DAFTAR PUSTAKA

Adam, R. K., Masriadi, & Gobel, F. A. (2021). Faktor yang Berhubungan dengan Sindrom Metabolik (Hipertensi dan Diabetes Melitus Tipe 2). *Window of Public Health Journal*, *2*(5), 774–783. https://doi.org/https://doi.org/10.33096/woph.v2i5.267

Adwinda, M. D. (2019). Hubungan lingkar perut, konsumsi gula dan lemak dengan kadar glukosa darah pegawai direktorat Poltekkes Kemenkes Jakarta II. *Nutrire Diaita: Jurnal Gizi - Dietetik*, *11*(1), 7–17. https://doi.org/https://doi.org/10.47007/nut.v11i01.2750

Aghniya, & Chaidar, M. B. (2018). *Perbedaan Hasil Kadar Kolesterol Berdasarkan Lama Waktu Serum Centrifuge*. Universitas Muhammadiyah Semarang.

Aisyah Nurfadilah, D., Ana Dina, R., Fajriah, E., & Zahra, A. (2023). Hubungan Tingkat Kecukupan Energi dan Lemak dengan Status Gizi (Overweight) pada Orang Dewasa di Desa Babakan. *Jurnal Sains Dan Teknologi Kesehatan*, *4*(2), 38–43. https://doi.org/10.52234/jstk.v4i2.294

Alfitra, S. A., Hansah, R. B., & Adelin, P. (2023). Gambaran Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Islam Siti Rahmah Padang. *Nusantara Hasana Journal*, *3*(4), 153–162. https://doi.org/https://doi.org/10.59003/nhj.v3i4.1331

Alydrus, L., & Fauzan, A. (2022). Pemeriksaan Interpretasi Hasil Gula Darah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknologi Kesehatan*, *3*(2), 16–21.

Amir, T. L., & Azi, Y. P. M. (2021). Pengaruh Indeks Massa Tubuh terhadap Keseimbangan Postural Dinamis Pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, *5*(2), 152–157. https://doi.org/https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v5i2.145

Amiri, M., Mousavi, M., Azizi, F., & Ramezani Tehrani, F. (2023). The relationship of reproductive factors with adiposity and body shape indices changes overtime: findings from a community-based study. *Journal of Translational Medicine*, *21*(1), 1–13. https://doi.org/10.1186/s12967-023-04000-1

Anggraini, D. (2024). Tinjauan Pustaka: Sindrom Metabolik. *Jurnal Syntax Admiration*, *5*(3), 836–851. https://doi.org/10.46799/jsa.v5i3.1061

Arifin, Z., Antari, G. Y., & Albayani, M. I. (2019). Hubungan Lingkar Perut dan Tekanan Darah Karyawan STIKES Yarsi Mataram. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, *7*(1), 13–17. https://doi.org/10.37824/jkqh.v7i1.2019.64

Asrori, Ifaliza, S. N., & Garini, A. (2021). Perbedaan Kadar Kolesterol Total Pada Pasien Puasa Dan Tidak Puasa. *Klinikal Sains : Jurnal Analis Kesehatan*,

9(1), 1–7. https://doi.org/10.36341/klinikal_sains.v9i1.1756

Astutisari, I. D. A. E. C., Darmini, A. Y., & Wulandari, I. A. P. (2022). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Manggis I. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, *6*(2), 79–87. https://doi.org/10.37294/jrkn.v6i2.350

Azkia, F. I., & Miko Wahyono, T. Y. (2018). Hubungan Pola Konsumsi Makanan Berisiko dengan Obesitas Sentral Pada Wanita Usia 25-65 Tahun di Bogor Tahun 2011-2012. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, *2*(1), 11–18. https://doi.org/10.7454/epidkes.v2i1.1675

Burhan, F. Z., Susetyowati, S., & Julia, M. (2023). Obesitas sebagai faktor risiko penurunan aktivitas fisik vs. penurunan aktivitas fisik sebagai faktor risiko obesitas. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, *20*(2), 64–71. https://doi.org/10.22146/ijcn.86821

Charisma, A. M., Farida, E. A., Anwari, F., Nurdianto, A. R., & Anhar, C. A. (2022). Efektivitas Penyuluhan Pentingnya Menjaga Konsumsi Makanan terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah yang Melakukan Pengobatan di Posbindu PTM Puskesmas Trosobo. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, *5*(1), 1–10. https://doi.org/https://doi.org/10.31596/jpk.v5i1.185

Choirotussanijah, & Hotimah. (2019). Hubungan Status Gizi (Indikator Imt) Terhadap Kejadian Metabolic Syndrome Di Pondok Pesantren Al-Hidayah, Kabupaten Ngawi 2018. *Medical Technology and Public Health Journal*, *3*(1), 23–28. https://doi.org/10.33086/mtphj.v3i1.949

Christine, E., & Elon, Y. (2022). Perbedaan Kadar Glukosa Darah Puasa dan Indeks Masa Tubuh Pada Wanita Berdasarkan Lingkar Pinggang. *Journal Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, *5*(4), 441–446. https://doi.org/https://doi.org/10.56338/mppki.v5i4.2355

Dalwa, F. N., Kepel, B., & Hamel, R. (2015). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Masyarakat Kelurahan Bahu Kecamatan Malalayang Manado. *Ejournal Keperawatan (e-Kp)*, *1*(1), 1–8. https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jkp.v1i1.2181

Darmo, K., & Betol, A. (2023). Edukasi Penyakit Dan Pemeriksaan Tekanan Darah Pada Masyarakat Di Kecamatan Bangkala, Kab. Jeneponti. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknologi Kesehatan*, *03*(04), 26–31. https://doi.org/https://doi.org/10.56855/jcos.v1i3.421

Depkes RI, 2009. (2009). *Kategori umur menurut Dinkes tahun 2009* (Vol. 19, Issue 19).

Dinas Provinsi Bengkulu, 2023. (2023). *Profil kesehatan kota bengkulu tahun 2023* (Vol. 19, Issue 5).

