

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Kuesioner Data Pasien

No. Responden :

#### KUISIONER DATA DEMOGRAFI RESPONDEN

Tanggal Pengambilan Data : 30 November 2023

Petunjuk Pengisian : Pilihlah jawaban sesuai dengan yang anda rasakan dengan memberi tanda (✓) pada kolom yang telah disediakan dan semua pertanyaan harus dijawab dengan satu pilihan.

Nama : Lilik Hidayati

Umur : 52 tahun

Alamat : Ds. Sepande Rt12 Rw04 Kec. Candi Kab. Sidoarjo

No.Telp/Hp : 0823 3306 5662

Jenis Kelamin :  Perempuan  Laki-laki

Penyakit Penyerta :  Tidak Ada  Ada, Sebutkan :...

Lama Menderita DM : ..19.....tahun

Pendidikan Terakhir :

Tidak tamat SD

Tamat SD

SMP/STP

SMA/SLTA

Perguruan Tinggi

Pekerjaan :

PNS

Swasta

Petani

Pedagang

Lain-lain, sebutkan ..

Lampiran 2. FFQ

**FORM FOOD FREQUENCY QUESTIONNAIRE (FFQ)**

Nama responden	: Ny. L
Alamat	: Ds. Sepande Rt.12 Rw.04 Kec. Candi Kabupaten Sidoarjo
Hari/Tanggal pengambilan data	: Kamis / 30 November 2023

BAHAN MAKANAN	FREKUENSI						PENGOLAHAN YANG PALING SERING DILAKUKAN
	A (50)	B (25)	C (15)	D (10)	E (1)	F (0)	
<b>Makanan Pokok</b>							
Nasi	✓						
Mie					✓		
Roti				✓			
Kentang			✓				
Singkong					✓		
<b>Lauk-Pauk</b>							
Ikan basah		✓					
Ikan kering		✓					
Telur	✓						
Ayam	✓						
Daging	✓						
Tahu	✓						
Tempe	✓						
Kacang merah					✓		
Kacang tolo					✓		
Kacang hijau					✓		
<b>Sayur-sayuran</b>							
Daun singkong						✓	
Bayam		✓					

Kangkung			✓				
Wortel	✓						
Kol	✓						
Kol Kembang	✓						
Sawi		✓					
Kacang Panjang		✓					
Daun Kelor			✓				
Gambass			✓				
Brokoli	✓						
<b>Buah-buahan</b>							
Pisang				✓			
Jeruk				✓			
Semangka			✓				
Pepaya		✓					
Nanas			✓				
Anggur						✓	
<b>Serba-serbi</b>							
Kopi						✓	
Susu	✓						
Teh		✓					
Gula				✓			
Madu						✓	
Sirup						✓	
Selai						✓	

KODE	KRITERIA	URAIAN FREKUENSI	SKOR
A.	Sering sekali di konsumsi	Setiap kali makan	50
B.	Sering dikonsumsi	1 kali atau 1-6 kali/minggu	25
C.	Biasa dikonsumsi	3 kali/minggu	15
D.	Kadang-kadang dikonsumsi	Kurang dari 3 kali/minggu atau 1-2x/minggu	10
E.	Jarang dikonsumsi	Kurang dari 1 kali/minggu	1
F.	Tidak pernah dikonsumsi	Tidak pernah dikonsumsi	0

Lampiran 3. Leaflet Edukasi

### GEJALA DAN TANDA DIABETES MELITUS

**GEJALA UTAMA KLASIK**

- SERING KENCING (POLIKURI)
- CEPAT LAPAR (POLIFAGIA)
- CEPAT HAUS (POLIDIPSIA)

**GEJALA TAMBAHAN**

- Berat Badan menurun cepat tanpa penyebab yang jelas
- Kemutan
- Gatal di daerah ketiak/kaki-kaki
- Kepusihan pada wanita
- Luka sulit sembuh
- Bulir yang sering timbul
- Penglihatan kabur
- Cepat lelah
- Mudah mengantuk
- Terpapar pada luka

