

**PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP
KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES
MELITUS DI DESA BANJAR ANYAR**

KEDIRI TABANAN



SKRIPSI

Oleh :

Komang Wulan Prasasty Karmani

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI**

2024

**PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP
KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES
MELITUS DI DESA BANJAR ANYAR
KEDIRI TABANAN**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali**

Oleh :

**Komang Wulan Prasasty Karmani
NIM. C2123157**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *BRISK WALKING EXERCISE* TERHADAP
KADAR GLUKOSA DARAH PENDERITA DIABETES
MELITUS DI DESA BANJAR ANYAR
KEDIRI TABANAN**

Diajukan Oleh :

**KOMANG WULAN PRASASTY KARMANI
NIM. C2123157**


Mangupura, 11 Juni 2024

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I


Ns.Ni Komang Mata Jagandari,S.Kep.,M.H
NIDN : 0813098803

Pembimbing II


I Gusti Agung Ayu Sherlyna Prihandhani,S.Kep.,M.Kes
NIDN : 0801038801

**Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan**

Ketua

Ns.Putri Artha Wijaya,S.Kep.,M.Kep
NIDN : 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN
DI DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN BINA USADA BALI**

Tanggal : 13 Agustus 2024

Yang terdiri dari :

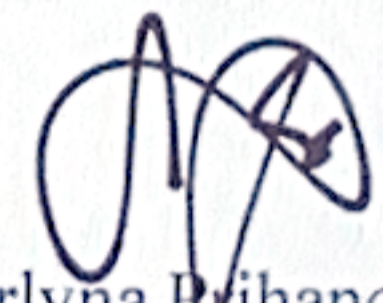
Ketua Penguji


Ns. Komang Yogi Triana, M.Kep., Sp.Kep.An
NIDN : 0825118901



Sekretaris Penguji


Ns. Ni Komang Matalia Gandari, S.Kep., M.H
NIDN : 0813098803

Anggota Penguji


Ns. I Gusti Agung Ayu Sherlyna Pihandhani, S.Kep., M.Kes
NIDN : 0801038801

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. Putu Artika Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Komang Wulan Prasasty Karmani
NIM : C2123157
Jurusan : S1 Keperawatan
Judul Skripsi : Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 13 Agustus 2024



Komang Wulan Prasasty Karmani

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

Skripsi Juli 2024

Komang Wulan Prasasty Karmani

Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan

ABSTRAK

Diabetes melitus disebabkan oleh jumlah insulin yang tidak mencukupi yang dihasilkan oleh pankreas atau tubuh yang tidak dapat menggunakan insulin yang diproduksi secara memadai Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis apakah terdapat Pengaruh Brisk Walking Exercise Pada Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif dengan metode Pre-Eksperimen design pendekatan one group pretest-posttest. Pada penelitian rumus yang digunakan untuk menentukan sampel yaitu dengan menggunakan rumus slovin. Sampel yang digunakan yaitu 42 sampel ditambah dengan 6 sampel cadangan. Hasil penelitian ini terdapat pengaruh kadar gula darah sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Penelitian ini menggunakan uji wilcoxon dengan rata – rata kadar gula darah pre tests yaitu 188 mg/dL dan nilai rata-rata post test yaitu 179 mg/dL. Nilai yang didapatkan yaitu $p = 0,002 < 0,05$. maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti adanya pengaruh brisk walking exercise pada kadar glukosa darah terhadap penderita diabetes mellitus di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan. Diharapkan hasil dari penelitian ini, *brisk walking exercise* dapat dijadikan sebagai terapi non farmakologi untuk menurunkan kadar glukosa darah, khususnya untuk penderita diabetes melitus di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan.

Kata kunci : Diabetes melitus, kadar glukosa darah, *brisk walking exercise*

Daftar Pustaka : 44 (2017-2024)

HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI

BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Thesis, July 2024

Komang Wulan Prasasty Karmani

The Effect Of Brisk Walking Exercise on Blood Glucose Levels Patient With Diabetes Melitus at Banjar Anyar Village Kediri Tabanan

ABSTRACT

. *Diabetes mellitus is caused by an insufficient amount of insulin produced by the pancreas or a body that cannot adequately use the insulin produced. The purpose of this research is to analyze whether there is an Effect of Brisk Walking Exercise on Blood Glucose Levels of Diabetes Mellitus Patients in Banjar Anyar Kediri Tabanan Village. The type of research used in this study is quantitative with the Pre-Experiment design method of one group pretest-posttest approach. In the research the formula used to determine the sample is to use the slovin formula. The sample used was 42 samples plus 6 backup samples. The results of this study were the effect of blood sugar levels before and after being treated. This study used the Wilcoxon test with an average pre-test blood sugar level of 188 mg/dL and an average post-test value of 179 mg/dL. The value obtained is $p = 0.002 < 0.05$. It can be concluded that H_0 is rejected and H_a is accepted. This means that there is an effect of brisk walking exercise on blood glucose levels in patients with diabetes mellitus in Banjar Anyar Kediri Tabanan Village. It is expected that the results of this study, brisk walking exercise can be used as a non-pharmacological therapy to reduce blood glucose levels, Especially for people with diabetes mellitus in Banjar Anyar Kediri Tabanan Village.*

Keywords: Diabetes mellitus, blood glucose level, brisk walking exercise

Bibliography: 44 (2017-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Brisk Walking Exercise* Pada Kadar Glukosa Darah Terhadap Penderita Diabetes Mellitus Di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan” dapat diselesaikan tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Ilmu Keperawatan pada Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Skripsi penelitian ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak untuk itu melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar - besarnya kepada:

1. Dr. Ir. Putu Santika, MM. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Kepala Desa Banjar Anyar Kediri atas ijin yang telah diberikan untuk menjadikan Desa Banjar Anyar Kediri Kabupaten Tabanan menjadi lokasi penelitian.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M. Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah banyak memberikan saran dan dorongan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini.

4. Ns.Ni Komang Mataliagandari,S.Kep.,M.H selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini
5. I Gusti Agung Ayu Sherlyna Prihandhani,S.Kep.,M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam penyusunan prosal ini
6. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan selama proses penyusunan skripsi hingga penyusunan skripsi.
7. Kepada seluruh pihak yang turut serta membantu dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mengucapkan terimakasih banyak.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Mangupura, Agustus 2024

Komang Wulan Prasasty Karmani

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Konsep Diabetes Melitus	10
B. Konsep <i>Brisk Walking Exercise</i>	12

1. Pengertian <i>Brisk Walking Exercise</i>	12
2. Manfaat <i>Brisk Walking Exercise</i>	13
4. Hal-hal yang perlu diperhatikan	17
C. Pengaruh <i>Brisk Walking Exercise</i> Pada Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus.....	18
D. Kerangka Teori	20
BAB III KERANGKA KONSEP.....	21
A. Kerangka Konsep.....	21
B. Hipotesis.....	22
C. Variabel dan Definisi Operasional	22
1. Variabel penelitian	22
2. Definisi operasional.....	23
BAB IV METODE PENELITIAN	24
A. Jenis Penelitian	24
B. Populasi dan Sampel.....	25
1. Populasi	25
2. Sampel.....	25
C. Tempat Penelitian.....	27
D. Waktu Penelitian	27
E. Etika Penelitian.....	27
1. <i>Informed Consent</i>	27
2. <i>Anonymity</i>	28
3. <i>Confidentiality</i>	28
F. Alat Pengumpulan.....	28
1. Instrumen Pengumpulan Data	28

G. Prosedur Pengumpulan Data	29
1. Prosedur Administrasi	29
2. Prosedur Teknis	30
H. Pengolahan dan Analisa Data	31
1. <i>Editing</i>	31
2. <i>Coding</i>	31
3. <i>Processing</i>	31
4. <i>Cleaning</i>	32
5. <i>Tabulating</i>	32
I.Rencana Analisa data	32
1. Analisis univariat.....	32
2. <i>Analisis bivariat</i>	32
BAB V HASIL	34
A. Tempat dan Waktu Penelitian	34
B. Analisa Univariat.....	34
1. Karakteristik Responden	34
2. Hasil Pengamatan Terhadap Subjek Penelitian.....	36
C. Analisis Bivariat.....	38
BAB VI PEMBAHASAN.....	40
A. Interpretasi Penelitian	40
1. Karakteristik Responden	40
2. Kadar glukosa darah sebelum dilakukan <i>brisk walking exercise</i> pada kadar glukosa darah penderita diabetes melitus di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan.....	44

3. Kadar glukosa darah setelah dilakukan <i>brisk walking exercise</i> pada kadar glukosa darah penderita diabetes melitus di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan.....	44
5	
4. Pengaruh <i>brisk walking excercise</i> pada kadar glukosa darah terhadap penderita diabetes mellitus di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan.....	47
B. Keterbatasan Penelitian	49
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian	49
1. Pelayanan Keperawatan	49
2. Pendidikan Keperawatan.....	49
3. Penelitian Keperawatan.....	50
BAB VII_PENUTUP	51
A. Simpulan.....	51
B. Saran	52
1. Bagi Masyarakat.....	52
2. Bagi Institusi Pendidikan	52
3. Bagi Perkembangan Ilmu Keperawatan.....	52
DAFTAR PUSTAKA	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pemanasan Sebelum Melakukan <i>Brisk Walking Exercise</i>	15
Gambar 2. 2 Latihan Inti <i>Brisk Walking Exercise</i>	16
Gambar 2. 3 Kerangka Teori	20
Gambar 2. 4 Kerangka Teori	20

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Variabel Penelitian.....	23
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan.....	35
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Desa BanjarAnyar Kediri Tabanan.....	35
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Desa Banjar Anyar.....	35
Tabel 5.4 Distribusi frekuensi kadar glukosa darah sebelum dilakukan brisk walking exercise pada glukdarah penderita diabetes melitus di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan	36
Tabel 5.5 Distribusi frekuensi kadar glukosa darah sesudah dilakukan <i>brisk walking exercise</i> pada kadar glukosa darah penderita diabetes melitus di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan.....	37
Tabel 6. Hasil Uji Normalitas Data Kadar Glukosa Darah Responden	37
Tabel 7. Pengaruh brisk walking exercise pada kadar glukosa darah penderita diabetes melitus di Desa Banjar Anyar Kediri Tabanan.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Lembar Observasi
- Lampiran 6 Lembar Observasi Penilaian Kadar Glukosa Darah
- Lampiran 7 Standar Operasional Prosedur *Brisk Walking Exercise*
- Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 9 Kaji Etik
- Lampiran 10 Master Tabel
- Lampiran 11 Dokumentasi

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. Made Sudarma, Ni Wayan Trisnadewi, Ni Putu Wiwik Oktaviani, Seri Asnawati Munthe, Victor Trismanjaya Hulu, Ahmad Faridi Indah Budiastutik, Putu Oky Ari Tania Radeny Ramdany, Rosmauli Jerimia Fitriani, Sanya Anda Lusiana Baiq Fitria Rahmiati, and Suryana Andi Susilawaty, Efendi Sianturi. 2021. "Metodologi Penelitian Kesehatan." Pp. i–299 in, edited by R. Watrianthos and S. Janner. Denpasar: Yayasan Kita Menulis.
- Badrujamaludin, Asep, M. Budi Santoso, and Deipa Nastrya. 2021. "Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Neuropati Diabetik Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2." *Holistik Jurnal Kesehatan* 15(2):176–86. doi: 10.33024/hjk.v15i2.3624.
- Bisma Yudha, Magenda, Jl Raden Patah No, Ledug Kembaran, and Jawa Tengah. 2024. "Brisk Walking Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2: A Literature Review Nur Intan Kartika Sari RISE Foundation." 2(1):248–60.
- Brian Putra Barata, Juli Dwi Prasetyo, Devania Firdhausya, Rudiyanto, and Nurul Alfi Diana. 2019. "EFEKTIVITAS SENAM PROLANIS TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH ACAK (GDA) PENDERITA DIABETES MELLITUS." *Healthy* 7(2):29–41.
- Damanik, Hamonangan, and Paskah Rina Situmorang. 2019. "Pengaruh Jalan Cepat (Brisk Walking) Terhadap Penurunan Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Yang Berobat Jalan Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan." *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda* 5(2):86–90. doi: 10.52943/jikeperawatan.v5i2.314.
- Darmawan, Armaidi. 2020. *Epidemiologi Penyakit Menular Dan Penyakit Tidak Menular*. Vol. 4.
- Dinata, I. Made Candra, Komang Ayu Henny Achjar, I. Ketut Gama, and Ketut Sudiantara. 2022. "Gambaran Pemberian Terapi Senam Kaki Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus Tipe II." *Jurnal Gema Keperawatan* 15(2):305–19.
- Dinkes Bali. 2022. "Profil Kesehatan 2022 Bali." *Dinas Kesehatan Provinsi Bali*.
- Elsayed, Nuha A., Grazia Aleppo, Vanita R. Aroda, Raveendhara R. Bannuru, Florence M. Brown, Dennis Bruemmer, Billy S. Collins, Kenneth Cusi, Sandeep R. Das, Christopher H. Gibbons, John M. Giurini, Marisa E. Hilliard, Diana Isaacs, Eric L. Johnson, Scott Kahan, Kamlesh Khunti, Mikhail Kosiborod, Jose Leon, Sarah K. Lyons, Lisa Murdock, Mary Lou Perry, Priya Prahalad, Richard E. Pratley, Jane Jeffrie Seley, Robert C. Stanton, Jennifer K. Sun, Crystal C. Woodward, Deborah Young-Hyman, and Robert A. Gabbay. 2023. "Summary of Revisions: Standards of Care in Diabetes—2023." *Diabetes Care* 46(January):S5–9. doi: 10.2337/dc23-SREV.

- Eprianti, Ne nopi. 2022. "Pengaruh Walking Exercise Terhadap Nilai Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Ruang Rawat Inap" 14(2):70–75.
- Hamonangan, Damanik. 2019. *Jalan Cepat Sebagai Alternatif Penanganan Bagi Penderita Diabetes Militus*.
- Hati, Yulis, and Rosanti Muchsin. 2022. "Pengaruh Brisk Walking Terhadap Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pasien Diabetes Melitus Tipe II." *Jurnal Ilmu Kesehatan* 16(1):74–79.
- Hayati, Kardina, Nilam Cahya, Tahan Adrianus Manalu, Dewi Agustina, and Nora Ervina Sembiring. 2021. "Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe 2." *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik* 3(2):23–29.
- Isnaini, Nur. 2018. "Faktor Risiko Mempengaruhi Kejadian Diabetes Mellitus Tipe Dua Risk Factors Was Affects of Diabetes Mellitus Type 2." 14(1):59–68.
- Kasmad, Kasmad, Awaludin Jahid Abdillah, and Mila Karnelia. 2022. "The Impact of Using Brisk Walking Exerrcise in Lower Blood Sugar of Patients with Type 2 Diabetes Mellitus." *International Journal of Nursing Information* 1(1):10–17. doi: 10.58418/ijni.v1i1.6.
- Kemenkes RI. 2020. "Diabetes Mellitus Tipe 2."
- Kemenkes RI. 2022. "Diabetes Mellitus Adalah Masalah Kita."
- Kuman, Maria Junita Moni, and Wihelmus Nong Baba. 2024. "Penerapan Inovasi Brisk Walking Exercise Dalam Menurunkan Kadar Gula Darah Klien Diabetes Mellitus Application of Brisk Walking Exercise Innovation in Reducing Blood Sugar Levels of Diabetes Mellitus Clients Article Info." 7(2):329–34.
- Masturoh, Imas, and Nauri Anggita T. 2018. "Metodologi Penelitian Kesehatan." P. 307 in.
- Muzakki, Dhiaulhaq Helmi Indra, Rina Nur Hidayati, and Faisal Ibnu. 2021. "PENGARUH BRISK WALKING EXERCISE TERHADAP TINGKAT KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE 2." *Jurnah Kesehatan Perawatan* 1(1):1–13.
- Notoatmodjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta.
- Nursalam, ed. 2017. *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. 2020. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. edited by P. P. Lestari. Jakarta: Salemba Medika.
- Nuryanto, Heri, Frans E. N. Wantania, and B. J. Waleleng. 2016. "Pengaruh Brisk Walking (Jalan Cepat) Terhadap Fungsi Hati Pada Obesitas Sentral." *E-CliniC* 4(1). doi: 10.35790/ecl.4.1.2016.10954.

- Pasaribu, Masdalifa. 2021. "Effect of 30 Minutes Walking on Decreasing Blood Sugar Levels in Diabetes Mellitus Patients Type 2 in Kwala Mencirim Village." *Contagion: Scientific Periodical Journal of Public Health and Coastal Health* 3(2):113. doi: 10.30829/contagion.v3i2.15074.
- Purbangkara, Tedi, Febi Kurniawan, and Ibnu Mahtumi. 2022. *Ilmu Faal Olahraga Dan Praktikum (Fisiologi Olahraga) Perubahan Yang Terjadi Pada Tubuh Manusia Yang Disebabkan Aktivitas Olahraga*. I. Jawa Timur.
- Rammang, Sisilia, and Nur Nurul Reza. 2023. "Pengendalian Diabetes Melitus Melalui Edukasi Dan Pemeriksaan Kadar Gula Darah Sewaktu." *Jurnal Pendidikan Tambusai* 7(1):133–37.
- Rehmaitamalem, Rehmaitamalem, and Rahmisyah Rahmisyah. 2021. "Pengaruh Jalan Kaki Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus." *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* 8(1):11–14. doi: 10.32539/jks.v8i1.15736.
- Riskesdas Bali. 2018. "Riset Kesehatan Dasar Provinsi Bali."
- Rosita, Rosita, Devi Angeliana Kusumaningtiar, Ahmad Irfandi, and Ira Marti Ayu. 2022. "Hubungan Antara Jenis Kelamin, Umur, Dan Aktivitas Fisik Dengan Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Lansia Di Puskesmas Balaraja Kabupaten Tangerang." *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)* 10(3):364–71. doi: 10.14710/jkm.v10i3.33186.
- Saputra, Indra, Sriwahyuni, and Yasir Haskas. 2023. "Pengaruh Latihan Fisik Jalan Cepat Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Wanita Diabetes." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan* 3(1):1–8.
- Simanjuntak, Indah, Maria Yunita Indriarini, and Albertus Budi Arianto. 2023. "TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF DALAM KADAR GULA DARAH PENDERITA DIABETES MELITUS: LITERATURE REVIEW Indah." *Jurnal Sahabat Keperawatan* 5(1):216–28.
- Simarmata, Pratiwi Christa, Kardina Hayati, Sari Desi Esta Ulina Sitepu, Ruttama Hutahuruk, Rita Ayu Butar-butar, and Nilam Cahya. 2021. "Penyuluhan Brisk Walking Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus." *Jurnal Pengmas Kestra (Jpk)* 1(1):106–9. doi: 10.35451/jpk.v1i1.743.
- Soelistijo, Soebagio. 2021. "Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia 2021." *Global Initiative for Asthma* 46.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suiraoaka, Putu, Ni Nyoman Budiani, and Dewi IGA Srihati. 2019. "Metodologi Penelitian Kuantitatif Bidang Kesehatan." edited by P. Panaesa. Jogjakarta.
- Sukawana, I. Wayan. 2022. "Komplikasi Diabetes Militus." Pp. 47–66 in

Tatalaksana Diabetes Melitus Berbasis Evidence-Based Practice, edited by M. Martini. Bandung: Media Sains Indonesia.

Vadila, Amelia, M. Dody Izhar, and Helmi Suryani Nasution. 2021. "Faktor-Faktor Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Putri Ayu." *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar* 16(2):229–37.

Wahyu Prastiwi, Farah, Tri Sumarni, and Ervita Dwi Martyastuti. 2024. "Edukasi Pilar Diabetes Melitus Terhadap Manajemen Hiperglikemia Pada Pasien Diabetes Melitus." *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 6(5):2099–2106.

Widiyono, Widiyono, Anik Suwarni, Winarti Winarti, and Tri Kesuma Dewi. 2021. "Pengaruh Senam Kaki Diabetes Melitus Terhadap Tingkat Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2." *Jurnal Wacana Kesehatan* 6(2):85. doi: 10.52822/jwk.v6i2.283.

Wulandari, Sukma, Yusran Haskas, Eva Arna Abrar, Sekolah Tinggi, Ilmu Kesehatan, Nani Hasanuddin, Jl Perintis, Kemerdekaan VIII, and Kota Makassar. 2023. "Gambaran Disparitas Diabetes Melitus Tipe 2 Ditinjau Dari Faktor Sosiodemografi." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan* 3:2023.

Yasa Putra, I. Dewa Putu Gede. 2022. *Tatalaksana Diabetes Melitus Berbasis Evidence Based Practice*. Bandung: Media Sains Indonesia.

Yudha, Magenda Bisma, and Anton Suhendro. 2024. "Edukasi Brisk Walking Sebagai Pencegahan Peningkatan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Cilongok I Kabupaten Banyumas." *Jurnal Peduli Masyarakat* 6:459–68.

Zainuddin, Andi Zulkifli Abdullah, Nurhaedar Jafar, Suriah, Nursalam, Darmawansyah, Syahrul Syahrul, Wahiduddin, Widianoro, and Anwar Mallongi. 2023. "Health Literacy Brisk Walking Exercise on Clinical Outcomes of Blood Sugar in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus in Indonesia." *Pharmacognosy Journal* 15(2):433–38. doi: 10.5530/pj.2023.15.68.