DAFTAR ISI

Sampul Depan.....i

Sampul Dalam ii

Pernyataan Keaslian Karya Tulis Ilmiah iii

Pernyataan Persetujuan Publikasi iv

Laporan Persetujuan Pembibing v

Pengesahan Penguji.....vi

Kata Pengantar.....vii

Abstrak ix

Abstrack x

Daftar Isi xi

Daftar Gambar xiv

Daftar Tabel xv

Daftar Lampiran xvi

Daftar Singkatan xvii

Daftar Istilah / Simbol xviii

BAB I Pendahuluan 1

A. Latar belakang.....1
B. Rumusan Masalah 6
C. Tujuan 6
D. Manfaat penelitian 7

BAB II Tinjauan Pustaka.....8

A. Konsep Medis Diabetes Militus 8
   1. Definisi 8
   2. Etiologi 8
   3. Manifestasi Klinis 9
   4. Klasifikasi 17
   5. Komplikasi.....18
   6. Patofisiologi 20
   7. Pencegahan 22
   8. Penatalaksanaan.....24
B. Senam Prolanis 29
   1. Definisi Senam Prolanis 29
   2. Tujuan 30

3. Indikasi Senam Prolanis 30
4. Kontraindikasi 31
5. Manfaat 32
6. Macam-Macam Senam 32
7. Sasaran 33
8. Aktivitas Prolanis.....34
9. Persiapan Senam Prolanis 34
10. Langkah - Langkah Senam Prolanis 35

BAB III Metode Penelitian 47

A. Rencana Penelitian 46
B. Subjek Penelitian 47
C. Definisi Operasional 48
D. Waktu dan Tempat Penelitian 48
E. Pengumpulan Data 49
F. Cara Pengolahan Data 50
G. Etika Penelitian 50

BAB IV Hasil dan Pembahasan 53

A. Hasil 53
B. Pembahasan 58
C. Keterbatasan Penelitian 65

BAB V Kesimpulan dan Saran 67

A. Kesimpulan 67
B. Saran 67

DAFTAR PUSTAKA 69

DAFTAR LAMPIRAN 75

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan Telapak Tangan Menghadap Keatas 35
Gambar 2.2 Gerakan Tangan Mempertemukan Ujung Jari 36
Gambar 2.3 Gerakan Jalin Jari.....37
Gambar 2.4 Silang Ibu Jari.....38
Gambar 2.5 Gerakan Tangan Keatas 39
Gambar 2.6 Gerakan Tangan Menghadap Kebawah 40
Gambar 2.7 Gerakan Memukul Tangan Kiri 41
Gambar 2.8 Gerakan Memukul Tangan Kanan 42
Gambar 2.9 Gerakan Menekan Ujung Jari 43
Gambar 2.10 Gerakan Tangan Mengepal.....44
Gambar 2.11 Gerakan Tepukan di Area Pinggang Belakang 45
Gambar 2.12 Gerakan Tangan dan Kaki 46

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Penerapan Senam Prolanis.....48
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Dengan Kadar Glukosa Darah Tinggi 54
Tabel 4.2 Kadar Glukosa Darah Sebelum Dilakukan Penerapan 56
Tabel 4.3 Kadar Glukosa Darah Sesudah Dilakukan Penerapan 56
Tabel 4.4 Kadar Glukosa Darah Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penerapan 57
Tabel 4.5 Hasil Perbandingan Kadar Glukosa Darah Antara 2 Responden 58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup.....75
Lampiran 2 Surat Izin Pendahuluan.....76
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian 77
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden *(Informed Consent)* 79
Lampiran 5 Bukti Beli Alat Cek GDS.....80
Lampiran 6 Dokumentasi Kegiatan Cek GDS.....81
Lampiran 7 Dokumentasi Kegiatan Senam Prolanis.....87

DAFTAR SINGKATAN

ADA	: American Diabetes Association
BB	: Berat Badan
BBL	: Berat Badan Lahir
BPJS	: Badan Penyelenggara Jaminan Sosial
DM	: Diabetes Melitus
DPP-4	: Dipeptidyl Peptidase-4
GDS	: Gula Darah Sewaktu
GLP-1	: Glucagon-Like Peptide-1
HbA1c	: Hemoglobin A1c (Glycated Hemoglobin)
HHS	: Hyperosmolar Hyperglycemic State
IDF	: International Diabetes Federation
IMT	: Indeks Massa Tubuh
KIE	: Komunikasi, Informasi, dan Edukasi
PERKENI	: Perkumpulan Endokrinologi Indonesia
Prolanis	: Program Pengelolaan Penyakit Kronis
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
SDKI	: Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia
SIKI	: Standar Intervensi Keperawatan Indonesia
SLKI	: Standar Luaran Keperawatan Indonesia
SGLT-2	: Sodium-Glucose Cotransporter-2
TGM	: Terapi Gizi Medis
TTV	: Tanda-Tanda Vital
WHO	: World Health Organization
WIB	: Waktu Indonesia Barat
RT	: Rukun Tetangga
RW	: Rukun Warga
Ny.	: Nyonya

DAFTAR ISTILAH / SIMBOL

% : Persen

± : Lebih kurang

< : Kurang dari

> : Lebih dari

≤ : Kurang dari atau sama dengan

≥ : Lebih dari atau sama dengan

= : Sama dengan

≠ : Tidak sama dengan

/ : Per atau setiap

°C : Derajat Celcius

Kg : Kilogram

G : Gram

Mg : Miligram

Mg/dL : Miligram per desiliter

ML : Mililiter

MmHg : Milimeter air raksa

Cm : Centimeter

M : Meter

Menit : Satuan waktu menit

Jam : Satuan waktu jam

X : Kali

P : Nilai signifikansi (probability value)

p < 0,05 : Terdapat hubungan/perbedaan yang bermakna secara statistik.