DAFTAR PUSTAKA

Aisyah, N. S., Yunariyah, B., Jannah, R., dan Triana, W. 2024. Pengetahuan Remaja Tentang Faktor Resiko Diabetes Melitus Di SMA Negeri 1 Rengel. *Journal Of Social Science Research* 4(4): 13729–13743. https://doi.org/10.31004/innovative.v4i4.14696

Annahar, C. N., & Hendrati, L. Y. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Depresi pada Remaja Overweight-Obesitas di Kabupaten Jombang. Ikesma, 18(2), 63. https://doi.org/10.19184/ikesma.v18i1.27165

Banjarnahor, R. O., Banurea, F. F., Panjaitan, J. O., Pasaribu, R. S., dan Hafni, I. 2022. Faktor-faktor risiko penyebab kelebihan berat badan dan obesitas pada anak dan remaja. *Tropical Public Health Journal* 2(1): 35–36. https://doi.org/10.32734/trophico.v2i1.8657

Dewi, N. M. L. K. 2021. Gambaran Perilaku Pasien Diabetes Melitus pada Lansia di Desa Baler Bale Agung Kecamatan Negara Kabupaten Jembrana Tahun 2021. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dzariyani, R., Rossa, L., Ethasari, K., Mundiastuti, L., dan Hayudanti, D. 2023. Edukasi Gizi Seimbang di SMA Muhammadiyah 3 Surabaya Sebagai Upaya Pencegahan Anemia dan Obesitas Pada Remaja. *Journal of Community Engagement in Health and Nursing* 1(2): 80–85. https://doi.org/10.30643/jcehn.v1i2.310

Ekasari, D. R. D. 2022. Faktor yang Mempengaruhi Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe II usia 46-65 tahun di Kabupaten Wakatobi. *Undip Electronic Journal System* 11(2): 162–163. https://doi.org/10.14710/jnc.v11i2.32881

Fanani, A. 2022. Hubungan Faktor Risiko dengan Kejadian Diabetes Mellitus di Puskesmas Dasan Tapen Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan* 10(1): 157–166. https://doi.org/10.33366/jc.v10i1.1790

Fitriyah, C. N., dan Herdiani, N. 2022. Konsumsi Gula dan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Diabetes Melitus di Puskesmas Gading Surabaya. *Jurnal Ilmu Kesehatan* 6(2): 467. https://doi.org/10.33757/jik.v6i2.567

Fortuna, T. A., Karuniawati, H., Purnamasari, D. dan Purlinda, D. E. 2023. Faktor-faktor yang mempengaruhi komplikasi pada pasien diabetes mellitus di RSUD Dr. Moewardi, *Jurnal Farmasi Indonesia* 20(1), 27–28. https://doi.org/10.23917/pharmacon.v20i1.21877

Harmilah, Palestin, B., dan Ratnawati, A. 2021. *Perawatan Penyandang Diabetes Mellitus Tipe 2*. Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia, Yogyakarta.

Hizkia, I. P., Karo, M. B., dan Keliat, I. E. 2024. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Tentang Diabetes Melitus di Susun VIII Delitua Barat Tahun 2024, *Jurnal Cakrawala Ilmiah* 3(2): 3747–3768. https://www.bajangjournal.com/index.php/JCI/article/view/8456

Hutabri, E. (2022). Validitas Media Pembelajaran Multimedia pada Mata Pelajaran Simulasi dan Komunikasi Digital. Snistek, 296–301.

Indah, N., Haskas, Y., dan Restika, I. 2023. Hubungan Self Care Dengan Quality Of Life Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan* 3(1): 20–23. https://doi.org/10.35892/jimpk.v3i4.919

Iswahyuni, S., Adji, R. K., Candra, C. F., Puspita, D. A., dan Romdoni, S. L. 2024. Pendidikan Kesehatan tentang Upaya Pencegahan Diabetes Melitus pada Kelompok Remaja melalui Screening Gula Darah Edukasi tentang Diabetes Melitus dan Senam Diabetes di SMK Batik 2 Surakarta, *Jurnal Pengabdian Komunitas* 3(3): 12–13. https://jurnalpengabdiankomunitas.com/index.php/pengabmas/article/view/230

Jauhanita, D., Sriatmi, A., dan Kartasurya, M. I. 2024. Manajemen Diabetes Melitus pada Remaja: Evaluasi Terhadap Pendekatan Nutrisi dan Intervensi Gizi dalam Tinjauan Sistematis. *Malahayati Health Student Journal* 4(5): 1946–1964. https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i5.14460

Juliani, E., Yari, Y., dan Rosliany, N. 2024. Efektivitas Penggunaan Mobile Health pada Manajemen Mandiri Diabetes Melitus Tipe II: A Scoping Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*

19(1): 2302–2531. https://doi.org/10.35892/jikd.v19i1.1833
Kementerian Kesehatan RI. 2022. *Laporan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. Kemenkes. Jakarta.
Kementerian Kesehatan RI. 2023. *Laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) dalam Angka.* Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Jakarta.
Khaira, H., Dahlia, D., dan Yona, S. 2021. Literature Review: Faktor-Faktor Internal dan Eksternal yang Mempengaruhi Manajemen Diri pada Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(4): 374–379. https://doi.org/10.33846/sf12403
Komariah, dan Rahayu, S. 2020. Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Indeks Massa Tubuh dengan Kadar Gula Darah Puasa pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada* 11(1): 12–16. https://doi.org/10.34035/jk.v11i1.412
Kusumastuti, N. I., dan Alfiah, R. 2024. Efektivitas Media Fasilitasi "Tangga Manis" terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Anak Usia Sekolah Dasar, *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat* 13(2): 34–37. https://doi.org/10.33221/jikm.v13i02.3012
Langat, C. E., Mohiddin, A., Kidere, F., Omar, A., Akuno, J., Naanyu, V., dan Temmerman, M. 2024. Challenges and opportunities for improving access to adolescent and youth sexual and reproductive health services and information in the coastal counties of Kenya: a qualitative study. *BMC Public Health* 24(1): 484. https://doi.org/10.1186/s12889-024-17999-9
Lestari, Zulkarnain, dan Sijid, S. A. 2021. Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan, dalam Diabetes Mellitus. *Prosiding Seminar Nasional Biologi*, Juli: 238–240. https://doi.org/10.24252/psb.v7i1.24229
Lisna, A., Silaban, E. M. L., Widdefrita, Nadira, N. A., dan Novelasari. 2023. Perbedaan Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Pencegahan Faktor Risiko DM Tipe 2 Menggunakan Metode Emo-Demo di SMA Adabiah 2 Kota Padang. *Jurnal Promosi Kesehatan Sehat Mandiri* 1(1): 15–17. https://doi.org/10.33761/jpkm.v1i1.1292
Ludiana, Hasanah, U., Sari, S. A., Fitri, N. L., dan Nurhayati, S. 2022. Hubungan Faktor Psikologis (Stres dan Depresi) Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Wacana Kesehatan* 7(2): 61–63. https://doi.org/10.52822/jwk.v7i2.413
Magliano, D., dan Boyko, E. (2021) *IDF Diabetes Atlas* 10^{th}ed. Belgia.
Maharani, A., dan Sholih, M. G. 2024. Literature Review: Faktor Risiko Penyebab Diabetes Melitus Tipe II pada Remaja. *Jurnal Sehat Mandiri* 19(1): 35–37. https://doi.org/10.33761/jsm.v19i1.1395
Mansyah, B. 2021. Faktor Resiko Obesitas terhadap Diabetes MellitusTipe 2 pada Remaja. *Jurnal Sura Medika* 7(1): 234–235. https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx.
Meher, C., Sitepu, D. C., Bagus, I., Putra, A., dan Mahariski, P. A. 2021. *Promosi Kesehatan dan Komunikasi Terapeutik pada Penyakit Psoriasis*. Edisi Pertama. Cetakan Pertama. Medan.
Miftahurrahmah, Ayudia, E. I., Harahap, H., Justitia, B., Siregar, M. I., dan Delfira, A. 2024. Peran Skrining dan Edukasi dalam Pencegahan Diabetes Melitus pada Remaja di Kota Jambi, *Medical Dedication Journal* 7(2): 77–81. https://online-journal.unja.ac.id/medic/article/view/37905
Moghimi, R., Nasirzadeh, M., Ahmadinia, H., 2023. Efek Intervensi Virtual Berbasis Teori Perilaku Terencana untuk Meningkatkan Gaya Hidup Pencegahan Obesitas pada Remaja Putri Selama Pandemi COVID-19. *BMC Public Health* (23), 2332. https://doi.org/10.1186/s12889-023-17259-2
Muflihah, D. I., dan Nisa, A. A. 2024. Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus di Kelurahan Mlatiharjo Kecamatan Semarang Timur Kota Semarang. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan* 2(3): 13–25. https://doi.org/10.59581/diagnosa-widyakarya.v2i3.3883
Mutia, A., Jumiyati, dan Kusdalinah. 2022. Pola Makan dan Aktivitas Fisik terhadap Kejadian Obesitas Remaja pada Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Nutrition College* 11(1): 26–34.