Fahed, G., Aoun, L., Zerdan, M. B., Allam, S., Zerdan, M. B., Bouferraa, Y., & Assi, H. I. (2022). Metabolic Syndrome: Updates on Pathophysiology and Management in 2021. *International Journal of Molecular Sciences*, *23*(2), 1–38. https://doi.org/10.3390/ijms23020786

Faradillah, K. R., & Sirada, A. (2023). Perbandingan Berat Badan dengan Persentase Lemak Tubuh pada Mahasiswa dan Mahasiswi Fisioterapi. *Journal of Muslim Community Health (JMCH) 2023*, *4*(2), 252–258. https://doi.org/https://doi.org/10.33096/jmch.v4i2.1454

Fitria, A. N., & Farapti, F. (2023). Gambaran Status Gizi terhadap Riwayat Sindrom Metabolik pada Lansia di UPTD Griya Werdha Surabaya. *Media Gizi Kesmas*, *12*(2), 773–778. https://doi.org/https://doi.org/10.20473/mgk.v12i2.2023.773-778

Giacco, R., Costabile, G., & Riccardi, G. (2015). Metabolic effects of dietary carbohydrates: The importance of food digestion. *Food Research International*, *88*(6), 336–341. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1016/j.foodres.2015.10.026

Handayati, A., Rahayuningsih, C. K., & Winarni. (2021). Indeks Massa Tubuh (IMT), Glukosa Darah Puasa dan HbA1C Pekerja Kantor dengan Obesitas Sentral. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, *12*(3), 306–308. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.33846/sf12319

Haqiyah, A. (2015). Korelasi Antara Status Gizi (Indeks Massa Tubuh Dan Hemoglobin) Dengan Daya Tahan Kardiorespirasi. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, *6*(2), 123–140. https://doi.org/10.33558/motion.v6i2.502

Harahap, P. Y., & Damayanty, A. E. (2023). Hubungan Pola Makan Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan : Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, *10*(3), 309–316. https://doi.org/10.32539/jkk.v10i3.22064

Hardisari, R., & Koiriyah, B. (2016). Gambaran Kadar Trigliserida (Metode Gpo-Pap) Pada Sampel Serum dan Plasma EDTA. *Jurnal Teknologi Laboratorium*, *5*, 27–31.

Hasudungan, L. (2017). Pengaruh Faktor Pendidikan, Umur Dan Pengalaman Kerja Terhadap Kinerja Aparatur Sipil Negara (Asn) Pada Dinas Pekerjaan Umum Penata Ruang, Perumahan Dan Kawasan Permukiman Kabupaten Kapuas Kalimantan Tengah. *Jurnal Ilmiah Ekonomi Bisnis*, *3*(3), 301–310. https://doi.org/10.35972/jieb.v3i3.130

Hu, S., Ji, W., Zhang, Y., Zhu, W., Sun, H., & Sun, Y. (2025). Risk factors for progression to type 2 diabetes in prediabetes: a systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, *25*(1), 1–20. https://doi.org/10.1186/s12889-025-21404-4

Ibrahim. (2018). Pengaruh Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii the Influence Ofdiet on Blood Glucose Level Patients Mellitus Diabetes Type Ii. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, *1*(1), 10–18. https://doi.org/10.30633/jsm

Jamil, M., & Dewi, R. S. (2021). Seks, Gender, dan Representasi. *Scientia Indonesia*, *8*(2), 1–7. https://doi.org/10.15294/jsi.v8i2.39867

Jiblathar, P., & Agustina, E. (2024). Analisis Meta Hubungan antara Obesitas dan Risiko Diabetes Mellitus dengan Data Binary dan Odd Ratio menggunakan Model Random Effect. *Mathematical Sciences and Applications Journal*, *4*(2), 83–91. https://doi.org/https://doi.org/10.22437/msa.v4i2.28287

Kaparang, D. R., Padaunan, E., & Kaparang, G. F. (2022). Indeks Massa Tubuh dan Lemak Viseral Mahasiswa. *Aksara: Jurnal Ilmu Pendidikan Nonformal*, *8*(3), 1579–1585. https://doi.org/10.37905/aksara.8.3.1579-1586.2022

Kemenkes RI. (2015). Pedoman Umum Pengendalian Obesitas. In *Gastronomía ecuatoriana y turismo local.* (Vol. 1, Issue 69).

Kinansi, R. R., Shaluhiyah, Z., Kartasurya, M. I., Sutiningsih, D., Adi, M. S., & Widjajanti, W. (2023). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku tentang Obesitas pada Wanita Usia Produktif di Dukuh Gamol, Wilayah Kerja Kecamatan Mangunsari, Kota Salatiga. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *11*(3), 318–333. https://doi.org/10.14710/jkm.v11i3.35587

Kusumaningnastiti, B. (2019). Tipe tubuh (somatotype) dengan sindrom metabolik pada wanita dewasa non-obesitas usia 25 – 40 tahun. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, *16*(2), 72–80. https://doi.org/10.22146/ijcn.42345

Listyandini, R., Pertiwi, F. D., & Riana, D. P. (2020). Asupan Makan, Stress, dan Aktivitas Fisik dengan Sindrom Metabolik pada Pekerja di Jakarta. *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, *1*(1), 19–32. https://doi.org/https://doi.org/10.24853/

Manampiring, A. altje E., Engka, J. N., & Fatimawali. (2018). Pkm Pemuda Dan Remaja Gmim El'Elyon Malalayang Satu Barat Untuk Penyuluhan Sindroma Metabolik. *Jurnal Lppm Bidang Sains Dan Teknologi*, *5*(2), 1–11. https://doi.org/https://doi.org/10.35801/jlppmsains.5.2.2018.24085.

Masruroh, E. (2018). Hubungan Umur Dan Status Gizi Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe II. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *6*(2), 153–163. https://doi.org/10.32831/jik.v6i2.172

Minetto, M. A., Pietrobelli, A., Busso, C., Bennett, J. P., Ferraris, A., Shepherd, J. A., & Heymsfield, S. B. (2022). Digital Anthropometry for Body Circumference Measurements: European Phenotypic Variations throughout the Decades. *Journal of Personalized Medicine*, *12*(6), 1–13.

https://doi.org/10.3390/jpm12060906

Mulyani, N. S., Fitriyaningsih, E., Wagustina, S., & Arnisam, A. (2023). Deteksi Dini Kejadian Sindrom Metabolik Melalui Penyuluhan Gizi, Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Pemeriksaan Tekanan Darah serta Kadar Gula Darah. *Jurnal PADE: Pengabdian & Edukasi*, *5*(1), 34–40. https://doi.org/10.30867/pade.v5i1.1098

Musradinur. (2016). Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, *2*(2), 183–200. https://doi.org/10.22373/je.v2i2.815

Nadyah, S., Nurhajjah, S., Fasrini, U. U., & Mulya, R. (2024). Hubungan indeks Massa Tubuh dan Lingkar Perut Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Guru Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Padang. *Jurnal NERS*, *8*(2), 1644–1651. https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jn.v8i2.27991

Nasution, F. (2021). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, *9*(2), 94–102. https://doi.org/https://doi.org/10.32831/jik.v9i2.304

Noviantika, V. (2020). *Analisis Hubungan Perilaku Sedentari dengan Tekanan Darah Tinggi, Obesitas Sentral, dan Glukosa Darah Puasa Terganggu Sebagai Komponen Sindrom Metabolik pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2017* (Vol. 20) [Universitas Hasanuddin].