### SEGERA!

- Cek kesehatan Anda secara berkala di Posbindu PTM terdekat untuk mengetahui dan menjaga kondisi kesehatan Anda.
- Hubungi Puskesmas atau pelayanan kesehatan terdekat jika Anda menemukan atau memiliki faktor risiko DIABETES MELITUS

# GERDIK

**Cek Kesehatan Secara Rutin** | **Enyahkan Asap Rokok** | **Rajin Aktivitas Fisik** | **Istirahat Cukup** | **Diet Seimbang** | **Kelola Stres**

### KENALI FAKTOR RISIKO DIABETES TYPE-2 LEBIH DINI

KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
2019

www.p2ptm.kemkes.go.id | @p2ptm.kemkesRI

www.p2ptm.kemkes.go.id | @p2ptm.kemkesRI

www.p2ptm.kemkes.go.id | @p2ptm.kemkesRI

## DIABETES MELITUS

Suatu penyakit menahun yang ditandai oleh kadar gula/glukosa darah yang melebihi nilai normal.

**Nilai Normal**

- Gula Darah Sewaktu (GDS) / tanpa puasa < 200 mg/dL
- Gula Darah Puasa (GDP) < 126 mg/dL

Diabetes disebabkan oleh kekurangan hormon insulin yang dihasilkan oleh pankreas untuk menurunkan kadar gula darah

Kombinasi faktor genetik dan lingkungan berperan dalam memicu terjadinya Diabetes Melitus Type 2

### FAKTOR RISIKO DIABETES MELITUS

**FAKTOR RISIKO YANG TIDAK DAPAT DIUBAH**

- Umur > 40 tahun
- Ada riwayat keluarga dengan Diabetes Melitus
- Riwayat kehamilan dengan Diabetes Melitus
- Riwayat melahirkan anak dengan berat badan > 4 kg
- Riwayat lahir dengan berat badan bayi < 2,5 Kg.

### FAKTOR RISIKO DIABETES MELITUS

**FAKTOR RISIKO YANG DAPAT DIUBAH**

- Berat Badan > 100% BB Ideal atau BMI > 25 kg/m<sup>2</sup>
- ITM (Indeks Massa Tubuh) adalah indeks sederhana dari berat badan yang digunakan untuk mengklasifikasi kelebihan berat badan dan obesitas pada orang dewasa.
- Rumus Perhitungan ITM:  $ITM = \frac{\text{Berat Badan (kg)}}{\text{Tinggi Badan (m)}^2}$
- Kurang aktivitas fisik: Jika < 150 menit/minggu atau < 30 menit 3 kali/minggu
- Merokok
- Minum alkohol
- Minum banyak gula: Kadar Gula Darah > 200 mg/dL dan atau trigliserida > 250 mg/dL
- Minum banyak lemak: Tinggi gula, garam, lemak dan kalori dari makanan
- Minum banyak lemak: Tinggi gula, garam, lemak dan kalori dari minuman
- Menderita penyakit kardiovaskular
- Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah diukur > 140 mmHg dan atau tekanan darah diukur > 90 mmHg