https://doi.org/10.14710/jnc.v11i1.32070
Nisak, R., Pariyem, dan Kartika. (2024). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Pada Siswa SMK Negeri 1 Ngawi. *Jurnal Cakra Medika* 11(1): 69. https://doi.org/10.55313/ojs.v11i1
Nurhidayanti, N., Yuniarti, Y., Supadi, J., Ambarwati, R., dan Jaelani, M. 2023. Media e-booklet dapat berpengaruh terhadap pengetahuan dan sikap untuk pencegahan DM tipe 2 pada remaja. *Jurnal Riset Gizi* 11(2): 67–69. https://doi.org/10.31983/jrg.v11i2.10674
Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E. I., Sianturi, E., Tompuno, M. R. G., Sitanggang, Y. F., dan Misyarah, M. 2021. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Edisi Pertama. Cetakan Pertama. Medan.
Panades, A. M. G., Angullo, E., Martínez, S. M., Veny, M. B., dan Campos, R. Z. 2022. Pengembangan dan Evaluasi Intervensi Kesehatan Digital untuk Mencegah Diabetes Tipe 2 di Perawatan Primer: Protokol Studi Prediabetext untuk Uji Klinis Acak. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19(22): 2–3. https://doi.org/10.3390/ijerph192214706
Prasetyo, H. 2024. Perilaku Beresiko Remaja terhadap Kejadian Diabetes Melitus pada Mahasiswa Keperawatan Semester 3 Universitas Muhammadiyah Gombong. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Gombong. Jawa Tengah.
Pratama, F. P., dan Darsini. 2023. Terapi Komplementer Penurun Kadar Gula dalam Darah pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Pengembangan Ilmu dan Praktik Kesehatan* 2(1): 25. https://doi.org/10.56586/pipk.v2i1.280
Purwaningsih, H. 2022. Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kadar HbA1c pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Prodia Kelapa Gading. *Skripsi*. Universitas Binawan, Jakarta.
Puspitasari, R., Haskas, Y., dan Abrar, E. A. 2023. Gambaran Disparitas Diabetes Melitus Tipe 2 ditinjau Dari Faktor Body Mass Index (BMI). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa dan Penelitian Keperawatan* 3(6): 14–18. https://doi.org/10.20956/ijas
Putri, M. A., Salsabilla, S., Yusuf, S., dan Susilo, B. E. 2024. Studi Literatur: Penerapan Metode Pembelajaran Diskusi Kelompok untuk Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Siswa di Sekolah Menengah Pertama. *Prosiding Seminar Nasional Matematika*. Juli: 437–441.
Qifti, F., Malini, H., dan Yetti, H. 2020. Karakteristik Remaja SMA dengan Faktor Risiko Diabetes Melitus di Kota Padang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 20(2): 560. https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.950
Rahmasari, R., dan Anggraini, R. N. 2023. Efektivitas Edukasi Kesehatan dengan Media Video terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Ulkus Kaki Diabetik pada Pasien DM Tipe II. *Jurnal Kesehatan STIKes Sumber Waras* 5(1): 37–43.
Rahmawati, E. R., dan Karjatin, A. 2021. Pengaruh Media Audio terhadap Peningkatan Pengetahuan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan 2*(1): 245–249. https://doi.org/10.31539/joting.v5i2.6134
Rif'at, I. D., Hasneli, Y. N. dan Indriati, G. 2023. Gambaran komplikasi diabetes melitus pada penderita diabetes melitus, *Jurnal Keperawatan Profesional* 11(1): 44–52. https://doi.org/10.33650/jkp.v11i1.5540.
Ruze, R., Liu, T., Zou, X., Song, J., Chen, Y., Xu, R., Yin, X. dan Xu, Q. 2023. Obesity and type 2 diabetes mellitus: connections in epidemiology, pathogenesis, and treatments, Frontiers in Endocrinology. *National Library of Medicine* 14(1): 116–118. https://doi.org/10.3389/fendo.2023.1161521.
Salsabila, S. 2023. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Penyakit Diabetes Mellitus pada Masyarakat RW 03 Kelurahan Rawa Terate Tahun 2023. *Skripsi*. Poltekkes Jakarta II, Jakarta Selatan. https://localhost/setiadi
Sanjana, I. W. E., Widyanthari, M. D., dan Utami, K. C. 2022. Hubungan Kadar Gula Darah Puasa dengan Fatigue pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. *Coping Community of Publishing in Nursing* 10(6): 2303–1298. https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i06.p09

Sapitri, V., dan Kurniasari, R. 2024. Efektivitas Media Poster, Video Animasi dan Podcast terhadap Pengetahuan Remaja Mengenai Diabetes. *Jurnal Gizi* 13(1): 30–41. https://doi.org/10.26714/jg.13.1.2024.30-41

Setiawati, E., dan Yuliastuti, E. 2023. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Flipchart tentang Diabetes Melitus terhadap Sikap Remaja di SMA Muhammadiyah 1 Banjarmasin. *Jurnal Inovasi Penelitian* 4(6): 10–15. https://doi.org/10.47492/jip.v4i6.2835

Siallagan, A., Sinurat, S., dan Gulo, P. 2023. Spiritualitas dan Kualitas Hidup Penderitas Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Balam Medan. *Jurnal Gema Kesehatan* 15(2): 130–138. https://doi.org/10.47539/gk.v15i2.427

Silvi, P., Karim, D., dan Rustam, M. 2023. Karakteristik Kesejahteraan Psikologis Dan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Kesehatan Jompa* 2(2): 2830–5744. https://doi.org/10.57218/jkj.Vol2.Iss2.897

Siregar, M. A., Kaban, A. R., Harahap, Y. A., dan Lasmawanti, S. 2023. Deteksi Dini dan Edukasi Pencegahan Diabetes Mellitus (DM) pada Remaja Putri di SMP Swasta Amanah Tahfidz Qur'an Deli Serdang Untuk Peningkatan Produktivitas Remaja. *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 3(2): 296–302. https://doi.org/10.51771/jukeshum.v3i2.545

Soelistijo, S. A. 2021. *Pedoman Pengelolaan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2 di Indonesia*. Cetakan Pertama. Edisi Pertama. Jakarta.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung.

Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., dan Harto, K. 2022. Perkembangan Remaja Awal, Menengah dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education* 8(3): 56–57. https://doi.org/10.58258/jime.v9i1.3494

Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., dan Soehaditama, J. P. 2024. Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisiplin* 3(1): 3–4. https://doi.org/10.38035/jim.v3i1

Syaripudin, A., dan Purbasari, D. 2023. Penyuluhan Aktifitas Fisik dalam Mencegah Penyakit Diabetes Melitus pada Remaja. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat* 6(10): 4031–4040. https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i10.11479

Valentina. 2020. Pengaruh Media Lembar Balik "Cegah Obesitas" terhadap Pengetahuan Anak Kelas V di SDN 08 Kota Bengkulu. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Bengkulu.

Widagdo, W., Mumpuni, dan Tambun, Y. M. 2024. *Diabetes Melitus dan Remaja: Langkah Cerdas untuk Pencegahan Diabetes Mellitus dan Remaja*. Edisi pertama. Cetakan Pertama. Jakarta.

Wulandari, S., Haskas, Y., dan Arna Abrar, E. 2023. Gambaran Disparitas Diabetes Melitus Tipe 2 Ditinjau Dari Faktor Sosiodemografi. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan* 3(6) 45–49. https://doi.org/10.20956/ijas

L A M P I R A N

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran I

ORGANISASI PENELITIAN

A. Pembimbing

Nama : Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM, MKM
NIP 197608172000032001
Pekerjaan : Dosen Program Studi Gizi
Jabatan : Pembimbing I

Nama : Linda, SST., M.Kes
NIP 196909011989032001
Pekerjaan : Direktur Poltekke Kemenkes Bengkulu
Jabatan : Pembimbing II

B. Peneliti

Nama : Tasya Ingrit Cahyati
NIM : P05170021044
Pekerjaan : Mahasiswa

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran II

JADWAL PENELITIAN

No	Kegiatan	Semester Pertama						Semester Kedua				
		Jul	Agst	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
I	Identifikasi Masalah											
	Pengambilan Judul											
	Pembuatan Proposal											
	Ujian Proposal											
	Perbaikan Proposal											
II	Pengurusan Surat Izin											
	Pelaksanaan Penelitian											
	Pengolahan Data											
	Penyusunan Laporan											
	Seminar Hasil											
	Perbaikan Seminar Hasil											

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Lampiran III

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Perkenalkan saya mahasiswa Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang sedang melakukan penelitian guna menyelesaikan tugas akhir skripsi. Melalui kuesioner ini, saya bermaksud memohon kerjasama Saudara untuk mengisi kuesioner penelitian ini. Tujuan dari pemberian kuesioner ini adalah untuk mengungkapkan perilaku Saudara tentang perilaku pencegahan diabetes mellitus tipe 2. Penelitian ini di bawah bimbingan dosen Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM., MKM dan Linda, SST., M.Kes

Saya sangat mengharapkan kesediaan Saudara untuk mengisi kuesioner ini dengan lengkap sesuai dengan kemampuan tanpa dipengaruhi oleh siapapun. Kerahasiaan jawaban dan identitas yang diberikan akan dijamin dan dijunjung tinggi oleh etika akademik peneliti serta tidak merugikan atau memberikan dampak negatif untuk Saudara. Apabila terdapat sesuatu yang membuat Saudara terganggu selama proses pengisian kuesioner, Saudara dapat sewaktu-waktu berhak untuk berhenti atau mengundurkan diri dari penelitian ini tanpa adanya sanksi apapun.