Nuraisyah, F. (2021). Riwayat Keluarga Diabetes Tipe II dengan Kadar Gula Darah. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, *16*(2), 253–259. https://doi.org/10.31101/jkk.1356

Nurzakiah, Hadju, V., Jafar, N., Indriasari, R., Sirajuddin, S., & Amiruddin, R. (2021). Literatur Review : Pengaruh Pola Makan Terhadap Sindrom Metabolik. *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, *1*(2), 215–224. https://doi.org/https://doi.org/10.24853/an-nur

Pangestu, A. R., Ibrahim, S., Saftarina, F., & Febriawan, R. (2024). Penatalaksanaan Perempuan Usia 53 Tahun Dengan Sindrom Metabolik Melalui Pendekatan Kedokteran Keluarga. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, *11*(4), 708–719. https://doi.org/10.33024/jikk.v11i4.13555

PERKENI. (2021). Pedoman Pemantauan Glukosa Darah Mandiri. In *PB Perkeni*. https://doi.org/https://doi.org/10.2337/dc19-S009.

PERKENI. (2021). Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021. In *Perkumpulan Endokrinologi Indonesia*.

Prabowo, J., Suryana, Y., Ferbyarto, R., & Astawa, I. M. (2016). Sistem Instrumentasi Alat Ukur Kadar Gula Darah Non Invasive Berbasiskan

Arduino. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 1–3. jurnal.umj.ac.id/index.php/semnastek

Prasad, R. B., & Groop, L. (2015). Genetics of type 2 diabetes—pitfalls and possibilities. *Genes*, *6*(1), 87–123. https://doi.org/10.3390/genes6010087

Pratiwi, A. N. (2023). *Hubungan Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut, dan Lingkar Lengan Atas terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara*. Uiniversitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Pratiwi, S., Prihandhani, I. S., & Pradiptha, D. G. A. F. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Unit Pelayanan Teknis Daerah (Uptd) Puskesmas dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Barat. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, *5*(2), 1–12. https://doi.org/10.35728/jmkik.v5i2.106

Puryanti, N. M., Ilmi, I. M. B., Maryusman, T., & Ilmi, I. M. B. (2021). Hubungan Asupan Zat Gizi Makro Dan Imt Dengan Sindrom Metabolik Pada Pegawai Perusahaan Tambang. *Indonesian Journal of Health Development*, *3*(1), 193–200. https://doi.org/10.52021/ijhd.v3i1.83

Puspita, A. C., Rahmawati, S. T., & Suparmi. (2024). Aktivitas Fisik Rutin dalam Produktivitas Harian pada Dewasa Akhir. *Jurnal Riset Pengembangan Dan Pelayanan Kesehatan*, *3*(2), 23–29. https://doi.org/https://doi.org/10.56399/jgl.v3i2

Putra, D. S. (2018). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kadar Gula Darah Di Poli Penyakit Dalam (Studi Di RS Citra Medika Sidoarjo). *Doctoral Dissertation, STIKes Insan Cendekia Medika Jombang*, *26*(4), 1–9.

Rahmatika, A. F. (2021). Hubungan Merokok Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Medika Hutama*, *2*(2), 706–710.

Rahmawati, N. D., Andriani, H., Wirawan, F., Farsia, L., Waits, A., & Taufiqurahman, K. A. K. (2024). Body mass index as a dominant risk factor for metabolic syndrome among indonesian adults: a 6-year prospective cohort study of non-communicable diseases. *BMC Nutrition*, *10*(1), 1–13. https://doi.org/https://10.1186/s40795-024-00856-8

Rifky, M., Zulham, Zakaria, A., Hidayat, W., Saputra, S., Islamia, & Fitri, A. (2022). Edukasi Pentingnya Berolahraga untuk Kesehatan Di tinjau dari Pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Status Gizi Masyarakat di Kelurahan Tete Batu Kecamatan Pallanga Kabupaten Gowa. *Jurnal Lepa-Lepa Open*, *2*(5), 1354–1361.

Riset Kesehatan Dasar, 2013. (2013). National Health Survey. In *Science*. https://doi.org/10.1126/science.127.3309.1275

Rosares, V. E. (2022). Pemeriksaan Kadar Gula Darah untuk Screening Hiperglikemia dan Hipoglikemia. *Jurnal Implementa Husada*, *3*(2), 65–71. https://doi.org/10.30596/jih.v3i2.11906

Rudi, A., & Kwureh, H. N. (2017). Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah Puasa Pada Pengguna Layanan Laboratorium. *Wawasan Kesehatan*, *3*(2), 33–39. https://doi.org/https://doi.org/10.31227/osf.io/d3kes

Rustika, Driyah, S., Oemiati, R., & Hartati, N. S. (2019). Prediktor Sindrom Metabolik : Studi Kohor Prospektif Selama Enam Tahun di Bogor, Indonesia. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, *29*(3), 215–224. https://doi.org/10.22435/mpk.v29i3.654

Sabilla, M. (2020). *Modul Praktikum Antropometri Gizi* (Issue 38). https://repository.umj.ac.id

Sambriong, M., Banhae, Y. K., & Abanit, Y. M. (2022). Penyuluhan Gizi Seimbang Dan Pemeriksaan Lingkar Perut Pada Peserta Prolanis Di Puskesmas Oepoi Kota Kupang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama (JPMJ)*, *1*(1), 11–23. https://doi.org/10.47218/jpmj.v1i1.184

