: A Pilot Study. *Diabetes Obes Metab*, 27(3), 1515–1525. <https://doi.org/10.1111/dom.16160>. Predictive
- Sherif, E. M., Elhenawy, Y. I., Fereig, Y. A., & Fekry, M. A. M. (2024). Postprandial Glucose Following High Glycemic Index Meals in Children and Adolescents with Type 1 Diabetes on Insulin Pump Therapy. *QJM: An International Journal of Medicine*, 117. <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcae175>.810
- Shibib, L., Al-Qaisi, M., Guess, N., Miras, A. D., Greenwald, S. E., Pelling, M., & Ahmed, A. (2024). Manipulation of Post-Prandial Hyperglycaemia in Type 2 Diabetes: An Update for Practitioners. *Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity*, 17(August), 3111–3130. <https://doi.org/10.2147/DMSO.S458894>
- Sindi, E., Nurizki, F., Indah, E., & Nur, Y. (2024). Gambaran Indeks Glikemik Dan Beban Glikemik Bahan Makanan Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Nutriture Journal*, 3(2), 52–56.
- Soelistijo, S. A. (2019). Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus

Tipe 2 Dewasa di Indonesia. In *PB Perkeni*. PB Perkeni.

Solihah, Alvia, Sitoayu, Laras, Mizan, & Syaiful. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Nilai Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Pra Lansia di Posbindu Puskesmas Bojong Rawalumbu. *Jikm*, 15(3), 150–157.

Sugiyono, P. D. (2025). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.)). ALFABETA, cv.

Sunani, & Hendriani, R. (2023). Review Article: Indeks Glikemik (IG) dan Beban Glikemik (BG) Sebagai Faktor Resiko Diabetes Mellitus Tipe II pada Pangan Sumber Karbohidrat. *Farmaka*, 21(1), 116–123.

Sunita, R., Farizal, J., & Febriyanto, T. (2023). Pemberdayaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Melalui Senam Oce DM di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 7(2), 311. <https://doi.org/10.30595/jppm.v7i2.11004>

Supriyadi, Mayani, W. T., Nur, D., Purqoti, S., & Istiana, D. (2025). Trend Kadar Gula Darah Di Usia Produktif : Resiko Terjadinya Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 11(2), 15–21.

Tobelo, C. D., Malonda, N. S. H., & Amisi, M. D. (2021). Gambaran Pola Makan pada Mahasiswa Semester VI Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Selama Pandemi COVID-19. *Jurnal KESMAS*, 10(2), 58–64.

van Aken, G. A. (2024). Computer modeling of digestive processes in the alimentary tract and their physiological regulation mechanisms: closing the gap between digestion models and in vivo behavior. *Frontiers in Nutrition*, 11(March), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fnut.2024.1339711>

Verma, N., Kumar, S. S., & Suresh, A. (2023). An evaluation of basal metabolic rate among healthy individuals — a cross - sectional study. *Bulletin of Faculty of Physical Therapy*, 4–9. <https://doi.org/10.1186/s43161-023-00139-6>

Vita, P. N., Sari, M. E. T., Dias, S. N., Muzammil, A., Wijastuti, B., & Fitriyah, L. (2025). Faktor Pre-Analitik Pemeriksaan Glukosa 2 Jam PP pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Haji Provinsi Jawa Timur Surabaya Pre-Analytical Factors of 2-Hour PP Glucose Test in Patients with Diabetes Mellitus at RSUD Haji Provinsi Jawa Timur Surabaya. *Jurnal Media Analis Kesehatan*, 16(1), 2621–9557. <https://doi.org/10.32382/jmak.v16i1.1101>

Wari Andaresfa Trias, Arwin Muhlishoh, N. C. N. (2023). Indeks Glikemik dan Beban Glikemik Makanan Kaitannya dengan Kadar LDL dan RLPP Pasien Diabetes Mellitus Tipe. *Journal of Nutrition College*, 12, 61–69. <https://doi.org/10.4324/9781315104775-11>

Wulandari, S. R., Permatasari, L., Sari, A., Ruella, N., & Barat, N. T. (2024).