Saya mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya atas kesediaan Saudara dalam pengisian Kuesioner ini. Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan Saudara dengan kebaikan dan kemuliaan yang berlimpah.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Bengkulu, 2025

Peneliti

Tasya Ingrit Cahyati

Lampiran IV

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Kelas :

No. Responden : (diisi oleh peneliti)

Menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Prodi DIV Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang bernama Tasya Ingrit Cahyati dengan judul "Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025".

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepentingan peneliti dalam menyelesaikan skripsi dan penelitian ini tidak akan merugikan responden dalam segi apapun dan dibuat secara sukarela serta tidak ada unsur paksaan dari manapun. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 2025

Responden

(……..…….)

Kode Responden (Diisi oleh peneliti): ☐☐

LEMBAR KUISIONER

Lembaran ini adalah instrumen untuk penelitian "Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025"

Petunjuk Pengisian

Responden diharapkan:

1. Menjawab pertanyaan yang tersedia dengan memberikan tanda checklist (√) pada tempat yang telah disediakan.
2. Semua pernyataan harus dijawab dengan jujur sesuai dengan keadaan responden.
3. Tiap pernyataan harus diisi dengan satu jawaban.

DATA IDENTITAS RESPONDEN

Nama :

Jenis Kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan

TB/BB (diisi oleh peneliti) : TB ☐ BB ☐

Riwayat Diabetes Mellitus pada orang tua : ☐ Tidak ☐ 1 = Ayah 2 = Ibu ☐ Keduanya

Merokok : ☐ Ya ☐ Tidak

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

KUISIONER PENELITIAN

Kuesioner ini digunakan untuk mengukur perilaku dalam mencegah diabetes melitus yang Anda lakukan selama 1 bulan terakhir.

A. Pengetahuan

Pilihlah jawaban dari pernyataan-pernyataan dibawah ini pada tempat yang telah disediakan dengan **melingkari** (O) jawaban yang dianggap benar.

1. Untuk mencegah diabetes, pola makan yang sehat dianjurkan menggunakan model piring makan T dengan…
   a. 2 kali lipat jumlah karbohidrat dari sayur
   b. Sayur dua kali lipat dari karbohidrat
   c. Sayur dua kali lipat dari protein
   d. Karbohidrat lebih banyak dari sayur
2. Berapa lama remaja disarankan berolahraga per hari untuk mencegah diabetes?
   a. 150 menit
   b. 30 menit
   c. 60 menit
   d. 120 menit
3. Obesitas dapat disebabkan karena banyaknya mengonsumsi makanan yang mengandung…
   a. Vitamin dan karbohidrat
   b. Karbohidrat dan lemak
   c. Protein dan lemak
   d. Vitamin dan lemak
4. Aktivitas fisik ringan yang dapat dilakukan adalah?
   a. Berjalan cepat
   b. Menyapu rumah
   c. Berlari
   d. Sepak bola
5. Apa dampak buruk dari kebiasaan merokok bagi remaja yang berisiko obesitas?
   a. Menurunkan resistensi insulin
   b. Meningkatkan resistensi insulin

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

c. Mengurangi tekanan darah
d. Meningkatkan berat badan

6. Dalam pengukuran IMT (Indeks Masa Tubuh) yang menyatakan kategori obesitas ialah
   a. 17,4-18,2
   b. 18,5-25,0
   c. 25,1-27,0
   d. > 27,0
7. Berapa jumlah konsumsi air yang disarankan per hari untuk remaja obesitas?
   a. 3 gelas
   b. 5 gelas
   c. 8 gelas
   d. 10 gelas
8. Apa yang termasuk di dalam aktivitas fisik sedang?
   a. Berjalan santai
   b. Bersepeda dengan lintasan datar
   c. Jogging
   d. Berjalan cepat
9. Manfaat dari melakukan pemeriksaan berat badan secara rutin adalah?
   a. Meningkatkan rasa lapar
   b. Mendeteksi potensi masalah kesehatan
   c. Mengurangi risiko dehidrasi
   d. Membantu tidur lebih nyenyak
10. Berapa banyak sayur yang disarankan untuk dikonsumsi remaja setiap hari?
    a. 1 porsi
    b. 2-3 porsi
    c. 4-5 porsi
    d. 6-7 porsi

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

B. SIKAP

Pilihlah jawaban dari pernyataan-pernyataan dibawah ini pada tempat yang telah disediakan dengan memberi tanda centang (√)

Keterangan:

SS : Sangat setuju

S : Setuju

TS : Tidak setuju

STS : Sangat tidak setuju

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menyukai jenis olahraga aerobik seperti jalan kaki, bersepeda santai, jogging, dan berenang				
2	saya merasa tetap perlu menjaga pola makan sehat walaupun saya tidak mengalami obesitas				
3	Saya merasa mengatur pola makan sehat tidak penting untuk dilakukan, karena saya masih remaja				
4	Saya harus lebih berhati-hati dalam menjaga pola makan dan rutin berolahraga karena orang tua saya memiliki riwayat diabetes				
5	Saya lebih suka mengonsumsi air putih dibandingkan mengonsumsi minuman bersoda dan minuman dengan pemanis buatan				
6	Saya lebih cenderung menghabiskankan uang saku dengan membeli makanan seperti gorengan atau makanan siap saji				
7	Saya tetap menikmati makanan manis selama masih remaja, meskipun saya memiliki riwayat keluarga dengan diabetes				
8	Saya merasa aktivitas fisik hanya dapat dilakukan oleh mereka yang menyukai olahraga saja				
9	Saya percaya bahwa merokok dapat meningkatkan risiko Diabetes Mellitus				
10	Saya merasa bahwa merokok tidak berpengaruh besar pada kesehatan penderita diabetes				

Sumber: Modifikasi Penelitian Dewi (2021) dan Prasetyo (2024)

C. Tindakan

Pilihlah jawaban pernyataan di bawah ini sesuai dengan tindakan yang dilakukan, dengan memberikan tanda centang (√) pada kolom yang telah disediakan dan semua pernyataan harus dijawab dengan satu pilihan.

Kuesioner ini digunakan untuk mengukur perilaku dalam mencegah diabetes mellitus yang Anda lakukan selama **1 bulan terakhir**.

Rutin : Jika dilakukan teratur dan tidak berubah-ubah

Sering : Jika selalu/kerap melakukannya

Kadang-kadang : Jika hanya sesekali saja melakukannya

Tidak pernah : Jika sama sekali tidak pernah melakukannya

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya menjaga berat badan ideal dengan membatasi makanan yang memiliki kadar tinggi gula dan berlemak		
2	Saya membatasi konsumsi minuman atau makanan manis		
3	Saya menimbang berat badan sebulan sekali		
4	Dalam satu minggu terakhir, saya berolahraga 3-4 kali dalam seminggu		
5	Saya melakukan olahraga seperti jalan cepat ataupun senam		
6	Saya rutin melakukan olahraga ringan (*jogging*, jalan sehat, bersepeda) 3 kali dalam seminggu selama 30 menit		
7	Saya menghindari asap rokok ketika ada anggota keluarga yang merokok		
8	Saya memperbanyak asupan sayur-sayuran dan buah-buahan.		
9	Saya membawa botol air saat beraktivitas untuk memastikan saya cukup minum air putih		
10	Dalam satu minggu terakhir, saya melakukan aktivitas santai dirumah seperti nonton TV, mengobrol dengan anggota keluarga sepanjang hari		

