

L
A
M
P
I
R
A
N

Lampiran 1 : Permohonan Menjadi Responden



LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Sharly Yanaputri Lauwoe

NIM : PO5303209211462

Pekerjaan : Mahasiswa

Dengan ini bermaksud melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Swabantu Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Oesapa”. Saya berjanji bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian kepada responden serta lingkungan puskesmas. Kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan dipergunakan hanya untuk kepentingan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kelompok swabantu terhadap kepatuhan diet pada pasien Diabetes Melitus Tipe II, jika pasien bersedia menjadi responden pada penelitian ini, maka saya lampirkan lembar persetujuan untuk ditanda tangani sebagai bentuk kesediaan yang sah sebagai responden pada penelitian saya ini. Atas perhatian dan kesediaan pasien menjadi responden saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya,

Sharly Yanaputri Lauwoe

Lampiran 2: Informed Consent



INFORMED CONSENT

(Persetujuan Menjadi Responden)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Sharly Yanaputri Lauwoe selaku mahasiswa program studi Pendidikan Profesi Ners (PPN) Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang dengan judul penelitian **“Pengaruh Swabantu Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II”**. Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan diri sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Kupang, 2025

Peneliti

Yang Memberikan Persetujuan

Sharly Yanaputri Lauwoe

NIM. PO5303209211462

Lampiran 4 : Lembar Kuesioner Kepatuhan Diet



KUESIONER DBQ (Dietary Behavior Questionnaire)

LEMBAR KUESIONER KEPATUHAN DIET

Petunjuk pengisian: jawablah pertanyaan dibawah ini dengan memberikan tanda (√) pada kolom

- Rutin: 5-7 kali dalam seminggu
- Sering: 3-4 kali dalam seminggu
- Kadang-kadang: 1-2 kali dalam seminggu
- Tidak pernah: 0 kali dalam seminggu

NO.	Pertanyaan	Rutin	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
1.	Saya memperkirakan jumlah kalori dalam makanan untuk sekali makan dengan menggunakan tehnik berikut ini: Menggunakan metode piring (membagi piring menjadi 2. Isi separuhnya dengan sayur. Separu yang lainnya dibagi dua lagi: satu untuk makanan padat atau karbohidrat dan bagian lain untuk makanan sumber protein).				
2.	Saya menghindari makanan yang mengandung kolesterol tinggi seperti: daging berlemak, dan gorengan.				
3.	Saya menghindari buah berkalori tinggi seperti: durian, nangka, rambutan, anggur.				

4.	Saya lebih sering mengkonsumsi makanan yang dimasak dengan dipanggang, direbus, atau dikukus daripada yang digoreng.				
5.	Saya (atau orang yang memasak untuk saya) tidak menggunakan santan atau minyak dalam memasak.				
6.	Saya makan ikan dan protein nabati seperti tahu dan tempe lebih sering daripada ayam atau daging merah.				
7.	Saya menghindari makanan yang asin-asin.				
8.	Saya menghindari makan manisan atau makanan yang tinggi kadar gulanya seperti kolak, kue/roti, pudding, dan selai.				
9.	Saya makan 3 kali sehari.				
10.	Saya tidak menunda waktu makan.				
11.	Saya sarapan di pagi hari.				
12.	Saya makan berbagai jenis makanan setiap kali makan setiap hari yang terdiri dari sayuran, gandum utuh/nasi/roti/ketela, buah, produk susu rendah kalori, kedelai, daging atau ayam tanpa lemak, dan ikan.				
13.	Saya makan makanan ringan yang mengandung karbohidrat rendah dan gula rendah seperti sebuah apel (ukuran sedang), jambu (ukuran sedang), jus apel tanpa gula, jus melon tanpa gula, dan salad buah tanpa gula diantara makan utama				
14.	Saya menghabiskan semua makanan yang disajikan meskipun saya telah merasa kenyang.				
15.	Saya lebih memilih melakukan olahraga seperti berjalan kaki daripada makan ketika saya merasa stres atau tertekan.				
16.	Saya membawa permen atau kembang gula untuk mencegah hypoglikemia (kadar gula darah rendah) ketika pergi keluar.				

