SKRIPSI

HUBUNGAN KONSUMSI BUAH SAYUR DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO DIABETES MELITUS PADA USIA 40-70 TAHUN DI WILAYAH PUSKESMAS JEMBATAN KECIL KOTA BENGKULU TAHUN 2025

DISUSUN OLEH :
IZZATUL ILMI
NIM : P05130221070

Poltekkes Bengkulu

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
PRODI SARJANA TERAPAN GIZI DAN DIETETIKA TAHUN AKADEMIK 2025

HALAMAN PERSETUJUAN
SKRIPSI

HUBUNGAN KONSUMSI BUAH SAYUR DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO DIABETES MELITUS PADA USIA 40-70 TAHUN DI WILAYAH PUSKESMAS JEMBATAN KECIL KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh :

IZZATUL ILMI
NIM. P0 5130221070

Skripsi Ini Telah Diperiksa dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji Dosen Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal : 30 Juni 2025

Mengetahui,
Pembimbing Skripsi

Pembimbing I	Pembimbing II
Arie Krisnasary, S.Gz., M. Biomed	**Risda Yulianti, S.Gz., M.Sc., Ph. D**
NIP. 198102172006042002	**NIP. 198807022010122001**

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI

HUBUNGAN KONSUMSI BUAH SAYUR DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN RISIKO DIABETES MELITUS PADA USIA 40-70 TAHUN DI WILAYAH PUSKESMAS JEMBATAN KECIL KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh :

IZZATUL ILMI
NIM. P05130221070

Skripsi Ini Telah Diuji dan Dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Gizi
Pada Tanggal : 30 Juni 2025

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima
Tim Penguji,

Ketua Dewan Penguji	Penguji II
Dr. Betty Yosephin, SKM.,MKM	Ayu Pravita Sari, SST.,M.Gizi
NIP. 197309261997022001	NIP. 199012182019022001
Penguji III	**Penguji IV**
Risda Yulianti, S.Gz., M.Sc., Ph. D	Arie Krisnasary, S.Gz., M. Biomed
NIP. 198807022010122001	NIP. 198102172006042002

Mengesahkan,
Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Anang Wahyudi, S.Gz., MPH
NIP. 198210192006041002

BIODATA PENULIS



Nama	: Izzatul Ilmi
Nim	: P0 5130221070
Jenis Kelamin	: Perempuan
Jurusan/Prodi	: Gizi/Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Tempat Tanggal Lahir	: Lubuklinggau, 22 Oktober 2002
Agama	: Islam
Anak Ke	: 4 (Empat)
Jumlah Saudara	: 5 Saudara
Alamat	: Jl. Nangka Lama, Rt.04., Kel. Megang, Kec. Lubuklinggau Utara II, Kota Lubuklinggau
Riwayat Pendidikan	:

a. TK Mardhatillah Kota Lubuklinggau
b. MI Darussalam Kota Lubuklinggau
c. MAN 1 Model Kota Lubuklinggau
d. MTS Negeri 1 Kota Lubuklinggau
e. Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Email : izzatulilmi22@gmail.com

MOTTO

"*Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya*" (Al-Baqarah : 286)

"*Man Jadda Wajada, Man Shabara Zhafira, Man Saara Ala darbi Washala"*
(Siapa yang bersungguh-sungguh akan berhasil, siapa yang sabar akan beruntung, siapa yang berjalan di jalan-Nya akan sampai di tujuan)

"Berlelah-lelahlah, maka manisnya hidup akan terasa setelah kau berlelah-lelah" - Imam Syafi'i

