

**PENGARUH *BRISK WALKING* TERHADAP KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS
TIPE 2 DI PUSKESMAS CIJAGRA LAMA**

SKRIPSI



Oleh :

TRİYUNI NURWAIDAH

NIM : 302021089

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG**

2025

**PENGARUH *BRISK WALKING* TERHADAP KADAR
GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS
TIPE 2 DI PUSKESMAS CIJAGRA LAMA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung



Oleh :

TRİYUNI NURWAIDAH

NIM : 302021089

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG**

2025

Lembar persetujuan

LEMBAR PERSETUJUAN

TRİYUNI NURWAIDAH

NIM. 302021089

**PENGARUH *BRISK WALKING* TERHADAP PENURUNAN
GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS
TIPE 2 DI PUSKESMAS CIJAGRA LAMA**

Skripsi ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan
Pada Ujian Sidang Skripsi
Tanggal 30 Juli 2025

Oleh:

Pembimbing Utama



Nina Gartika, S.Kp. M.Kep

NPP. 2014290478050

Pembimbing Pendamping



Santy Sanusi, S.Kep.Ners., M.Kep., Sp.Kep.MB

NPP. 2001141070010

Lembar pengesahan

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**PENGARUH *BRISK WALKING* TERHADAP PENURUNAN
GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS
TIPE 2 DI PUSKESMAS CIJAGRA LAMA**

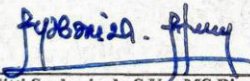
Disusun Oleh:

TRIYUNI NURWAIDAH

NIM. 302021089

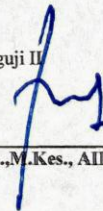
Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi
Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima
Bandung, 12 Agustus 2025

Penguji I



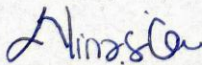
Prof. Dr. Sitti Syabariyah, S.Kp.,MS.Biomed.

Penguji II



Sajodin, S.Kep.,M.Kes., AIFO.

Pembimbing Utama



Nina Gartika, S.Kp. M.Kep.

Pembimbing Pendamping



Santy Sanusi, S.Kep.Ners., M.Kep.,Sp.Kep.MB.

Diketahui oleh
Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan



Nina Gartika, S.Kep., M.Kep.

Lembar pernyataan Originalistas

LEMBAR PERNYATAAN ORIGINALITAS

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Triyuni Nurwaidah
NIM : 302021089
Program Studi : Sarjana Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/ pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul:

“Pengaruh *Brisk Walking* Terhadap Penurunan Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Cijagra Lama”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, 30 Juli 2025
Yang membuat pernyataan,



TRİYUNI NURWAIDAH

MOTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya Dia mendapat (pahala) dari (kebijakan) yang dikerjakannya dan mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya”

(Q.S Al-Baqarah: 286)

“Maka sesungguhnya Bersama kesulitan itu ada kemudahan. Sesungguhnya Bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah: 5-6)

“god have perfect timing, never late, It takes a little patience and takes a lot of faith, but it's a worth the wait”

PERSEMBAHAN

Puji Syukur Kepada Allah SWT Atas Segala Rahmat Dan Karunia-Nya Yang Telah Memberikan Kesehatan, Kekuatan, Kesabaran, Serta Ketekunan Bagi Penulis Dalam Menyusun Skripsi Ini, Dengan Segenap Kerendahan Hati Karya Sederhana Ini Penulis Didikasikan Sebagai Bentuk Rasa Terima Kasih Kepada:

