DAFTAR PUSTAKA

Adi, S. (2019) 'Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia', *PB Perkeni*, p. 133.

Agarwal, G. *et al.* (2018) *'Effectiveness of the CANRISK tool in the identification of dysglycemia in first nations and métis in Canada'*, *Health Promotion and Chronic Disease Prevention in Canada*, 38(2), pp. 55–63. https://doi.org/10.24095/hpcdp.38.2.02.

Ali, N.M. (2019) 'Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah dengan Kadar Gula Darah Pasien DM Tipe 2 di Puskesmas Kalumata Kota Ternate', *Medica Majapahit*, 11(2), pp. 1–32.

Ananda *et al* (2024) '*Screening for risk factors for type 2 diabetes mellitus using the Canadian Diabetes Risk Questionnaire (CANRISK) in the East Java Provincial Health Service, Indonesia', World Journal of Advanced Research and Reviews*, 22(1), pp. 1292–1296. https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.22.1.1233.

Astutisari, I.D.A.E.C., Darmini, Y. and 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), pp. 79–87. https://doi.org/10.37294/jrkn.v6i2.350.

Balyan *et al.*, (2023) 'Hubungan Aktivitas Fisik dan Kualitas Hidup Pasien Diabetes Melitus', *Jurnal Assyifa Ilmu Keperawatan Islami*, 8(2), pp. 1–9. https://doi.org/10.54460/jifa.v8i2.66.

Chaudhari *et al* (2024) 'Unlocking the Nutritional Power of Vegetables: A Guide to Vibrant Health', in *European Journal of Nutrition & Food Safety*, pp. 247–261. https://doi.org/10.9734/ejnfs/2024/v16i81512.

Cicilia L, Kaunang, W.P.. and Langi, F.L.F.. (2018) 'hubungan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus pada pasien rawat jalan di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Bitung', *Jurnal KESMAS*, 7(5), pp. 1–6.

Demla, C. *et al.* (2021) 'Instruments measuring the quality of life among people living with type 2 diabetes mellitus in India: A systematic review protocol', *BMJ Open*, 11(4), pp. 1–6. https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-043831.

Dewi *et al* (2022) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar GDS Pada Penderita DM Tipe II', Mutiara Ners, 5(2), pp. 19–26.

Dinkes Bengkulu (2023) 'Profil kesehatan kota bengkulu 2023', 19(5), pp. 1–162.

Fathurohman *et al* (2017) 'Gambaran Tingkat Risiko dan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2 di Buaran, Serpong Description of Risk Level and Factors Related to Risk of Type 2 Diabetes Mellitus in Buaran, Serpong', *Jurnal Kedokteran Yarsi*, 24(3), pp. 186–202.

Fayasari (2022) 'Monograf Konsumsi Sayur Buah Remaja Rural dan Urban', in,

pp. 1–78. https://repository.binawan.ac.id/1719/1/Layout_Adhila Fayasari%2C SGz%2C MPH _MONOGRAF KONSUMSI SAYUR BUAH REMAJA.pdf.

Fayasari, A. (2020) Penilaian Konsumsi Pangan. https://repository.binawan.ac.id.

Febrinasari, R.P. *et al.* (2020) 'Buku Saku Diabetes Melitus untuk Awam. Surakarta : UNS Press.', in Penerbitan dan Pencetakan UNS (UNS Press*)*, p. 79.

Gani *et al* (2023) 'Konsumsi gula pasir dan konsumsi serat terhadap kejadian Diabetes Melitus', Holistik Jurnal Kesehatan, 17(3), pp. 246–252. https://doi.org/10.33024/hjk.v17i3.10289.

Hafid dan Hanafi (2019) 'Hubungan Aktivitas Fisik dan Konsumsi Fast Food dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja', Kampurui Jurnal Kesehatan Masyarakat *(The Journal of Public Health)*, 1(1), pp. 6–10. https://doi.org/10.55340/kjkm.v1i1.49.

Hardianto, D. (2021) 'Telaah Komprehensif Diabetes Melitus: Klasifikasi, Gejala, Diagnosis, Pencegahan, Dan Pengobatan', Jurnal Bioteknologi & Biosains Indonesia *(JBBI)*, 7(2), pp. 304–317. https://doi.org/10.29122/jbbi.v7i2.4209.

Hariawan *et al* (2019) 'Hubungan Gaya Hidup (Pola Makan dan Aktivitas Fisik) Dengan Kejadian Diabetes Melitus di Rumah Sakit Umum Provinsi NTB', Jurnal Keperawatan Terpadu *(Integrated Nursing Journal)*, 1(1), p. 1. https://doi.org/10.32807/jkt.v1i1.16.

Haryono *et al* (2023) 'Hubungan obesitas dan aktivitas fisik dengan kejadian diabetes melitus tipe II pada usia > 40 tahun di wilayah kerja Puskesmas Bukit Hindu', *Barigas: Jurnal Riset Mahasiswa*, 1(2), pp. 53–60. https://doi.org/10.37304/barigas.v1i2.7987.

Howard *et al* (2020) 'Jurnal Diabetes Kanada Alat untuk Menilai Risiko Diabetes Tipe 2 pada Orang Dewasa Kanada', 44, pp. 445–447.

IDF (2021) *International Diabetes Federation*, *Diabetes Research and Clinical Practice*. https://doi.org/10.1016/j.diabres.2013.10.013.

Indriyawati, N. *et al.* (2022) 'Upaya Peningkatan Kualitas Hidup Lansia dengan Penyakit Diabetes Mellitus (DM) melalui Penerapan Management Diri', *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), pp. 301–308. https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i2.1061.

Kabosu, R.A.S., Adu, A.A. and Hinga, I.A.T. (2019) 'Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe Dua di RS Bhayangkara Kota Kupang', *Timorese Journal of Public Health*, 1(1), pp. 11–20. https://doi.org/10.35508/tjph.v1i1.2122.

Kemenkes RI (2014) 'Pedoman Gizi Seimbang', *Procedia Manufacturing*, 1(22

Jan), pp. 1–17.

Kemenkes RI (2019) 'Buku Pintar Kader Posbindu', *Buku Pintar Kader Posbindu*, pp. 1–65. http://p2ptm.kemkes.go.id/uploads/VHcrbkVobjRzUDN3UCs4eUJ0dVBndz09/2019/03/Buku_Pintar_Kader_POSBINDU.pdf.

Kemenkes RI (2020) 'Menteri Kesehatan Republik Indonesia', 2507(February), pp. 1–9.

Kusumo, M.P. (2020) *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo*, *Yogyakarta: The Journal Publishing*. http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku pemantauan aktivitas fisik.pdf?sequence=1.

Lemieux *et al* (2020) 'A Tool to Assess Risk of Type 2 Diabetes in Canadian Adults', *Canadian Journal of Diabetes*, 44(5), pp. 445–447. https://doi.org/10.1016/j.jcjd.2020.03.002.

Lestari, rizki rahmawati, ZR, Z. and Riani (2022) 'Penderita Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Poli Dewasa Wilayah Kerja Upt Blud Puskesmas Salo', *Ners*, 6(23), pp.100–104. http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/4135.

Lubis *et al* (2023) 'Physical Activity Profile Based on Global Physical Activity Questionnaire (Gpaq) for Mining Workers', *Indonesian Journal of Public Health*, 18(3), pp. 481–492. https://doi.org/10.20473/Ijph.v18i3.2023.481-492.

Mayasari (2023) 'Manfaat Konsumsi Buah Dan Sayur Untuk Penderita Diabetes Mellitus', *An-Najat*, 1(1), pp. 21–28.

Mufida *et al* (2024) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Acak Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Dinoyo', 5(September), pp. 9448–9457.