www.p2ptm.kemkes.go.id | @p2ptm.kemkesRI

www.p2ptm.kemkes.go.id | @p2ptm.kemkesRI

www.p2ptm.kemkes.go.id | @p2ptm.kemkesRI

Lampiran 4. Perhitungan Hasil recall

Minggu ke-1

Waktu Makan	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH	
Malam (20.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2	
	Kare ayam	Ayam	50	142,2	13,4	9,4	0	
		Santan (Kelapa dan air)	15	15,9	0,2	1,5	0,7	
	Tempe goreng	Tempe goreng	40	79,6	7,6	3,1	6,8	
		Minyak kelapa sawit	2	17,2	0	2,0	0	
Siang (12.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	7.2	
	sayurbening campur	Bayam	30	11.1	10.8	7.6	0	
		Wortel	30	7.7	0.3	0.1	1.4	
		bakso pentol	40	148	9.4	12	0	
	Telur dadar	Telur ayam	60	93.1	7.6	6.4	0.7	
	Sarden pindang	Pindang	40	44.4	9.6	0.4	0	
	Jus alpukat	Buah alpukat	80	63.3	0.4	2	9.4	
Gula		13	50.3	0	0	13		
Pagi (06.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2	
	Kare ayam	Ayam	50	142,4	13,4	9,4	0	
		Santan (Kelapa dan air)	15	15,9	0,2	1,5	0,7	
	Tempe goreng	Tempe goreng	40	79,6	7,6	3,1	6,8	
			Minyak kelapa sawit	2	17,2	0	2,0	0
	Pepaya	Pepaya	110	43	0.7	0.1	10.8	
<b>TOTAL KESELURUHAN</b>				<b>1.510,9</b>	<b>95.6</b>	<b>61.8</b>	<b>164.07</b>	
<b>KEBUTUHAN</b>				<b>1.707,58</b>	<b>85.37</b>	<b>37.94</b>	<b>256.13</b>	
<b>% PERSENTASE</b>				<b>88</b>	<b>111.9</b>	<b>162.8</b>	<b>64.06</b>	
<b>KETERANGAN</b>				<b>Defisit ringan</b>	<b>Normal</b>	<b>Kelebihan asupan</b>	<b>Defisit berat</b>	

## Minggu ke-2

Waktu Makan	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
Malam	nasi	nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2
		sate ayam	50	157	12.8	11.5	0
	jus	jus alpukat	100	79.1	0.5	3.8	11.8
Siang	nasi	nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2
	rendang daging	daging sapi	35	94.1	8.7	6.3	0
	tumis sayur	kacang panjang	10	2.1	0.1	0.1	0.3
		kecambah	10	6.1	0.7	0.3	0.5
		wortel	10	2.6	0.1	0	0.5
	buah	pisang ambon	60	55.2	0.6	0.3	14
	roti	roti tawar	35	95.9	3.1	1	18.2
		SKM	10	32	0.8	0.9	5.4
	buah	pepaya	60	23.4	0.4	0.1	5.9
	Pagi	nasi	nasi putih	200	260	4.8	0.4
telur ceplok		telur ayam	60	114.6	7.2	9.1	0.6
buah		semangka	100	38.2	0.6	0.2	8.3
roti		roti tawar	35	95.9	3.1	1	18.2
teh kotak		teh kotak	100	50	0	0	10
<b>TOTAL KESELURUHAN</b>				<b>1626.2</b>	<b>53.1</b>	<b>35.8</b>	<b>265.3</b>
<b>KEBUTUHAN</b>				<b>1.707,58</b>	<b>85.37</b>	<b>37.94</b>	<b>256.13</b>
<b>% PERSENTASE</b>				<b>95</b>	<b>62.1</b>	<b>94.35</b>	<b>103</b>
<b>KETERANGAN</b>				<b>Defisit ringan</b>	<b>Defisit berat</b>	<b>Normal</b>	<b>Normal</b>

### Minggu ke-3

Waktu Makan	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
Malam (20.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2
	Cumicabe hijau	Cumi	40	58.8	10	0.9	2
		Minyak kelapa sawit	2	17,2	0	2,0	0
	Tempe orek	Tempe kedele murni	40	79.6	7.6	3.1	6.8
		Minyak kelapa sawit	2	17,2	0	2,0	0
	Capcay	Sawi hijau	30	4.5	0.7	0.1	0.6
		Wortel	30	7.7	0.3	0.1	1.4
	Tofu	20	15.4	1.6	1	0.1	
Siang (12.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2
	Bihun goreng	Bihun goreng	30	71.1	0.6	4.6	6.9
	Ayam bb sarden	Daging ayam	50	142.4	13.4	9.4	0
	Tumis kangkung	Kangkung	70	10.5	1.6	0.1	1.5
		Minyak kelapa sawit	2	17,2	0	2,0	0
	Pastel	Pastel	30	105.3	3.5	8	4.7
Pagi (06.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2
	Sayur bayam	labu siam	50	10	0.4	0.2	2.2
		Daun melinjo	20	7.4	0.7	0	1.5
	Tahu bacem	Tahu	50	38	4.1	2.4	0.9
	Pepes ikan	Ikan tongkol	50	55.4	12	0.5	0
<b>TOTAL KESELURUHAN</b>				<b>1.511,1</b>	<b>73.1</b>	<b>37.7</b>	<b>215.4</b>
<b>KEBUTUHAN</b>				<b>1.707,58</b>	<b>85.37</b>	<b>37.94</b>	<b>256.13</b>
<b>% PERSENTASE</b>				<b>88</b>	<b>85.62</b>	<b>99</b>	<b>84.09</b>
<b>KETERANGAN</b>				<b>Defisit ringan</b>	<b>Defisit sedang</b>	<b>Normal</b>	<b>Defisit ringan</b>