Kuesioner (DBQ) *Dietary Behavior Questionnaire*

Sumber: (Kusumawati, 2022)

Lampiran 5 : Lembar Kuesioner Pengetahuan DM (Untuk Motivator)



KUESIONER DKQ (Diabetes Knowledge Questionnaire)

LEMBAR KUESIONER PENGETAHUAN DM

Petunjuk pengisian: Berilah tanda checklist (√) pada kolom yang telah disediakan

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Mengonsumsi terlalu banyak gula dan makanan manis lainnya adalah penyebab diabetes		
2.	Pada umumnya, penyebab diabetes adalah kurang efektifnya insulin dalam tubuh		
3.	Penderita diabetes yang tidak diobati, jumlah gula didalam darahnya meningkat		
4.	Jika saya penderita diabetes, anak-anak saya memiliki risiko diabetes yang lebih tinggi		
5.	Diabetes dapat disembuhkan		
6.	Cara terbaik untuk memeriksa diabetes adalah dengan tes urin		
7.	Ada dua jenis diabetes: Tipe 1 (ketergantungan insulin) dan Tipe 2 (Tidak ketergantungan insulin)		
8.	Obat lebih penting daripada diet dan olahraga untuk mengontrol diabetes saya		
9.	Luka dan lecet pada penderita diabetes akan lebih lama sembuh		
10.	Penderita diabetes harus sangat berhati – hati saat memotong kuku		
11.	Diabetes dapat merusak ginjal saya		
12.	Diabetes dapat menyebabkan mati rasa pada tangan, jari-jari dan kaki		
13.	Gemetar dan berkeringat merupakan tanda tingginya kadar gula darah		
14.	Sering buang air kecil dan haus merupakan tanda rendahnya kadar gula darah.		
15.	Kaos kaki yang ketat boleh dipakai oleh penderita diabetes.		

Kuesioner DKQ (*Diabetes Knowledge Questionnaire*)
(Kusumawati, 2022)

Lampiran 6 : Surat Pengajuan Judul Skripsi



Kementerian Kesehatan

Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0380) 8800256
<https://poltekkeskupeng.ac.id>

PENGAJUAN JUDUL SKRIPSI

Nama: Sharly Yanaputri Lauwoe

Nim: PO5303209211462

Prodi: D4 Keperawatan

Judul: Pengaruh kelompok Swabantu terhadap kepatuhan diet
pada pasien Diabetes melitus tipe II

Mengajukan judul penelitian yang sudah disetujui pembimbing 1 dan 2

Pembimbing I

Maria Sambriang, SST.,MPH
196808311989032001

Pembimbing II

Antonia Helena Hamu, S.Kep., Ns., M.Kep
197409191998032013

Telah dikoreksi dan disetujui oleh

Koordinator Skripsi

Dr. Aemilianus Mau., S.Kep.,Ns.M.Kep.
19725271998031001

Ketua prodi

Ns Yoani M.B Aty, S.Kep.M.Kep
197908052001122001

Lampiran 7 : Surat Permohonan Izin Pengambilan Data Awal



**Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan**

Politeknik Kesehatan Kupang

Jalan Piet A. Tala, Luta, Cebece
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
Telp: 080-8606256
<http://www.poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/2381/2025
Hal : Permohonan Ijin Pengambilan Data Awal

13 Maret 2025

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang

Sehubungan dengan penulisan Skripsi bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Tahap Akademik Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang, maka bersama ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan pengambilan data awal kepada:

Nama Peneliti : Sharly Yanaputri Lauwoe
NIM : PO 5303209211462
Jurusan/Prodi : Keperawatan/PPN Tahap Akademik
Judul : "Pengaruh Kelompok Swabantu Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II Di Puskesmas Oesapa"
Waktu Penelitian : Bulan Maret 2025

Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

*Kementerian Kesehatan tidak menerbitkan surat/ atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan dilaporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian kedatangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://lte.kominfo.go.id/verifyPDF>





PEMERINTAH KOTA KUPANG
DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG

JL. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228
Website: www.dinkes-kotakupang.web.id, Email: dinkeskotakupang46@gmail.com
KUPANG

SURAT IZIN

NOMOR : B-36/Dinkes.400.7.22.2/III/2025

TENTANG

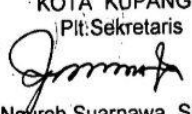
IZIN PENGAMBILAN DATA

Dasar : Surat dari Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang Nomor : PP.06.02/F.XXIX/2381/2025 tanggal 13 Maret 2025 Hal : Permohonan Izin pengambilan Data Awal, maka dengan ini :


MEMBERI IZIN

Kepada :
Nama : Sharty Yanaputri Lauwoe
NIM : PO 5303209211462
Jurusan/Prodi : Keperawatan/PPN Tahap Akademik
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang
Judul Penelitian : "Pengaruh Kelompok Swabantu Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Oesapa"
Waktu : Maret 2025
Lokasi : UPTD. Puskesmas Oesapa

Demikian Izin pengambilan data ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 18 Maret 2025
Kepala Dinas Kesehatan
KOTA KUPANG
Pit: Sekretaris

I.G.A. Ngurah Suarnawa, SKM., M.Kes.
Pembina
NIP. 19691227 199303 1 007

- Tembusan** : disampaikan dengan hormat kepada :
1. Kepala UPTD. Puskesmas Oesapa di Tempat;
 2. Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang di Tempat.