Nainggolan, O., Indrawati, L. and Pradono, J. (2019) 'Kebugaran Jasmani menurut instrument GPAQ dibandingkan dengan VO2max pada wanita umur 25 sampai 54 tahun', *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 21(4), pp. 271–280.: https://doi.org/10.22435/hsr.v21i4.752.

Nurainy, F. (2018) 'Pengetahuan Bahan Nabati I: Sayuran, Buah-buahan, Kacang-kacangan, Serealia dan Umbi-umbian', *Jurusan Teknologi Hasil Pertanian Fakultas Pertanian Universitas Lampung*, pp. 1–61.

Nurdin, N. dan (2023) 'Profil Asupan dan Status Gizi pada Responden yang Memiliki Kebiasaan Menonton Video Mukbang', *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 2(2), pp. 133–140. https://doi.org/10.25182/jigd.2023.2.2.133-140.

Onwuakagba, I.U. *et al.* (2024) 'The Igbo version of the Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ)- A cross-cultural adaptation study', *Journal of*

Activity, Sedentary and Sleep Behaviors, 3(1). https://doi.org/10.1186/s44167-024-00061-9.

Patimah, I. *et al.* (2020) *Menggagas Konsep Edukasi Manajemen Diabetes Mellitus*.

Perkeni (2015) 'Perkeni', *Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Indonesia*, p. 46.

Perkeni, 2021 (2021) *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021*, *Global Initiative for Asthma*. Available at: www.ginasthma.org.

Public Health Agency of Canada (2011) *The Canadian Diabetes Risk Questionaire*.

Public Health Agency of Canada (2017) *Canrisk. The Canadian Diabetes Risk Questionnarie. User Guide for Pharmacists*, *Canrisk. User Guide for pharmacists*.

Purnama, R.F.N. (2023) 'Retinopati Diabetik : Manifestasi Klinis, Diagnosis, Tatalaksana dan Pencegahan', *Lombok Medical Journal*, 2(1), pp. 39–42. https://doi.org/10.29303/lmj.v2i1.2410.

Purwandari, N.P. *et al.* (2024) 'Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Pada Pasien Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Keling I Jepara', Jurnal Profesi Keperawatan *(JPK)*, 11(1), pp. 77–87.

Rachmayani, A.N. (2018) 'Hubungan Lamanya Menderita Diabetes Mellitus Dengan Kejadian Diabetic Peripheral Neurophaty (DPN) Dan Resiko Jatuh Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2', p. 6.

Ramadhani *et al* (2022) 'Hubungan Aktivitas Fisik dengan Diabetes Melitus pada Wanita Usia 20-25 di DKI Jakarta (Analisis Data Posbindu PTM 2019)', *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan*, 2(2). https://doi.org/10.51181/bikfokes.v2i2.5820.

Rismawati, D. (2024) 'Survey Aktivitas Fisik pada Orang Dewasa Madya umur 40-55 tahun di Kecamatan Rantau Pandan', *Jurnal Score*, 1(2), pp. 01–07. www.ine.es.

Salsabila (2024) 'Pentingnya Konsumsi Buah dan Sayur', *Direktorat* Jenderal Pelayanan Kesehatan - Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 5, pp. 3051–3058.

Sari dan Purnama (2019) 'Aktivitas Fisik dan Hubungannya dengan Kejadian Diabetes Mellitus', *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 2(4), pp. 368–381. https://doi.org/10.33368/woh.v0i0.213.

Sipayung, R., Siregar, F. and Nurmaini (2017) 'Jurnaladm,+9_1461 (2)', Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Perempuan Usia Lanjut Di Wilayah Kerja Puskesmas Padang Bulan Medan Tahun 2017, p. 79.

Siregar *et al* (2020) '110-Article Text-585-1-10-20220302', 2(1), pp. 26–36.

SKI (2023) 'Survei Kesehatan Indonesia (SKI)', *Kota Kediri Dalam Angka*, pp. 1–68.

Subekti, N. *et al.* (2021) 'Peningkatan Kesehatan Melalui Program Informal Sport Masa Pandemi Covid 19 Menuju New Normal Pada Masyarakat Dsn. Kalapanunggal Dan Dsn. Ancol Kec. Sindang Kasih Kab. Ciamis', *Jurnal Pengabdian Siliwangi*, 7(1). https://doi.org/10.37058/jsppm.v7i1.2503.

Sulistyorini *et al* (2023) 'Konsumsi Buah dan Sayur dan Kejadian Diabetes Melitus pada Usia Produktif', *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 10(1), pp. 7–12. https://doi.org/10.54867/jkm.v10i1.146.

Suprapti, D. (2020) 'Hubungan Pola Makan, Kondisi Psikologis, Dan Aktivitas Fisik Dengan Diabetes Mellitus Pada Lansia Di Puskesmas Kumai', *Jurnal Borneo Cendekia*, 2(1), pp. 1–23. https://doi.org/10.54411/jbc.v2i1.85.

Taja *et al* (2024) 'Hubungan Genetik, Kebiasaan Merokok, dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana Tahun 2021', *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 3(3), pp. 515–521. https://doi.org/10.55123/sehatmas.v3i3.3878.

Taufiq (2024) 'Faktor Risiko Penyakit Diabetes Mellitus pada Tenaga Kesehatan di Puskesmas Wilayah Lampung Utara (Risk Factors for Diabetes Mellitus in Health Workers in the North Lampung Regional Public Health Center)', 13(1), pp. 116–126.

Ummah, M.S. (2021) *DIABETES MELITUS*, *Sustainability (Switzerland)*. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI.

Wahyuni dan Nugroho (2021) 'Hubungan Konsumsi Sayur dan Buah terhadap Gizi Kurang pada Remaja', *Borneo Student Research*, 2(3), pp. 2038–2044.

WHO (2017) *World Health Statistic*, Etika Jurnalisme Pada Koran Kuning : Sebuah Studi Mengenai Koran Lampu Hijau.

Winiastri (2020) 'Pengetahuan dan Konsumsi Buah dan Sayur Ibu dengan Tingkat Konsumsi Buah dan Sayur Pada Anak Pra Sekolah', *Infokes*, 10(1), pp. 300–306.

Yosmar *et al* (2018) 'Survei Risiko Penyakit Diabetes Melitus Terhadap Masyarakat Kota Padang', 5(2), pp. 134–141.

LAMPIRAN

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1 Informed Consent
Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Alamat:

Menyatakan bersedia untuk menjadi responden pada penelitian yang akan dilakukan oleh Izzatul Ilmi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika 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"*** dan saya akan mengikuti proses penelitian serta menjawab kuesioner sejujur-jujurnya.

Oleh karena itu, saya menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi responden pada penelitian ini dengan suka rela dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Bengkulu, April 2025

Responenden

(……)

Lampiran 2 *FFQ (Food Frequency Questionnaire)*

Nama : **Jenis Kelamin :**

TTL : **Alamat :**

Usia : **No HP :**

No	Bahan Makanan	Frekuensi Konsumsi (Skor Konsumsi Pangan)					
		>3 Kali/Hari	1 Kali/Hari	3 – 6 Kali/Minggu	1 – 2 Kali/Minggu	2 Kali Sebulan	Tidak Pernah
		(50)	(25)	(15)	(10)	(5)	(0)
A	**Sayur-sayuran**						
1	Oyong						
2	Selada Air						
3	Selada Darat						
4	Jamur						
5	Ketimun						
6	Tomat						
7	Labu air						
8	Bayam						
9	Sawi Hijau						
10	Sawi Putih						
11	Toge						
12	Terong						
13	Labu siam						
14	Wortel						
15	Kol						
16	Brokoli						
17	Buncis						
18	Kacang Panjang						
19	Pare						
20	Rebung						
21	Kangkung						