### Minggu ke-4

Waktu Makan	Menu Makanan	Bahan Makanan	Berat	Energi	Protein	Lemak	KH
Malam (20.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2
	udang pedas manis	Udang	70	55.4	11.7	0.6	0
		Minyak kelapa sawit	2	17,2	0	2,0	0
	Martabak telur	Telur ayam	60	93.1	7.6	6.4	0.7
		Minyak kelapa sawit	2	17,2	0	2,0	0
	Tumis Tahu sawi putih	Sawi putih	70	10.5	1.6	0.1	1.5
	Tahu	40	15.2	1.6	1	0.4	
Siang (12.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	7.2
	Sayur Lodeh	Tempe kedele murni	30	59.7	5.7	2.3	5.1
		Tahu	20	15.2	1.6	10	0.4
		Terong	20	5.6	0.2	0	1.3
		Santan (Kelapa dan air)	15	15.9	0.2	1.5	0.7
	Perkedel Kentang	Kentang	40	37.2	0.8	0	8.6
	Pisang	Pisang kepok	50	46	0.5	0.3	11.7
Tepung terigu		20	72.8	2.1	0.2	15.3	
Pagi (06.00)	Nasi putih	Nasi putih	200	260	4.8	0.4	57.2
	Soto daging	Daging sapi	30	80.7	7.5	5.4	0
		Mie suon	10	38.1	0	0	9.1
	Telur rebus	Telur ayam	30	46.5	3.8	3.2	0.3
		Jus melon	50	23.5	0.1	0.1	6.1
<b>TOTAL KESELURUHAN</b>				<b>1.457,2</b>	<b>60.8</b>	<b>28.1</b>	<b>237</b>
<b>KEBUTUHAN</b>				<b>1.707,58</b>	<b>85.37</b>	<b>37.94</b>	<b>256.13</b>
<b>% PERSENTASE</b>				<b>85</b>	<b>71.2</b>	<b>74</b>	<b>92.5</b>
<b>KETERANGAN</b>				<b>Defisit ringan</b>	<b>Defisit sedang</b>	<b>Defisit sedang</b>	<b>Normal</b>



Lampiran 5. Form Nutrition Care Process

**FORM NUTRITIONAL CARE PROCESS**

Nama : Ny. L  
 Tanggal Lahir : 10 Juli 1971  
 Umur : 52 tahun  
 Jenis kelamin : Perempuan

Assesment		Diagnosa Gizi	Rencana Intervensi	Rencana Monev
Data Dasar	Identifikasi Masalah			
<p><b>A. ANTROPOMETRI (AD)</b></p> <p>BB = 65 kg                      TB = 155 cm  <math>BBI = (TB-100) \times 90\%</math>  <math>= 155 - 100 \times 90\%</math>  <math>= 49,5 \text{ kg (Broca)}</math>  <math>IMT = BB/TB(m^2)</math>  <math>= 65/1,55</math>  <math>= 27 \text{ Kg}/(m^2)</math>  <b>(Overweight)</b></p>	<p><b>AD-1.1.6</b> Status gizi pasien berdasarkan status gizi IMT 27 Kg/<math>(m^2)</math> yang termasuk ke dalam kategori gizi lebih</p>	<p><b>NC-3.3</b> kelebihan berat badan berkaitan dengan tingginya konsumsi lemak ditandai dengan IMT 27 kg/<math>m^2</math></p>	<p><b>E-1</b> Memberikan edukasi gizi dan informasi terkait diet gizi seimbang diabetes mellitus</p>	