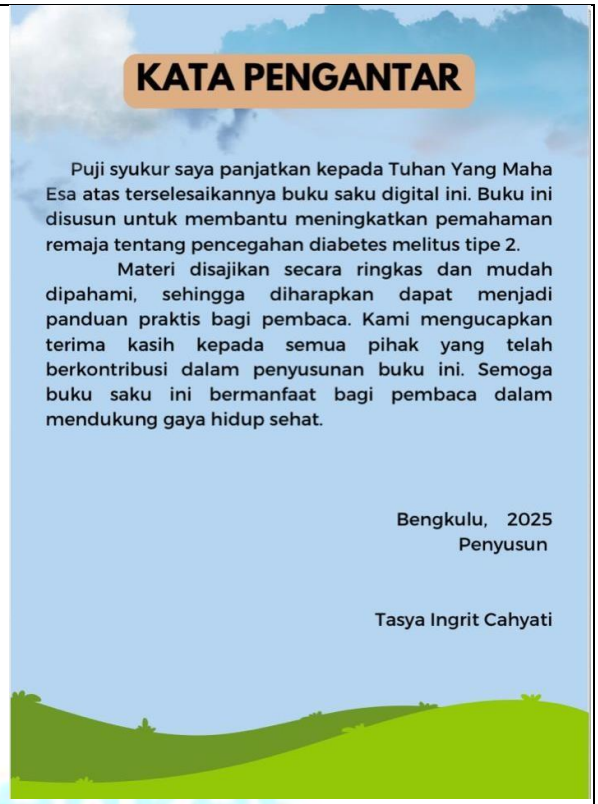
Sumber: Modifikasi Penelitian Salsabila (2023) dan Dewi (2021)

Lampiran V

MEDIA PENELITIAN

MEDIA BUKU DIGITAL

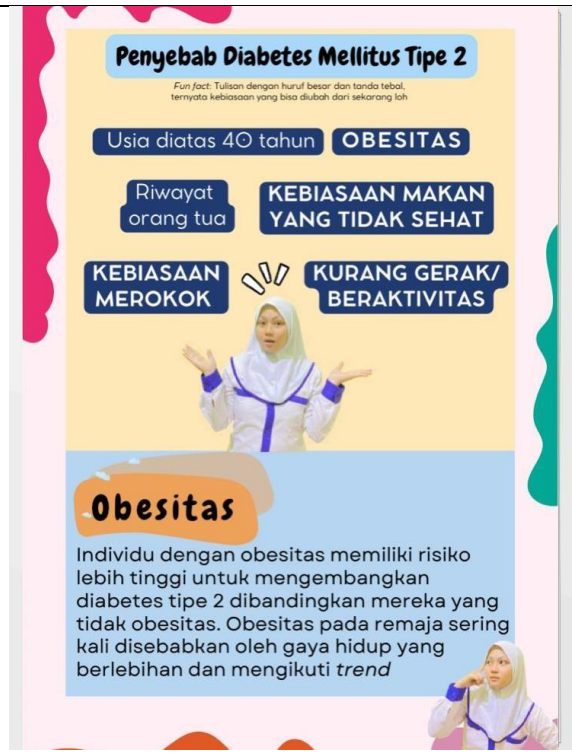




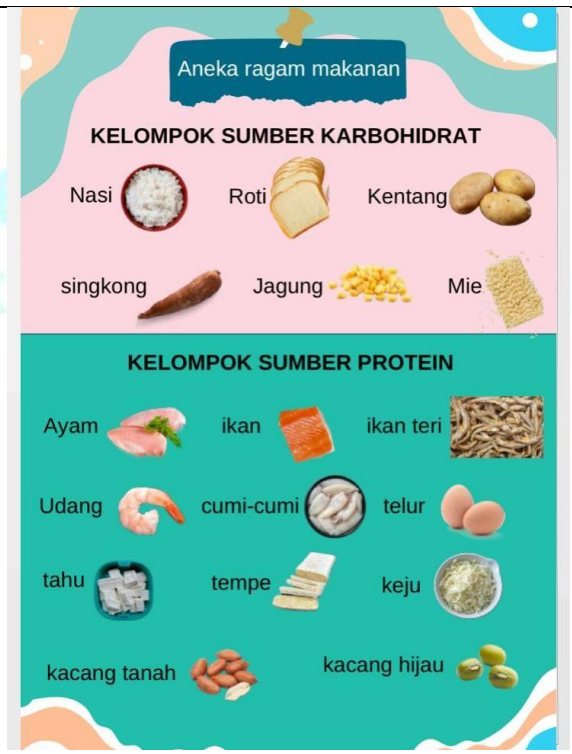





Mudah lapar
Mudah haus
Sering buang air kecil
Penurunan berat badan
Gejala
Gatal di daerah kewanitaan
Luka sulit sembuh
Mudah ngantuk
Cepat lelah
Penglihatan kabur


Penyebab Diabetes Mellitus Tipe 2
Fun fact: Tulisan dengan huruf besar dan tanda tebal, ternyata kebiasaan yang bisa diubah dari sekarang loh
Usia diatas 40 tahun
OBESITAS
Riwayat orang tua
KEBIASAAN MAKAN YANG TIDAK SEHAT
KEBIASAAN MEROKOK
KURANG GERAK/ BERAKTIVITAS
Obesitas
Individu dengan obesitas memiliki risiko lebih tinggi untuk mengembangkan diabetes tipe 2 dibandingkan mereka yang tidak obesitas. Obesitas pada remaja sering kali disebabkan oleh gaya hidup yang berlebihan dan mengikuti trend


YUK MULAI HITUNG-HITUNGAN TB/BB ANDA
< 18,5
18,5-24,9
25-26,9
≥ 27
≥ 30
Kurang
Normal
Berat badan lebih
Obesitas I
Obesitas II
IMT= Berat badan (kg) / Tinggi badan (m)²
Ayo hitung disini
https://www.halodoc.com/bmi-calculator/


Aneka ragam makanan
KELOMPOK SUMBER KARBOHIDRAT
Nasi
Roti
Kentang
singkong
Jagung
Mie
KELOMPOK SUMBER PROTEIN
Ayam
ikan
ikan teri
Udang
cumi-cumi
telur
tahu
tempe
keju
kacang tanah
kacang hijau


Aneka ragam makanan
KELOMPOK SAYUR-SAYURAN
bayam
kankung
buncis
daun singkong
kacang panjang
kol
KELOMPOK BUAH-BUAHAN
Anggur
jeruk
jambu
mangga
nanas
alpukat
nangka
melon


MENGURANGI FAKTOR RISIKO DIABETES
Menjaga Pola Makan
Menggunakan piring makan model T
Awali hari dengan sarapan sehat dengan bahan bergizi seperti buah, telur rebus, tempe, dan sayuran
Buah minimal harus sama dengan jumlah karbohidrat atau protein
Setiap kali waktu makan dianjurkan paling lama dalam waktu 30 menit
Air lebih dari 8 gelas perhari untuk penderita obesitas, untuk pemenuhan air tidak hanya air putih, tetapi juga dari kuah sayur, jus dan sari buah serta buah-buahan seperti semangka dan melon
Biasakan membawa bekal makanan sehat dan air putih dari rumah.

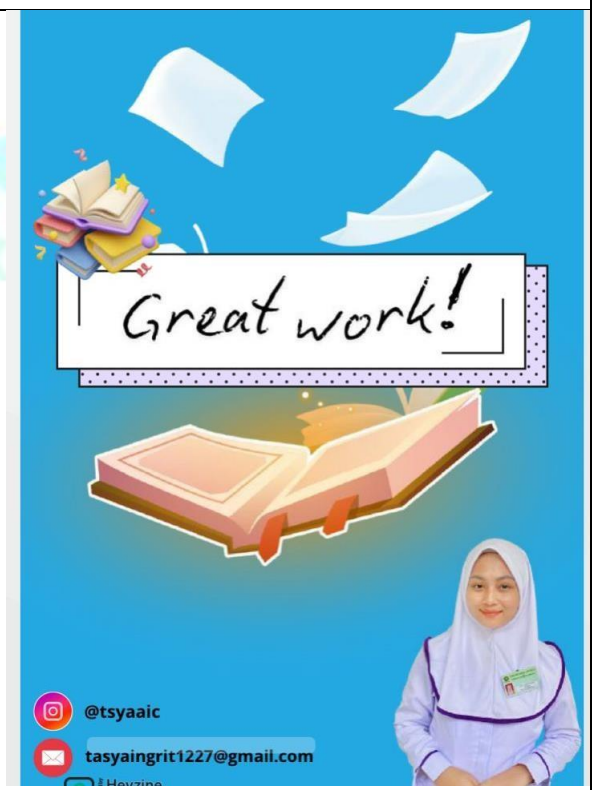

ANEKA AKTIVITAS FISIK
AKTIVITAS RINGAN
Berjalan santai, menulis
Melakukan pekerjaan rumah, seperti mengepel, menyapu, menjahit, mencuci pakaian dan menyetrika.
Memancing dan memanah
AKTIVITAS SEDANG
Berjalan cepat, jalan santai dan jalan saat sepulang sekolah.
Berkebun/membersihkan halaman, menanam pohon, mencuci kendaraan dan memindahkan perabotan rumah.
Bulu tangkis, tenis meja dan bersepeda dengan lintasan datar.
Latihan peregangan dan pemanasan
AKTIVITAS BERAT
Berjalan sangat cepat, berjalan mendaki bukit, berjalan dengan membawa beban dipunggung, naik gunung, jogging dan berlari.
Bersepeda lebih dari 15 Km per jam dengan lintasan mendaki, bermain basket, sepakbola, volly dan senam aerobik.