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

22	Daun singkong						
23	Katuk						
24	Daun pepaya						
25	Daun Bawang						
26	Daun Seledri						
B	**Buah – Buahan**						
1	Alpokat						
2	Apel						
3	Pisang						
4	Pepaya						
5	Semangka						
6	Jeruk						
7	Mangga						
8	Melon						
9	Anggur						
10	Durian						
11	Duku						
12	Kelengkeng						
13	Jambu						
14	Bengkoang						
15	Buah naga						
16	Pear						
17	Salak						
Jumlah Skor Konsumsi							

Penilaian Total Skor:

1. Jika skor kurang dari 15 (1-2 kali/minggu, 2 kali/bulan) Kategori Jarang Konsumsi Buah dan Sayur
2. Jika skor 15 ke atas (3 kali/hari, 1 kali/hari, 3-6 kali/ minggu) Kategori Sering Konsumsi Buah dan Sayur

Lampiran 3 Kuesioner *GPAQ*

Nama : Jenis Kelamin :

TTL : Alamat:

Usia :

Pertanyaan		Responden	Kode
A. Aktivitas saat bekerja (aktivitas termasuk belajar, tugas administrasi, aktivitas rumah tangga, dll)			
1	Apakah dalam pekerjaan sehari – hari Bapak/Ibu, melakukan **aktivitas fisik/kerja berat** minimal 10 menit per hari? (mengangkut beban berat, berjalan sangat cepat lebih dari 5km/jam, memindahkan batu, menggali/mencangkul, bersepeda lebih dari 15km/jam)	1. Ya (Lanjut ke no 2) 2. Tidak (Lanjut ke no 4)	P1
2	Berapa hari dalam seminggu Bapak/Ibu melakukan **aktivitas fisik/kerja berat**?	..... Hari	P2
3	Berapa lama dalam 1 hari, Bapak/Ibu melakukan **aktivitas fisik/kerja berat**?	..... Jam , ... Menit	P3
4	Apakah dalam pekerjaan Bapak/Ibu, memerlukan aktivitas **fisik/kerja sedang,** minimal 10 menit per hari? (jalan santai, memindahkan perabot ringan,menanam, mencuci kendaraan, bersepeda pada lintasan datar)	1. Ya 2. Tidak (Lanjut ke no 7)	P4
5	Berapa hari dalam seminggu Bapak/Ibu melakukan **fisik/kerja sedang** ?	..... Hari	P5
6	Berapa lama dalam 1 hari biasannya Bapak/Ibu melakukan **fisik/kerja sedang** ?	..... Jam , ... Menit	P6
B. Perjalanan dari tempat ke tempat lainnya (Perjalanan ke tempat kerja, belanja, ke supermarket,dll) dengan menggunakan sepeda atau berjalan kaki			
7	Apakah Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda, minimal 10 menit setiap harinya untuk pergi ke suatu tempat?	1. Ya 2. Tidak (Lanjut ke no 10)	P7

8	Berapa hari dalam seminggu Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda (minimal 10 menit) untuk pergi ke suatu tempat?	..... Hari	P8
9	Berapa lama dalam 1 hari biasanya Bapak/Ibu berjalan kaki atau bersepeda untuk pergi ke suatu tempat?	..... Jam , ... Menit	P9
C. Aktivitas Rekreasi (Olahraga, Fitness, dan Rekreasi lainnya)			
10	Apakah Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitness atau rekreasi yang merupakan **aktivitas fisik berat** minimal 10 menit per hari?	1. Ya 2. Tidak (Lanjut ke no 13)	P10
11	Berapa hari dalam seminggu biasannya Bapak/Ibu melakukan olahraga , fitness, atau rekreasi yang merupakan **aktivitas fisik berat**?	..... Hari	P11
12	Berapa lama Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitness atau rekreasi yang merupakan **aktivitas fisik berat** dalam 1 hari ?	..... Jam , ... Menit	P12
13	Apakah Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitness, atau rekreasi yang tergolong sedang seperti: **berjalan cepat, bersepeda kecepatan dibawah 16 km/jam, berenang, voli, mengepel lantai** yang merupakan aktivitas sedang minimal 10 menit per hari ?	1. Ya 2. Tidak (Lanjutke no 16)	P13
14	Berapa hari dalam seminggu, Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitnes, atau rekreasi yang tergolong sedang seperti: **berjalan cepat, bersepeda kecepatan dibawah 16 km/jam, berenang, voli, mengepel lantai** ?	..... Hari	P14
15	Berapa lama Bapak/Ibu melakukan olahraga, fitness atau rekreasi yang tergolong sedang seperti: berjalan cepat, bersepeda kecepatan dibawah 16 km/jam, berenang, voli, mengepel lantai dalam 1 hari ?	***..... Jam, Menit***	***P15***

D. Tidak banyak bergerak (aktivitas yang tidak memerlukan banyak gerak seperti duduk			
16	Berapa lama Bapak/Ibu duduk ?	..... Jam, ... Menit	P16

1.Aktivitas berat = Jika total MET >3000

2.Aktivitas ringan dan sedang = Jika total MET <3000

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 4 Kuesioner *CanRisk*

Data Responden (Demografi)	
Nama :	Agama :
Jenis Kelamin : Laki-Laki/Perempuan	Alamat : Jl.
Tanggal lahir : / /19	RT : RW : NO :
Usia : Thn	Pekerjaan :

THE CANADIAN DIABETES RISK QUESTIONNAIRE CANRISK

1. Pilih kelompok usia Anda:
   - 40-44 tahun : 0 point
   - 45-54 tahun : 7 point
   - 55-64 tahun : 13 point
   - 65-74 tahun : 15 point
2. Apakah Anda pria atau wanita?
   - Laki-Laki : 6 point
   - Perempuan : 0 point
3. Berapa tinggi badan Anda dan berapa berat badan Anda?

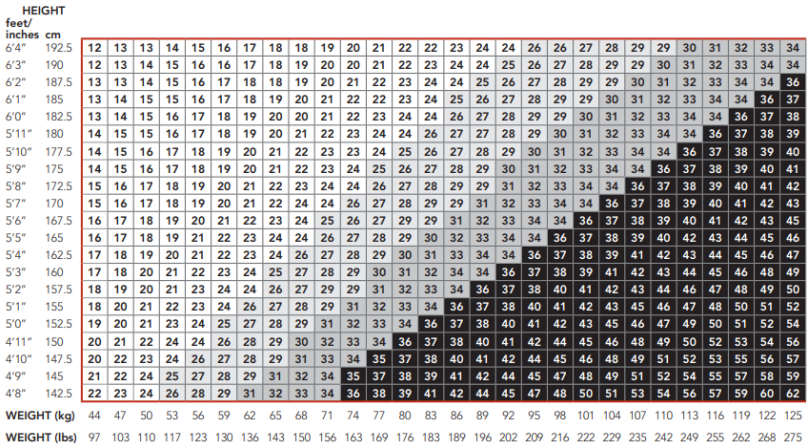
   BB :

   TB :

   Pada sisi kiri grafik IMT di bawah, lingkari tinggi badan Anda, lalu pada bagian bawah grafik lingkari berat badan Anda. Temukan kotak pada bagan tempat tinggi badan Anda bersilangan dengan berat badan Anda

   Pilih kelompok IMT Anda dari pilihan berikut:
   - IMT kurang dari 25 : 0 point
   - IMT 25 hingga 29 : 4 point
   - IMT 30 hingga 34 : 9 point
   - IMT 35 ke atas ; 14 point