<p><b>B. BIOKIMIA (BD)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ GDA : 170 mg/dl</li> <li>○ GDP : 130 mg/dl</li> </ul>	<p><b>BD-1.5.1</b> GDP (t)</p> <p><b>BD-1.5.2</b> GDA (t)</p>	<p><b>NC-2.2</b> Perubahan nilai-nilai laboratorium berkaitan dengan gangguan fungsi endokrin ditandai dengan kadar GDA diatas batas normal (170 mg/dl), GDP (130 mg/dl)</p>	<p><b>ND-1</b> Modifikasi makanan utama dan selingan sesuai kebutuhan pasien pada diet DM B 1.700 kkal dengan frekuensi 3x makan utama dan 2 snack, bentuk makanan biasa, rute pemberian per oral</p> <p><b>E -1</b> Pemberian motivasi kepada pasien dan edukasi kepada pasien dan keluarga pasien terkait diet DM B yang sedang dijalankan.</p>	
<p><b>C. FISIK KLINIS (CH)</b></p> <p><b>Fisik :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lemas</li> <li>○ Kesemutan</li> </ul>	<p><b>PD-1.1.1.1</b> Lemas</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>-</p>

<p><b>Klinis :</b> TD : 110/70 mmHg</p>				
<p><b>D. RIWAYAT GIZI (FH)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Makanan pokok yang sering dikonsumsi pasien adalah nasi putih 3x sehari</li> <li>○ Pasien sering mengonsumsi protein hewani yaitu ayam goreng, udang, pindang, cumi, dan telur 3x/minggu</li> <li>○ Pasien sering mengonsumsi lauk nabati yaitu tahu dan tempe goreng 3x/minggu</li> </ul>	<p><b>FH-1.1.1</b> Total asupan energi (Defisit ringan) <b>FH-1.5.1</b> Total asupan lemak (Kelebihan asupan) <b>FH-1.5.5</b> Total asupan karbohidrat (Defisit berat)</p>	<p><b>NI-1.2</b> Asupan energi tidak adekuat berkaitan dengan penurunan nafsu makan ditandai dengan hasil recall energi 88% (Defisit ringan) <b>NI-5.5.2</b> Asupan lemak berlebih berkaitan dengan pola makan pasien sering mengonsumsi makanan dengan pengolahan di goreng. <b>NI.5.8</b> Asupan karbohidrat tidak adekuat berkaitan dengan penurunan nafsu makan ditandai dengan hasil</p>	<p><b>ND-1</b> Modifikasi makanan utama dan selingan sesuai kebutuhan pasien pada diet DM B 1.700 kkal dengan frekuensi 3x makan utama dan 2 snack, bentuk makanan biasa, rute pemberian per oral <b>E -1</b> Pemberian motivasi kepada pasien dan edukasi kepada pasien dan keluarga pasien terkait diet DM B yang sedang dijalankan.</p>	<p><b>FH-1.1.1</b> Total asupan energi sesuai kebutuhan <b>FH-1.5.1</b> Total asupan lemak sesuai kebutuhan <b>FH-1.5.5</b> Total asupan karbohidrat kebutuhan FH-4.1 Tingkat pengetahuan dan pemahaman pasien terkait makanan baik.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Pasien menyukai semua olahan sayuran</li> <li>○ Pasien menyukai semua buah</li> <li>○ Pasien mengonsumsi jus buah + gula 1x/hari</li> </ul> <p>Hasil recall 1x24 jam :</p> <p>E : 1.510,9 kkal (88%)</p> <p>P : 95,6 g (111,9%)</p> <p>L : 61,8 g (162,8%)</p> <p>KH : 164,07 g (64%)</p>		<p>recall karbohidrat 64% (Defisit berat)</p> <p><b>NB- 1.4</b> ketidakmampuan memonitor diri sendiri terkait variasi makanan dan gizi berkait dengan pemilihan bahan makanan yang tidak tepat ditandai dengan seringnya konsumsi karbohidrat secara berlebihan.</p>		
<p><b>E. RIWAYAT PERSONAL (CH)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Usia : 52 tahun</li> </ul>	<p><b>CH-1.1.1</b> Usia</p> <p><b>CH-1.1.3</b> Jenis kelamin</p> <p><b>CH-1.1.2</b> Diagnosis medis DHF</p>			