PERSEMBAHAN

Dengan penuh rasa syukur atas kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, serta pertolongan-Nya, akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Tiada kata yang mampu menggambarkan betapa besar arti doa, dukungan, dan kasih sayang dari orang-orang terdekat dalam setiap langkah perjuangan ini. Dengan segala kerendahan hati, skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Bapakku tercinta, terimakasih atas kerja keras, keteguhan hati, dan doa yang selalu menyertai setiap langkahku. Dalam diammu tersimpan doa dan harapan yang tulus untukku. Setiap langkah perjuanganku hingga hari ini tak lepas dari pengorbananmu yang tak pernah engkau ungkapkan dengan kata-kata, tetapi selalu nyata dalam tindakan. Murah rezeki, panjang umur, dan sehat selalu cinta pertamaku i love you endlessly.
2. Mamaku tersayang, terimakasih atas doa yang tiada henti mengalir. Dalam setiap pelukanmu kutemukan kehangatan, dalam setiap nasihatmu kudapatkan arah, dan dalam senyumanmu kutemukan semangat baru. Engkau sumber kasih sayang yang tak pernah hilang, tempatku curhat dan kembali ketika lelah dan putus asa dengan keadaan. Tiada kata yang mampu menggantikan besarnya

pengorbananmu. Allah akan selalu memberimu kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan untukmu sepanjang hayat i love you more than u know and love u forever.

3. Ayuk kesayanganku Jannati Primadani, terimakasih telah menjadi sosok saudara perempuan sekaligus sahabat terbaik dalam hidupku. Dalam setiap langkahku engkau selalu hadir memberi nasihat, semangat dan perhatian yang tulus. Tempatku berbagi cerita dan selalu mendukungku. Aku bersyukur memiliki ayuk sebaik dirimu. Semoga kasih sayang dan doa yang kau berikan menjadi amal kebaikan yang Allah balas dengan keberkahan dan kebahagiaan yang tidak terhingga. Love u always ayuk kesayanganku.
4. Kakak-kakakku tersayang (Qurrota A'yun Habibi dan Abdussalam Alhadi), terimakasih telah menjadi teladan dan semangat dalam setiap langkah hidupku. Setiap nasihat, perhatian dan doa yang kalian berikan menjadi kekuatan bagiku untuk terus berjuang. Aku bersyukur memiliki kakak seperti kalian yang selalu mendukung dan melindungi. Semoga Allah membalas setiap kebaikan dengan kebahagian yang tak terbatas. Love u my beloved brothers.
5. Adikku yang ganteng Muhammad Miftahul Falah, terimakasih sudah menjadi sumber keceriaan dan semangat kehadiranmu membuat hari-hariku penuh warna, tawa dan candaanmu menjadi pelipur di saat lelah. Semoga engkau menjadi pribadi yang kuat, penuh cinta dan selalu dalam lindungan serta keberkahan Allah SWT. Love u my dearest sibling.
6. Kakak iparku (Ade Putra) serta Ayuk iparku (Anggraini Rukmita dan Peni Pratamawati), terimakasih atas semangat, dukungan, dan kasih sayang yang kalian berikan untukku. Aku menyayangi kalian bukan hanya sebagai ipar, tetapi sebagai kakak dan ayuk kandung sendiri. Semoga Allah membalas semua kebaikan kalian, panjang umur dan sehat selalu.

7. Terimakasih untuk keluarga besar H. Ahmad Yani dan Asirojudin sudah banyak mendoakan, mendukung proses ku untuk menggapai cita-cita, dan terimakasih atas segala perayaan.
8. Sahabat kesayanganku sejak MTS (Caca dan Helia), Kalian adalah bagian dari perjalananku menggapai cita-cita. Setiap momen yang pernah kita lalui adalah kenangan indah yang akan selalu ku simpan dalam hati. Kalian bukan hanya sekedar sahabat tetapi sudah seperti keluarga. Terimakasih atas segala bentuk apresiasi yang kalian berikan terimakasih telah menjadi tempat bercerita ketika sedih, dan sumber semangat ketika hampir menyerah. Semoga persahabatan kita terus berjalan karena bagiku kalian akan selalu menjadi sahabat terbaik, sahabat sejati, dan sahabat kesayangan selamanya. Sukses, sehat dan bahagia selalu my lovely bestie.
9. Sahabat dari Mipa2 (Dhea, Ejak, Afifah Putri, Gita dan Nayah) terimakasih atas segala doa, dukungan, semangat, dan bantuan kalian kepadaku sehingga aku bisa selesai dalam menyusun skripsi ini. Semoga kita sukses dimanapun kita berada sist.
10. Penghuni grub Manusia Lucknutable (Anisah dwi, Darma, Rahyu dan Mawar) terimakasih sudah menjadi 'Close Friends' yang saling support selama 4 tahun diperkuliahan. Terimakasih atas cerita, tawa, doa, semangat, bantuan dan kebersamaan sehingga aku bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga pertemanan kita tetap hangat dan membawa kita semua pada kebahagiaan dan kesuksesan. See u in another beautiful story of life, guys.
11. Teruntuk teman seperjuangan (Widya, Adel, Aulia, Sela, Mutya, Ze, Chintya, Butet, Ifa, Juita, Isil, Ririn) terimakasih banyak atas segala doa dan bantuan kalian selama di bangku kuliah sehingga aku bisa menyelesaikan semua ini, kalian adalah teman-teman yang baik dan hebat. Sukses selalu ya. Love u guys!.
12. Teman Janji Jiwaku (Ney dan Ajeng) terimakasih atas waktu bersama dalam belajar hingga kompeten serta menyusun skripsi ini sampai