Sari, N. L. P. C. K., Wiardani, N. K., & Sugiani, P. P. S. (2024). Hubungan Asupan Karbohidrat Dan Status Gizi Dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Penebel II Kabupaten Tabanan. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, *13*(3), 181–196. https://doi.org/https://doi.org/10.33992/jig.v13i3.2794

Septianti, F. M., Larasati, M. D., Rahmawati, A. Y., & Prihatin, S. (2020). The Great Risk of Physiology and Behavioral Factors with Metabolic Syndrome Incidents. *Jurnal Riset Gizi*, *8*(1), 11–17. https://doi.org/https://doi.org/10.31983/jrg.v8i1.5152

Septyaningrum, N., & Martini, S. (2014). Lingkar Perut mempunyai Hubungan Paling Kuat dengan Kadar Gula Darah. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, *2*(1), 48–58. https://doi.org/https://doi.org/10.20473/adj.v9i1.41364

Setiawan, A. (2021). *Statistik Untuk Penelitian*. STIE Ganesha. https://lppm.stieganesha.ac.id/

Sihombing, M. (2020). Faktor Risiko Sindrom Metabolik pada Orang Dewasa di Kota Bogor (Risk Factors Metabolic Syndrome Among Adults in Bogor). *Penelitian Gizi Dan Makanan*, *38*(1), 21–30. https://doi.org/https://doi.org/10.22435/pgm.v38i1.4418.21-30

Subardjo, Y. P., Agustia, F. C., Ramadhan, G. R., Betaditya, D., Sulistyaning, A. R., & Putri, W. A. K. (2018). Indeks Massa Tubuh dan Profil Sindroma Metabolik Masyarakat Usia Produktif di Posbindu Penyakit Tidak Menular (PTM) Kabupaten Banyumas. *Jurnal Nutrisia*, *20*(1), 1–5.

https://doi.org/10.29238/jnutri.v20i1.110

Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D. In *Alfabeta. CV*.

Suhandi, C., Willy, E., Fadhilah, N. A., Salsabila, N., G., A. K., Ambarwati, A. T., Wianatalie, E., Oktarina, D. R., Destiani, D. P., Sinuraya, R. K., & Wicaksono, I. A. (2020). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Manusia Dengan Rentang Umur 19-22 Tahun. *Farmaka*, *18*(1), 29–32. https://doi.org/https://doi.org/10.24198/jf.v18i1.25564

Suharno, J. A., & Nisa, H. (2024). Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Perut dengan Diabetes Melitus pada Orang Dewasa di Indonesia : Hasil Analisis Data Riskesdas 2018. *Nutrisia*, *26*(1), 1–10. https://doi.org/10.29238/jnutri.v26i1.382

Sulistianingrum, N. D. (2010). *Hubungan Indeks Massa Tubuh Dan Rasio Lingkar Pinggang Pinggul Dengan Kadar Gula Darah Puasa*. Sebelas Maret Surakarta.

Sulistyawati, S. (2019). Pengembangan Stadiometer sebagai Alat Ukur Tinggi Badan dan Tinggi Lutut. *Jurnal Pengelolaan Laboratorium Pendidikan*, *1*(1), 7–14. https://doi.org/10.14710/jplp.1.1.7-14

Susanti. (2018). Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, *3*(1), 29–34. https://doi.org/10.22146/jkesvo.34080

Tanziha, I., Khomsan, A., Riyadi, H., & Syahwani, A. K. I. (2021). *Analisis Situasional Aktivitas Fisik dengan Instrumen Alat Analisis Stituasi (Situational Analysis Tools) untuk Aktivitas Fisik di Indonesia* (Issue November). Institut Pertanian Bogor.

Utari, W. N., Arlianti, N., & Abdullah, A. (2024). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Sindrom Metabolik Di Wilayah Perdesaan : Literature Review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, *5*(2), 3809–3818.

Wahyuni, W., & Korompis, M. D. (2020). Pengaruh Latihan Fisik Terhadap Faktor Risiko Kardiometabolik (Kadar Glukosa Darah) Pada Wanita Usia Reproduktif. *JIDAN*, *7*(2), 21–31. https://doi.org/10.47718/jib.v7i2.1131

Walukow, R. A. S., Rumampuk, J., & Lintong, F. (2021). Pengaruh Latihan Sit-up Terhadap Persentase Lemak Tubuh. *Jurnal Biomedik (Jbm)*, *13*(3), 298–302. https://doi.org/10.35790/jbm.13.3.2021.31727

Wiardani, N. K., & Arsana, I. W. J. (2011). Kejadian Sindroma Metabolik Berdasarkan Status Obesitas pada Masyarakat Perkotaan di Denpasar. *Jurnal Ilmu Gizi*, *2*(2), 129–138.

Widodo, G. V. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Sindrom Metabolik pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Posbindu Sagita Kelurahan Nambangan Lor Manguharjo [Stikes Bhakti Husada Mulia Madun]. In *Kaos GL Dergisi* (Vol.8, Issue 75). https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jnc.2020.125798

World Health Organisation (WHO). (2008). *Waist Circumference and Waist–Hip Ratio. Report of a WHO Expert Consultation. Geneva, 8-11 December 2008.* (O. K. Dunia (ed.); Issue 1).

Yaakob, H. (2018). Penyakit-Penyakit Genetik Dan Penyaringan Embrio Melalui Teknologi Pgd. *Journal of Global Business and Social Entrepreneurship (GBSE)*, *4*(11), 1–8.

Yulianto, & Arismawati, D. F. (2022). Edukasi Pada Masyarakat Usia Produktif Terkait Kondisi Lingkar Perut Sebagai Faktor Risiko Hipertensi. *Jurnal Bhakti Civitas Akademika*, *5*(2), 27–38. https://doi.org/https://doi.org/10.56586/jbca.v5i2.197

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

LAMPIRAN

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1 ***Surat Izin Pra Penelitian***



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

SURAT PEMBERIAN IZIN PRA PENELITIAN

NOMOR : DP.04.03/F.XXXI/6544/2024

Yang bertandatangan dibawah ini

Nama	:	Eliana, SKM., MPH
NIP	:	196505091989032001
Jabatan	:	Direktur

dengan ini menerangkan bahwa

Nama	:	Amanda Devina
NIM	:	P0 1730122004
Jurusan	:	Gizi
Prodi	:	D III Gizi

Diberikan Izin Pra Penelitian berdasarkan nomor surat PP.06.03/FXXXI.1/0892/2024 tanggal 16 Desember2024 dengan judul Gambaran Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut dan Gula Darah Puasa pada Tenaga Pendidik Wanita Poltekkes Kemenkes Bengkulu 2024.