ANJURAN AKTIVITAS FISIK
Setiap hari, terapkan gaya hidup aktif, seperti bersepeda ke sekolah, memilih berjalan daripada naik kendaraan, naik tangga, bermain permainan yang aktif
3-5 kali dalam seminggu olahraga aerobik minimal 30 menit: renang, main sepak bola, bola voli, basket, tenis, bersepeda, lari, bersepatu roda, hiking
2-3 kali seminggu latihan kekuatan otot, push up, shit up. 2-3 kali seminggu latihan: senam, peregangan dan yoga
Tahapan melakukan olahraga yang baik, yaitu pemanasan, olahraga inti dan pendinginan

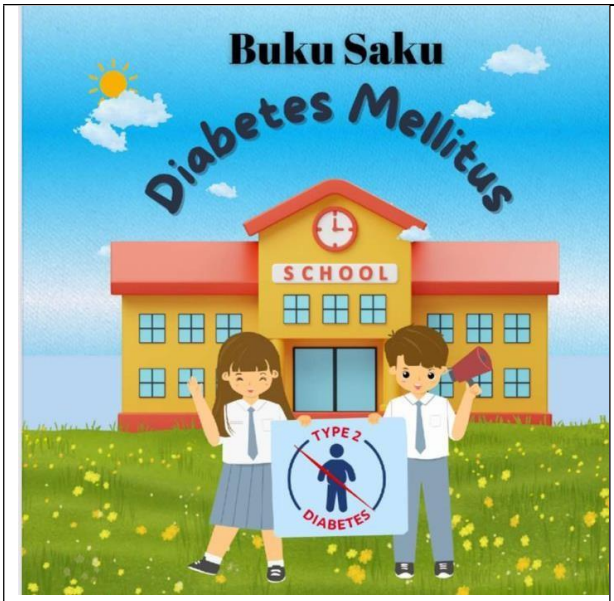

PERILAKU PENYEBAB MUNCULNYA RISIKO
Berbaring atau duduk dalam waktu lebih dari 2 jam, seperti menonton TV dan bermain games.
Selalu menggunakan kendaraan untuk mencapai tempat yang jaraknya dekat.
Makan dan minuman yang manis dan beralkohol
Merokok
Tidak rutin memeriksa gula darah
Tidak memperhatikan berat badan


Dampak Diabetes Mellitus Tipe 2
Lemas, penurunan kesadaran yang parah, bahkan jatuh koma
Pingsan dan kejang
Kerusakan saraf
Serangan jantung dan stroke
Masalah Kaki dan Kulit
Penurunan berat badan
Dehidrasi, kesulitan bernapas
Kerusakan Ginjal
Gangguan pada Mata


SAYANGI TUBUHMU!
DI MASA DEPAN, TUBUHMU AKAN BERTERIMA KASIH ATAS SEMUA KEBIASAAN SEHAT YANG KAMU BANGUN SEKARANG


Great work!
@tsyaaic
tasyaingrit1227@gmail.com

MEDIA BUKU SAKU



KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas terselesaikannya buku saku digital ini. Buku ini disusun untuk membantu meningkatkan pemahaman remaja tentang pencegahan diabetes melitus tipe 2 melalui pola hidup sehat. Semoga buku saku ini bermanfaat bagi pembaca dalam mendukung gaya hidup sehat.

Bengkulu, Januari 2025
Penyusun

Tasya Ingrit Cahyati

DAFTAR ISI

1. Diabetes Mellitus Tipe 2
2. Pengelompokkan DM
3. Gejala DM
4. Dampak DM
5. Penyebab DM
6. Obesitas
7. Menghitung
8. Aneka Ragam Makanan
9. Tips
10. Perilaku penyebab resiko

Apa itu Diabetes ?

Dikenal dengan penyakit kencing manis, penyakit yar
dapat menyerang siapa saja dengan tanda peningkat
gula dalam darah



Gejala Diabetes Mellitus

1. Sering buang air kecil
2. Mudah lapar
3. Mudah haus
4. Penurunan berat badan
5. Gatal di daerah kemaluan
6. wanita
7. Luka sulit sembuh
8. Penglihatan kabur
9. Cepat Lelah
10. Mudah Mengantuk



Penyebab Diabetes Mellitus type 2



1. Riwayat orang tua
2. Obesitas
3. Kebiasaan makan yang tidak sehat
4. Kurangnya gerak/beraktivitas
5. Usia di atas 40 tahun
6. Kebiasaan Merokok

Obesitas



Seseorang dengan obesitas memiliki risiko lebih tinggi untuk mengambangkan diabetes tipe 2 dibandingkan mereka yang tidak obesitas. Obesitas pada remaja sering kali disebabkan oleh gaya hidup yang berlebihan

AYO BERHITUNG KATEGORI TUBUH MU

$$IMT = \frac{\text{Berat badan (kg)}}{\text{Tinggi badan (m)}^2}$$

Kelompok Sumber Karbohidrat

Nasi, Roti, Kentang, Singkong, Jagung dan Mie

Kelompok Sumber Protein

Ayam, Ikan, Telur, Tahu, Tempe, Udang, Cumi-cumi, Ikan teri

Kelompok Sayur-sayuran

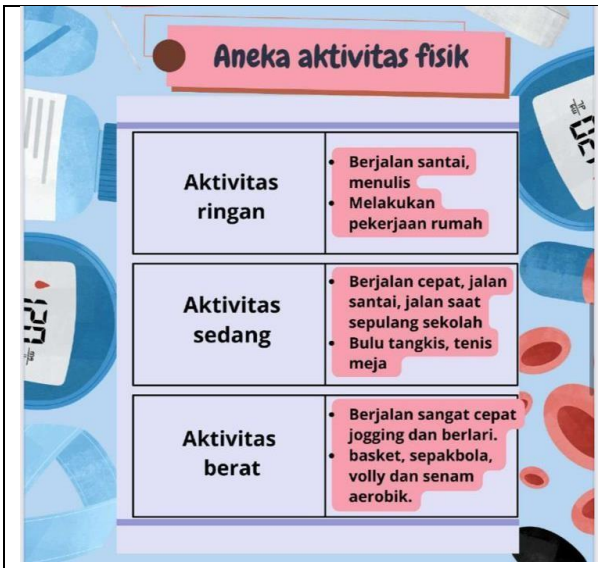
Bayam, Kankung, Buncis, Kacang panjang, Kol, Daun Singkong

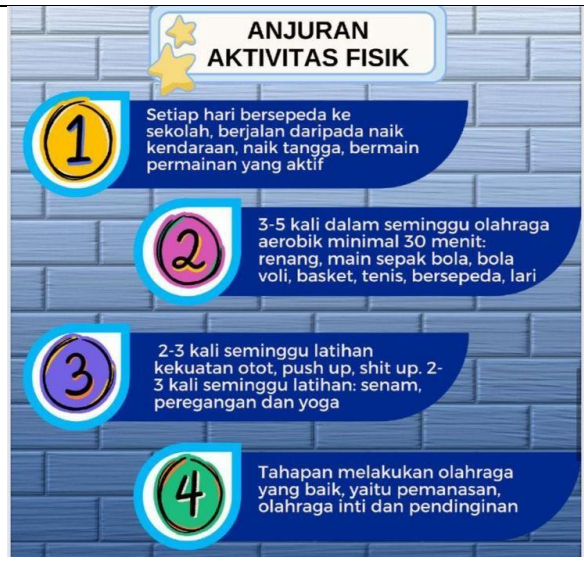
Kelompok Buah-buahan

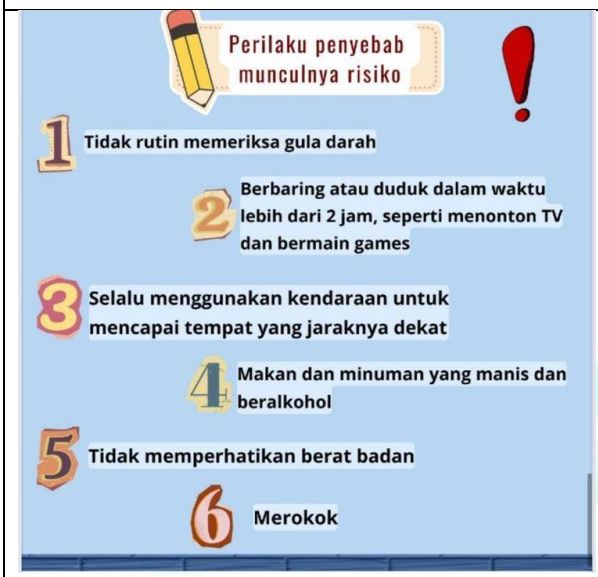
Anggur, Jeruk, Jambu, Mangga, Nanas, Alpukat, Nangka, Melon

Mengurangi Faktor Risiko Diabetes

1. Menggunakan piring makan model T
2. Awali hari dengan sarapan sehat
3. Buah minimal harus sama dengan jumlah karbohidrat atau protein
4. Setiap kali waktu makan dianjurkan paling lama dalam waktu 30 menit
5. Air lebih dari 8 gelas perhari untuk penderita obesitas
6. Biasakan membawa bekal makanan sehat dan air putih dari rumah.