selesai, support dari kalian membuatku termotivasi dan percaya bahwa aku mampu melewati semua tantangan. See u later sist!.

13. Teman Angkatan 2021 Str Gizi dan Dietetika terimakasih atas kebersamaan, kerja sama, serta semangat yang telah kita lalui bersama selama 4 tahun ini. Setiap suka dan duka yang kita jalani akan selalu menjadi kenangan berharga yang tidak akan terlupakan. See u on top guys!.
14. Teruntuk kak tenti dan seluruh keluarga asuh yang tidak bisa disebutkan satu-persatu terimakasih atas support dan semangat kalian kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Love u. Kebaikan kalian takkan terlupakan.
15. Terakhir untuk diriku sendiri Izzatul Ilmi, terimakasih telah bertahan sejauh ini. Terimakasih sudah memilih untuk terus berjuang meski ada rasa lelah, ragu, bahkan ingin menyerah. Perjalanan panjang ini tidaklah mudah banyak air mata yang keluar namun langkah demi langkah berhasil dilalui dengan kekuatan dan keyakinan. Skripsi ini adalah bukti bahwa kamu mampu menghadapi segala tantangan sekaligus hadiah atas setiap doa, air mata dan usaha yang tidak terlihat. Teruslah percaya kepada diri sendiri, karena setiap perjuangan diri adalah bentuk cinta terhadap masa depanmu. Sukses dan bahagia selalu untuk diriku.

Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Skripsi
Izzatul Ilmi

Hubungan Konsumsi Buah Sayur Dan Aktivitas Fisik Dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu

xiii, 115 halaman, 10 tabel, 10 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes Melitus (DM) tipe II merupakan penyakit tidak menular yang prevalensinya terus meningkat secara global, termasuk di Indonesia. Pola makan rendah konsumsi buah dan sayur serta kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor risiko utama yang dapat dicegah. Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu merupakan salah satu wilayah dengan jumlah penderita DM yang tinggi. Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian terkait faktor gaya hidup untuk pencegahan DM. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konsumsi buah dan sayur serta aktivitas fisik dengan risiko diabetes melitus pada usia 40–70 tahun di wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu tahun 2025.
Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel sebanyak 95 orang yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner *Food Frequency Questionnaire (FFQ*), *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ),* dan *CanRisk*. Analisis data dilakukan dengan uji chi-square menggunakan tingkat signifikansi $p \leq 0,05$.
Hasil dan Pembahasan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi buah dan sayur dengan risiko DM ($p = 0,001$; OR = 4,300), dan aktivitas fisik dengan risiko DM ($p = 0,023$; OR = 2,714). Responden yang jarang mengonsumsi buah dan sayur serta memiliki aktivitas fisik ringan hingga sedang memiliki risiko lebih tinggi mengalami DM tipe II dibandingkan dengan yang sering mengonsumsi buah dan sayur serta beraktivitas fisik berat.
Kesimpulan: Konsumsi buah sayur dan aktivitas fisik berhubungan dengan risiko DM tipe II. Peningkatan pola makan sehat dan aktivitas fisik berat perlu ditingkatkan untuk menurunkan risiko DM pada kelompok usia 40–70 tahun.