30 Desember 2024
Direktur Politeknik Kesehatan Bengkulu,

Eliana, SKM, MPH

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

16 Desember 2024

Nomor : PP.06.03/FXXXI.1/ 0892 /2024
Perihal : **Izin Pra Penelitian**

Yth.
Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah (KTI) Mahasiswa Progam Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025, dengan ini mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data, Pra Penelitian pada mahasiswa dibawah ini :

nama mahasiswa	: AMANDA DEVINA
nim	: P01730122004
tempat	: Poltekkes Kemenkes Bengkulu
judul	: Gambaran Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut, Dan Gula Darah Puasa Pada Tenaga Pendidik Wanita Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2024
no handphone	: 085658316874

Demikianlah, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

Wakil Direktur I Bidang Akademik

Ns.Agung Riyadi, S.Kep.,M.Kes

Lampiran 2 *Surat Izin 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 PEMBERIAN IZIN PENELITIAN

NOMOR : PP.06.02/F.XXXI/2185/2025

Yang bertandatangan dibawah ini

Nama	:	Linda, SST, M.Kes
NIP	:	196909011989032001
Jabatan	:	Direktur

dengan ini menerangkan bahwa

Nama	:	Amanda Devina
NIM	:	P01730122004
Jurusan	:	Gizi
Prodi	:	DIII Gizi

Diberikan Izin Penelitian berdasarkan nomor surat PP.01.01/F.XXXI.1/2188/2025 tanggal 26 Februari 2025 dengan judul "Gambaran Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut dan Gula Darah Puasa pada Tenaga Pendidik Wanita Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025".

Bengkulu,28 Mei 2025
Direktur Politeknik Kesehatan Bengkulu,

LINDA, SST, M.Kes

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF.

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

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

20 Mei 2025

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/4001 /2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk Karya Tulis Ilmiah(KTI) Progam Studi Gizi Program Diploma Tiga Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Amanda Devina
NIM	: P01730122004
Tempat Penelitian	: Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Waktu Penelitian	: Mei-Juni
Judul	: Gambaran Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut Dan Gula Darah Puasa Pada Tenaga Pendidik Wanita Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025
No Handphone	: 085658316874

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

Lampiran 3 *Surat Keterangan Layak Etik*

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/328/05/2025

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

Peneliti utama : Amanda Devina
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Gambaran Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut dan Gula Darah Puasa Pada Tenaga Pendidik Wanita Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025"

"Description of Body Mass Index, Waist Circumference and Fasting Blood Sugar in Female Educators at the Ministry of Health Polytechnic of Bengkulu in 2025"

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 Concent, 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 08 Mei 2025 sampai dengan tanggal 08 Mei 2026.

This declaration of ethics applies during the period May 08, 2025 until May 08, 2026.

May 08, 2025
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

Lampiran 4 ***Surat Keterangan 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

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
NOMOR: PP.05.01/F.XXIII.16/2139 e /2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Anang Wahyudi, S. Gz, MPH
NIP : 198210192006041002
Pangkat/ Gol : Penata Tk 1/ III-d
Jabatan : Ketua Jurusan Gizi

Dengan ini menjelaskan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Amanda Devina
NIM : P01730122004
Program Studi : Gizi Program Diploma Tiga

Telah melaksanakan Penelitian dengan judul **" Gambaran Indeks Massa Tubuh, Lingkar Perut Dan Gula Darah Puasa Pada Tenaga Pendidik Wanita Poltekkes Kemenkes Bengkulu Tahun 2025"** Dari tanggal 11-24 Juni 2025 di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Demikian surat keterangan selesai penelitian ini dibuat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan seperlunya. Atas perhatian dan kerja samanya saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 26 Juni 2025
Ketua Jurusan Gizi,

Anang Wahyudi, S. Gz, MPH
NIP. 198210192006041002

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 5 *Informed Consent*

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya AMANDA DEVINA adalah peneliti dari **POLTEKKES KEMENKES BENGKULU JURUSAN PRODI D3 GIZI**, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "**GAMBARAN INDEKS MASSA TUBUH, LINGKAR PERUT DAN GULA DARAH PUASA PADA TENAGA PENDIDIK WANITA POLTEKKES KEMENKES BENGKULU TAHUN 2025**" dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk Mengetahui gambaran indeks massa tubuh, lingkar perut dan gula darah puasa pada tenaga pendidik wanita poltekkes kemenkes bengkulu tahun 2025, dengan metode deskriptif dan prosedur pengukuran antropometri berat badan, tinggi badan dan lingkar perut menggunakan alat penilaian status gizi.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena anda Tenaga Pendidik Wanita Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang melakukan tes *Medical Check Up* (MCU) tahun 2024. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun
4. Penelitian ini akan berlangsung selama bulan Mei 2025 sampai dengan Juni 2025 dengan sampel seluruh seluruh Tenaga Pendidik Wanita Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang melakukan tes *Medical Check Up* (MCU) tahun 2024. Teknik pengambilan sampel yaitu simple random sampling dan pengukuran antropometri berat badan, tinggi badan, dan lingkar perut menggunakan alat penilaian status gizi
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa lembar leaflet atas kehilangan waktu/ketidaknyamanan lainnya dengan teknik pengambilan sample simple random sampling.
6. Setelah selesai penelitian,anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui laporan per individu apabila anda meminta.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama pengambilan data/sampel sesuai dengan hasil pengukuran yang dilakukan.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan indeks massa tubuh berlebih, lingkar perut melebihi batas normal (>80 cm), dan gula darah puasa melebihi batas normal (>110 mg/dl) selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung, kecuali jika instansi saya tidak menghendaki informasi disampaikan dengan alasan kode etik lembaga.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan cara pengukuran antropometri yaitu penimbangan berat badan, tinggi badan dan lingkar perut serta pengecekan gula darah puasa. Cara ini mungkin menyebabkan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian; dan

kemungkinan bahaya bagi subjek atau orang lain termasuk keluarganya akibat keikutsertaan dalam penelitian. Termasuk risiko terhadap kesehatan dan kesejahteraan subjek dan keluarganya)