<ul style="list-style-type: none"><li>○ Jenis kelamin : Perempuan</li><li>○ Aktivitas : Ringan</li><li>○ Pekerjaan : Bidan di puskesmas (PNS)</li><li>○ Riwayat keluarga : Dm Tipe 2</li></ul>				
--	--	--	--	--

Lampiran 6. Kuesioner Tingkat Pengetahuan  
Minggu ke-1

No. Responden :

**KUISIONER TINGKAT PENGETAHUAN  
DAN PENATALAKSANAAN DM**

Tanggal Pengambilan Data : 30 November 2023

Petunjuk Pengisian : Pilihlah jawaban sesuai dengan yang bapak/ibu ketahui, dengan memberi tanda (✓) pada kolom yang telah disediakan dan semua pertanyaan harus dijawab dengan satu pilihan.

No.	Pertanyaan	B	S
1.	Diabetes mellitus adalah penyakit kelebihan gula dalam darah.	✓	
2.	Penyakit diabetes mellitus disebut juga dengan penyakit kencing manis.	✓	
3.	Penyakit diabetes mellitus salah satunya juga disebabkan karena kurang atau tidak adanya hormon insulin.	✓	
4.	Penyakit diabetes mellitus ditandai dengan sering buang air kecil (kencing)	✓	
5.	Tidak enak makan, berat badan menurun, lemas, merupakan gejala diabetes mellitus	✓	
6.	Umur, keturunan dari keluarga, dan berat badan/kegemukan adalah merupakan faktor penyebab timbulnya penyakit diabetes mellitus.	✓	
7.	Tidak pernah aktivitas fisik dan berolah raga bisa menyebabkan Diabetes Mellitus	✓	
8.	Diabetes melitus dapat mengakibatkan gangguan pendengaran	-	
9.	Diabetes Mellitus dapat menyerang semua orang	✓	
10.	Mengatur pola makan dengan pengaturan 3J (jadwal, jenis dan jumlah) dapat menjaga kestabilan kadar gula darah	✓	
11.	Direbus, dibakar, dan dikukus merupakan cara memasak makanan yang dapat meningkatkan kadar gula darah.	✓	
12.	Makanan bagi penderita Diabetes Mellitus harus rendah gula	✓	

13.	Merokok dan alkohol harus dihindari oleh penderita diabetes mellitus	✓	
14.	Olah raga rutin sangat bagus untuk membantu mengontrol kadar gula darah dan kolesterol dalam darah.	✓	
15.	Olahraga yang baik untuk penderita Diabetes Mellitus dilakukan selama kurang lebih 30 menit	✓	
16.	Meninum obat diabetes secara teratur sangat diharuskan untuk mencegah terjadinya komplikasi diabetes.	✓	
17.	Terapi insulin diberikan apabila terapi jenis lain tidak dapat mengontrol kadar gula darah.	✓	
18.	Untuk memantau tinggi rendahnya gula darah diperlukan pemeriksaan kadar gula darah berkala atau teratur.	✓	
19.	Kadar gula darah sewaktu (tanpa puasa) 200 berarti nilainya normal		✓
20.	Dianjurkan makan/minum yang manis ketika dalam keadaan hipoglikemi (Gula darah dibawah 70 mg / dL )	✓	
<b>Jumlah</b>		05	

Minggu ke-2

No. Responden :

**KUISIONER TINGKAT PENGETAHUAN  
DAN PENATALAKSANAAN DM**

Tanggal Pengambilan Data : 7 Desember 2023

Petunjuk Pengisian : Pilihlah jawaban sesuai dengan yang bapak/ibu ketahui, dengan memberi tanda (✓) pada kolom yang telah disediakan dan semua pertanyaan harus dijawab dengan satu pilihan.