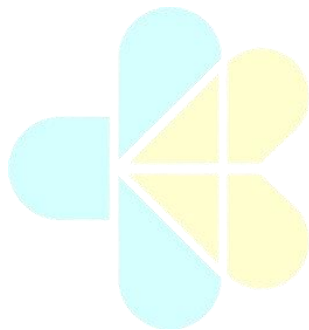
Review: Metode-Metode Pemeriksaan Glukosa Darah. *Pharmaceutical Scientific Journal*, 03(01), 85–95.

Yılmaz, A. E., & Devrim-lanpir, A. (2021). Current Predictive Resting Metabolic Rate Equations Are Not Sufficient to Determine Proper Resting Energy Expenditure in Olympic Young Adult National Team Athletes. *Frontiers in Physiology*, 12(February), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fphys.2021.625370>

Yusuf Baharudin, N. S. I. N. N. (2023). Gula Darah Puasa Pada Penyakit Diabetes Melitus. *Pharmacy Medical Journal*, 6(1), 2023.

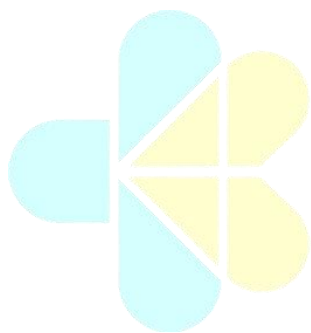
Zamzami, H. M. U., & Palmizal, A. (2021). Sosialisasi Penerapan Indeks Massa Tubuh (IMT) di Suta Club. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 10, 19–24.

Zendrato, V. N., Harahap, H. S., Silalahi, N. W., Panjaitan, S. S., & Susilo, R. P. (2025). Konsumsi Indeks Glikemik Tinggi pada Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 : Scoping Review. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 7(1), 33–43.



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

L A M P I R A N



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1 Lembar Informed Consent



Persetujuan Keikutsertaan dalam Penelitian

(Lembar Wawancara)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, menyatakan bersedia ikut serta dalam penelitian, Gambaran Kadar Glukosa Darah Preprandial dan Postprandial Berdasarkan Makanan Berindeks Glikemik Rendah Pada Mahasiswa Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu, dengan pertimbangan:

Saya telah mendapatkan penjelasan yang lengkap mengenai tatacara dan prosedur penelitian ini.

Saya mempunyai hak untuk mengetahui hasil pemeriksaan yang dilakukan dan meminta saran atas tindak lanjut yang harus saya lakukan demi kesehatan saya.

Saya telah mengerti bahwa partisipasi saya dalam penelitian ini bersifat rahasia dan kerahasiaan identitas saya sepenuhnya dijamin oleh peneliti.

Identitas saya

Nama :

Alamat :

Umur :

Jenis Kelamin :

No. Hp :

Bengkulu,

Yang membuat pernyataan

Peneliti

.....

Virginia Anshita Putri

NIM. P01750123112

Lampiran 2 Kuesioner

KUESIONER PENELITIAN

Petunjuk Pengisian kuesioner:

1. Kolom diisi dengan identitas asli responden
2. Berikan jawaban yang jujur dan objektif pada setiap butir pertanyaan dengan memberikan tanda silang (X) pada jawaban
3. Identitas responden terjamin kerahasiaannya

Identitas

Nama :

Umur :

Tingkat :

Prodi :

Berat Badan :

Tinggi Badan :

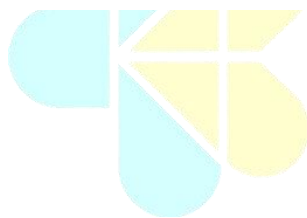
No. Telepon :

Kuesioner:

1. Apakah Anda pernah didiagnosis menderita diabetes melitus?
 - a. Ya
 - b. Tidak
2. Apakah orang tua Anda memiliki Riwayat diabetes melitus?
 - a. Ya
 - b. Tidak
3. Apakah Anda sedang mengonsumsi obat-obatan?
 - a. Ya
 - b. Tidak
4. Jenis makanan apakah yang Anda konsumsi setelah melakukan pemeriksaan Gula Darah Puasa/Preprandial? (jawaban boleh lebih dari satu)
 - a. Apel
 - b. Jeruk
 - c. Susu Kedelai

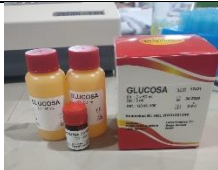
- d. Kacang-Kacangan
 - e. Ubi Rebus
 - f. Nasi merah
 - g. Oat
 - h. Sayuran Hijau
 - i. Lainnya:
5. Apakah Anda mengonsumsi makanan jenis lainnya? (Jika iya tuliskan makanannya)

.....