Kata Kunci: Buah Sayur, Aktivitas Fisik, Risiko Diabetes

Daftar Pustaka: 61 (2017-2024)

Program of Study: Bachelor of Applied Nutrition and Dietetics
Department of Nutrition, Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Thesis
Izzatul Ilmi

The Relationship Between Fruit and Vegetable Consumption and Physical Activity with the Risk of Type II Diabetes Mellitus Among Individuals Aged 40–70 Years in the Working Area of Jembatan Kecil Public Health Center, Bengkulu City

xiii, 115 pages, 10 tables, 10 appendices

ABSTRACT

Background: Type II Diabetes Mellitus (DM) is a non-communicable disease with a globally increasing prevalence, including in Indonesia. Poor dietary patterns, particularly low fruit and vegetable intake, and insufficient physical activity are among the main modifiable risk factors. The Jembatan Kecil Public Health Center in Bengkulu City is one of the areas with a high number of DM cases. Therefore, it is essential to conduct research on lifestyle factors for DM prevention. **Objective:** This study aimed to determine the relationship between fruit and vegetable consumption and physical activity with the risk of type II diabetes mellitus among individuals aged 40–70 years in the Jembatan Kecil Public Health Center area, Bengkulu City, in 2025.
Methods: This study used an observational analytic design with a cross-sectional approach. A total of 95 respondents were selected using purposive sampling. Data were collected through interviews using the Food Frequency Questionnaire (FFQ), Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ), and the Canadian Diabetes Risk Questionnaire (CanRisk). Data analysis was conducted using the chi-square test with a significance level of $p \leq 0.05$.
Results and Discussion: The results showed a significant relationship between fruit and vegetable consumption and the risk of DM ($p = 0.001$; OR = 4,300), as well as between physical activity and the risk of DM ($p = 0.023$; OR = 2,714). Respondents with low fruit and vegetable consumption and low-to-moderate physical activity had a higher risk of type II DM compared to those with frequent fruit and vegetable intake and vigorous physical activity.
Conclusion: Fruit and vegetable consumption and physical activity are associated with the risk of type II diabetes mellitus. Promoting healthy eating patterns and encouraging regular vigorous physical activity are essential strategies to reduce DM risk among individuals aged 40–70 years.

Keywords: Fruit and Vegetables, Physical Activity, Diabetes Risk

Referensi: 61 (2017–2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan hidayah-Nya serta kemudahan yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **"Hubungan Konsumsi Buah Sayur dan Aktivitas Fisik dengan Risiko Diabetes Melitus pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu Tahun 2025"**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika di Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Penulis menyadari akan keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki. Oleh karena itu saran dan kritik yang sifatnya membangun merupakan input dalam penyempurnaan selanjutnya. Semoga dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan di masa yang akan datang dan masyarakat.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapat masukkan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu dengan kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Linda Sitompul, SST., M.Kes sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
2. Anang Wahyudi, S.Gz., MPH sebagai Ketua Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
3. Tetes Wahyu W, SST., M.Biomed sebagai Ketua Program Studi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

4. Arie Krisnasary, S.Gz,. M. Biomed Sebagai Pembimbing Pertama yang telah membimbing dan memberikan banyak masukan serta dorongan dan motivasi kepada penulis dalam menyusun skripsi ini dengan baik.
5. Risda Yulianti, S.Gz., M.Sc., Ph. D Sebagai Pembimbing Kedua yang telah membimbing dan memberikan banyak masukan saran dan arahan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini dengan baik.
6. Dr. Betty Yosephin Simanjuntak, SKM.,MKM Sebagai Ketua Dewan Penguji yang telah membimbing dan memberikan banyak masukan serta motivasi dalam menyusun skripsi.
7. Ayu Pravita Sari., SST.,M.Gizi Sebagai Penguji II yang telah membimbing dan memberikan banyak masukan serta motivasi dalam menyusun skripsi.
8. Bapak/Ibu Seluruh dosen yang telah memberi masukan dan motivasi kepada penulis dalam menyusun skripsi.