Kemenkes Poltekkes Bengkulu



HEIGHT feet/inches	cm																										
6'4"	192.5	12	13	13	14	15	16	17	18	18	19	20	21	22	22	23	24	24	26	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34
6'3"	190	12	13	14	15	16	16	17	18	19	20	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34
6'2"	187.5	13	13	14	15	16	17	18	18	19	20	21	22	23	24	24	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34	36
6'1"	185	13	14	15	15	16	17	18	19	20	21	22	22	23	24	25	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34	36	37
6'0"	182.5	13	14	15	16	17	18	19	20	20	21	22	23	24	24	26	27	28	29	29	30	31	32	33	34	34	36	37	38
5'11"	180	14	15	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	24	26	27	27	28	29	30	31	32	33	34	34	36	37	38	39
5'10"	177.5	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	34	36	37	38	39	40
5'9"	175	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	34	36	37	38	39	40	41
5'8"	172.5	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	24	26	27	28	29	29	31	32	33	34	34	36	37	38	39	40	41	42
5'7"	170	15	16	17	18	19	20	21	22	24	24	26	27	28	29	29	31	32	33	34	34	36	37	38	39	40	41	42	43
5'6"	167.5	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	29	29	31	32	33	34	34	36	37	38	39	40	41	42	43	45
5'5"	165	16	17	18	19	21	22	23	24	24	26	27	28	29	30	32	33	34	34	36	37	38	39	40	42	43	44	45	46
5'4"	162.5	17	18	19	20	21	22	23	24	26	27	28	29	30	31	33	34	34	36	37	38	39	41	42	43	44	45	46	47
5'3"	160	17	18	20	21	22	23	24	25	27	28	29	30	31	32	34	34	36	37	38	39	41	42	43	44	45	46	48	49
5'2"	157.5	18	19	20	21	23	24	24	26	27	29	29	31	32	33	34	36	37	38	40	41	42	43	44	46	47	48	49	50
5'1"	155	18	20	21	22	23	24	26	27	28	29	31	32	33	34	36	37	38	40	41	42	43	45	46	47	48	50	51	52
5'0"	152.5	19	20	21	23	24	25	27	28	29	31	32	33	34	36	37	38	40	41	42	43	45	46	47	49	50	51	52	54
4'11"	150	20	21	22	24	24	26	28	29	30	32	33	34	36	37	38	40	41	42	44	45	46	48	49	50	52	53	54	56
4'10"	147.5	20	22	23	24	26	27	28	29	31	33	34	35	37	38	40	41	42	44	45	46	48	49	51	52	53	55	56	57
4'9"	145	21	22	24	25	27	28	29	31	32	34	35	37	38	39	41	42	44	45	47	48	49	51	52	54	55	57	58	59
4'8"	142.5	22	23	24	26	28	29	31	32	33	34	36	38	39	41	42	44	45	47	48	50	51	53	54	56	57	59	60	62
WEIGHT (kg)		44	47	50	53	56	59	62	65	68	71	74	77	80	83	86	89	92	95	98	101	104	107	110	113	116	119	122	125
WEIGHT (lbs)		97	103	110	117	123	130	136	143	150	156	163	169	176	183	189	196	202	209	216	222	229	235	242	249	255	262	268	275

4. Dengan menggunakan pita pengukur, letakkan di pinggang Anda setinggi pusar. Ukur setelah menghembuskan napas (jangan menahan napas) dan tuliskan hasilnya pada garis di bawah.
   - Laki-laki <94cm/Perempuan <80cm : 0 point
   - Laki-laki 94-102cm/Perempuan 80-88cm : 4 point
   - Laki-laki >102cm/Perempuan >88cm : 6 point
5. Apakah Anda biasanya melakukan aktivitas fisik seperti jalan cepat minimal 30 menit setiap hari?
   - Ya : 0 point
   - Tidak : 1 pointt
6. Seberapa sering Anda makan sayur atau buah?
   - Setiap hari : 0 point
   - Tidak setiap hari : 2 point
7. Pernahkah Anda diberitahu oleh dokter atau perawat bahwa Anda memiliki tekanan darah tinggi ATAU pernahkah Anda minum pil tekanan darah tinggi?
   - Ya : 4 point
   - Tidak atau tidak tahu : 0 point
8. Pernahkah Anda diketahui memiliki kadar gula darah tinggi baik dari tes darah, saat sakit, atau selama kehamilan?
   - Ya : 14 point
   - Tidak atau tidak tahu : 0 point
9. Apakah Anda/Ibu anda pernah didiagnosis menderita diabetes gestational?

- Ya : 1 point
- Tidak, tidak tahu, atau tidak berlaku : 0 point

10. Apakah ada saudara sedarah Anda yang pernah didiagnosis menderita diabetes?
    - Ibu : 2 point
    - Bapak : 2 point
    - Saudara Laki-laki/Saudara Perempuan : 2 point
    - Anak : 0 point
    - Tidak/Tidak Tahu : 0 point
11. Silakan beri tanda centang pada kelompok etnis berikut yang menjadi asal orang tua biologis (darah) Anda:
    - Putih: 0 point
    - Aborigin : 3 point
    - Hitam (Afro-Karibia): 5 point
    - Asia Timur (Indonesia, China, Vietnam, Filipina, Korea, dll) : 10 point
    - Asia Selatan (India Timur, Pakistan, Sri Lanka, dll) : 11 point
    - Non-Kulit putih lainnya (Amerika Latin, Arab, Asia Barat) : 3 point
12. Apa jenjang pendidikan tertinggi yang telah Anda selesaikan?
    - Sekolah menengah atas atau kurang dari itu : 5 point
    - Ijazah sekolah menengah atas : 1 point
    - Beberapa perguruan tinggi atau universitas : 0 point
    - Gelar sarjana atau universitas : 0 point

Penilaian Skor :

1.Resiko tinggi = Jika Total Point ≥33

2.Resiko rendah dan sedang = Jika Total Point ≤32

Lampiran 5 Master Data

NO	Usia	Kode	JK	Kode	IMT	Kode	Riwayat Keluarga	Kode	Risiko Diabetes Melitus			Konsumsi Buah Sayur			Aktivitas Fisik		
									Total	Kode	Keterangan	Total	Kode	Keterangan	Total	Kode	Keterangan
1	50	2	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	26	2	Rendah dan sedang	21.2	2	Sering	3.640	2	Aktivitas Fisik Berat
2	42	1	LK	1	IMT <25	1	Tidak	5	15	2	Rendah dan sedang	15	2	sering	1.220	1	AF Ringan dan Sedang
3	41	1	PR	2	IMT 25-29	2	Bapak	2	39	1	Risiko Tinggi	20.4	2	sering	660	1	AF Ringan dan Sedang
4	50	2	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	30	2	Rendah dan sedang	20.9	2	sering	3.000	2	Aktivitas Fisik Berat
5	45	2	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	34	1	Risiko Tinggi	17.2	2	sering	760	1	AF Ringan dan Sedang
6	51	2	LK	1	IMT 25-29	2	Saudara LK	3	41	1	Risiko Tinggi	17.6	2	sering	180	1	AF Ringan dan Sedang
7	42	1	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	14	2	Rendah dan sedang	15	2	sering	640	1	AF Ringan dan Sedang
8	49	2	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	34	1	Risiko Tinggi	15.5	2	sering	3.980	2	Aktivitas Fisik Berat
9	61	3	PR	2	IMT < 25	1	Saudara LK	3	34	1	Risiko Tinggi	15	2	sering	3000	2	Aktivitas Fisik Berat
10	53	2	LK	1	IMT<25	1	Tidak	5	36	1	Risiko Tinggi	15.6	2	sering	160	1	AF Ringan dan Sedang
11	53	2	PR	2	IMT < 25	1	Tidak	5	19	2	Rendah dan sedang	17.3	2	sering	1.080	1	AF Ringan dan Sedang
12	47	2	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	38	1	Risiko Tinggi	12.2	1	Jarang	4.340	2	Aktivitas Fisik Berat
13	44	1	PR	2	IMT 30-34	3	Tidak	5	30	2	Rendah dan sedang	17.7	2	sering	540	1	AF Ringan dan Sedang
14	41	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	21	2	Rendah dan sedang	19.4	2	sering	1.060	1	AF Ringan dan Sedang
15	44	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	13	2	Rendah dan sedang	15.3	2	sering	1.120	1	AF Ringan dan Sedang
16	62	3	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	32	2	Rendah dan sedang	17.5	2	sering	280	1	AF Ringan dan Sedang
17	43	1	PR	2	IMT 30-34	3	Tidak	5	25	2	Rendah dan sedang	19.3	2	sering	1.260	1	AF Ringan dan Sedang
18	47	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	26	2	Rendah dan sedang	17.9	2	sering	2.600	1	AF Ringan dan Sedang
19	56	3	LK	1	IMT <25	1	Tidak	5	35	1	Risiko Tinggi	19.0	2	sering	10.260	2	Aktivitas Fisik Berat
20	51	2	PR	2	IMT <25	1	Saudara LK	3	26	2	Rendah dan sedang	16.8	2	sering	4.560	2	Aktivitas Fisik Berat