KEMDIKES
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 3 Dokumentasi Penelitian

Alat dan Bahan		
		
Rak Sampel	Spektrofotometer	Handsoon
		
Tip Kuning	Tip Biru	Mikropipet 10 & 1000 μ l
		
Centrifuge	Cuvet	Aquades
		
Beaker Glass 500&50 mL	Tabung Darah	Reagen
		
Instrument box, Spuid, Kapas, Tourniquet, Alkohol Swab, Plaster		

Pengambilan Sampel (Sampling) GDP

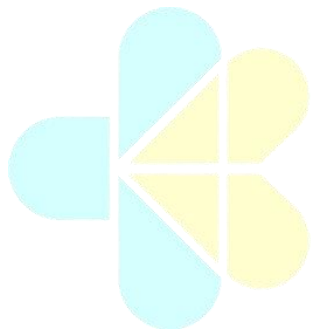
Hasil Pemeriksaan GDP

Pengambilan Sampel (Sampling) GD2PP

Hasil Pemeriksaan GD2PP

Pemeriksaan Sampel

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 4 Master Tabel

Master Tabel

No.	Kode Sampel	GDP	GD2PP	Selisih Hasil	Perubahan Kadar Glukosa	Ket. Makanana	Indeks Glikemik	Ket. Indeks Glikemik
1.	001	85	94	9	Naik	Bubur ayam + Air Mineral	50	Rendah
2.	002	100	146	46	Naik	Nasi Goreng + Air Mineral	147	Tinggi
3.	003	101	100	1	Tu run	Nasi Goreng + Air Mineral	147	Tinggi
4.	004	86	73	13	Turun	Roti + Nasi gulai ayam + air mineral	207	Tinggi
5.	005	88	100	12	Naik	Roti + Air mineral	69	Tinggi
6.	006	100	117	17	Naik	Roti + Air mineral	69	Tinggi
7.	007	102	119	17	Naik	Ayam Geprek + Air Mineral	183	Tinggi
8.	008	106	139	33	Naik	Ubi rebus + Oat + Bakso + Susu + Air mineral	236	Tinggi
9.	009	111	123	12	Naik	Kacang-kacangan + 5 gorengan + air mineral	199	Tinggi
10.	010	94	96	2	Naik	Pir + Air Mineral	38	Rendah
11.	011	106	86	20	Turun	Pir	38	Rendah
12.	012	89	117	28	Naik	Ayam geprek + air mineral	183	Tinggi
13.	013	110	90	20	Turun	Rice bowl + Air Mineral	113	Tinggi
14.	014	84	103	19	Naik	Rice bowl + Air Mineral	113	Tinggi
15.	015	94	106	12	Naik	Pir + Air mineral + coklat	82	Tinggi
16.	016	81	107	26	Naik	Pir + Air Mineral	38	Rendah
17.	017	87	113	26	Naik	Ayam geprek + Es Jeruk	235	Tinggi
18.	018	85	111	26	Naik	Nasi Putih + Rendang + Ayam Goreng + Ikan Goreng + Sayur Buncis + Air Mineral	168	Tinggi
19.	019	94	92	2	Turun	Pir	38	Rendah
20.	020	88	94	6	Naik	Roti + Air Mineral	69	Tinggi

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

	Kemenkes Poltekkes Bengkulu	Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Bengkulu Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan Bengkulu 38225 (0736) 341212 https://www.poltekkesbengkulu.ac.id	17 Desember 2025
Nomor :	: PP. 01.01/F.XXIII.1/ 0396/2025		
Perihal	: Izin Penelitian		
Yth,			
KA.Unit Laboratorium Terpadu Jurusan Analis Kesehatan			
di			
Tempat			
Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Teknologi Laboratorium Medis Program Diploma Tiga Jurusan Analis Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:			
Nama	: Verginia Andhita Putri		
NIM	: P01750123112		
Tempat Penelitian	: Jurusan Analis Kesehatan		
Waktu Penelitian	: 6 bulan		
Judul	: Gambaran Kadar Glukosa Darah Preprandial dan Postprandial Berdasarkan Makanan Berindeks Glikemik Rendah Pada Mahasiswa Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu		
No Handphone	: 081278325821		
Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.			
a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu			
Wakil Direktur I Bidang Akademik			
			
Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd			
			
CS Dipindai dengan CamScanner			

Lampiran 6 Surat Izin KESBANGPOL

 Kemenkes Poltekkes Bengkulu	Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Bengkulu Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan Bengkulu 38225 (0736) 341212 https://www.poltekkesbengkulu.ac.id	17 Desember 2025
Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 4391/2025 Perihal : : Izin Penelitian		
Yth, Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kota Bengkulu di Tempat		
Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Teknologi Laboratorium Medis Program Diploma Tiga Jurusan Analis Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2025/2026 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:		
Nama	: Verginia Andhita Putri	
NIM	: P01750123112	
Tempat Penelitian	: Jurusan analis kesehatan	
Waktu Penelitian	: 6 bulan	
Judul	: Gambaran kadar Glukosa Darah Preprandial dan Postprandial Berdasarkan Makanan Berindeks Glikemik Rendah Pada Mahasiswa Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu	
No Handphone	: 081278325821	
Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih .		
a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu Wakil Direktur Bidang Akademik  Septiyanti S. Kep, Ners, M.Pd		
		



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Alamat : Jl. Melur No.1 Kelurahan Nusa Indah
 Email : bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 000.9.2/915/KESBANGPOL-REK/2026

- Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian
- Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/9397/2026 tanggal 17 Desember 2025 perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

- | | |
|-------------------|---|
| Nama | : Verginia Andhita Putri |
| NPM | : P01750123112 |
| Pekerjaan | : Mahasiswa |
| Prodi/ Fakultas | : D3Teknologi Laboratorium Medis |
| Judul Penelitian | : Gambaran Kadar Glukosa Darah Preprandial Dan Postprandial Berdasarkan Makanan Berindeks Glikemik Rendah Pada Mahasiswa Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu |
| Tempat Penelitian | : Laboratorium Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu |
| Waktu Penelitian | : 21 April 2026 s.d 21 Juni 2026 |
| Penanggung Jawab | : Wakil Direktur I Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu |
- Dengan Ketentuan : 1 Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
- 2 Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
- 3 Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
- 4 Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 21 April 2026

a.n. WALI KOTA BENGKULU

Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu,



Saipul, S.Sos
 Pembina Utama Muda, IV/c
 NIP. 197207091992021001

Lampiran 7 Surat Ethical Clearance



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu

Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
<https://poltekkesbengkulu.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.KEPK.BKL/027/01/2026

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

Peneliti utama : Verginia Andhita Putri
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Gambaran Kadar Glukosa Darah Preprandial dan Postprandial Berdasarkan Makanan Berindeks Glikemik Rendah Pada Mahasiswa Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu"

"Profile of preprandial and postprandial blood glucose levels based on low glycemic index foods in students majoring in health analyst at the Poltekkes Kemenkes Bengkulu"

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 05 Januari 2026 sampai dengan tanggal 05 Januari 2027.

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

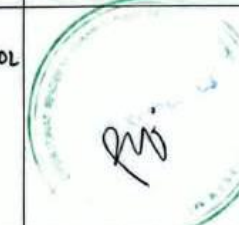
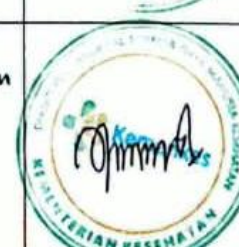


January 05, 2026
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

Lampiran 8 Logbook

CATATAN HARIAN (LOGBOOK) PENELITIAN
"GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH PRE-POSTPRANDIAL
BERDASARKAN MAKANAN BERINDEKS GLIKEMIK
RENDAH PADA MAHASISWA JURUSAN
ANALIS KESEHATAN POLTEKKES
KEMENKES BENGKULU"

No.	Hari & Tanggal	Aktivitas	Cap & Tanda Tangan Tim yang dikunjungi
1.	Senin, 4 Mei 2026	Membuat surat izin penelitian ke. Ka. Laboratorium Terpadu Poltekkes Kemenkes Bengkulu	
2.	Senin, 4 Mei 2026	Pembuatan surat izin penelitian ke KESBANAPOL Kota Bengkulu	
3.	Kamis, 7 Mei 2026	Pengambilan surat izin penelitian	
4.	Kamis, 7 Mei 2026	Mengurus administrasi & peminjaman laboratorium di Unit bisnis	