11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah mengetahui indeks massa tubuh berlebih atau tidak, lingkar perut dalam batas normal atau tidak, dan gula darah puasa melebihi batas normal atau tidak.
12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi kesehatan anda sendiri serta pengembangan ilmu pengetahuan di bidang kesehatan.
13. Setelah penelitian ini selesai, anda tidak memerlukan setelah penelitian karena tidak terdapat intervensi dalam penelitian ini.
14. Anda tidak mendapatkan intervensi dengan risiko tertentu yang memerlukan pengobatan atau tindakan kesehatan setelah penelitian ini karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner.
15. Anda tidak memerlukan pengobatan atau tindakan tertentu karena penelitian ini hanya menggunakan kuesioner
16. Anda akan diberikan informasi bila didaptkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti (tim peneliti) dalam bentuk soft file dan hard file selama penelitian berlangsung.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebar luaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Peneliti tidak memberikan jaminan kesehatan atau perawatan kepada subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi dan hanya pengisian kuisioner.
22. Tidak ada pengobatan atau rehabilitasi dan perawatan kesehatan pada individu / subyek karena penelitian ini tidak mengandung unsur intervensi terhadap subyek.
23. Peneliti tidak menjamin apabila terjadi resiko pada subyek karena penelitian ini non intervensi dan tidak ada organisasi yang bertanggung jawab karena ini merupakan penelitian pribadi.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsure-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut.
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari KEPK Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan penelitian ini akan dilaksanakn sesuai desain tahapan penelitian serta pelanggaran terhadapnya akan selalu di cegah.
27. Anda akan diberi tahu bagaimana prosedur penelitian ini berlangsung dari awal sampai selesai penelitian termasuk cara pengisian kuisioner.
28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung

29. Penelitian ini observasional, menggunakan catatan medis dan hasil laboratorium perawatan klinis milik anda dan informasi genetik keluarga akan disimpan kerahasiannya oleh peneliti, tidak akan diungkapkan kecuali atas ijin.
30. Penelitian akan menggunakan catatan rekam medis dan hasil laboratorium anda hanya bila anda memberikan ijin.
31. Penelitian ini menggunakan sampel rekam medis dan hasil laboratorium milik anda. Peneliti hanya akan menggunakan sampel tersebut sesuai tujuan penelitian ini dan bila ada sisa sampel akan dilakukan pemusnahan agar tidak disalahgunakan.
32. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijellaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita usia subur.
33. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijellaskan oleh peneliti, termasuk bila ada wanita hamil/menyusui
34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan instrument kuisioner, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijellaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan melakukan pengisian kuesioner yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : _____

Tanda tangan : _____

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Dengan hormat

Saksi

Peneliti

.....

.....

Lampiran 6 *Kuisioner*

KUESIONER PENELITIAN

GAMBARAN INDEKS MASSA TUBUH, LINGKAR PERUT DAN GULA DARAH PUASA PADA TENAGA PENDIDIK WANITA POLTEKKES KEMENKES BENGKULU TAHUN 2025

A. IDENTITAS RESPONDEN

1. Data umum

   Nama :

   Usia :

   Jenis Kelamin :

   Alamat :

   No. HP :

2. Data Antropometri

   Berat badan :

   Tinggi Badan :

   IMT :

   Lingkar Perut :

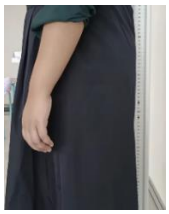
   GDP :

   MCU GDP 2025 :

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Lampiran 7 *SOP Pemeriksaan IMT*

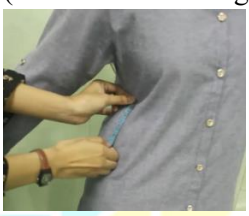
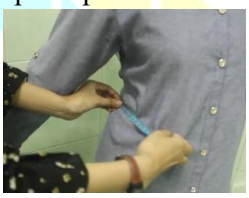
NO	KEGIATAN	CHECLIST	
A	**FASE PRA INTERAKSI**	**YA**	**TDK**
1	Cek data responden pada lembar identitas		
2	Menyiapkan timbangan digital dan stadiometer		
B	**FASE ORIENTASI**		
1	Mengucapkan salam sebelum memulai pemeriksaan		
2	Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan		
3	Meminta persetujuan responden untuk pemeriksaan yang akan dilakukan		
C	**FASE KERJA**		
1	Peneliti mengukur tinggi badan responden - Persiapan : 1. Keluarkan timbangan dari dalam karton lalu pasang baterai yang sudah disediakan. 2. Letakkan timbangan pada lantai yang datar.  3. Mintalah responden yang akan ditimbang untuk melepaskan alas kaki (sandal/sepatu) dan jaket serta mengeluarkan benda-benda yang ada dalam kantong seperti ponsel, kunci, dan uang logam.  - Prosedur penimbangan berat badan: 1. Timbangan digital otomatis bisa langsung digunakan tanpa menekan tombol tertentu. 2. Mintalah responden naik ke timbangan dengan posisi kaki di tengah tetapi tidak menutupi jendela baca. 3. Responden berdiri tegak dan tidak boleh berpegangan pada benda apapun. 		

	4. Responden bersikap tenang dengan posisi kepala lurus kedepan (tidak menunduk ke jendela baca) 5. Baca dan catat angka pada jendela baca yang sudah statis (tidak berubah).  6. Mintalah responden turun dari timbangan. 7. Timbangan akan OFF secara otomatis. 8. Untuk menimbang responden berikutnya, ulangi prosedur 1-7. Demikian pula untuk responden berikutnya (Sabilla, 2020). Sumber gambar : https://youtu.be/GzKGpweEh7Q?si=LVC2oi4Mm-r2c6aN		
2	Peneliti menimbang berat badan responden 1. Pasang rakitan stadiometer sesuai dengan urutan pada lantai yang datar.  2. Subjek yang akan diukur melepaskan sepatu, sandal dan topi, kemudian subjek yang akan diukur berdiri tegak, kaki lurus, tumit, pantat, punggung dan kepala bagian belakang harus menempel pada stadiometer dan muka menghadap lurus dengan pandangan ke depan.     		