21	50	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	20	2	Rendah dan sedang	17.8	2	sering	3.500	2	Aktivitas Fisik Berat
22	49	2	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	28	2	Rendah dan sedang	16.2	2	sering	5.180	2	Aktivitas Fisik Berat
23	50	2	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	31	2	Rendah dan sedang	19.2	2	sering	1.340	1	AF Ringan dan Sedang
24	62	3	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	33	1	Risiko Tinggi	15.6	2	sering	2.280	1	AF Ringan dan Sedang
25	47	2	PR	2	IMT < 25	1	Tidak	5	22	2	Rendah dan sedang	21.2	2	sering	1.960	1	AF Ringan dan Sedang
26	60	3	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	23	2	Rendah dan sedang	20.6	2	sering	1.260	1	AF Ringan dan Sedang
27	46	2	PR	2	IMT 30-34	3	Tidak	5	39	1	Risiko Tinggi	14.3	1	Jarang	2.040	1	AF Ringan dan Sedang
28	58	3	PR	2	IMT 30-34	3	Tidak	5	49	1	Risiko Tinggi	10.9	1	Jarang	1.660	1	AF Ringan dan Sedang
29	44	1	PR	2	IMT <25	1	Saudara LK	3	23	2	Rendah dan sedang	15.9	2	sering	1.340	1	AF Ringan dan Sedang
30	40	1	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	31	2	Rendah dan sedang	18.1	2	sering	3.740	2	Aktivitas Fisik Berat
31	63	3	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	42	1	Risiko Tinggi	11.7	1	Jarang	2.340	1	AF Ringan dan Sedang
32	60	3	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	37	1	Risiko Tinggi	10.8	1	Jarang	1.120	1	AF Ringan dan Sedang
33	48	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	22	2	Rendah dan sedang	15.8	2	sering	3.360	2	Aktivitas Fisik Berat
34	41	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	17	2	Rendah dan sedang	16	2	sering	1.260	1	AF Ringan dan Sedang
35	48	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	22	2	Rendah dan sedang	17	2	sering	880	1	AF Ringan dan Sedang
36	48	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	34	1	Risiko Tinggi	14.7	1	Jarang	980	1	AF Ringan dan Sedang
37	41	1	LK	1	IMT <25	1	Tidak	5	23	2	Rendah dan sedang	20.4	2	Sering	23.629	2	Aktivitas Fisik Berat
38	55	3	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	30	2	Rendah dan sedang	17.9	2	sering	740	1	AF Ringan dan Sedang
39	43	1	PR	2	IMT 30-34	3	Ibu	1	33	1	Risiko Tinggi	8	1	sering	1.120	1	AF Ringan dan Sedang
40	43	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	15	2	Rendah dan sedang	26	2	sering	5.220	2	Aktivitas Fisik Berat
41	65	4	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	51	1	Risiko Tinggi	12.8	1	Jarang	540	1	AF Ringan dan Sedang
42	61	3	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	38	1	Risiko Tinggi	12.6	1	Jarang	1.360	1	AF Ringan dan Sedang
43	68	4	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	35	1	Risiko Tinggi	11.2	1	Jarang	240	1	AF Ringan dan Sedang
44	58	3	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	28	2	Rendah dan sedang	15.1	2	Sering	5.320	2	Aktivitas Fisik Berat
45	43	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	23	2	Rendah dan sedang	15.1	2	Sering	4.160	2	Aktivitas Fisik Berat

46	46	2	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	36	1	Risiko Tinggi	12.7	1	Jarang	1.260	1	AF Ringan dan Sedang
47	63	3	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	43	1	Risiko Tinggi	11.7	1	Jarang	360	1	AF Ringan dan Sedang
48	41	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	14	2	Rendah dan sedang	15.7	2	Sering	800	1	AF Ringan dan Sedang
49	60	3	PR	2	IMT >35	4	Tidak	5	54	1	Risiko Tinggi	12.7	1	Jarang	2.640	1	AF Ringan dan Sedang
50	41	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	15	2	Rendah dan sedang	16.4	2	Sering	1.240	1	AF Ringan dan Sedang
51	50	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	18	2	Rendah dan sedang	16.3	2	Sering	1.720	1	AF Ringan dan Sedang
52	54	2	LK	1	IMT <25	1	Tidak	5	30	2	Rendah dan sedang	18.9	2	Sering	17.520	2	Aktivitas Fisik Berat
53	50	2	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	36	1	Risiko Tinggi	8.5	1	Jarang	1.480	1	AF Ringan dan Sedang
54	40	1	LK	1	IMT <25	1	Tidak	5	21	2	Rendah dan sedang	15.3	2	Sering	460	1	AF Ringan dan Sedang
55	60	3	PR	2	IMT 25-29	2	Saudara LK	3	53	1	Risiko Tinggi	8	1	Jarang	360	1	AF Ringan dan Sedang
56	52	3	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	21	2	Rendah dan sedang	19.6	2	Sering	1.440	1	AF Ringan dan Sedang
57	58	3	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	33	1	Risiko Tinggi	14.1	1	Jarang	2.000	1	AF Ringan dan Sedang
58	44	1	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	29	2	Rendah dan sedang	21.5	2	Sering	19.800	2	Aktivitas Fisik Berat
59	48	2	PR	2	IMT 25-29	2	Saudara LK	3	52	1	Risiko Tinggi	8.2	1	Jarang	680	1	AF Ringan dan Sedang
60	45	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	25	2	Rendah dan sedang	17.3	2	Sering	1.540	1	AF Ringan dan Sedang
61	42	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	19	2	Rendah dan sedang	12.7	1	Jarang	3.860	2	Aktivitas Fisik Berat
62	55	3	LK	1	IMT <25	1	Ibu	1	34	1	Risiko Tinggi	23.4	2	Sering	21.280	2	Aktivitas Fisik Berat
63	49	2	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	37	1	Risiko Tinggi	16.6	2	Sering	2.820	1	AF Ringan dan Sedang
64	63	3	LK	1	IMT <25	1	Tidak	5	34	1	Risiko Tinggi	21.1	2	Sering	27.640	2	Aktivitas Fisik Berat
65	60	3	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	45	1	Risiko Tinggi	15	2	Sering	300	1	AF Ringan dan Sedang