5.	Kamis, 7 Mei 2026	Memasukkan surat izin penelitian ke Ka. Laboratorium Terpadu Poltekkes Kemenkes Bengkulu	
6.	Jum'at, 8 Mei 2026	Peminjaman alat di ruang peminjaman alat Laboratorium Jurusan analis kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu	
7.	Jum'at, 8 Mei 2026	Pengambilan sampel & melakukan pemeriksaan kadar glukosa darah pre-postprandial di Laboratorium Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu	
8.	Selasa, 12 Mei 2026	Pengembalian alat di laboratorium jurusan Analis kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu	

Lampiran 9 Surat Selesai Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
 Politeknik Kesehatan Bengkulu
 Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan
 Bengkulu 38225
 (0736) 341212
<https://www.poltekkesbengkulu.ac.id>

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

NOMOR : PP.06.02/F.XXIII.1/127/2026

Yang bertandatangan dibawah ini

Nama : Septiyanti, S.Kep, Ners, M.Pd
 NIP : 197409161997032001
 Jabatan : Wakil Direktur I

dengan ini menerangkan bahwa

Nama : Verginia Andhita Putri
 NIM : P01750123112
 Jurusan : Analis Kesehatan
 Prodi : DIII TLM

Telah selesai melaksanakan penelitian di Poltekkes Kemenkes Bengkulu dengan judul
 "Gambaran Kadar Glukosa Darah Preprandial dan Postprandial Berdasarkan Makanan
 Berindeks Glikemik Rendah pada Mahasiswa Jurusan Analis Kesehatan Poltekkes Kemenkes
 Bengkulu"

Bengkulu, 8 Mei 2026

Wadir I Poltekkes Kemenkes Bengkulu,

**SEPTIYANTI, S.Kep, Ners, M.Pd**

MATRIKS KEGIATAN PENELITIAN

GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH PRE-POSTPRANDIAL BERDASARKAN MAKANAN BERINDEKS GLIKEMIK RENDAH PADA MAHASISWA JURUSAN ANALIS KESEHATAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU

No	Kegiatan	Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
I	Tahap Pendahuluan																								
	1. Pemilihan Judul																								
	2. Pembuatan Proposal																								
	3. Seminar Proposal																								
	4. Perbaikan Proposal																								
II	Tahap Pelaksanaan																								
	1. Menghubungi Tempat Penelitian																								
	2. Pengambilan Sampel																								
	3. Penelitian																								
III	Tahap Pelaporan																								
	1. Pengolahan Data																								
	2. Konsultasi KTI																								
	3. Seminar KTI																								
	4. Perbaikan KTI																								
	5. Publikasi																								

RIWAYAT HIDUP



Penulis Bernama Verginia Andhita Putri lahir di Lubuklinggau, 21 Juni 2005 merupakan anak kedua dari tiga bersaudara. Penulis tinggal di Jalan Kenanga II, Kota Lubuklinggau. Penulis menempuh jenjang Pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 16 Tanjung Agung pada tahun 2011 hingga 2017 lalu menamatkan Sekolah Menengan Pertama di SMP Negeri 2 Tanjung Agung pada tahun 2020 dan menamatkan Sekolah Menengah Atas di MAN 1 (Model) Kota Lubuklinggau pada tahun 2023. Penulis diterima sebagai mahasiswa jurusan Analis Kesehatan Prodi D-III Teknologi Laboratorium Medis Poltekkes Kemenkes Bengkulu melalui jalur Seleksi Penerimaan Mahasiswa Baru Bersama (SIMAMA). Selama kegiatan perkuliahan, penulis pernah mengikuti satu organisasi internal Himpunan Mahasiswa Jurusan Anals Kesehatan Tahun 2024-2025 sebagai anggota bidang kaderisasi dan koordinator bidang kaderisasi. Pada semester 5 penulis melakukan Praktik Pembangunan Kesehatan Masyarakat (PPKM) di UPTD Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu dan Praktik Diagnostik Molekuler (PDM) di RSUD M. YUNUS Kota Bengkulu. Setelah itu semester 6 penulis melakukan Praktik Kerja Lapangan Terpadu (PKLT) di UPT Puskesmas Simpang Nangka. Terakhir, penulis melakukan Praktik Klinik Laboratorium (PKL) di PMN. RS Mata Cicendo.