No.	Pertanyaan	B	S
1.	Diabetes mellitus adalah penyakit kelebihan gula dalam darah.	✓	
2.	Penyakit diabetes mellitus disebut juga dengan penyakit kencing manis.	✓	
3.	Penyakit diabetes mellitus salah satunya juga disebabkan karena kurang atau tidak adanya hormon insulin.	✓	
4.	Penyakit diabetes mellitus ditandai dengan sering buang air kecil (kencing)	✓	
5.	Tidak enak makan, berat badan menurun, lemas, merupakan gejala diabetes mellitus		✓
6.	Umur, keturunan dari keluarga, dan berat badan/kegemukan adalah merupakan faktor penyebab timbulnya penyakit diabetes mellitus.	✓	
7.	Tidak pernah aktivitas fisik dan berolah raga bisa menyebabkan Diabetes Mellitus		✓
8.	Diabetes melitus dapat mengakibatkan gangguan pendengaran	✓	
9.	Diabetes Mellitus dapat menyerang semua orang	✓	
10.	Mengatur pola makan dengan pengaturan 3J (jadwal, jenis dan jumlah) dapat menjaga kestabilan kadar gula darah	✓	
11.	Direbus, dibakar, dan dikukus merupakan cara memasak makanan yang dapat meningkatkan kadar gula darah.		✓
12.	Makanana bagi penderita Diabetes Mellitus harus rendah gula	✓	



13.	Merokok dan alkohol harus dihindari oleh penderita diabetes mellitus	✓	
14.	Olah raga rutin sangat bagus untuk membantu mengontrol kadar gula darah dan kolesterol dalam darah.	✓	
15.	Olahraga yang baik untuk penderita Diabetes Mellitus dilakukan selama kurang lebih 30 menit	✓	
16.	Meninum obat diabetes secara teratur sangat diharuskan untuk mencegah terjadinya komplikasi diabetes.	✓	
17.	Terapi insulin diberikan apabila terapi jenis lain tidak dapat mengontrol kadar gula darah.	✓	
18.	Untuk memantau tinggi rendahnya gula darah diperlukan pemeriksaan kadar gula darah berkala atau teratur.	✓	
19.	Kadar gula darah sewaktu (tanpa puasa) 200 berarti nilainya normal		✓
20.	Dianjurkan makan/minum yang manis ketika dalam keadaan hipoglikemi (Gula darah dibawah 70 mg / dL )	✓	
<b>Jumlah</b>		100	

Minggu ke-3

No. Responden :

**KUISIONER TINGKAT PENGETAHUAN  
DAN PENATALAKSANAAN DM**

Tanggal Pengambilan Data : 12 Desember 2023

Petunjuk Pengisian : Pilihlah jawaban sesuai dengan yang bapak/ibu ketahui, dengan memberi tanda (✓) pada kolom yang telah disediakan dan semua pertanyaan harus dijawab dengan satu pilihan.

No.	Pertanyaan	B	S
1.	Diabetes mellitus adalah penyakit kelebihan gula dalam darah.	✓	
2.	Penyakit diabetes mellitus disebut juga dengan penyakit kencing manis.	✓	
3.	Penyakit diabetes mellitus salah satunya juga disebabkan karena kurang atau tidak adanya hormon insulin.	✓	
4.	Penyakit diabetes mellitus ditandai dengan sering buang air kecil (kencing)	✓	
5.	Tidak enak makan, berat badan menurun, lemas, merupakan gejala diabetes mellitus		✓
6.	Umur, keturunan dari keluarga, dan berat badan/kegemukan adalah merupakan faktor penyebab timbulnya penyakit diabetes mellitus.	✓	
7.	Tidak pernah aktivitas fisik dan berolah raga bisa menyebabkan Diabetes Mellitus		✓
8.	Diabetes mellitus dapat mengakibatkan gangguan pendengaran	✓	
9.	Diabetes Mellitus dapat menyerang semua orang	✓	
10.	Mengatur pola makan dengan pengaturan 3J (jadwal, jenis dan jumlah) dapat menjaga kestabilkan kadar gula darah	✓	
11.	Direbus, dibakar, dan dikukus merupakan cara memasak makanan yang dapat meningkatkan kadar gula darah.		✓
12.	Makanana bagi penderita Diabetes Mellitus harus rendah gula	✓	