66	50	2	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	32	2	Rendah dan sedang	10.1	1	Jarang	1.720	1	AF Ringan dan Sedang
67	70	4	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	36	1	Risiko Tinggi	6.5	1	Jarang	1.800	1	AF Ringan dan Sedang
68	45	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	22	2	Rendah dan sedang	15.5	2	Sering	3.500	2	Aktivitas Fisik Berat
69	67	4	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	50	1	Risiko Tinggi	15.3	2	Sering	7.476	2	Aktivitas Fisik Berat
70	64	3	LK	1	IMT <25	1	Tidak	5	34	1	Risiko Tinggi	9.1	1	Jarang	14.640	2	Aktivitas Fisik Berat
71	56	3	PR	2	IMT 25-29	2	Ibu	1	62	1	Risiko Tinggi	15	2	Sering	1.440	1	AF Ringan dan Sedang
72	54	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	30	2	Rendah dan sedang	15	2	Sering	3.360	2	Aktivitas Fisik Berat
73	67	4	LK	1	IMT <25	1	Saudara LK	3	40	1	Risiko Tinggi	8.5	1	Jarang	23.400	2	Aktivitas Fisik Berat
74	40	1	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	27	2	Rendah dan sedang	11.7	1	Jarang	920	1	AF Ringan dan Sedang
75	41	1	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	25	2	Rendah dan sedang	15.5	2	Sering	3.660	2	Aktivitas Fisik Berat
76	48	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	17	2	Rendah dan sedang	14.2	1	Jarang	4.200	2	Aktivitas Fisik Berat
77	44	1	LK	1	IMT 25-29	2	Ibu	1	33	1	Risiko Tinggi	19.6	2	Sering	12.420	2	Aktivitas Fisik Berat
78	43	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	19	2	Rendah dan sedang	12.9	1	Jarang	8.980	2	Aktivitas Fisik Berat
79	43	1	PR	2	IMT 30-34	3	Tidak	5	30	2	Rendah dan sedang	16.0	2	Sering	3.680	2	Aktivitas Fisik Berat
80	63	3	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	58	1	Risiko Tinggi	16.5	2	Sering	280	1	AF Ringan dan Sedang
81	40	1	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	12	2	Rendah dan sedang	12	1	Jarang	1.260	1	AF Ringan dan Sedang
82	50	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	52	1	Risiko Tinggi	15.7	2	Sering	2.680	1	AF Ringan dan Sedang
83	62	3	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	38	1	Risiko Tinggi	15	2	Sering	2.680	1	AF Ringan dan Sedang
84	58	3	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	40	1	Risiko Tinggi	11.1	1	Jarang	640	1	AF Ringan dan Sedang
85	55	3	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	32	2	Rendah dan sedang	15.4	2	Sering	7.020	2	Aktivitas Fisik Berat
86	46	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	28	2	Rendah dan sedang	8.9	1	Jarang	1.780	1	AF Ringan dan Sedang
87	40	1	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	23	2	Rendah dan sedang	16.0	2	Sering	3.500	2	Aktivitas Fisik Berat
88	52	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	25	2	Rendah dan sedang	12	1	Jarang	3.480	2	Aktivitas Fisik Berat
89	46	2	PR	2	IMT <25	1	Tidak	5	22	2	Rendah dan sedang	15.8	2	Sering	2.800	1	AF Ringan dan Sedang
90	41	1	PR	2	IMT 30-34	3	Tidak	5	26	2	Rendah dan sedang	11.4	1	Jarang	3.200	2	Aktivitas Fisik Berat
91	41	1	LK	1	IMT <25	1	Tidak	5	18	2	Rendah dan sedang	10	1	Jarang	17.760	2	Aktivitas Fisik Berat
92	40	1	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	27	2	Rendah dan sedang	18.2	2	Sering	3.740	2	Aktivitas Fisik Berat
93	55	3	PR	2	IMT 25-29	2	Bapak	2	54	1	Risiko Tinggi	15	2	Sering	500	1	AF Ringan dan Sedang
94	61	3	PR	2	IMT 25-29	2	Tidak	5	36	1	Risiko Tinggi	15.2	2	Sering	720	1	AF Ringan dan Sedang
95	57	3	LK	1	IMT 25-29	2	Tidak	5	45	1	Rendah dan sedang	15	2	Sering	10.400	2	Aktivitas Fisik Berat

				Jawaban CanRisk Responden								
No	**P1**	**P2**	**P3**	**P4**	**P5**	**P6**	**P7**	**P8**	**P9**	**P10**	**P11**	**P12**
1	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
2	40-44 th	LK	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
3	40-44 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Ya	Tidak	Bapak	Asia Timur	SMA/ < SMA
4	45-54 th	LK	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
5	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
6	45-54 th	LK	IMT 25-29	Lk >102 cm	Tidak	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Saudara LK	Asia Timur	SMA/ < SMA
7	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr <80 cm	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
8	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
9	55-64 th	PR	IMT < 25	Pr 80-88 cm	Tidak	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Saudara LK	Asia Timur	Gelar Sarjana
10	45-54 th	LK	IMT<25	Lk 94-102 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
11	45-54 th	PR	IMT < 25	Pr <80 cm	Tidak	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
12	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
13	40-44 th	PR	IMT 30-34	Pr>88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
14	40-44 th	PR	IMT <25	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
15	40-44 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
16	55-64 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
17	40-44 th	PR	IMT 30-34	Pr>88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Perguruan tinggi
18	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
19	55-64 th	LK	IMT <25	ki-laki 94-102	Tidak	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
20	55-64 TH	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Saudara LK	Asia Timur	Ijazah SMA
21	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
22	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
23	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Gelar Sarjana
24	55-64 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Tidak	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
25	45-54 th	PR	IMT < 25	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA

26	55-64 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
27	45-54 th	PR	IMT 30-34	Pr>88 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
28	55-64 th	PR	IMT 30-34	Pr>88 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
29	40-44 th	PR	IMT <25	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Saudara LK	Asia Timur	SMA/ < SMA
30	40-44 th	PR	IMT 25-29	Pr>88 cm	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
31	55-64 th	LK	IMT 25-29	ki-laki 94-102	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
32	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr>88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Perguruan Tg
33	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
34	40-44 th	PR	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
35	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
36	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
37	40-44 th	LK	IMT <25	Pr<94 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
38	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
39	40-44 th	PR	IMT 30-34	Lk >102 cm	Tidak	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Ibu	Asia Timur	Ijazah SMA
40	40-44 th	PR	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
41	65-75 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Tidak	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Asia Timur	Gelar Sarjana
42	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
43	65-74 th	PR	IMT 25-29	Pr <80 cm	Tidak	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
44	55-64 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
45	40-44 th	PR	IMT <25	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
46	45-54 th	LK	IMT 25-29	Lk 94-102 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
47	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Tidak	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
48	40-44 th	PR	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Gelar Sarjana
49	55-64 th	PR	IMT >35	Pr >88 cm	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
50	40-44 th	PR	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
51	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
52	45-54 th	LK	IMT <25	Lk<94 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
53	45-54 th	LK	IMT 25-29	Lk 94-102 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
54	40-44 th	LK	IMT <25	LK <80	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
55	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Ya	Tidak	Saudara LK	Asia Timur	Gelar Sarjana

56	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Gelar Sarjana
57	55-64 th	PR	IMT <25	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
58	40-44 th	LK	IMT 25-29	Lk 94-102 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
59	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Saudara LK	Asia Timur	SMA/ < SMA
60	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
61	40-44 th	PR	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
62	55-64 th	LK	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Ibu	Asia Timur	SMA/ < SMA
63	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Tidak	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
64	55-64 th	LK	IMT <25	Lk<94 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
65	55-64 th	LK	IMT 25-29	Lk>102 cm	Tidak	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
66	45-54 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
67	65-74 th	LK	IMT 25-29	Lk 94-102 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Gelar Sarjana
68	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
69	65-74 th	LK	IMT 25-29	Lk 94-102 cm	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
70	55-64 th	LK	IMT <25	Lk<94 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
71	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Tidak	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Ibu	Asia Timur	SMA/ < SMA
72	45-54 th	PR	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
73	55-64 th	LK	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Saudara LK	Asia Timur	SMA/ < SMA
74	40-44 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
75	40-44 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
76	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Gelar Sarjana