Aneka aktivitas fisik
Aktivitas ringan
Berjalan santai, menulis
Melakukan pekerjaan rumah
Aktivitas sedang
Berjalan cepat, jalan santai, jalan saat sepulang sekolah
Bulu tangkis, tenis meja
Aktivitas berat
Berjalan sangat cepat jogging dan berlari.
basket, sepakbola, volly dan senam aerobik.


ANJURAN AKTIVITAS FISIK
1
Setiap hari bersepeda ke sekolah, berjalan daripada naik kendaraan, naik tangga, bermain permainan yang aktif
2
3-5 kali dalam seminggu olahraga aerobik minimal 30 menit: renang, main sepak bola, bola voli, basket, tenis, bersepeda, lari
3
2-3 kali seminggu latihan kekuatan otot, push up, shit up. 2-3 kali seminggu latihan: senam, peregangan dan yoga
4
Tahapan melakukan olahraga yang baik, yaitu pemanasan, olahraga inti dan pendinginan


Perilaku penyebab munculnya risiko
1 Tidak rutin memeriksa gula darah
2 Berbaring atau duduk dalam waktu lebih dari 2 jam, seperti menonton TV dan bermain games
3 Selalu menggunakan kendaraan untuk mencapai tempat yang jaraknya dekat
4 Makan dan minuman yang manis dan beralkohol
5 Tidak memperhatikan berat badan
6 Merokok


MENGAPA DIABETES MELLITUS BERBAHAYA?
1. Lemas, penurunan kesadaran yang parah, bahkan jatuh koma
2. Pingsan dan kejang
3. Serangan jantung dan stroke
4. Kerusakan saraf
5. Masalah Kaki dan Kulit
6. Dehidrasi, kesulitan bernapas
7. Gangguan pada Mata
8. Kerusakan Ginjal


TASYA INGRIT CAHYATI
@tsyaaic
tasyaingrit1227@gmail.com


"Hidup Sehat Bebas Diabetes!"

Lampiran VI

LEMBAR VALIDASI AHLI MATERI

Judul Penelitian : Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025
Sasaran Penelitian : Anak Sekolah Menengah Atas
Peneliti : Tasya Ingrit Cahyati
Validator : Arie Frismsary, S.Tz.M.Biomed
Petunjuk:

1. Lembar ini diisi oleh validator
2. Lembar ini dimaksudkan untuk validasi pengumpulan data, serta mengungkapkan komentar atau saran dari validator jika ada
3. Pemberian penilain dengan memberikan tanda check list () pada kolom sesuai
4. Apabila ada komentar atau saran, mohon dituliskan pada lembar yang telah tersedia
5. Pedoman penilaian sebagai berikut:

INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA

NO	ASPEK YANG DINILAI	LAYAK	TIDAK LAYAK
1	Kebenaran konsep dalam menjelaskan materi	✓	
2	Kebenaran istilah dalam menjelaskan materi	✓	
3	Kebenaran contoh dalam menjelaskan materi	✓	
4	Penyusunan materi sesuai dengan perkembangan zaman	✓	
5	Penyusunan materi sesuai dengan perkembangan keilmuan	✓	
6	Materi disusun secara sistematis	✓	
7	Materi disusun secara logis	✓	
8	Relavansi materi Diabetes Mellitus tipe 2	✓	
9	Materi yang disajikan dapat meningkatkan perilaku pencegahan remaja tentang diabetes mellitus tipe 2	✓	
10	Kontribusi materi dalam meningkatkan perilaku pencegahan remaja	✓	
11	Materi yang disajikan dapat meningkatkan keterampilan berpikir kritis remaja	✓	
12	Materi yang disajikan dapat meningkatkan kepekaan sosial remaja	✓	
13	Materi yang disajikan sesuai dengan taraf berpikir remaja	✓	

14	Penyusunan materi sesuai dengan karakteristik psikologis remaja	✓	
15	Materi yang disajikan menimbulkan dorongan lebih tinggi untuk memahami	✓	
16	Kontribusi materi dalam memberikan motivasi pencegahan diabetes mellitus bagi remaja	✓	
17	Kontribusi materi dalam edukasi yang menyenangkan	✓	

Sumber: Rudi Susilana dan Cepi Riyana (2008)

Tabel Kesalahan dan Saran Perbaikan

NO	JENIS KESALAHAN	SARAN PERBAIKAN

Komentar/Saran:

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Kesimpulan:

1. Layak untuk uji coba lapangan tanpa revisi
2. Layak untuk uji coba lapangan dengan revisi sesuai saran

(Mohon dilingkari nomor sesuai dengan kesimpulan Bapak/Ibu)

Bengkulu, 21 Maret 2025

Ahli Materi

(Arie Krisnasary, S.Gz, M.Biomed)

NIP: 198102172006042002

Lampiran VII

Lembar Ahli Media Buku Digital

LEMBAR VALIDASI AHLI MEDIA

Judul penelitian	: Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025
Sasaran penelitian	: Anak Sekolah Menengah Atas
Peneliti	: Tasya Ingrit Cahyati
Ahli media	: Delfan Eko Putra S.t.Kom, M.I.Kom

Lembar validasi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu selaku ahli media terhadap kelayakan media Buku Digital yang bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media pembelajaran ini. Sehubung dengan hal tersebut, dimohon Bapak/Ibu memberikan respon pada setiap pertanyaan dalam lembar kuesioner ini dengan memberikan tanda *check list* (√) pada kolom angka.

Keterangan skala :
Sangat baik : 5
Baik : 4
Cukup : 3
Kurang : 2
Sangat kurang : 1

Komentar atau saran Bapak/Ibu dimohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

A. PENILAIAN MEDIA

No	Aspek	Kriteria	Penilaian				
			1	2	3	4	5
1.	Keefektifan dan keefesienan	1. Media dapat digunakan secara efektif					✓
		2. Jenis media pembelajaran yang dikembangkan cukup efisien					✓
2.	Reliabel	3. Media yang dikembangkan tergolong media yang reliabel					✓
3.	Maintainable	4. Media dapat dipelihara atau dikelola dengan mudah					✓

4.	Usabilitas	5. Media dapat dengan mudah digunakan					✓
5.	Ketepatan pemilihan media	6. Ketepatan pemilihan media dengan materi yang dikembangkan					✓
6.	Dokumentasi	7. Kejelasan petunjuk penggunaan media					✓
		8. Penggunaan alat permainan yang bervariasi					✓
7.	Reusabilitas	9. Media yangdikembangkan dapat digunakan kembali					✓
8.	Komunikatif	10. Media dapat dengan mudah dipahami serta menggunakan bahsa yang baik, benar, dan efektif.					✓
9.	Kreatif dan inovatif	11. Media unik, menarik, dan luwes					✓
10.	Sederhana	12. Tidak menyulitkan siswa				✓	
11.	Tipografi (Huruf dan susunannya)	13. Pemilihan jenis huruf					✓
		14. Ukuran huruf yang digunakan					✓
		15. Pengaturan jarak (Huruf, baris, karakter)					✓
		16. Keterbacaan teks jelas					✓
12.	Gambar	17. Tampilan gambar yang disajikan					✓
		18. Ketepatan penempatan gambar					✓
		19. Keseimbangan proporsi gambar					✓
		20. Kesesuaian gambar yang mendukung materi					✓
13.	Warna	21. Menggunakan komposisi warna yang tepat					✓
		22. Keserasian pemilihan warna					✓
		23. Penggunaan warna yang dapat membawa perasaan nyaman saat melihatnya					✓

14.	Desain	24. Kerapian desain					✓
		25. Kemenarikan desain					✓

Sumber : Ria sartikaningrum (2013)

B. KESALAHAN, KOMENTAR, DAN SARAN PERBAIKAN

Jenis kesalahan	Saran perbaikan
–	–
Komentar	
Media sangat cocok untuk user (Anak SMA), sangat mudah dipahami, pesan dan informasi terbaca jelas.	Media sangat komunikatif dan informatif. Sangat reliable dan maintainable. Sangat menarik dari tampilan dan warna sehingga layak diujikan dengan.