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

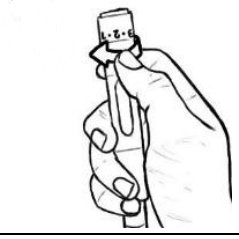
	3. Menurunkan bagian siku alat sampai rapat pada kepala bagian atas.  4. Lalu dibaca angka pada skala yang terlihat pada stadiometer.  5. Angka tersebut menunjukkan tinggi subjek yang diukur. Pembacaan skala dilakukan pada alat dengan ketelitian 0,1 cm (Sulistyawati, 2019). Sumber gambar : https://youtu.be/GzKGpweEh7Q?si=LVC2oi4Mm-r2c6aN		
3	Menghitung IMT sesuai dengan rumus yang ditentukan		
D	**FASE TERMINASI**		
1	Merapikan alat		
2	Melakukan evaluasi tindakan/menyimpulkan hasil pemeriksaan		
3	Mendokumentasikan hasil pemerikasaan pada lembar observasi		

Lampiran 8 SOP Pemeriksaan Lingkar Perut

NO	KEGIATAN	CHECLIST	
A	**FASE PRA INTERAKSI**	**YA**	**TDK**
1	Cek data responden pada lembar identitas		
2	Menyiapkan pita meteran		
B	**FASE ORIENTASI**		
1	Mengucapkan salam sebelum memulai pemeriksaan		
2	Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan		
3	Meminta persetujuan responden untuk pemeriksaan yang akan dilakukan		
C	**FASE KERJA**		
1	Tetapkan batas tepi tulang rusuk paling bawah (beri tanda titik dengan spidol) pada bagian kiri.		
2	Tetapkan batas atas ujung lengkung tulang pangkal panggul (beri tanda titik dengan spidol). 		
3	Ambil titik tengah (diantara keduanya; beri tanda titik dengan spidol pada lokasi tersebut). 		
4	Lakukan pada sisi tubuh yang lain (bagian kanan).		
5	Lakukan pengukuran pada saat akhir mengeluarkan nafas (Kemenkes RI, 2015).  Sumber gambar : https://youtu.be/87fmYK6xJQ0?si=THrPkuSOgKWcv-ZF		
D	**FASE TERMINASI**		
1	Merapikan alat		
2	Melakukan evaluasi tindakan/menyimpulkan hasil pemeriksaan		
3	Mendokumentasikan hasil pemerikasaan pada lembar observasi		

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Lampiran 9 SOP Pemeriksaan Gula Darah Puasa

NO	KEGIATAN	CHECLIST	
A	**FASE PRA INTERAKSI**	**YA**	**TDK**
1	Cek data responden pada lembar identitas		
2	Menyiapkan pita meteran		
B	**FASE ORIENTASI**		
1	Mengucapkan salam sebelum memulai pemeriksaan		
2	Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan		
3	Meminta persetujuan responden untuk pemeriksaan yang akan dilakukan		
C	**FASE KERJA**		
1	Mencuci tangan, menggunakan handscoon		
2	Atur posisi responden senyamn mungkin		
3	Dekatkan glukometer pada responden dan pastikan alat bisa digunakan		
4	Pasang stik glukosa pada glukometer		
5	Memilih tempat tusukan, pilihlah tepi ujung jari tangan (bagian lateral ujung jari). 		
6	Bersihkan tempat yang akan ditusuk dengan alkohol 76%, gunakan tetesan darah pertama. Jika permukaan tempat yang akan ditusuk tidak memungkinkan untuk dibersihkan dan lokasi terlihat kotor, maka tetesan darah pertama dibersihkan dahulu dan pemeriksaan menggunakan tetesan darah kedua.		
7	Lakukan pemijatan ringan ujung jari sebelum ditusuk. Setelah ditusuk, jari tidak boleh ditekan-tekan lagi, karena sampel darah yang keluar merupakan plasma, bukan serum. 		
8	Gunakan lanset yang tipis dan tajam untuk menghindari rasa nyeri. 		

9	Teteskan darah pada ujung strip. 		
10	Jika pemeriksaan telah selesai, bersihkan darah pada ujung jari dengan alkohol ataupun kapas.		
11	Lakukan pencatatan hasil (PERKENI, 2021).		
D	**FASE TERMINASI**		
1	Merapikan alat		
2	Melakukan evaluasi tindakan/menyimpulkan hasil pemeriksaan		
3	Mendokumentasikan hasil pemerikasaan pada lembar observasi		

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 10 *Master Tabel*

Master Tabel

No.	Nama	JK	Usia (tahun)	Ket	Kode	Tgl Pengukuran	BB (kg)	TB (cm)	IMT (Kg/m²)	Ket	Kode	Lingkar Perut (cm)	Ket	Kode	GDP (mg/dl)	Ket	Kode
1	E.D	P	46 tahun	Lansia awal	2	11/06/2025	53,3	156	21,7	Normal	1	72	Normal	0	113	Beresiko	1
2	D.E.N	P	45 tahun	Dewasa akhir	1	11/06/2025	52,3	152	22,6	Normal	1	65	Normal	0	124	Beresiko	1
3	S.Y	P	50 tahun	Lansia awal	2	11/06/2025	84,8	165	31,1	Obese II	4	92	Beresiko Tinggi	2	188	Tinggi	2
4	H.D	P	53 tahun	Lansia awal	2	11/06/2025	70,1	166	25,4	Obese I	3	91	Beresiko Tinggi	2	95	Normal	0
5	D.W	P	34 tahun	Dewasa awal	0	11/06/2025	63	147	29,1	Obese I	3	88	Beresiko Tinggi	2	120	Beresiko	1
6	D.M	P	38 tahun	Dewasa akhir	1	11/06/2025	60,6	153	25,8	Obese I	3	81	Beresiko	1	88	Normal	0
7	W.S	P	28 tahun	Dewasa awal	0	11/06/2025	73	150	32,4	Obese II	4	83	Beresiko	1	103	Normal	0
8	L.F.A	P	33 tahun	Dewasa awal	0	11/06/2025	53	150	23,5	*Overweight*	2	81	Beresiko	1	88	Normal	0
9	N.Y	P	47 tahun	Lansia awal	2	12/06/2025	59	157	25	Obese I	3	85	Beresiko	1	203	Tinggi	2
10	S.D	P	58 tahun	Lansia akhir	3	12/06/2025	65,4	154	27,5	Obese I	3	83	Beresiko	1	104	Normal	0
11	M	P	59 tahun	Lansia akhir	3	12/06/2025	66,7	154	28,1	Obese I	3	93	Beresiko Tinggi	2	208	Tinggi	2