1. Cinta pertama dan panutanku Ayahanda Saepudin S.kep, Ners yang menjadi alasan utama saya untuk bertahan dalam setiap proses perjalanan selama perkuliahan sebagai wujud dan tanggung jawab atas kepercayaan yang telah diamanatkan serta atas rasa kasih sayang, kesabaran telah tulus membesarkan, merawat dan memberikan dukungan moral maupun material serta selalu mendo'akan saya agar sukses. Semoga allah SWT senantiasa memuliakan engkau baik di dunia maupun di akhirat, Aamiin Allahumma Aamiin.
2. Pintu surgaku Alm. Ibu Cucu Badriyah beliau adalah seorang ibu yang kerap dipanggil dengan sebutan mamah oleh penulis, sosok yang paling penulis rindukan dan berhasil membuat penulis bangkit dari kata menyerah saat mengingat beliau. Alhamdulillah mamah anak tersayangmu ini kini telah berada pada tahap ini, terimakasih atas segala kasih sayang dan perhatian yang telah diberikan, serta telah mengajarkan penulis untuk tetap tegar dalam menjalani kehidupan. Semoga engkau ditempatkan di sisi terbaik Allah SWT, Aamiin Allahumma Aamiin.
3. Kepada kakak saya Eva pusvita A.Md.Keb, Dewi oktaviani A.Md.Keb karna telah memberikan semangat dan dorongan kepada peneliti hingga akhir, dan meyakinkan saya jika saya mampu menyelesaikan studi ini.

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah S.W.T. Shalawat dan salam senantiasa terlimpahkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad S.A.W. beserta keluarga dan para sahabat. Berkat Rahmat dan Hidayah-Nya akhirnya saya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “pengaruh *brisk walking* terhadap kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di puskesmas cijagra lama”. Proposal ini bertujuan untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Aisyiyah Bandung selama proses penulisan proposal ini. Penulis mendapatkan dukungan dan bantuan berbagai pihak. Penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Ns. Tia Setiawati, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Kep.An selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Bandung
2. Prof. Dr. Sitti Syabariyah, S.Kp.,M.Biomed selaku Wakil Rektor I Universitas ‘Aisyiyah Bandung
3. Ns. Nandang Jamiat Nugraha, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku Wakil Retor II Universitas ‘Aisyiyah Bandung
4. Dr. Ami Kamila, S.ST.,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung
5. Ns. Anggriyana Tri Widiyanti, S.Kep.,Ners.,M.Kep.,Sp.Kep.MB selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung
6. Nina Gartika, S.Kp.,M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung sekaligus menjadi dosen pembimbing 1.

7. Dr. Angga Wilandika, S.Kep.,Ners.M.Kep selaku dosen pembimbing akademik.
8. Ns. Santy Sanusi, S.kep., M.Kep selaku dosen pembimbing pendamping.
9. Seluruh Dosen Dan Tenaga Kependidikan Dilingkungan Fakultas Ilmu Kesehatan Univeritas 'Aisyiyah Bandung.
10. Kepada Teman Seperjuangan Saya Risna, Shulis, Zaina, Terimakasih Selalu Menemani, Memberikan Dukungan, Membantu Setiap Proses Pengerjaan Skripsi Sehingga Peneliti Berhasil Menyelesaikan Skripsi Ini.
11. Kepada Felisha dan Fathia, terimakasih karna telah banyak memberikan dukungan, meluangkan waktu, men do'akan serta selalu menghibur peneliti semasa proses penyelesaian skripsi ini.
12. Kepada Fauzan Iqbal Yang Selalu Memberikan Motivasi Dan Dukungan Agar Penulis Dapat Menyelesaikan Skripsi Ini.

Semoga Allah SWT melimpahkan berkah bagi semua yang telah mendukung dan membantu penulis. Penulis menyadari bahwa pada penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bisa memperbaiki pada skripsi ini dan untuk menjadikan motivasi untuk penelitian yang akan dilakukan menjadi lebih baik.