77	40-44 th	LK	IMT 25-29	Lk >102 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Ibu	Asia Timur	SMA/ < SMA
78	40-44 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
79	40-44 th	PR	IMT 30-34	Pr >88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
80	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr >88 cm	Ya	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
81	40-44 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
82	45-54 th	PR	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
83	55-64 th	PR	IMT <25	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
84	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
85	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
86	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
87	40-44 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
88	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
89	45-54 th	PR	IMT <25	Pr <80 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
90	40-44 th	PR	IMT 30-34	Pr >88 cm	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Gelar Sarjana
91	40-44 th	LK	IMT <25	Lk <94 cm	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	Ijazah SMA
92	40-44 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Setiap hari	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
93	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Tidak	Ya	Ya	Tidak	Bapak	Asia Timur	Ijazah SMA
94	55-64 th	PR	IMT 25-29	Pr 80-88 cm	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA
95	55-64 th	LK	IMT 25-29	Lk>102 cm	Tidak	Tidak	Ya	Tidak	Tidak	Tidak	Asia Timur	SMA/ < SMA

Lampiran 5 Hasil Uji SPSS

Hasil Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	40-44	29	30.5	30.5	30.5
	45-54	33	34.7	34.7	65.3
	55-64	28	29.5	29.5	94.7
	65-70	5	5.3	5.3	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

JK

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-Laki	22	23.2	23.2	23.2
	Perempuan	73	76.8	76.8	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Kat_IMT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Underwight	4	4.2	4.2	4.2
	Normal	47	49.5	49.5	53.7
	Overweight	36	37.9	37.9	91.6
	Obesitas	8	8.4	8.4	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Riwayat_Keluarga

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ibu	4	4.2	4.2	4.2
	Bapak	2	2.1	2.1	6.3
	Saudara LK/Pr	7	7.4	7.4	13.7
	Tidak/Tidak Tahu	82	86.3	86.3	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Hasil Analisis Univariat

Statistics

		Kategori Konsumsi BuahSayur	Kategori Aktivitas Fisik	Kategori Risiko DM
N	Valid	95	95	95
	Missing	0	0	0
Mean		1.6737	1.3895	1.4421
Median		2.0000	1.0000	1.0000
Std. Deviation		.47135	.49022	.49927
Minimum		1.00	1.00	1.00
Maximum		2.00	2.00	2.00

Kategori Konsumsi BuahSayur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Jarang Konsumsi Buah Sayur	31	32.6	32.6	32.6
	Sering Konsumsi Buah Sayur	64	67.4	67.4	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Perpustakaan Unsyiah

Kategori Aktivitas Fisik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Aktivitas Fisik Ringan dan Sedang	58	61.1	61.1	61.1
	Aktivitas Fisik Berat	37	38.9	38.9	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Resiko DM

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Risiko Tinggi	42	44.2	44.2	44.2
	Risiko Rendah dan Sedang	53	55.8	55.8	100.0
	Total	95	100.0	100.0	

Hasil Analisis Bivariat

Kategori Konsumsi BuahSayur * Resiko DM Crosstabulation

			Resiko DM		
			Risiko Tinggi	Risiko Rendah dan Sedang	Total
Kategori Konsumsi BuahSayur	Jarang Konsumsi Buah Sayur	Count	21	10	31
		Expected Count	13.7	17.3	31.0
		% within Kategori Konsumsi BuahSayur	67.7%	32.3%	100.0%
		% of Total	22.1%	10.5%	32.6%
	Sering Konsumsi Buah Sayur	Count	21	43	64
		Expected Count	28.3	35.7	64.0
		% within Kategori Konsumsi BuahSayur	32.8%	67.2%	100.0%
		% of Total	22.1%	45.3%	67.4%
Total		Count	42	53	95
		Expected Count	42.0	53.0	95.0
		% within Kategori Konsumsi BuahSayur	44.2%	55.8%	100.0%
		% of Total	44.2%	55.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	10.331[a]	1	.001		
Continuity Correction[b]	8.963	1	.003		
Likelihood Ratio	10.432	1	.001		
Fisher's Exact Test				.002	.001
Linear-by-Linear Association	10.222	1	.001		
N of Valid Cases	95				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 13.71.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Kategori Konsumsi BuahSayur (Jarang Konsumsi Buah Sayur / Sering Konsumsi Buah Sayur)	4.300	1.720	10.749
For cohort Resiko DM = Risiko Tinggi	2.065	1.348	3.163
For cohort Resiko DM = Risiko Rendah dan Sedang	.480	.280	.822
N of Valid Cases	95		

Kategori Aktivitas Fisik * Resiko DM Crosstabulation

			Resiko DM		
			Risiko Tinggi	Risiko Rendah dan Sedang	Total
Kategori Aktivitas Fisik	Aktivitas Fisik Ringan dan Sedang	Count	31	27	58
		Expected Count	25.6	32.4	58.0
		% within Kategori Aktivitas Fisik	53.4%	46.6%	100.0%
		% of Total	32.6%	28.4%	61.1%
	Aktivitas Fisik Berat	Count	11	26	37
		Expected Count	16.4	20.6	37.0
		% within Kategori Aktivitas Fisik	29.7%	70.3%	100.0%
		% of Total	11.6%	27.4%	38.9%
Total		Count	42	53	95
		Expected Count	42.0	53.0	95.0
		% within Kategori Aktivitas Fisik	44.2%	55.8%	100.0%
		% of Total	44.2%	55.8%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	5.152[a]	1	.023		
Continuity Correction[b]	4.236	1	.040		
Likelihood Ratio	5.259	1	.022		
Fisher's Exact Test				.034	.019
Linear-by-Linear Association	5.098	1	.024		
N of Valid Cases	95				

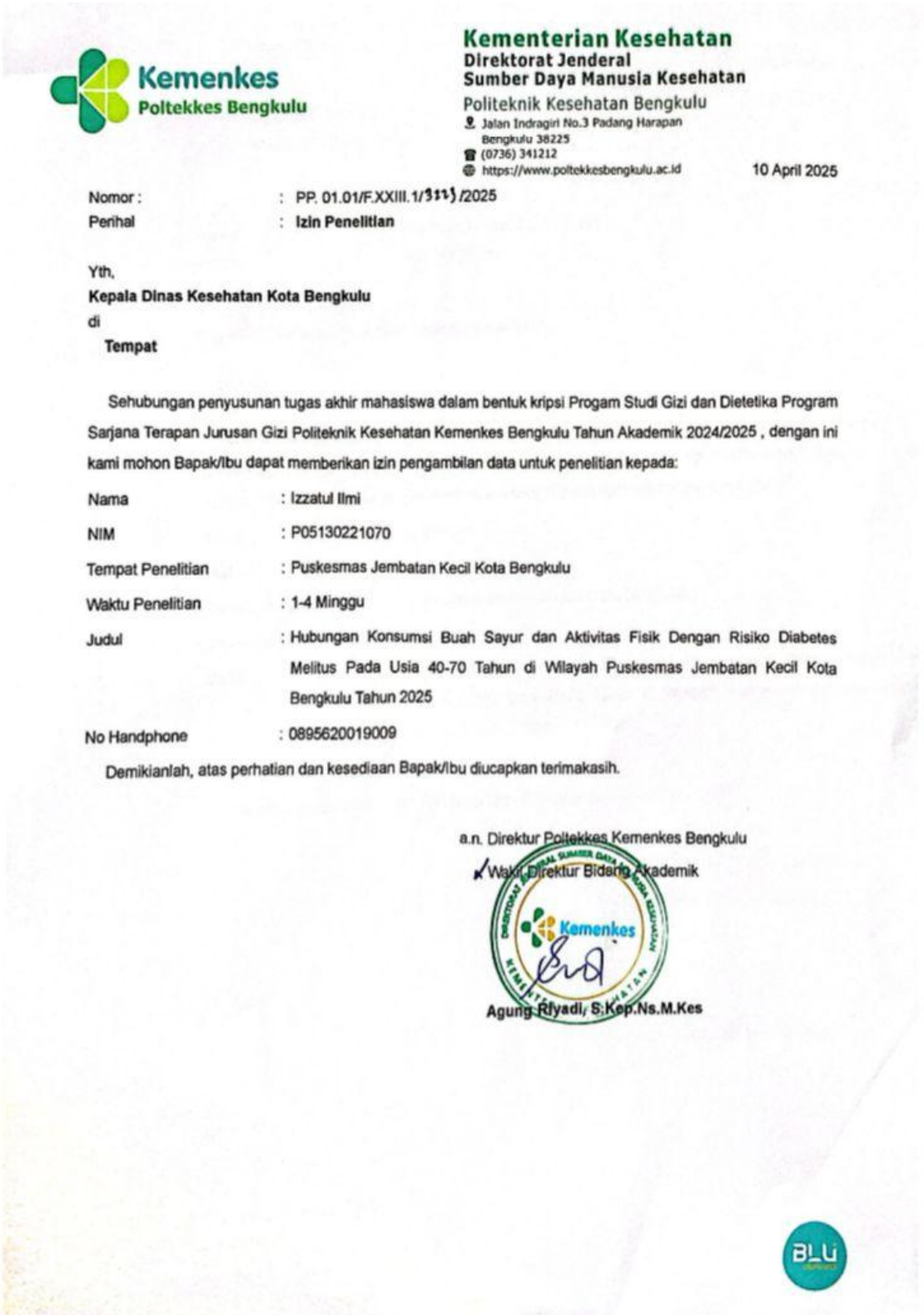
a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 16.36.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Kategori Aktivitas Fisik (Aktivitas Fisik Ringan dan Sedang / Aktivitas Fisik Berat)	2.714	1.133	6.501
For cohort Resiko DM = Risiko Tinggi	1.798	1.037	3.118
For cohort Resiko DM = Risiko Rendah dan Sedang	.662	.469	.937
N of Valid Cases	95		