C. KESIMPULAN

Kesimpulan secara umum tentang media penilaian Ahli Media

Layak untuk diujicobakan	✓
Layak untuk diujicobakan dengan revisi sesuai saran	✓
Tidak layak untuk diujicobakan	–

Bengkulu, 26 Maret 2025
Ahli Media

(DELFAN EKO PUTRA

Lembar Ahli Media Buku Saku

LEMBAR VALIDASI AHLI MEDIA

Judul penelitian	: Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025
Sasaran penelitian	: Anak Sekolah Menengah Atas
Peneliti	: Tasya Ingrit Cahyati
Ahli media	: Delfan Eko Putra S.I.Kom., M.I.Kom

Lembar validasi ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu selaku ahli media terhadap kelayakan media Buku Digital yang bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas media pembelajaran ini. Sehubung dengan hal tersebut, dimohon Bapak/Ibu memberikan respon pada setiap pertanyaan dalam lembar kuesioner ini dengan memberikan tanda *check list* (√) pada kolom angka.

Keterangan skala :
Sangat baik : 5
Baik : 4
Cukup : 3
Kurang : 2
Sangat kurang : 1

Komentar atau saran Bapak/Ibu dimohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

A. PENILAIAN MEDIA

No	Aspek	Kriteria	Penilaian				
			1	2	3	4	5
1.	Keefektifan dan keefesienan	1. Media dapat digunakan secara efektif					✓
		2. Jenis media pembelajaran yang dikembangkan cukup efisien					✓
2.	Reliabel	3. Media yang dikembangkan tergolong media yang reliabel					✓
3.	Maintainable	4. Media dapat dipelihara atau dikelola dengan mudah					✓

4.	Usabilitas	5. Media dapat dengan mudah digunakan					✓
5.	Ketepatan pemilihan media	6. Ketepatan pemilihan media dengan materi yang dikembangkan					✓
6.	Dokumentasi	7. Kejelasan petunjuk penggunaan media					✓
		8. Penggunaan alat permainan yang bervariasi				✓	
7.	Reusabilitas	9. Media yangdikembangkan dapat digunakan kembali					✓
8.	Komunikatif	10. Media dapat dengan mudah dipahami serta menggunakan bahsa yang baik, benar, dan efektif.					✓
9.	Kreatif dan inovatif	11. Media unik, menarik, dan luwes					✓
10.	Sederhana	12. Tidak menyulitkan siswa					✓
11.	Tipografi (Huruf dan susunannya)	13. Pemilihan jenis huruf				✓	
		14. Ukuran huruf yang digunakan					✓
		15. Pengaturan jarak (Huruf, baris, karakter)					✓
		16. Keterbacaan teks jelas					✓
12.	Gambar	17. Tampilan gambar yang disajikan					✓
		18. Ketepatan penempatan gambar					✓
		19. Keseimbangan proporsi gambar					✓
		20. Kesesuaian gambar yang mendukung materi					✓
13.	Warna	21. Menggunakan komposisi warna yang tepat					✓
		22. Keserasian pemilihan warna					✓
		23. Penggunaan warna yang dapat membawa perasaan nyaman saat melihatnya					✓

14.	Desain	24. Kerapian desain					✓
		25. Kemenarikan desain					✓

Sumber : Ria sartikaningrum (2013)

B. KESALAHAN, KOMENTAR, DAN SARAN PERBAIKAN

Jenis kesalahan	Saran perbaikan
–	–
Komentar	
Buku saku digital sangat mudah dipahami, informasi dan pesan mengenai obesitas sangat jelas. Sangat reliable	mudah dijadikan rujukan tampilan dan warna sangat menarik. Sangat layak untuk diujuan kelapangan tentu dg menerima dari penguji dan perbaikan

C. KESIMPULAN

Kesimpulan secara umum tentang media penilaian Ahli Media

Layak untuk diujicobakan	✓
Layak untuk diujicobakan dengan revisi sesuai saran	✓
Tidak layak untuk diujicobakan	–

Bengkulu, 26 Mar 2025
Ahli Media

(Delfan Eko Putra s.l.kom.) M.I.Kom

Lampiran VIII

DOKUMENTASI PENELITIAN

UJI VALIDITAS DAN REALIBILITAS	
	
SURVEI AWAL PENGUKURAN TB/BB	
	

PEMBERIAN *INFORMED CONSENT* PADA KELOMPOK INTERVENSI





PEMBERIAN *INFORMED CONSENT* PADA KELOMPOK KONTROL





PRE-TEST PADA KELOMPOK INTERVENSI	
	
PRETEST PADA KELOMPOK KONTROL	
	

INTERVENSI PADA KELOMPOK INTERVENSI	
	
INTERVENSI PADA KELOMPOK KONTROL	
	

DISKUSI SETELAH INTERVENSI





POST-TEST PADA KELOMPOK INTERVENSI



POST-TEST PADA KELOMPOK KONTROL



Lampiran IX Surat Etik

Surat Keterangan 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/199/04/2025

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

Peneliti utama : Tasya Ingrit Cahyati
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"Efektivitas Metode Diskusi Dengan Buku Digital Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Remaja Berisiko Obesitas Di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025"

"Effectiveness of Discussion Method with Digital Books on Type 2 Diabetes Mellitus Prevention Behavior in Adolescents at Risk of Obesity at SMAN 7 Bengkulu City 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 06 April 2025 sampai dengan tanggal 06 April 2026.

This declaration of ethics applies during the period April 06, 2025 until April 06, 2026.

April 06, 2025
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

Lampiran X Surat Izin Penelitian

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

08 Januari 2025

Nomor : : PP.06.03/FXXXI.1/ 394 /2024
Perihal : **Izin Pra Penelitian**

Yth.
Kepala Sekolah SMAN 6 Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir dalam bentuk Skripsi Mahasiswa Progam Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan Jurusan Promosi Kesehatan 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	: Tasya Ingrit Cahyati
nim	: P05170021044
tempat	: SMAN 6 Kota Bengkulu
judul	: Efektivitas Edukasi Kesehatan Dengan Buku Saku Digital Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Remaja Di Kota Bengkulu
no handphone	: 0895393393208

Demikianlah, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

a.n Wakil Direktur I Bidang Akademik

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

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

19 November 2024

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

Yth.
KEPALA SEKOLAH SMAN 7 KOTA BENGKULU
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir dalam bentuk Skripsi Mahasiswa Progam Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan Jurusan Promosi Kesehatan 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	: Tasya Ingrit Cahyati
nim	: P05170021044
tempat	: SMAN 7 Kota Bengkulu
judul	: EFEKTIVITAS EDUKASI KESEHATAN DENGAN BUKU SAKU DIGITAL TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA REMAJA DI SMAN 7 KOTA BENGKULU
no handphone	: 0895393393208

Demikianlah, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terimakasih.

Wakil Direktur I Bidang Akademik

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

Lampiran XI

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

20 Maret 2025

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 2906/2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU PROVINSI BENGKULU
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk kripsi Progam Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan Jurusan Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: TASYA INGRIT CAHYATI
NIM	: P05170021044
Tempat Penelitian	: SMAN 7 KOTA BENGKULU
Waktu Penelitian	: Maret 2025 - Juni 2025
Judul	: EFEKTIVITAS METODE DISKUSI DENGAN BUKU DIGITAL TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA REMAJA BERISIKO OBESITAS DI SMAN 6 KOTA BENGKULU TAHUN 2025
No Handphone	: 0895393393208

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik

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

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

12 Maret 2025

Nomor : : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 2902/2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
KEPALA DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN PROVINSI BENGKULU
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk kripsi Progam Studi Promosi Kesehatan Program Sarjana Terapan Jurusan Promosi Kesehatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Tasya Ingrit Cahyati
NIM	: P05170021044
Tempat Penelitian	: SMAN 7 KOTA BENGKULU
Waktu Penelitian	: Maret 2025-Juni 2025
Judul	: EFEKTIVITAS METODE DISKUSI DENGAN BUKU DIGITAL TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN DIABETES MELLITUS TIPE 2 PADA REMAJA BERISIKO OBESITAS DI SMAN 6 KOTA BENGKULU TAHUN 2025
No Handphone	: 0895393393208

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik

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

PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
Jalan S. Parman Nomor 7, Padang Jati, Ratu Samban, Kota Bengkulu, Bengkulu 38227,
Telepon (0736) 21620, Faksimile (0736) 22117,
Laman dikbud.bengkuluprov.go.id, Pos-el dinas@dikbud.bengkuluprov.go.id

REKOMENDASI

NOMOR : B.000.9/64.S/Dikbud/2025

TENTANG PENELITIAN

Dasar :
1. Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/ 2025, Tanggal 12 Maret 2025 Perihal : Izin Penelitian.
2. Surat dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Nomor : 503/ 82.650/ 272/ DPMPTSP-P.4/ 2025, tanggal 09 April 2025 tentang Penelitian.