Bandung, Maret 2025



Triyuni Nurwaidah

ABSTRAK

PENGARUH *BRISK WALKING* TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS TIPE 2 DI PUSKESMAS CIJAGRA LAMA

Triyuni Nurwaidah

302021089

Diabetes Melitus (DM) tipe 2 merupakan gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan hiperglikemia akibat resistensi insulin. Salah satu cara non-farmakologis yang terbukti efektif menurunkan kadar glukosa darah adalah aktivitas fisik, seperti *brisk walking*. Mengetahui pengaruh *brisk walking* terhadap kadar glukosa darah pada penderita DM tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Cijagra Lama. Penelitian ini merupakan kuasi-eksperimen dengan desain *pretest-posttest non-equivalent control group*. Sampel berjumlah 44 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu intervensi dan kontrol. Kelompok intervensi melakukan *brisk walking* selama dua minggu, tiga kali seminggu selama 15–30 menit. Kadar glukosa darah diukur sebelum dan sesudah intervensi menggunakan glukometer. Analisis data dilakukan menggunakan uji *paired sample t-test* dan *independent t-test*. Terdapat penurunan signifikan kadar glukosa darah pada kelompok intervensi dari rerata 269,68 mg/dL menjadi 234,05 mg/dL ($p < 0,001$). Pada kelompok kontrol, penurunan tidak signifikan dari 256,23 mg/dL menjadi 250,95 mg/dL. Hasil uji *independent t-test* menunjukkan perbedaan bermakna antar kelompok ($p < 0,001$). *Brisk walking* terbukti efektif sebagai intervensi non-farmakologis dalam menurunkan kadar glukosa darah pada penderita DM tipe 2. Aktivitas ini dapat diterapkan secara luas dalam praktik keperawatan komunitas sebagai bagian dari manajemen DM.

Kata kunci: Aktivitas fisik, *Brisk walking*, Diabetes Melitus tipe 2, Glukosa darah, Intervensi keperawatan,

ABSTRACT**THE EFFECT OF BRISK WALKING ON BLOOD GLUCOSE LEVELS IN PATIENTS WITH TYPE 2 DIABETES MELLITUS AT CIJAGRA LAMA PUBLIC HEALTH**

Triyuni Nurwaidah

302021089

Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) is a chronic metabolic disorder characterized by hyperglycemia due to insulin resistance. One effective non-pharmacological intervention to reduce blood glucose levels is physical activity, such as brisk walking. To determine the effect of brisk walking on blood glucose levels among patients with T2DM at the working area of Puskesmas Cijagra Lama. This study used a quasi-experimental design with a pretest-posttest non-equivalent control group. A total of 44 respondents were selected and divided into intervention and control groups. The intervention group performed brisk walking for two weeks, three times per week, for 15–30 minutes per session. Blood glucose levels were measured before and after the intervention using a glucometer. Data were analyzed using paired sample t-test and independent t-test. There was a significant reduction in blood glucose levels in the intervention group, from a mean of 269.68 mg/dL to 234.05 mg/dL ($p < 0.001$). In the control group, the reduction from 256.23 mg/dL to 250.95 mg/dL was not statistically significant. The independent t-test showed a significant difference between the two groups ($p < 0.001$). Brisk walking is proven to be an effective non-pharmacological intervention in lowering blood glucose levels in patients with T2DM. This activity can be implemented as part of community-based nursing practice in diabetes management.

Keywords: *Blood glucose, Brisk walking, Nursing intervention, Physical activity, Type 2 Diabetes Mellitus.*

Surat Pernyataan Kesiediaan Publikasi Ilmiah

SURAT PERNYATAAN

KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Triyuni Nurwaidah
NIM : 302021089
Program Studi : Sarjana Keperawatan

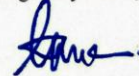
Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"Pengaruh *Brisk Walking* Terhadap Penurunan Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Cijagra Lama"

Hak bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 30 Juli 2025
Yang Menyatakan,