Lampiran 6 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

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

10 April 2025

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/3113/2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk kripsi Progam Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan 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	: Izzatul Ilmi
NIM	: P05130221070
Tempat Penelitian	: Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 1-4 Minggu
Judul	: 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
No Handphone	: 0895620019009

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

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

Kemenkes

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

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

10 April 2025

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/3229/2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk kripsi Progam Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan 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	: Izzatul Ilmi
NIM	: P05130221070
Tempat Penelitian	: Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 1-4 Minggu
Judul	: 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
No Handphone	: 0895620019009

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

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

Kemenkes

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

BLU

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

10 April 2025

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/2225/2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk kripsi Progam Studi Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan 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	: Izzatul Ilmi
NIM	: P05130221070
Tempat Penelitian	: Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 1-4 Minggu
Judul	: 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
No Handphone	: 0895620019009

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

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

Kemenkes

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

BLU

-

PEMERINTAH KOTA BENGKULU

BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

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

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 000.9.2/565 /KESBANGPOL-REK/2025

Dasar : Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian

Memperhatikan : Surat dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/FXXIII.1/3227/2025 Tanggal 10 April 2025 perihal Izin Penelitian

DENGAN INI MENYATAKAN BAHWA

Nama	:	Izzatul Ilmi
NIM	:	P05130221070
Pekerjaan	:	Mahasiswa/i
Prodi/ Fakultas	:	Sarjana Terapan Gizi Dan Dietetika
Judul Penelitian	:	Hubungan Konsumsi Buah Sayur Dan Aktivitas Fisik Dengan Risiko Diabetes Melitus Pada Usia 40-70 Tahun di Wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Tahun 2025
Tempat Penelitian	:	Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
Waktu Penelitian	:	21 April 2025 s/d 21 Mei 2025
Penanggung Jawab	:	Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Dengan Ketentuan :

1. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
2. Harus mentaati peraturan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
3. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
4. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 14 April 2025

a.n. WALIKOTA BENGKULU
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Bengkulu

SYOFYAN TOSONI, SE, MM
Pembina Utama Muda
NIP. 19700902 199303 1 006

Dokumen ini telah diregistrasi, dicap dan ditanda tangani oleh Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu dan didistribusikan melalui Email kepada Pemohon untuk dicetak secara mandiri, serta dapat digunakan sebagaimana mestinya.

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN

Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban
Kota Bengkulu Telp. 085216000810 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com
www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI

Nomor : 000.9.2/ 1057 /D.Kes/2025

Dasar Surat : 1. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Nomor : PP.01.01/FXXXI.1/3223/2025 Tanggal 10 April 2025
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Bengkulu Nomor : 000.9.2/565/KESBANGPOL-REK/2025 Tanggal 14 April 2025, Perihal: Izin penelitian Atas nama:

Nama	:	**Izzatul Ilmi**
N I M	:	P05130221070
Program Studi	:	Gizi dan Dietika
Judul Penelitian	:	Hubungan konsumsi buah sayur dan aktivitas fisik dengan risiko diabetes melitus pada usia 40-70 tahun di wilayah Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
Daerah Penelitian	:	Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
Lama Kegiatan	:	21 April 2025 s/d 21Mei 2025
No.HP / Email	:	izzatulilmi2n@gmail.com

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

a. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
e. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Bengkulu, April 2025
Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu

Joni Haryadi Thabrani, SKM, MM
Pembina, IV/a
Nip. 197406081994021002

Tembusan :
1.Yth. Sdr.Ka.UPTD Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu
2.Yang Bersangkutan

Lampiran 7 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/247/04/2025

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

Peneliti utama : Izzatul Ilmi
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"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"

"The Relationship between Consumption of Fruit Vegetables and Physical Activity with the Risk of Diabetes Mellitus at Ages 40-70 Years at the Puskesmas Jembatan Kecil Kota 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 14 April 2025 sampai dengan tanggal 14 April 2026.

This declaration of ethics applies during the period April 14, 2025 until April 14, 2026.

April 14, 2025
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

Lampiran 8 Surat Selesai Penelitian

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS JEMBATAN KECIL
Jalan Rinjani RT XI Kelurahan Jembatan Kecil, Singgaran Pati, Bengkulu 34225
No. HP : 085379614466 Email : puskesmasjembatankecil@gmail.com

SURAT KETERANGAN
Nomor : 070/ 09 /PKM-JK/V/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala UPTD Puskesmas Jembatan Kecil Kota Bengkulu, menerangkan bahwa :

Nama	:	**Izzatul Ilmi**
NPM/NIM	:	P05130221070
Program Studi	:	Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
Judul Penelitian	:	Hubungan Konsumsi buah sayur dan Aktivitas Fisik dengan Resiko Diabetes Melitus Pada Usia 40 -70 Tahun di wilayah Puskesmas Jembatan Kecil .

Dengan ini menerangkan bahwa nama yang tersebut diatas memang benar telah melakukan Penelitian dalam wilayah kerja UPTD Puskesmas Jembatan Kecil kecamatan Singaran Pati Kota Bengkulu sesuai dengan Surat Permohonan Penelitian dari Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01/FXXXI.1/3223/2025 Tanggal 10 April 2025, Rekomendasi Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/565/KESBANGPOL-REK/2025 Tanggal 14 April 2025 dan Rekomendasi dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Nomor : 000.9.2/1096/D.Kes/2025 Tanggal April 2025, yang mana penelitiannya dilaksanakan terhitung mulai 21 April 2025 s/d 21 Mei 2025

Demikian Surat Keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : BENGKULU
Pada tanggal : 06 Mei 2025

KEPALA PUSKESMAS JEMBATAN KECIL

drg. AYU SILVIA NORITA
NIP. 198209112009032010

Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian

Pengukuran Berat Badan, Tinggi Badan,Lingkar Pinggang dan wawancara	
	
	
	











