

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian .....	5
1.3.1. Tujuan Umum Penelitian .....	5
1.3.2. Tujuan Khusus .....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1. Manfaat Bagi Peneliti.....	6
1.4.2. Manfaat Bagi Masyarakat .....	6
1.4.3. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan .....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1. Pola Konsumsi .....	7
2.2. Indeks Glikemik .....	8
2.2.1. Pengertian Indeks Glikemik.....	8
2.2.2. Golongan Makanan Berdasarkan Indeks Glikemik .....	9
2.2.3. Indeks Glikemik Pangan Campuran .....	12
2.2.4. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Indeks Glikemik .....	14
2.3 Gula Darah.....	15
2.3.1. Pengertian Gula Darah.....	15
2.3.2. Metabolisme Gula Darah .....	16
2.3.3. Kadar Gula Darah .....	16

2.3.4. Macam – macam Kontrol Gula Darah.....	18
2.3.5. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Gula Darah.....	23
2.3.6. Metode Pengukuran Gula Darah.....	26
2.4. Hubungan Pola Konsumsi Indeks Glikemik Tinggi Dengan Kadar Gula Darah .....	28
2.5. Diabetes Melitus.....	29
2.5.1. Pengertian Diabetes Melitus .....	29
2.5.2. Klasifikasi Diabetes Melitus .....	30
2.6. Diabetes Melitus Tipe 2.....	31
2.6.1. Pengertian Diabetes Melitus 2 .....	31
2.6.2. Patofisiologi Diabetes Melitus Tipe 2 .....	31
2.6.3. Etiologi Diabetes Melitus Tipe 2.....	31
2.6.4. Faktor Risiko Diabetes Melitus Tipe 2.....	32
2.6. Metode Semi Kuantitatif FFQ .....	33
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>34</b>
3.1. Kerangka Konseptual .....	34
3.2. Penjelasan Kerangka Konsep .....	35
3.3. Hipotesis Penelitian .....	35
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>36</b>
4.1. Desain Penelitian .....	36
4.2. Waktu Dan Tempat Penelitian .....	36
4.2.1. Waktu Penelitian .....	36
4.2.2. Tempat Penelitian.....	36
4.3. Populasi Dan Sampe Penelitian.....	36
4.3.1. Populasi Penelitian .....	36
4.3.2. Sampel Penelitian .....	37
4.4. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel.....	38
4.4.1. Variabel Penelitian .....	38
4.4.2. Definisi Operasional Variabel .....	39
4.5. Teknik Pengumpulan Data .....	39
4.5.1. Metode Pengambilan Data .....	39
4.4.2. Jenis Data .....	40
4.4.3. Pengolahan Data.....	41

4.6. Instrumen Penelitian.....	42
4.6. Teknik Analisa Data.....	42
<b>BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>36</b>
5.1. Hasil Penelitian.....	36
5.1.1. Gambaran Umum Puskesmas Perak.....	43
5.1.2. Karakteristik Responden .....	46
5.1.3. Pola Konsumsi Indeks glikemik.....	48
5.1.4. Kadar Gula Darah 2 Jam pp .....	49
5.1.5. Hubungan Pola Konsumsi Indeks glikemik dan Kadar Gula Darah .....	
2 Jam pp.....	50
5.2. Pembahasan .....	51
5.2.1. Karakteristik Responden .....	51
5.2.2. Pola Konsumsi Indeks glikemik.....	52
5.2.3. Kadar Gula Darah 2 Jam pp .....	53
5.2.4. Hubungan Pola Konsumsi Indeks glikemik dan Kadar Gula Darah .....	
2 Jam pp.....	54
<b>BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>57</b>
6.1. Kesimpulan.....	57
6.2. Saran .....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>65</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Kategori Pangan Menurut Indeks Glikemik .....	10
Tabel 2.2. Nilai Indeks Glikemik Bahan Makanan Indonesia Pada Penyandang Diabetes melitus .....	11
Tabel 2.3. Tabel Indeks Glikemik Pangan Campuran .....	13
Tabel 2.4. Kadar Gula Darah Normal, IFG,IGT dan Diabetes .....	18
Tabel 2.5. Kadar Gula Darah Puasa Orang Normal,Pre-diabetes,dan Diabetes ...	20
Tabel 2.6. Kadar HbA1c Pada Orang Normal,Pre-Diabetes,dan Diabetes .....	21
Tabel 2.7. Penggolongan Kadar HbA1c Pada Kriteria Diabetes .....	21
Tabel 2.8. Perkiraan Kadar Gula Darah Berdasarkan HbA1c .....	22
Tabel 2.9. Gula Darah IFG.....	23
Tabel 2.10. Kadar Toleransi Gula Darah Terganggu .....	23
Tabel 2.11. Faktor Resiko Diabetes Melitus Tipe 2 .....	30
Tabel 4.1. Definisi Operasional Variabel.....	39
Tabel 5.1. Jumlah penduduk Berdasarkan Jenis Kelamin dan golongan Umur....	44
Tabel 5.2. Distribusi Frekuensi Pola Penyakit di puskesmas Perak Tahun 2017	46
Tabel 5.3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden.....	47
Tabel 5.4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden .....	47
Tabel 5.5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Riwayat Diabetes Melitus Responden.....	48
Tabel 5.6. Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Indeks Glikemik Responden .....	49
Tabel 5.7. Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah 2 Jam PP Responden .....	49
Tabel 5.8. Tabulasi Silang Pola Konsumsi Indeks Glikemik dengan Kadar Gula darah 2 Jam PP Responden .....	50

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	34
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Perizinan Lokasi Penelitian.....	65
Lampiran 2 Surat Perizinan Melaksanakan Penelitian.....	66
Lampiran 3 Surat Perizinan Melaksanakan Penelitian.....	67
Lampiran 4 Form Inform Consent .....	68
Lampiran 5 Kuisisioner Penelitian.....	69
Lampiran 6 Form <i>Food frequency quitionnaire Semi quantitative</i> .....	71
Lampiran 7 Hasil Uji Statistika.....	73
Lampiran 8 Dokumentasi penelitian .....	76