13.	Merokok dan alkohol harus dihindari oleh penderita diabetes mellitus	✓	
14.	Olah raga rutin sangat bagus untuk membantu mengontrol kadar gula darah dan kolesterol dalam darah.	✓	
15.	Olahraga yang baik untuk penderita Diabetes Mellitus dilakukan selama kurang lebih 30 menit	✓	
16.	Meninum obat diabetes secara teratur sangat diharuskan untuk mencegah terjadinya komplikasi diabetes.	✓	
17.	Terapi insulin diberikan apabila terapi jenis lain tidak dapat mengontrol kadar gula darah.	✓	
18.	Untuk memantau tinggi rendahnya gula darah diperlukan pemeriksaan kadar gula darah berkala atau teratur.	✓	
19.	Kadar gula darah sewaktu (tanpa puasa) 200 berarti nilainya normal		✓
20.	Dianjurkan makan/minum yang manis ketika dalam keadaan hipoglikemi (Gula darah dibawah 70 mg / dL )	✓	
<b>Jumlah</b>		100	

Minggu ke-4

No. Responden :

**KUISIONER TINGKAT PENGETAHUAN  
DAN PENATALAKSANAAN DM**

Tanggal Pengambilan Data : 19 Desember 2023

Petunjuk Pengisian : Pilihlah jawaban sesuai dengan yang bapak/ibu ketahui, dengan memberi tanda (✓) pada kolom yang telah disediakan dan semua pertanyaan harus dijawab dengan satu pilihan.

No.	Pertanyaan	B	S
1.	Diabetes mellitus adalah penyakit kelebihan gula dalam darah.	✓	
2.	Penyakit diabetes mellitus disebut juga dengan penyakit kencing manis.	✓	
3.	Penyakit diabetes mellitus salah satunya juga disebabkan karena kurang atau tidak adanya hormon insulin.	✓	
4.	Penyakit diabetes mellitus ditandai dengan sering buang air kecil (kencing)	✓	
5.	Tidak enak makan, berat badan menurun, lemas, merupakan gejala diabetes mellitus		✓
6.	Umur, keturunan dari keluarga, dan berat badan/kegemukan adalah merupakan faktor penyebab timbulnya penyakit diabetes mellitus.	✓	
7.	Tidak pernah aktivitas fisik dan berolah raga bisa menyebabkan Diabetes Mellitus		✓
8.	Diabetes mellitus dapat mengakibatkan gangguan pendengaran	✓	
9.	Diabetes Mellitus dapat menyerang semua orang	✓	
10.	Mengatur pola makan dengan pengaturan 3J (jadwal, jenis dan jumlah) dapat menjaga kestabilan kadar gula darah	✓	
11.	Direbus, dibakar, dan dikukus merupakan cara memasak makanan yang dapat meningkatkan kadar gula darah.		✓
12.	Makanan bagi penderita Diabetes Mellitus harus rendah gula	✓	



13.	Merokok dan alkohol harus dihindari oleh penderita diabetes mellitus	✓	
14.	Olah raga rutin sangat bagus untuk membantu mengontrol kadar gula darah dan kolesterol dalam darah.	✓	
15.	Olahraga yang baik untuk penderita Diabetes Mellitus dilakukan selama kurang lebih 30 menit	✓	
16.	Meninum obat diabetes secara teratur sangat diharuskan untuk mencegah terjadinya komplikasi diabetes.	✓	
17.	Terapi insulin diberikan apabila terapi jenis lain tidak dapat mengontrol kadar gula darah.	✓	
18.	Untuk memantau tinggi rendahnya gula darah diperlukan pemeriksaan kadar gula darah berkala atau teratur.	✓	
19.	Kadar gula darah sewaktu (tanpa puasa) 200 berarti nilainya normal		✓
20.	Dianjurkan makan/minum yang manis ketika dalam keadaan hipoglikemi (Gula darah dibawah 70 mg / dL )	✓	
<b>Jumlah</b>		100	