Paraf Hierarki	
Kasubag Umum dan Kepegawaian	

Lampiran 8 : Lembar Konsultasi Bimbingan Proposal







Kementerian Kesehatan

Jalan Piet A. Tallo, Liliba Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0380) 8800256
<https://poltekkeskupang.ac.id>

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Sharly Yanaputri Lauwoe
Nim : PO5303209211462
Nama Pembimbing I : Maria Sambriong, SST.,MPH


No	Hari/Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Jumat, 20/12/24	<ul style="list-style-type: none"> - Perkenalan/Pertemuan awal, memperkenalkan diri pada dosen pembimbing - Pengarahan dari dosen untuk mencari masalah pada bidang yang ingin diteliti 	
2.	Senin, 23/12/24	<ul style="list-style-type: none"> - mengambil dan mencari masalah pada bagian yg ingin diteliti - mendapatkan arahan dalam membuat proposal 	
3.	Senin, 06/01/25	<ul style="list-style-type: none"> - mencari terapi yg memiliki penelitian terdahulu - mencari data yang mendukung dalam pemilihan lokasi penelitian - melihat data kesehatan pada BPS dan profil kesehatan 	
4.	Selasa, 14/01/25	<ul style="list-style-type: none"> - mencari jurnal terkait judul subabstrak serta teras: kebutuhan diet pada pasien Diabetes melitus tipe 2 	

6.	Rabu, 15/01/25	<ul style="list-style-type: none"> - mengonsultasikan Jurnal yang telah dicari serta literatur review mengenai kepatuhan diet - mengonsultasikan judul "Pengaruh kelompok Sebantu terhadap kepatuhan diet pada Pasien DM tipe II" 	
7.	Senin, 4/02/25	<ul style="list-style-type: none"> - revisi bab 1, 2, 3 - rancang alat ukur food record 	
8.	Rabu, 12/02/25	<ul style="list-style-type: none"> - Revisi Bab 1, 2, 3 - Perbaiki Penulisan - melibatkan Rumus Sampel dan perhitungan 	
9.	Jumat, 14/02/25	<ul style="list-style-type: none"> - menambahkan hasil penelitian pada bab 2 - revisi kerangka teori + kerangka konsep - mengubah lokasi penelitian menjadi: Pkm Desa - memperbaiki teknik sampling - mencari instrumen dan kuisioner 	
10.	Kamis, 27-02-25	<ul style="list-style-type: none"> - mencari penelitian terdahulu untuk membandingkan 	
11.	Rabu, 5-03-25	<ul style="list-style-type: none"> - memperbaiki cara penulisan rumus untuk menentukan sampel penelitian 	
12.	Kamis, 13-03-25	<ul style="list-style-type: none"> - memperbaiki definisi Operasional pada bab 3 - memperbaiki rumus dengan baik 	
13.	Kamis, 20-03-25	<ul style="list-style-type: none"> - memperbaiki cara penulisan penentuan sampel - Penambahan Sampel Untuk mencegah drop out 20% - menguji furnisin, dan melakukan tesprose - ACC 	

Mengetahui
Ketua Program Studi







Yoani M. V. B Aty., Skep., Ns M, Kep
197908052001122001

Pembimbing


Maria Sambriang, SST., MPH
196808311989032001

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Shary, Yanantri Louwe
 Nim : 905303209211462
 Nama Pembimbing II : Antonia Helena Hamu

No	Hari/Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Jumat, 10/01/25	mencari jurnal dan membuat literatur review menentukan lokasi Penelitian	
2.	Senin, 13/01/25	menganalisis literatur review mempertajam judul yang lebih baik lagi mencari jurnal dan membuat literatur review	
3.	Selasa, 14/01/25	menganalisis literatur review mencari jurnal terkait kelompok suabantu pada pasien diabetes melitus tipe 2	
4.	Rabu, 15/1/25	menganalisis judul mengenai "Pengaruh kelompok suabantu terhadap kepatuhan diet pada pasien diabetes Al Jopik.	
5.	Jumat, 21/3/25	- menambahkan Teori Aktivitas kelompok pada bab 2 - memperbaiki Rumusan Proposal (Prop)	
6.	Selasa, 25/3/25	- menambahkan lembar kuisioner pada karakteristik responden - menambahkan Rumusan (bahasa Inggris huru m-nya)	

F.	Rahel, 16/04/25	ACC Pembimbing 2	
----	-----------------	------------------	--




Mengetahui
Ketua Program Studi

Pembimbing

Yoani M. V. B Aty., Skep., Ns M, Kep
197908052001122001

Antonia Helena Hamu, S.Kep., Ns., M.Kep
197409191998032013

Lampiran 9 : Surat Ijin Penelitian

	Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Kupang Jalan Piet A. Tallo, Liliwa, Oebebo Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111 Telp: (0180) 8800256 E-mail: https://www.poltekkeskupang.ac.id	
Nomer	: PP.06.02/F.XXIX.19/0778/2025	Juni 2025
Lampiran	: 1 (Satu) Proposal	
Hal	: Permohonan Izin Penelitian	
Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang Jl. S. K. Lerik No.3, Kel. Kelapa Lima Kec. Kelapa Lima, Kota Kupang, 85228		
di Tempat		
Sehubungan dengan penulisan Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Tahap Akademik Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang, maka bersama ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan Penelitian kepada:		
Nama	: Sharly Yanaputri Lauwoe	
NIM	: PO5303209211462	
Jurusan/Prodi	: Keperawatan / Sarjana Terapan Keperawatan	
Judul Penelitian	: "Pengaruh Swabantu Terhadap Keatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Oesapa"	
Waktu Penelitian	: Juni - Juli 2025	
Tempat Penelitian	: Puskesmas Oesapa Kota Kupang	
Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terima kasih.		
 Ketua Jurusan Keperawatan Kupang DR. Florentianus Tat, SKp, MKes NIP: 196911281993031005		
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; font-size: small;">"Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF"</div> 		



PEMERINTAH KOTA KUPANG
DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG

JL. S. K. Lरिक – Kupang, Kode Pos : 85228
Website: www.dinkes-kotakupang.web.id, Email: dinkeskotakupang46@gmail.com
KUPANG

SURAT IZIN

NOMOR : B-783/Dinkes.400.7.22.2/VI/2025

TENTANG
IZIN PENELITIAN

Dasar : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Kupang Nomor :
PP.06.02/F.XXIX.19/0778/2025, tanggal 19 Juni 2025,
Hal : Permohonan Izin Penelitian, maka dengan ini :

MEMBERI IZIN

Kepada :
Nama : Sharly Yanaputri Lauwoe
NIM : PO5303209211462
Jurusan/Prodi : Keperawatan / Sarjana Terapan Keperawatan
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang
Judul Penelitian : "Pengaruh Swabantu Terhadap Kepatuhan Diet Pada
Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Oesapa"
Waktu : Juni – Juli 2025
Lokasi : UPTD. Puskesmas Oesapa

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.




Kupang, 23 Juni 2025
Kepala Dinas Kesehatan
KOTA KUPANG
Pt. Sekretaris
G. A. Nurrah Suarnawa, SKM., M.Kes.
Pembina
NIP. 19691227 199303 1 007


Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada :

1. Kepala UPTD. Puskesmas Oesapa di Tempat.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang di Tempat.

Paraf Hierarki	
Kasubag Umum dan Kepegawaian	

Lampiran 10 : Surat Selesai Penelitian

 **PEMERINTAH KOTA KUPANG**
DINAS KESEHATAN
UPTD PUSKESMAS OESAPA
Jl. Suratm 015/006, Kel. Oesapa, Kode Pos 85228 Telp. 0380-8802180, 0821-4182-1541
Website: puskesmas.dinkes-kotakupang.info Email: puskesmas.oesapa@kupangkota.go.id



SURAT KETERANGAN
NOMOR : S-101/PUSK.OSP.000.9.2/VI/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:


Nama : Ni Made D. A. Paramitha, S.KM
Jabatan : P.J. Penatausahaan Administrasi
NIP : 19860918 201001 2 024
pangkat/golongan : Penata Tk.1 / III d

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Sharly Yanaputri Lauwoe
NIM : PO5303209211462
Pekerjaan : Mahasiswa
Fakultas/Jurusan : D-IV Keperawatan
Universitas : Poltekkes Kemenkes Kupang

Yang bersangkutan benar-benar telah selesai melakukan penelitian dari tanggal 24 Juni – 8 Juli 2025 dengan judul : **"Pengaruh Swabantu Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Oesapa"**
Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 09 Juli 2025
An. Kepala UPTD Puskesmas Oesapa
P.J. Penatausahaan Administrasi


Ni Made D. A. Paramitha, S.KM
Penata Tk. 1
NIP. 19860918 201001 2 024

Tembusan disampaikan dengan hormat kepada :

1. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang di Kupang
2. Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang di Kupang
3. Arsip

Lampiran 11 : Data Mentahan

1. Pretest Kepatuhan Diet

Resp	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16	TOTAL
1	1	1	2	2	2	2	2	2	3	1	3	2	1	4	2	1	31
2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	1	1	2	1	29
3	1	2	1	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	2	1	31
4	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	28
5	1	2	1	2	2	2	3	1	2	2	3	2	1	3	1	1	29
6	1	2	1	2	3	3	2	2	1	2	2	1	1	3	2	1	29
7	1	2	1	2	3	2	2	1	3	2	3	2	1	3	1	1	30
8	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	28
9	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	3	3	1	28
10	1	2	1	2	2	3	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	26
11	2	1	1	2	2	3	1	2	1	1	1	2	2	2	2	1	26
12	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	28
13	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	3	2	1	25
14	1	1	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	28
15	2	2	1	3	2	2	1	1	3	2	3	2	2	2	2	1	31

2. Posttest Kepatuhan Diet

Resp	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	Q16	TOTAL
1	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	1	51
2	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	1	51
3	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	2	4	4	1	50
4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	2	3	4	1	49
5	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	1	51
6	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	2	3	4	1	49
7	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	3	1	51
8	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	1	48
9	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	2	3	4	1	49
10	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	2	3	4	1	49
11	4	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	2	4	4	1	50
12	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	1	51
13	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	1	51
14	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	2	3	3	1	51
15	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	1	48

3. Pengetahuan DM (Motivator)

Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Q13	Q14	Q15	TOTAL
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	14
1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	0	12

Lampiran 12. Output SPSS

A. Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pre_test	,200	15	,108	,921	15	,203
post_test	,287	15	,002	,804	15	,004

a. Lilliefors Significance Correction

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
pre_test	Mean	28,47	,477	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	27,44	
		Upper Bound	29,49	
	5% Trimmed Mean	28,52		
	Median	28,00		
	Variance	3,410		
	Std. Deviation	1,846		
	Minimum	25		
	Maximum	31		
	Range	6		
	Interquartile Range	2		
	Skewness	-,253	,580	
	Kurtosis	-,479	1,121	
	post_test	Mean	49,93	,300
95% Confidence Interval for Mean		Lower Bound	49,29	
		Upper Bound	50,58	
5% Trimmed Mean		49,98		
Median		50,00		
Variance		1,352		
Std. Deviation		1,163		
Minimum		48		
Maximum		51		
Range		3		
Interquartile Range		2		
Skewness		-,483	,580	
Kurtosis		-1,364	1,121	

B. Uji Wilcoxon

Wilcoxon Signed Ranks Test

		<i>Ranks</i>		
		<i>N</i>	<i>Mean Rank</i>	<i>Sum of Ranks</i>
<i>post_test - pre_test</i>	<i>Negative Ranks</i>	0 ^a	,00	,00
	<i>Positive Ranks</i>	15 ^b	8,00	120,00
	<i>Ties</i>	0 ^c		
	<i>Total</i>	15		

a. *post_test* < *pre_test*

b. *post_test* > *pre_test*

c. *post_test* = *pre_test*

Test Statistics^a

		<i>post_test - pre_test</i>
<i>Z</i>		-3,417 ^b
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		,001

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

C. Frekuensi

Frequencies

Statistics

		<i>usia</i>	<i>jeniskelamin</i>	<i>pendidikan</i>	<i>lamaDM</i>	<i>pekerjaan</i>	<i>pre_test</i>	<i>post_test</i>
<i>N</i>	<i>Valid</i>	15	15	15	15	15	15	15
	<i>Missing</i>	0	0	0	0	0	0	0

usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	45-55	5	33,3	33,3	33,3
	56-65	10	66,7	66,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

jeniskelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	laki laki	3	20,0	20,0	20,0
	perempuan	12	80,0	80,0	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	2	13,3	13,3	13,3
	SMP	8	53,3	53,3	66,7
	SMA	5	33,3	33,3	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	wirausaha	3	20,0	20,0	20,0
	PNS	1	6,7	6,7	26,7
	IRT	10	66,7	66,7	93,3
	pensiunan	1	6,7	6,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	


pre_test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	25	1	6,7	6,7	6,7
	26	2	13,3	13,3	20,0
	28	5	33,3	33,3	53,3
	29	3	20,0	20,0	73,3
	30	1	6,7	6,7	80,0
	31	3	20,0	20,0	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

post_test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	48	2	13,3	13,3	13,3
	49	4	26,7	26,7	40,0
	50	2	13,3	13,3	53,3
	51	7	46,7	46,7	100,0
	Total	15	100,0	100,0	

Lampiran 13. Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi





Kemenkes

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang

Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0380) 8800256
<https://poltekkeskupang.ac.id>

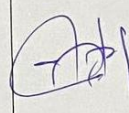

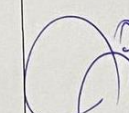
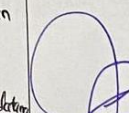
LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN SKRIPSI MAHASISWA



Nama Mahasiswa : Sharly Yanaputri Lauwoe
 Nim : PO5303209211462
 Nama Pembimbing I : Maria Sambriang, SST.,MPH

No	Hari/Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	Jumat, 11 - Juli - 2025	<ul style="list-style-type: none"> - memperbaiki karakteristik responden, mulai dari tabel dan cara penulisan. - memperbaiki penulisan huruf miring untuk penggunaan bahasa asing - memperbaiki tabel pre-test dan disesuaikan tabel karakteristik responden - mengganti tabel post-test dengan diagram lingkaran - mengubah penulisan tabel Uji T-test dengan contoh yg diberikan - mengoreksi persenan dalam pembahasan karakteristik responden 	
2	Kamis, 17 - Juli - 2025	<ul style="list-style-type: none"> - memperbaiki kerangka teori sesuai dengan tinjauan pustaka - memperbaiki kerangka konsep sesuai dengan acuan kerangka teori - memperbaiki penulisan pada bab 3 deskripsi penelitian - ACC 	

LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN SKRIPSI MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Sharly Yanaputri Lauwoe
 Nim : PO5303209211462
 Nama Pembimbing I : Antonia Helena Hamu, S.Kep., Ns., M.Kep


No	Hari/Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	Jumat, 11 - Juli - 2025	<ul style="list-style-type: none"> - mengonsultasi Bab 4 dan 5 - mengonsultasi awal bab 4 : hasil uji normalitas (Shapiro-wilk dan Kolmogorov) - Penyesuaian format tabel Statistik 	
2	Senin, 14 - Juli - 2025	<ul style="list-style-type: none"> - merevisi hasil wilcoxon dan Penyesuaian Isi tabel - Penyusunan Narasi Pre dan Post test 	
3	Selasa, 15 Juli 2025	<ul style="list-style-type: none"> - Penyesuaian hasil uji wilcoxon dengan hasil wawancara Subantra - menyesuaikan Cerita kuantitatif dengan data, beserta Penelitian terdahulu 	
4	Kamis, 17 Juli 2025	<ul style="list-style-type: none"> - menyusun kesimpulan Bab V berdasarkan hasil Bab IV - menyusun Saran untuk Penelitian yg mendatang 	

5	Jumat, 18 Juli 2025	<ul style="list-style-type: none"> - menyesuaikan kalimat kesimpulan agar tidak berlebihan - Pada bagian kesimpulan dan saran, memperbaiki tata bahasa. - menyesuaikan Format Penulisan sesuai dengan Panduan Kampus 	
6	Senin, 21 Juli 2025	<ul style="list-style-type: none"> - mengonfirmasi final untuk persiapan ujian skripsi - finalisasi daftar pustaka, lampiran dan sistematika akhir naskah Skripsi - ACC 	

Mengetahui,

Pembimbing 2

Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Keperawatan


Antonia Heleng Hamu, S.Kep., Ns., M.Kep.
 NIP. 197409191998032013

Yoani M. V. B. Aty., S.Kep., Ns., M.Kep.
 NIP. 197908052001122001

Lampiran 14. Pengisian Kuisiomer

KEMENKES POLITEKNIK KUPANG

KUESIONER DBQ (Dietary Behavior Questionnaire)
LEMBAR KUESIONER KEPATUHAN DIET

Petunjuk pengisian: Jawablah pernyataan dibawah ini dengan memberikan tanda (✓) pada kolom

- Rutin: 3-7 kali dalam seminggu
- Sering: 3-4 kali dalam seminggu
- Kadang-kadang: 1-2 kali dalam seminggu
- Tidak pernah: 0 kali dalam seminggu

NO	Pertanyaan	Rutin	Sering	Kadangkala	Tidak pernah
1.	Saya menggunakan sendok plastik dalam makanan, seperti ketika makan dengan menggunakan sendok plastik ini.				✓
2.	Saya menghindari makanan yang mengandung kolesterol tinggi seperti daging berlemak, dan telur.			✓	
3.	Saya menghindari buah-buahan yang mengandung gula tinggi seperti durian, mangga, nanas, jagung.			✓	
4.	Saya lebih sering mengonsumsi makanan yang dimasak dengan dipanggang, ditanak, atau dikukus daripada dimasak dengan cara digoreng.			✓	
5.	Saya tidak sering yang mengandung lemak sayur tidak menggunakan santan atau minyak dalam memasak.			✓	
6.	Saya makan lebih dari 600 kalori seperti tahu, dan tempe lebih sering daripada saat ini dalam sehari.			✓	

7.	Saya menghindari makanan yang asin-asin.				✓
8.	Saya menghindari makan makanan atau makanan yang tinggi kadar gantinya seperti kolak, kuekoti, pudding, dan selai.				✓
9.	Saya makan 3 kali sehari.			✓	
10.	Saya tidak memandu waktu makan.				✓
11.	Saya sarapan di pagi hari.		✓		
12.	Saya makan berbagai jenis makanan setiap kali makan setiap hari yang terdiri dari sayuran, gandum utuh (nasi/bubur/kedelai, buah, produk susu rendah kalori, kedelai, daging atau ayam tanpa lemak dan ikan.				✓
13.	Saya makan makanan ringan yang mengandung karbohidrat rendah dan gula rendah seperti sebuah apel (ukuran sedang), jambu (ukuran sedang), jus apel tanpa gula, jus melon tanpa gula, dan salad buah tanpa gula ditambah makan utusan.				✓
14.	Saya menghabiskan semua makanan yang disajikan meskipun saya telah merasa kenyang.	✓			
15.	Saya lebih memilih melakukan olahraga seperti berjalan kaki daripada makan ketika saya merasa stres atau tertekan.			✓	
16.	Saya membatasi porsi nasi, lontang gula untuk mencegah hipoglikemia (kadar gula darah rendah) ketika pergi keluar.				✓

Kuesioner (DBQ) Dietary Behavior Questionnaire
Sumber: (Kusumawati, 2022)

KEMENKES POLITEKNIK KUPANG

KUESIONER DBQ (Dietary Behavior Questionnaire)
LEMBAR KUESIONER KEPATUHAN DIET

Petunjuk pengisian: Jawablah pernyataan dibawah ini dengan memberikan tanda (✓) pada kolom

- Rutin: 3-7 kali dalam seminggu
- Sering: 3-4 kali dalam seminggu
- Kadangkala: 1-2 kali dalam seminggu
- Tidak pernah: 0 kali dalam seminggu

NO	Pertanyaan	Rutin	Sering	Kadangkala	Tidak pernah
1.	Saya sering mengonsumsi buah-buahan dalam makanan, tidak lebih dari 200 gram per porsi. Buah-buahan yang saya konsumsi meliputi apel, pisang, jeruk, dan sebagainya.				✓
2.	Saya menghindari makanan yang mengandung kolesterol tinggi seperti daging berlemak, dan telur.			✓	
3.	Saya menghindari buah-buahan yang mengandung gula tinggi seperti durian, mangga, nanas, jagung.			✓	
4.	Saya lebih sering mengonsumsi makanan yang dimasak dengan dipanggang, ditanak, atau dikukus daripada dimasak dengan cara digoreng.			✓	
5.	Saya tidak sering yang mengandung lemak sayur tidak menggunakan santan atau minyak dalam memasak.			✓	
6.	Saya makan lebih dari 600 kalori seperti tahu, dan tempe lebih sering daripada saat ini dalam sehari.			✓	

7.	Saya menghindari makanan yang asin-asin.				✓
8.	Saya menghindari makan makanan atau makanan yang tinggi kadar gantinya seperti kolak, kuekoti, pudding, dan selai.				✓
9.	Saya makan 3 kali sehari.			✓	
10.	Saya tidak memandu waktu makan.				✓
11.	Saya sarapan di pagi hari.		✓		
12.	Saya makan berbagai jenis makanan setiap kali makan setiap hari yang terdiri dari sayuran, gandum utuh (nasi/bubur/kedelai, buah, produk susu rendah kalori, kedelai, daging atau ayam tanpa lemak dan ikan.				✓
13.	Saya makan makanan ringan yang mengandung karbohidrat rendah dan gula rendah seperti sebuah apel (ukuran sedang), jambu (ukuran sedang), jus apel tanpa gula, jus melon tanpa gula, dan salad buah tanpa gula ditambah makan utusan.				✓
14.	Saya menghabiskan semua makanan yang disajikan meskipun saya telah merasa kenyang.		✓		
15.	Saya lebih memilih melakukan olahraga seperti berjalan kaki daripada makan ketika saya merasa stres atau tertekan.			✓	
16.	Saya membatasi porsi nasi, lontang gula untuk mencegah hipoglikemia (kadar gula darah rendah) ketika pergi keluar.				✓

Kuesioner (DBQ) Dietary Behavior Questionnaire
Sumber: (Kusumawati, 2022)

My. S.K (motivator 2)

KEMENKES POLITEKNIK KUPANG

KUESIONER DKQ (Diabetes Knowledge Questionnaire)
LEMBAR KUESIONER PENGETAHUAN DM

Petunjuk pengisian: Berilah tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Mengonsumsi terlalu banyak gula dan makanan manis lainnya adalah penyebab diabetes.		✓
2.	Pada umumnya, penyebab diabetes adalah kurang efektifnya insulin dalam tubuh.	✓	
3.	Penderita diabetes yang tidak diobati, jumlah gula didalam darahnya meningkat.	✓	
4.	Jika saya penderita diabetes, anak-anak saya memiliki risiko diabetes yang lebih tinggi.	✓	
5.	Diabetes dapat disembuhkan.	✓	
6.	Cara terbaik untuk memeriksa diabetes adalah dengan tes urin.	✓	
7.	Ada dua jenis diabetes: Tipe 1 (kegagalan insulin) dan Tipe 2 (tidak kegagalannya insulin).	✓	
8.	Obat lebih penting daripada diet dan olahraga untuk mengontrol diabetes saya.	✓	
9.	Luka dan lecet pada penderita diabetes akan lebih lama sembuh.	✓	
10.	Penderita diabetes harus sangat berhati-hati saat memotong kuku.	✓	
11.	Diabetes dapat merusak ginjal saya.	✓	
12.	Diabetes dapat menyebabkan mati rasa pada tangan, jari-jari dan kaki.	✓	
13.	Gemetar dan berkeringat merupakan tanda tingginya kadar gula darah.	✓	
14.	Sering buang air kecil dan haus merupakan tanda rendahnya kadar gula darah.	✓	
15.	Kaos kaki yang ketat boleh dipakai oleh penderita diabetes.	✓	

Kuesioner DKQ (Diabetes Knowledge Questionnaire)
(Kusumawati, 2022)

My. T.S (motivator 3)

KEMENKES POLITEKNIK KUPANG

KUESIONER DKQ (Diabetes Knowledge Questionnaire)
LEMBAR KUESIONER PENGETAHUAN DM

Petunjuk pengisian: Berilah tanda checklist (✓) pada kolom yang telah disediakan

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak
1.	Mengonsumsi terlalu banyak gula dan makanan manis lainnya adalah penyebab diabetes.		✓
2.	Pada umumnya, penyebab diabetes adalah kurang efektifnya insulin dalam tubuh.	✓	
3.	Penderita diabetes yang tidak diobati, jumlah gula didalam darahnya meningkat.	✓	
4.	Jika saya penderita diabetes, anak-anak saya memiliki risiko diabetes yang lebih tinggi.	✓	
5.	Diabetes dapat disembuhkan.	✓	
6.	Cara terbaik untuk memeriksa diabetes adalah dengan tes urin.	✓	
7.	Ada dua jenis diabetes: Tipe 1 (kegagalan insulin) dan Tipe 2 (tidak kegagalannya insulin).	✓	
8.	Obat lebih penting daripada diet dan olahraga untuk mengontrol diabetes saya.	✓	
9.	Luka dan lecet pada penderita diabetes akan lebih lama sembuh.	✓	
10.	Penderita diabetes harus sangat berhati-hati saat memotong kuku.	✓	
11.	Diabetes dapat merusak ginjal saya.	✓	
12.	Diabetes dapat menyebabkan mati rasa pada tangan, jari-jari dan kaki.	✓	
13.	Gemetar dan berkeringat merupakan tanda tingginya kadar gula darah.	✓	
14.	Sering buang air kecil dan haus merupakan tanda rendahnya kadar gula darah.	✓	
15.	Kaos kaki yang ketat boleh dipakai oleh penderita diabetes.	✓	

Kuesioner DKQ (Diabetes Knowledge Questionnaire)
(Kusumawati, 2022)

Lampiran 15 : Dokumentasi

Hari 1, *Pre Test*



Hari 2, Intervensi Swabantu




Hari 3, Post Test





Lampiran 16. Bebas Plagiasi

 **Kemenkes**

Kementerian Kesehatan
Pusat Kesehatan Masyarakat
Jalan Piet A. Tallo (Ibba Oetobo)
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
Telp: (0380) 8800256
https://poltekkeskupang.ac.id

PERPUSTAKAAN TERPADU
<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/>; e-mail: perpustakaanterpadu61@gmail.com


SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama	: Sharly Yanaputri Lauwoe
Nomor Induk Mahasiswa	: PO5303209211462
Dosen Pembimbing	: 1 : Maria Sambriang, SST., MPH 2. Antonia Helena Hamu, S.Kep.Ns., M.Kep
Penguji	: Trifonia Sri Nurwela, S.Kep.Ns., M.Kes
Jurusan	: Sarjana Terapan Keperawatan
Judul Karya Ilmiah	: "Pengaruh Swabantu Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Oesapa Kota Kupang" .

Skripsi yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 25,67%. Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 4 September 2025
Admin Strike Plagiarism


Murty Jermias Kale, SST
NIP. 198507042010121002

Lampiran 17. Uji Etik

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.LB.02.03/1/0289/2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Sharly Yanaputri Lauwoe
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Pengaruh Swabantu Terhadap Kepatuhan Diet Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Oesapa"

"The Effect of Self-Help on Dietary Adherence in Type II Diabetes Mellitus Patients at the Oesapa Health Center"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 07 Agustus 2025 sampai dengan tanggal 07 Agustus 2026.

This declaration of ethics applies during the period August 07, 2025 until August 07, 2026.

August 07, 2025
Chairperson,



Dr. Yuanita Clara Luhi Rogaleli, S.Si, M.Kes