Triyuni Nurwaidah

Mengetahui,
Tim Pembimbing
Nama

1. Nina Gartika, S.Kp. M.Kep.
2. Santy Sanusi, S.Kep.Ners., M.Kep.,Sp.Kep.MB.

Tanda tangan



DAFTAR ISI

MOTO	Error! Bookmark not defined.
PERSEMBAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI	7
DAFTAR TABEL	9
DAFTAR BAGAN	10
DAFTAR GAMBAR	11
DAFTAR LAMPIRAN	12
BAB I.....	Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Sistematika Penulisan	Error! Bookmark not defined.
BAB II	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Landasan Teoritis.....	Error! Bookmark not defined.
1. Diabetes Melitus Type 2	Error! Bookmark not defined.
2. Konsep Kadar Gula Darah	Error! Bookmark not defined.
3. <i>Brisk Walking</i>	Error! Bookmark not defined.
4. Hasil Penelitian yang Relevan.....	Error! Bookmark not defined.
5. Kerangka Pemikiran.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
a. Metode Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel.....	Error! Bookmark not defined.

D. Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
E. Instrumen Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Teknik Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
G. Prosedur Penelitian	Error! Bookmark not defined.
H. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV	Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..	Error! Bookmark not defined.
A. Gambaran Umum	Error! Bookmark not defined.
B. Analisis Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Analisis Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
2. Analisis Bivariat	Error! Bookmark not defined.
C. Pembahasan Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Keterbatasan Dalam Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....	Error! Bookmark not defined.
SIMPULAN	Error! Bookmark not defined.
A. Simpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
Daftar Pustaka.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Jurnal Relevan	Error! Bookmark not defined.
Table 3.1 Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1 karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2 Rata-Rata Glukosa Darah.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3 Uji Normalitas Data	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4 Uji Paired T-Test Kelompok Intervensi Dan Kontrol.	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5 Uji Paired T-Test Perbandingan Rerata	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 6 Uji Independent T-Test Perbandingan Penurunan	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Pemikiran.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1 Menengokkan kepala ke kanan dan kiri **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2 Tangan dibengkokkan di depan dada ...**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 3 Menggenggam kaki dengan posisi dibelakang... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 4 Langkahkan satu kaki ke depan**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 5 Lakukan tarikan kaki belakang ke depan **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 6 Relaksasi.....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 7 Dorongan.....**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 8 angkat kedua tangan ke arah atas**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 9 Kedua kaki diangkat secara bergantian **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 10 Kepala dimiringkan ke kanan dan kiri**Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 11 Tangan satunya menekuk telapak tangan **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 lembar ijin penelitian kepada dinas kesehatan **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2 Lembar ijin penelitian KESBANGPOL **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3 Waktu Pelaksanaan dan Minum Obat **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian Dinas Kesehatan **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5 Surat Ijin Penelitian Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6 Persetujuan Etik **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7 Lembar Informasi Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8 Lembar persetujuan mengikuti penelitian (informed concent).. **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9 Lembar Observasi **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 10 Lembar Demografi dan Riwayat Kesehatan saat ini **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 11 SOP Brisk Walking **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 12 Lembar bimbingan dosen pembimbing 1 **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 13 Lembar bimbingan dosen pembimbing 2 **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 14 Lembar Persetujuan Sidang Akhir... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 15 Hasil Pemeriksaan Turnitin **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 16 CV Peneliti **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 17 Uji statistik..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 18 Tabulasi Data **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 20 Manuskrip **Error! Bookmark not defined.**