Dengan ini memberikan rekomendasi kepada :

Nama	:	**TASYA INGRIT CAHYATI**
NPM	:	P05170021044
Judul Proposal Penelitian	:	Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025
Lokasi Penelitian	:	SMA Negeri 7 Kota Bengkulu
Waktu Penelitian/Kegiatan	:	09 April 2025 s.d 09 Mei 2025
Penanggung Jawab	:	Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Untuk melakukan penelitian yang akan diadakan dengan ketentuan :

a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Gubernur/Bupati/Walikota Cq. Kepala Badan/Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu atau sebutan lain setempat.
b. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/menyampaikan hasil penelitian kepada kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu.
d. Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, maka perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
e. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di Bengkulu
pada tanggal 11 April 2025
a.n.Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan
Provinsi Bengkulu
Plt. Kepala Bidang Pembinaan SMA,

Salmi, S.Pd.
Pembina (IV/a)
NIP 196909231991042001

Tembusan :
1. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu
2. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu
3. Kepala SMA Negeri 7 Kota Bengkulu

PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan Batang Hari No.108, Kelurahan Tanah Patah, Kecamatan Ratu Agung, Kota Bengkulu
Website: https://dpmptsp.bengkuluprov.go.id I Email: dpmptsp@bengkuluprov.go.id
BENGKULU 38224

REKOMENDASI
Nomor : 503/82.650/272/DPMPTSP-P.4/2025

TENTANG PENELITIAN

Dasar :
1. Peraturan Gubernur Bengkulu Nomor 13 Tahun 2022 Tentang Pendelegasian Wewenang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko dan Non perizinan Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.
2. Surat Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/2939/2025, Tanggal 21 Maret 2025 Perihal Rekomendasi Penelitian. Permohonan diterima tanggal 09 April 2025 .

Nama / NPM	:	TASYA INGRIT CAHYATI/PO5170021044
Pekerjaan	:	Mahasiswa
Maksud	:	Melakukan Penelitian
Judul Proposal Penelitian	:	Efektivitas Metode Diskusi Dengan Buku Digital Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Remaja Beresiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025
Daerah Penelitian	:	SMA Negeri 7 Kota Bengkulu
Waktu Penelitian/Kegiatan	:	09 April 2025 s.d 09 Mei 2025
Penanggung Jawab	:	Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan ini merekomendasikan penelitian yang akan diadakan dengan ketentuan :

a. Sebelum melakukan penelitian harus melapor kepada Gubernur/Bupati/Walikota Cq.Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik atau sebutan lain setempat.
b. Harus mentaati semua ketentuan Perundang-undangan yang berlaku.
c. Selesai melakukan penelitian agar melaporkan/menyampaikan hasil penelitian kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bengkulu.
d. Apabila masa berlaku Rekomendasi ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, perpanjangan Rekomendasi Penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon.
e. Rekomendasi ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku, apabila ternyata pemegang surat rekomendasi ini tidak mentaati/mengindahkan ketentuan-ketentuan seperti tersebut di atas.

Demikian Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Ditetapkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 09 April 2025

KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PROVINSI BENGKULU

SUPRAN, S.H., M.H
Pembina Utama Madya / IV.d
NIP. 19681221 199303 1 002

Tembusan disampaikan kepada Yth :
1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bengkulu
2. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Bengkulu
3. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu
4. Yang Bersangkutan

f

Lampiran XI

Surat Selesai Penelitian

PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
SMA NEGERI 7 KOTA BENGKULU
Jalan Jenggalu Nomor 1, Lingkar Barat, Gading Cempaka, Bengkulu 38225,
Telepon 0736 25355, Pos-el smanegeri7kotabengkulu@gmail.com

SURAT SELESAI PENELITIAN
Nomor : 400.3.8/ 233.b / SMA N 7/2025

Kepala SMA Negeri 7 Kota Bengkulu menerangkan bahwa :

NAMA	: Tasya Ingrit Cahyati
NPM	: P05170021044
Prodi	: Promosi Kesehatan
Universitas	: Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Telah melakukan penelitian di SMA N 7 Kota Bengkulu dengan judul **"*Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital Terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 07 Kota Bengkulu*"**

Dari tanggal 09 April – 11 Juni 2025.

Demikian surat ini di buat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 20 Juni 2025
Kepala Sekolah,

MANOGU SINABUTAR, S.Pd
Pembina Utama Muda IV/c
NIP. 197304151994121001

Lampiran XII

LEMBAR BIMBINGAN

Pembimbing I : Prof. Dr. Demsa Simbolon, SKM.,MKM
Mahasiswa : Tasya Ingrit Cahyati
NIM : P05170021044
Judul Skripsi : Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025

NO	HARI/TANGGAL	TOPIK	SARAN	PARAF PEMBIMBING
1	Kamis, 3 Oktober 2024	Pengajuan judul skripsi	Perbaikan judul skripsi	
2	Jum'at, 4 Oktober 2024	Pengajuan perbaikan judul skripsi	ACC judul Skripsi	
3	Senin, 14 Oktober 2024	Bimbingan BAB I	Perbaikan BAB I	
4	Jum'at, 18 Oktober 2024	Bimbingan BAB I dan II	Bimbingan BAB I dan II	
5	Jum'at, 8 November 2024	Bimbingan BAB I, II dan III	Perbaikan BAB I, II dan III	
6	Jum'at, 29 November 2024	Bimbingan BAB I, II dan III	Bimbingan BAB I, II, III, Media edukasi	
7	Jum;at, 28 Desember 2024	Bimbingan BAB I, II dan III	Bimbingan BAB I, II, III, Media edukasi dan instrument penelitian	
8	Kamis, 2 Januari 2025	Bimbingan BAB I, II dan III	Bimbingan BAB I, II, III, perbaikan Media edukasi dan instrument penelitian	
9	Kamis, 9 Januari 2025	Bimbingan BAB I, II dan III	Acc Ujian Proposal	
10	Selasa, 19 Februari 2025	Revisi proposal setelah sempro	Perbaikan proposal, media dan kuisioner	

11	Senin, 24 Februari 2025	Bimbingan syarat etic dan penelitian	Melengkapi syarat etic dan penelitian	
12	Jum'at, 7 Maret 2025	Bimbingan alur penelitian	Bimbingan hasil uji materi, uji media dan uji kuisioner	
13	Selasa, 6 Juni 2025	Bimbingan BAB IV	Bimbingan pengolahan hasil data penelitian	
14	Jum'at, 10 Juni 2025	Bimbingan BAB IV	Perbaikan pengolahan hasil data penelitian dan bimbingan pembahasan penelitian	
15	Senin, 13 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan V	Perbaikan hasil pengolahan data dan pembahasan penelitian dilanjutkan dengan kesimpulan	
16	Selasa, 17 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan V	Bimbingan kesimpulan, saran dan abstrak	

LEMBAR BIMBINGAN

Pembimbing II : Linda, SST., M.Kes

Mahasiswa : Tasya Ingrit Cahyati

NIM : P05170021044

Judul Skripsi : Efektivitas Metode Diskusi dengan Buku Digital terhadap Perilaku Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 pada Remaja Berisiko Obesitas di SMAN 7 Kota Bengkulu Tahun 2025

NO	HARI/TANGGAL	TOPIK	SARAN	PARAF PEMBIMBING
1	Senin, 7 Oktober 2024	Pengajuan judul skripsi	Acc judul skripsi	
2	Senin, 2 Desember 2024	Bimbingan BAB I, II dan III	Perbaikan BAB I, II dan III	
3	Kamis, 5 Desember 2024	Bimbingan BAB I, II dan III	Bimbingan BAB I, II, III dan media edukasi	
4	Jum'at, 3 Januari 2025	Bimbingan BAB I, II, III dan media edukasi	Perbaikan BAB I, II, III dan media edukasi	
5	Senin, 6 Januari 2025	Bimbingan BAB I, II, III, media edukasi dan instrumen penelitian	Bimbingan BAB I, II, III, media edukasi dan instrument penelitian	
6	Selasa, 14 Januari	Bimbingan BAB I, II, III, media edukasi dan instrumen penelitian	Perbaikan BAB I, II, III, media edukasi dan instrument penelitian	
7	Rabu, 15 Januari 2025	Bimbingan BAB I, II, III, media edukasi dan instrumen penelitian	Acc ujian proposal	
8	Selasa, 21 Februari 2025	Revisi proposal setelah sempro	Perbaikan proposal, media dan kuisioner	
9	Senin, 26 Februari 2025	Bimbingan syarat etic dan penelitian	Melengkapi syarat etic dan penelitian	

10	Kamis, 10 Maret 2025	Bimbingan alur penelitian	Uji materi, uji media dan uji kuisioner	
11	Selasa, 10 Juni 2025	Bimbingan BAB IV	Bimbingan pengolahan hasil data penelitian	
12	Jum'at, 13 Juni 2025	Bimbingan BAB IV	Perbaikan pengolahan hasil data penelitian dan bimbingan pembahasan penelitian	
13	Senin, 16 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan V	Perbaikan hasil pengolahan data dan pembahasan penelitian dilanjutkan dengan kesimpulan	
14	Selasa, 17 Juni 2025	Bimbingan BAB IV dan V	Bimbingan kesimpulan, saran dan abstrak	