12	E.Y	P	51 tahun	Lansia awal	2	12/06/2025	70,3	157	28,5	Obese I	3	88	Beresiko Tinggi	2	128	Tinggi	2
13	E.W	P	59 tahun	Lansia akhir	3	12/06/2025	62,5	153	26,6	Obese I	3	85	Beresiko	1	108	Normal	0
14	L.A	P	45 tahun	Dewasa akhir	1	12/06/2025	59	152	25,5	Obese I	3	82	Beresiko	1	100	Normal	0
15	R.B	P	44 tahun	Dewasa akhir	1	12/06/2025	57,5	158	23	*Overweight*	2	83	Beresiko	1	90	Normal	0
16	S.M	P	62 tahun	Lansia akhir	3	16/06/2025	62	148	28,3	Obese I	3	82	Beresiko	1	91	Normal	0
17	J.C	P	35 tahun	Dewasa awal	0	16/06/2025	51,1	159	20,5	Normal	1	75	Normal	0	91	Normal	0
18	D.Y.B	P	37 tahun	Dewasa akhir	1	16/06/2025	55	160	21,4	Normal	1	73	Normal	0	95	Normal	0
19	D.R	P	47 tahun	Lansia awal	2	16/06/2025	86,6	160	33,8	Obese II	4	100	Beresiko Tinggi	2	143	Tinggi	2
20	A.K	P	44 tahun	Dewasa akhir	1	19/06/2025	48	155	19,9	Normal	1	76	Normal	0	99	Normal	0
21	R.Y	P	36 tahun	Dewasa awal	0	19/06/2025	66,2	158	26,5	Obese I	3	90	Beresiko Tinggi	2	97	Normal	0
22	A.F	P	31 tahun	Dewasa awal	0	19/06/2025	64	153	27,3	Obese I	3	85	Beresiko	1	89	Normal	0
23	M.G	P	48 tahun	Lansia awal	2	19/06/2025	52	159	20,5	Normal	1	70	Normal	0	74	Normal	0
24	K.L	P	44 tahun	Dewasa akhir	1	19/06/2025	59,3	147	27,4	Obese I	3	84	Beresiko	1	101	Normal	0
25	A.P.S	P	35 tahun	Dewasa akhir	1	19/06/2025	62	162	23,6	*Overweight*	2	74	Normal	0	93	Normal	0
26	A.I.S	P	43 tahun	Dewasa akhir	1	20/06/2025	48	160	18,7	Normal	1	76	Normal	0	86	Normal	0

27	R.A	P	40 tahun	Dewasa akhir	1	20/06/2025	71,8	155	29,8	Obese I	3	88	Beresiko Tinggi	2	105	Normal	0
28	W.L	P	44 tahun	Dewasa akhir	1	20/06/2025	59,1	156	24,2	*Overweight*	2	84	Beresiko	1	98	Normal	0
29	M	P	53 tahun	Lansia awal	2	20/06/2025	70,2	156	28,8	Obese I	3	86	Beresiko	1	114	Beresiko	1
30	L.N	P	51 tahun	Lansia awal	2	20/06/2025	55	155	22,8	Normal	1	75	Normal	0	92	Normal	0
31	R.P	P	48 tahun	Lansia awal	2	23/06/2025	50,5	153	21,5	Normal	1	73	Normal	0	99	Normal	0
32	K.F.A	P	42 tahun	Dewasa akhir	1	24/06/2025	72,4	153	30,9	Obese II	4	90	Beresiko Tinggi	2	118	Beresiko	1
33	A.R	P	40 tahun	Dewasa akhir	1	24/06/2025	46	152	19,9	Normal	1	71	Normal	0	97	Normal	0
34	N.E	P	63 tahun	Lansia akhir	3	24/06/2025	65,1	155	27	Obese I	3	84	Beresiko	1	115	Beresiko	1
35	H.S	P	50 tahun	Lansia awal	2	24/06/2025	71,7	158	28,7	Obese I	3	88	Beresiko Tinggi	2	130	Tinggi	2

Kode Usia	Kode IMT	Kode LP	Kode GDP
0= Dewasa Awal 26- 35 tahun.	0 = Underweight <18,5 kg/m²	0= Normal <80 cm	0= Normal 70-109 mg/dl
1= Dewasa Akhir 36- 45 tahun.	1 = Normal 18,5-22,9 kg/m²	1= Beresiko 80-87,9 cm	1= Beresiko 110-125 mg/dl
2= Lansia Awal 46- 55 tahun.	2 = Overweight 23,0-24,9 kg/m²	2= Beresiko Tinggi ≥88 cm	2= Tinggi >126 mg/dl
3= Lansia akhir 56 – 65 tahun.	3 = Obese I 25,0-29,9 kg/m²		
	4 = Obese II ≥30,0 kg/m²		

Lampiran 11 ***Hasil Uji Statistik (SPSS)***

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	26-35 tahun	6	17.1	17.1	17.1
	36-45 tahun	13	37.1	37.1	54.3
	46-55 tahun	11	31.4	31.4	85.7
	56-65 tahun	5	14.3	14.3	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Indeks Massa Tubuh

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	10	28.6	28.6	28.6
	Overweight	4	11.4	11.4	40.0
	Obesitas 1	17	48.6	48.6	88.6
	Obesitas 2	4	11.4	11.4	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Lingkar Perut

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	11	31.4	31.4	31.4
	Beresiko	14	40.0	40.0	71.4
	Beresiko Tinggi	10	28.6	28.6	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Gula Darah Puasa

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	23	65.7	65.7	65.7
	Beresiko	6	17.1	17.1	82.9
	Tinggi	6	17.1	17.1	100.0
	Total	35	100.0	100.0	

Lampiran 12 ***Dokumentasi***

Dokumentasi Penelitian

Penimbangan Berat Badan	Pengukuran Tinggi Badan
	
Pengukuran Lingkar Perut	**Pemeriksan Kadar Gula Darah Puasa**
	
Hasil GDP	**Hasil GDP**
	

Lampiran 13 ***Alat Ukur***



Timbangan Digital



Stadiometer



Waist Ruler



Glukometer Digital