Pada penyusunan skripsi ini, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran agar dapat membantu perbaikan selanjutnya. Atas perhatian dan masukannya penyusun mengucapkan banyak terima kasih.

Bengkulu, 2025

Izzatul Ilmi

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN ..... **ii**
BIODATA PENULIS ..... **iv**
ABSTRAK ..... **ix**
ABSTRACT ..... **x**
KATA PENGANTAR ..... **xi**
DAFTAR ISI ..... **xiii**
DAFTAR TABEL ..... **xv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xvi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvii**

BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan Penelitian 7
D. Manfaat Penelitian 8
E. Keaslian Penelitian 9

BAB II TINJAUAN PUSTAKA **10**
A. Diabetes Melitus 10
1. Definisi Diabetes Melitus 10
2. Klasifikasi Diabetes Melitus 11
3. Etiologi Diabetes Melitus 12
4. Patofisiologi Diabetes Melitus 14
5. Manifestasi Klinik 15
6. Penatalaksanaan Diabetes Melitus 15
B. Konsumsi Buah dan Sayur 17
1. Definisi Buah dan Sayur 17
2. Manfaat Konsumsi Buah dan Sayur 18
3. Jenis Buah dan Sayur 19
4. Angka Kecukupan Gizi Buah dan Sayur 19
5. FFQ (Food Frequency Questionnaire) 20
C. Aktivitas Fisik 21
1. Definisi Aktivitas Fisik 21
2. Jenis dan Klasifikasi Aktivitas Fisik 21
4. Kaitan Aktivitas Fisik Dengan Diabetes Melitus 23
5. GPAQ (Global Physical Activity Questionnaire) 23
6. CanRisk (The Canadian Diabetes Risk Questionnaire) 25
D. Kerangka Teori 28
E. Hipotesis Penelitian 29

BAB III METODE PENELITIAN **30**
A. Desain Penelitian 30

B. Tempat dan Waktu Penelitian 30
C. Kerangka Konsep 30
D. Definisi Operasional 31
E. Populasi dan Sampel 32
G. Teknik Pengumpulan Data 33
H. Pengolahan Data 37
I. Analisis Data 38

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 40
A. Jalannya Penelitian 40
B. Hasil Penelitian 41
1. Gambaran Konsumsi Buah Sayur Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 42
2. Gambaran Aktivitas Fisik Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 43
3. Gambaran Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 43
4. Hubungan Konsumsi Buah Sayur dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 44
5. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 45
C. Pembahasan 45
1. Gambaran Konsumsi Buah Sayur Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 45
2. Gambaran Aktivitas Fisik Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 47
3. Gambaran Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 50
4. Hubungan Konsumsi Buah Sayur dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 54
5. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu 57

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 60
A. Kesimpulan 60
B. Saran 61

DAFTAR PUSTAKA 62
LAMPIRAN 67

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2.1	Klasifikasi Diabetes Melitus.....	12
Tabel 2.2	Kadar Tes Laboratorium Darah Untuk Diagnosis Diabetes dan Pradiabetes	13
Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	32
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, IMT dan Riwayat Keluarga DM.....	41
Tabel 4.2	Gambaran Konsumsi Buah Sayur Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu…….....	42
Tabel 4.3	Gambaran Aktivitas Fisik Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu.....	43
Tabel 4.4	Gambaran Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu.....	43
Tabel 4.5	Hubungan Konsumsi Buah Sayur dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu.....	44
Tabel 4.6	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu…….....	45

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori.....	29
Gambar 3.1	Kerangka Konsep…….....	31

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 *Informed Consent* 68
Lampiran 2 *FFQ (Food Frequency Questionnaire)*..... 69
Lampiran 3 Kuesioner *GPAQ*..... 71
Lampiran 4 Kuesioner *CanRisk* 74
Lampiran 5 Master Data..... 77
Lampiran 6 Hasil Uji SPSS..... 80
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian..... 84
Lampiran 8 Surat Keterangan Layak Etik..... 89
Lampiran 9 Surat Selesai Penelitian 90
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian..... 91

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu