

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, S. (2018) *Landasan Pengembangan Sekolah Olahraga*. Malang: Wineka Media.
- Almatsier, S., Soetardjo, S. and Soekatri, M. (2019) *Gizi seimbang dalam daur kehidupan*.
- Anis, K., Nugroho, K. P. A. and Natawirarindry, C. (2021) ‘Gambaran Pola Makan Pra Lansia terkait Risiko Inflamasi Diabetes Melitus Tipe 2 Pada masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Kerja Puskesmas Sidorejo Lor, Kota Salatiga’, *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(6), pp. 807–815. doi: 10.25026/jsk.v3i6.463.
- Arora SK, M. F. S. (2005) ‘The case for low carbohydrate diets in diabetes management’, *Nutr & Metab (Lond)*, 16(2).
- Baculu, E. (2017) ‘Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Asupan Karbohidrat Dengan Status Gizi Pada Anak Balita Di Desa Kalangkangan Kecamatan Galang Kabupaten ToliToli’, *Promotif*, 7(1), pp. 14–17.
- Berkat, Saraswati, L. and Muniroh, M. (2018) ‘Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsud K.R.M.T Wongsonegoro Semarang’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(1), pp. 200–206.
- Choi and Shi (2001) ‘Risk factors for diabetes mellitus by age and sex: results of the National Population Health Survey’, *Diabetologia*, 44(10), pp. 1221–1231.
- Cleveland Clinic (2019) *Aerobic Exercise*. Available at: <https://my.clevelandclinic.org/health/articles/7050-aerobic-exercise>.
- Depkes (2003) *Kebijakan Dan Strategi Nasional Pencegahan Dan Penanggulangan Penyakit Tidak Menular*. Jakarta.
- Depkes (2005) *Pharmaceutical Care untuk Penyakit Diabetes Melitus*.
- Depkes RI (2009) *Pembinaan Kesehatan Lanjut Usia bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta: Departemen republik Indonesia.
- Diabetes UK (2010) ‘Diabetes in the UK 2010: Key Statistics on Diabetes’.
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar (2018) *Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Kota Denpasar Tahun 2018*. Denpasar: Dinas Kesehatan Kota Denpasar.
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar (2020) *Profil Dinas Kesehatan Kota Denpasar*

- Tahun 2019. Dinas Kesehatan Kota Denpasar.
- Dinkes Kota Denpasar (2020) *PROFIL DINAS KESEHATAN KOTA DENPASAR TAHUN 2019*. Dinas Kesehatan Kota Denpasar.
- Dorland (2010) *Kamus Kedokteran*. Jakarta: EGC.
- Fahmiyah, I. and Latra, I. (2016) ‘Faktor yang Memengaruhi Kadar Gula Darah Puasa Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Poli Diabetes RSUD Dr. Soetomo Surabaya Menggunakan Regresi Probit Biner’, *Jurnal Sains dan Seni ITS*, 5(2), pp. 456–461.
- Fandinata, S. and Ernawati, I. (2020) *Management Terapi Penyakit Degeneratif (Mengenal, Mencegah dan Mengatasi Penyakit Degeneratif Diabetes Mellitus dan Hipertensi)*. Gresik: Graniti.
- Fathonah, S. and Sarwi (2020) *Literasi Zat Gizi Makro dan Pemecahan Masalahnya*. Yogyakarta: Deepublish.
- Fatmah, D. (2010) *Gizi Usia Lanjut (R. Astikawati, Ed.)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Firani, N. (2017) *Metabolisme Karbohidrat Tinjauan Biokimia dan Patologis*. Malang: Universitas Brawijaya Press.
- Fox, C & Kilvert, A. (2010) *Bersahabat dengan Diabetes Tipe 2*. Depok: Penebar Plus.
- Grabia, M. *et al.* (2020) ‘nutrients The Nutritional and Health Effects of the COVID-19 Pandemic on Patients with Diabetes Mellitus’, *Food Healthy*, 15(June), pp. 1–15.
- Guyton, A. and Hall, J. (2007) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Jakarta: EGC.
- Harahap, N. S. and Pahutar, U. P. (2018) ‘Pengaruh Aktifitas Fisik Aerobik Dan Anaerobik Terhadap Jumlah Leukosit Pada Mahasiswa Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan’, *Sains Olahraga: Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 1(2), p. 33. doi: 10.24114/so.v1i2.7785.
- Harna *et al.* (2022) ‘Status Gizi, Asupan Zat Gizi Makro dan Kaitannya dengan Kadar HbA1c PADA Pasien Diabetes Melitus Tipe 2’, *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15, pp. 365–372.
- Herawati, H. (2011) ‘Potensi Pengembangan Produk Pati Tahan Cerna sebagai Pangan Fungsional’, *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pertanian*, 30(1),

pp. 31–39. doi: 10.21082/jp3.v30n1.2011.p31-39.

- Herdianty Zahira, F. S. F. (2020) 'Pengaruh Senam Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Peserta Senam Prolanis The Effect of Gymnastic activities towards the Blood Sugar Level of the Prolanis Gymnastics Participants Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jaka', *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS Dr, Soetomo*, Vol 6 No 2, pp. 255–262.
- Hidayat, R. (2017) 'Pengaruh Senam terhadap Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di RSUD Puri Husada Tembilahan', *Jurnal Keperawatan*, 1(1), pp. 51–80.
- Hidayaturrahmah, HB, S. and Nurlely (2017) 'Profil kadar glikogen hati tikus putih hiperglikemi setelah pemberian ekstrak minyak ikan pati (Pengasius hypothalamus)', *Borneo Journal Pharmascientech*, 01(02).
- Hita, I. P. A. D. (2020) 'Efektivitas Metode Latihan Aerobik dan Anaerobik Untuk Menurunkan Tingkat Overweight dan Obesitas', *Jurnal Penjakora*, 7(2), pp. 135–142.
- Hutajulu, P. T., Mapandin, W. Y. and Mandosir, Y. M. (2020) 'Journal of Physical Education , Health and Sport Impact Aerobic Toward Body Physiology and VO2max', 7(2), pp. 25–30.
- Isnaini, N. and Ratnasari, R. (2018) 'Faktor risiko mempengaruhi kejadian Diabetes mellitus tipe dua', *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 14(1), pp. 59–68. doi: 10.31101/jkk.550.
- Kemkes RI (2015) *Situasi Kesehatan Anak Balita di Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemkes RI (2017) *Ayo Bergerak Lawan Obesitas*. Direktorat P2PTM & Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kemkes RI.
- Kemkes RI (2018) *Durasi dan Frekuensi Latihan Fisik*. Available at: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-nyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/durasi-frekuensi-latihan-fisik>.
- Kemkes RI (2020) *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease (COVID 19)*. Jakarta: Dirjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. Available at: <https://covid19.kemkes.go.id/download/REV->

03_Pedoman_P2_COVID-19_Maret2020.pdf.

- Kementerian Kesehatan RI (2018) *Intensitas Latihan Fisik*. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular.
- Kerner, W. and Brückel, J. (2017) 'Definition, Classification and Diagnosis of Diabetes Mellitus. *Exp Clin Endocrinol Diabetes*', *Exp Clin Endocrinol Diabetes*. Denpasar: Universitas Udayana, 122(07), pp. 384–386.
- Kholila (2015) *Hubungan Pengetahuan Terkait Diabetes, Aktivitas Fisik, Konsumsi Pangan Sumber Gula Dengan Glukosa Darah Pada Pekerja Garmen Wanita*.
- Kinanti, R. and Abdullah, A. (2019) *Biokimia Karbohidrat Dalam Perspektif Ilmu Keolahragaan*. Wineka Media.
- Klinik, P. (2018) *BUKU PANDUAN KERJA KETERAMPILAN PEMERIKSAAN GLUKOSA DARAH METODE POCT*. Makassar: Universitas Hasanuddin.
- Kusharto and Supariasa (2014) *Survei Konsumsi pangan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kusnandar, F. (2019) *Kimia Pangan Komponen Makro*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Larasati, K., Patang, P. and Lahming, L. (2018) 'Analisis Kandungan Kadar Serat Dan Karakteristik Sosis Tempe Dengan Fortifikasi Karagenan Serta Penggunaan Tepung Terigu Sebagai Bahan Pengikat', *Jurnal Pendidikan Teknologi Pertanian*, 3(1), p. 67. doi: 10.26858/jptp.v3i1.5199.
- Listiana, N., Mulyasari, I. and Dwi Paundrianagari, M. (2015) 'Hubungan Asupan Karbohidrat Sederhana Dan Aktivitas Fisik Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Wanita Usia 45-55 Tahun Di Kelurahan Gedawang Kecamatan Banyumanik Kota Semarang', *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 7(13).
- Litbangkes Kemenkes RI (2018) *Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan RI.
- Mahdia, F. F., Susanto, H. S. and Sakundarno, A. (2018) 'HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN OLAHRAGA DENGAN KADAR GULA DARAH PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE 2 (Studi di Puskesmas Rowosari Kota Semarang Tahun 2018)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(5), pp. 267–276.

- Mahendra, Krisnatuti D, Tobing A, B. (2008) *Care Your Self Diabetes Mellitus*. Jakarta: Penebar Plus.
- Mansyur, A. M. A. (2018) *Hipoglikemia Dalam Praktik Sehari-hari*. Makassar: Departemen Ilmu Penyakit Dalam, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin.
- Martoredjo, N. T. (2020) 'Pandemi Covid-19: Ancaman atau Tentangan bagi Sektor Pendidikan?', *Jurnal Pendidikan*, 2(1), pp. 1–15. Available at: <https://core.ac.uk/download/pdf/328807842.pdf>.
- Maryam, R. S. (2008) *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Maurice (2006) *Modern Nutrition in Health and Disease , 10 thed., Lippicontt Williams & Wilkins*. New York.
- Miftahul Adnan, Tatik Mulyati, J. T. I. (2017) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus (DM) Tipe 2 Rawat Jalan Di RS Tugurejo Semarang Miftahul', *Jurnal gizi Universitas Muhammadiyah Semaranggizi Universitas Muhammadiyah Semarang*, 2(21).
- Miharti, T., Nugraini, S. and Sutejo, G. (2013) *Ilmu Gizi 1*. Depok: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Mustikawati, D., Erawati, E. and Supriyatno, H. (2020) 'EFFECT OF THE DIABETES EXERCISE ON THE BLOOD SUGAR LEVELS IN DIABETES MELLITUS PATIENTS', *JNC*, 3(1), pp. 19–25.
- Nanda, O. D., Wiryanto, B. and Triyono, E. A. (2018) 'Hubungan Kepatuhan Minum Obat Anti Diabetik dengan Regulasi Kadar Gula Darah pada Pasien Perempuan Diabetes Mellitus', *Amerta Nutrition*, 2(4), p. 340. doi: 10.20473/amnt.v2i4.2018.340-348.
- Ndraha, S. (2014) 'Diabetes Melitus Tipe 2 dan Tatalaksana Terkini. Departemen Penyakit', *Fakultas Kedokteran Universitas Krida Wacana Jakarta*. Departemen Penyakit Dalam Fakultas Kedokteran Universitas Krida Wacana Jakarta, 27(2), pp. 9–16.
- Nur, Z. and Tahrus, H. (2020) "' Dunia Dalam Ancaman Pandemi : Kajian Transisi Kesehatan Dan Mortalitas Akibat Covid-19 '", (March). doi: 10.13140/RG.2.2.36367.53922.

- Nuraisyah, F. (2018) 'Faktor Risiko Diabetes Mellitus Tipe 2', *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(2), pp. 120–127. doi: 10.31101/jkk.395.
- Nurwati, R. A. M. dan R. N. (2020) 'Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Peningkatan Angka Pengangguran di Indonesia', *Kesejahteraan Sosial*.
- Pane, B. S. (2015) 'Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 21(79), pp. 1–4. Available at: <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpkm/article/view/4646>.
- Perkeni (2021) *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia*. Jakarta: PB Perkeni.
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia & Asosiasi Dietisien Indonesia (2019) *Penuntun Diet dan Terapi Gizi Edisi 4*. 4th edn. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Persatuan Ahli Gizi Indonesia dan Asosiasi Dietisien Indonesia (2019) *Penuntun Diet dan Terapi Gizi Edisi 4*. 4th edn. Penerbit Buku Kedokteran : EGC. Available at: http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2018/09/Dietetik-Penyakit-Tidak-Menular_SC.pdf.
- Pertiwi, C. (2016) *Hubungan Aktivitas Olahraga Terhadap Kejadian Sindrom Premenstruasi Pada Remaja Di SMAN 4 Jakarta*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Purnama, A. and Sari, N. (2019) 'Aktivitas Fisik dan Hubungannya dengan Kejadian Diabetes Mellitus', *Window of Health : Jurnal Kesehatan*, 2(4), pp. 368–381. doi: 10.33368/woh.v0i0.213.
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (2014) *Infodatin Diabetes*.
- Putri EL (2016) 'Hubungan antara Latihan Jasmani dengan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes', *J Berk Epidemiol*, pp. 188–99.
- Putri Sella Agustin, P. S. P. (2019) 'Pengaruh Pola Makan Tidak Seimbang dan Kurangnya Aktivitas Fisik', *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Qurratu, A. (2019) *Analisis Ekstrak Daun Kelor (Morenga Oleifera) Pada Pengobatan Diabetes Melitus*. Banda Aceh: Kuala Syiah University Press.
- Rahayu, A., Yulidasari, F. and Setiawan, M. (2019) *BUKU AJAR DASAR-DASAR GIZI*. Yogyakarta: CV Mine.
- Roflin, E., Liberty, I. A. and Pariyana (2021) *Populasi, Sampel, Variabel dalam Penelitian Kedokteran*. Jawa Tengah: NEM.

- Rudi, A. and Kwureh, H. N. (2017) 'Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kadar Gula Darah Puasa pada Pengguna Layanan Laboratorium', *Wawasan Kesehatan*, 3(2), pp. 33–39.
- Sari N, P. A. (2019) 'Aktivitas Fisik dan Hubungannya dengan Kejadian Diabetes Mellitus', 2(4).
- Setyaningsih, P., Arifin, M. and Budiarto, E. (2017) 'Perbedaan Pemberian Karbohidrat Dan Protein', *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 13(2), pp. 162–166.
- Singh, A.K.; Gupta, R.; Ghosh, A.; Misra, A. (2020) 'Diabetes in COVID-19: Prevalence, pathophysiology, prognosis and practical considerations', *Diabetes Metab. Syndr*, 14, pp. 303–310.
- Sirajuddin, Surmita and Astuti, T. (2018) *Survey Konsumsi Pangan*. Jakarta: BPPSDM KEMENKES RI.
- Sugiyono (2018) *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Suharjana (2013) *Konsep Latihan*.
- Sukardiman *et al.* (2020) *Buku Ajar Farmokologis - Jilid 1*. Airlangga University Express.
- Sunarti (2018) *Serat Pangan Dalam Penanganan Sindrom Metabolik*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Suryani, N., Rijanti, A. and Alindah, N. (2016) 'Analisis Kandungan Karbohidrat, Serat Dan Indeks Glikemik Pada Hasil Olahan Beras Siam Unus Sebagai Alternatif Makanan Selingan Penderita Diabetes Mellitus', *Jurkessia*, VII(1).
- Suwinawati, E., Ardiani, H., Ratnawati, R. (2020) 'Hubungan Obesitas dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Di Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular Puskesmas Kendal Kabupaten Ngawi The Associated Of Obesity With Type 2 Of Diabetes Mellitus At Kendal Primary Health Center Of Districts Ngawi Pendah', *Journal of Health Science and Prevention*, 4(2), pp. 80–84. Available at: <http://doi.org/10.29080/jhsp.v4i2.388>.
- Syahrizal, D., Ayu Puspita, N. and Marisa (2020) *Metabolisme dan Bioenergetika*. Syiah Kuala University Press.
- Syahrizal, D., Puspita, N. and Marisa (2020) *Metabolisme & Bioenergetika*. Aceh: Syiah Kuala University Press.

- Tjokroprawiro, A. (2012) *Diabetes Mellitus Klasifikasi, Diagnosis dan Terapi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Triana, L. dan M. S. (2017) 'Perbedaan Kadar Glukosa Darah 2 Jam Post Prandial', 1(1), pp. 51–57.
- UNESCO (1974) *International Charter of Physical Education*. France.
- Utami, A. (2016) *Modul Survei Konsumsi Makanan 2016*. Universitas Udayana.
- Utami, D. T., Karim, D. and Agrina (2014) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus Dengan Ulkus Diabetikum', *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 1(2), pp. 1–7. Available at: https://jom.unri.ac.id/index.php/JOM_PSIK/article/view/3434.
- Utami, R. W., Sofia, S. N. and Murbawani, E. A. (2017) 'Lipid Pada Pasien Penyakit Jantung Koroner', *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 6(2), pp. 1143–1155.
- Villafaina, S. *et al.* (2017) 'Physical Exercise Improves Heart Rate Variability in Patients with Type 2 Diabetes: A Systematic Review', *Current Diabetes Reports*. *Current Diabetes Reports*, 17(11), pp. 1–8. doi: 10.1007/s11892-017-0941-9.
- Wiardani, N. . (2009) 'Hubungan Antara Aktivitas Fisik dan Kejadian Diabetes Melitus (DM) Tipe II', *Jurnal Skala Husada*, 6(1), pp. 59–64.
- Wibawa, P. (2017) *Karbohidrat (Modul)*. Fakultas Peternakan Universitas Udayana.
- Widiyanto, J. and Rahayu, S. (2019) 'Pengaruh Pola Makan Terhadap Kejadian Diabetes Melitus Di Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo Kota Pekanbaru', *Prosiding SainsTeKes Semnas MIPAKes UMRi*, pp. 1–7.
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) (2004) *No.* Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia.
- Yuliana (2020) 'Corona Virus Diseases (Covid19); Sebuah Tinjauan Literatur', *WELLNESS AND HEALTHY MAGAZINE*, 2(1).
- Yuliana, A. (2018) *Buku Ajar Biokimia Farmasi*. Surabaya: CV. Jakad Publishing Surabaya.
- Yunan, J. *et al.* (2019) 'Penurunan Kadar Gula Darah Antara Yang Melakukan Senam Jantung Sehat Dan Jalan Kaki', *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(1), pp. 1–

9.

Yuniati, R., Pradigdo, S. F. and Rahfiludin, M.Zen (2017) 'Hubungan Konsumsi Karbohidrat, Lemak Dan Serat Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Lanjut Usia Wanita (Studi Di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Kota Semarang Tahun 2017)', *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(4), pp. 759–767.

Yuniati, R., Pradigdo, S. F. and Rahfiludin, M. Zen (2017) 'HUBUNGAN KONSUMSI KARBOHIDRAT, LEMAK DAN SERAT DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH PADA LANJUT USIA WANITA (Studi di Rumah Pelayanan Sosial Lanjut Usia Pucang Gading Kota Semarang Tahun 2017)', *JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT (e-Journal)*, 5(4), pp. 759–767.