Daftar Pustaka

- Ana Martafari. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Diet Terhadap Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe-Ii Di Rsud Meuraxa Kota Banda Aceh. *Jurnal Sains Riset* |, 11, 670. <https://doi.org/10.47647/Jsr.V10i12>
- Anggraini, D., Putri, A., Sari, N., Yarsi, S., & Bukittinggi, S. (2022). "Afiyah Vol. Ix No. 1 Bulan Januari Tahun 2022 Pengaruh Brisk Walkingexercise Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi.
- Aryndra, R., Kabosu, S., Adu, A. A., Andolita, I., Hinga, T., Program,), Ilmu, S., & Masyarakat, K. (2020). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe Dua di RS Bhayangkara Kota Kupang. In *Timorese Journal of Public Health* (Vol. 1, Issue 1). <https://ojsfkmundana.science/index.php/t/notification>
- Claudia Wuri Prihandini. (2024). *Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Effect Of Brisk Walking Exercise On Blood Glucose In Type 2 Diabetes Mellitus Patients.*
- Diajukan, U., Memenuhi, S., Satu, P., Mencapai, G., Ahli, M., Keperawatan, P., Program, S., D3, K., & Setiyani, O. S. (2020). *Aplikasi Brisk Walking Guna Mengontrol Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Luka Diabetes Mellitus Tipe 2 Karya Tulis Ilmiah.*
- Dimas Firmansyah¹, M., Hamidah², A. N., Ayu, M., Setiawan³, P., Dwi, W., Zebua, A., Sosial, J. K., & Masyarakat, J. K. (N.D.). *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat Lppm Umj Website: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat> Pelaksanaan Kegiatan Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (Gds) Pada Lansia Di Wilayah Rt. 03 Cipayung Ciputat Tangerang Selatan. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>*
- Feni, F., Tinggi, S., Kbp, I. E., & Mayliza, R. (2023). The Influence Of Career Development And Work Stress On Employee Performance At The Employee Of The Service Of Population And Civil Registration (Disdukcapil) In Padang City. *Jurnal Ekonomi Dan Manajemen*, 3(2).
- Galicia-Garcia, U., Benito-Vicente, A., Jebari, S., Larrea-Sebal, A., Siddiqi, H., Uribe, K. B., Ostolaza, H., & Martín, C. (2020). Pathophysiology of type 2 diabetes mellitus. In *International Journal of Molecular Sciences* (Vol. 21, Issue 17, pp. 1–34). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/ijms21176275>
- Hati, Y., & Muchsin, R. (2022a). Pengaruh Brisk Walking Terhadap Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 74–79. <https://doi.org/10.33860/jik.v16i1.898>

- Hati, Y., & Muchsin, R. (2022b). Pengaruh Brisk Walking Terhadap Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 74–79. <https://doi.org/10.33860/jik.v16i1.898>
- Hati, Y., & Muchsin, R. (2022c). Pengaruh Brisk Walking Terhadap Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pasien Diabetes Melitus Tipe II. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 74–79. <https://doi.org/10.33860/jik.v16i1.898>
- Hu, H., Lei, Y., Yin, L., & Luo, X. (2020). Evaluation of walking exercise on glycemic control in patients with type 2 diabetes mellitus: A protocol for systematic review and meta-analysis of randomized cross-over controlled trials. In *Medicine (United States)* (Vol. 99, Issue 47, p. e22735). Lippincott Williams and Wilkins. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000022735>
- Julistyanissa, D., & Chanif, C. (2022). Penerapan Brisk Walking Exercise Terhadap Perubahan Tekanan Darah Penderita Hipertensi. *Ners Muda*, 3(3). <https://doi.org/10.26714/nm.v3i3.10535>
- Kec Semarang Barat Kota Semarang Wahyu Prihantoro, K., Prihantoro, W., & Nur Aini, D. (N.D.). *Penerapan Senam Kaki Diabetes Terhadap Nilai Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus di Kel. Penerapan Senam Kaki Diabetes Terhadap Nilai Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Kel. Krapyak Kec. Semarang Barat Kota Semarang.*
- Kesehatan, J., & Husada, B. (N.D.). *Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Effect Of Brisk Walking Exercise On Blood Glucose In Type 2 Diabetes Mellitus Patients.*
- Kim, J., & Hur, M. H. (2021). The effects of dietary education interventions on individuals with type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 18, Issue 16). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168439>
- Lestari, S., Cindy Nurul Afni, A., Nur Utari Syachnara Potabuga, I., & Syukur Mpd, B. A. (N.D.). *The Effectiveness Of Diabetic Foot Exercise On Reducing Random Blood Sugar And Blood Pressure In Type 2 Dm Patients.*
- Masdiana, M., Hidayat, R., & Febrianti, T. (2025). Efektifitas Intervensi Berbasis Komunitas Terhadap Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 : A Systematic Review. *Jurnal Ners*, 9(2), 3115–3124. <https://doi.org/10.31004/jn.v9i2.44463>
- Melytania, Ety Retno Setyowati, Ana Andriana, & Kadek Dwi Pramana. (2023). Hubungan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Dengan Kadar Low Density Lipoprotein (LDL) Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 di Poliklinik RSUD Kota Mataram. *JURNAL KEDOKTERAN*, 8(2), 114–124. <https://doi.org/10.36679/kedokteran.v8i2.46>

- Mersilia, W., Fatsiwi Nuni Andari, N., & Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu, P. (2021). *PERBEDAAN EFEKTIVITAS BRISK WALKING EXERCISE DAN SENAM DIABETES TERHADAP KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAMERIDU*.
- Mutmainna, A., Arna Abrar, E., Nani Hasanuddin, S., Perintis Kemerdekaan VIII, J., & Makassar, K. (n.d.). EFEKTIVITAS AKTIVITAS JALAN CEPAT TERHADAP PERUBAHAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA WANITA DIABETES MELITUS TIPE II DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PAMPANG KOTA MAKASSAR. *JIMPK: Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4, 2024.
- Novitasari, D., Cindy, A., Afni, N., & Kartina, I. (N.D.). *Progam Studi Keperawatan Progam Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta 2021 Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Boyolali Ii*.
- Novitasari, D., Cindy, A., Afni, N., & Kartina, I. (2021). *Progam Studi Keperawatan Progam Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kusuma Husada Surakarta 2021 Pengaruh Brisk Walking Exercise Terhadap Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Boyolali Ii*.
- Prawinda, Y. D., Minahussanyyah, Setiya Ningrum, D. E., Listiana, Mujirahayu, V., Noviana, D. W., Zuliyanti, E., Devica Permatajaya, K. K., & Pranata, S. (2024). Penatalaksanaan Lima Pilar Diabetes Melitus Oleh Diabetisi : Studi Fenomenologi. *Journal Nursing Research Publication Media (NURSEPEDIA)*, 3(1), 12–25. <https://doi.org/10.55887/nrpm.v3i1.52>
- Rahayu, S., & Jayakarta Pkp Dki Jakarta, Stik. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. In *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada-Januari*.
- Rahmawati, R., Penulis, K., & Masyarakat, K. (n.d.). *Hubungan Usia, Jenis Kelamin dan Hipertensi dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe 2 di Puskesmas Tugu Kecamatan Cimanggis Kota Depok The Relationship Between Age, Sex And Hypertension With The Incidence Of Type 2 Diabetes Mellitus In Tugu Public Health Center, Cimanggis District, Depok City in 2019 Prodi S1 Kesehatan Masyarakat STIKes Raflesia Depok*.
- Rohman, M. M., Bani, M. D., Antonny, G., Aryasatya, B., & Muri, D. (2023). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif: Teori Dan Praktik Get Press Indonesia*. <https://www.researchgate.net/publication/377329440>
- S nurbaiti. (2020). 78-137-1-SM.

- Saputra, I., Haskas, Y., Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, S., Perintis Kemerdekaan VIII, J., & Makassar, K. (n.d.). Pengaruh Latihan Fisik Jalan Cepat Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Wanita Diabetes. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3(1), 2023.
- Simatupang, O. R., Kristina, M., Nauli, S., & Sibolga, H. (2023). Penyuluhan Tentang Diabetes Melitus Pada Lansia Penderita Dm. *Jpm Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(3). [Http://Bajangjournal.Com/Index.Php/Jpm](http://Bajangjournal.Com/Index.Php/Jpm)
- Widiasari, K. R., Made, I., Wijaya, K., & Suputra, P. A. (2021). TATALAKSANA. In *Ganesha Medicina Journal* (Vol. 1).
- widyawati. (2021). *Peran Perawat Komunitas Dalam Promosi Kesehatan Melalui Edukasi Gaya Hidup Seha Pada Pasien Diabetes Mellitus*. 8, 123–131. <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/jnk/article/view/9876>