



**PANDUAN PRAKTIS DIIT DAN KEGIATAN FISIK  
PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**ESTER RONAULI SIHOTANG**

**2010721066**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2021**



**PANDUAN PRAKTIS DIIT DAN KEGIATAN FISIK  
PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE II**

**KARYA ILMIAH AKHIR**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Profesi Ners**

**ESTER RONAULI SIHOTANG**

**2010721066**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2021**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Ester Ronauli Sihotang

NIM : 2010721066

Tanggal : 8 Juni 2021

Bila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 8 Juni 2021

Yang Menyatakan,



(Ester Ronauli Sihotang)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASIKARYA ILMIAH AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ester Ronauli Sihotang  
NIM : 2010721066  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah akhir saya yang berjudul: Keselamatan Pasien dalam Meningkatkan Keamanan Obat yang Perlu di Waspada

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan karya ilmiah akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 8 Juni 2021

Yang menyatakan,



(Ester Ronauli Sihotang.)

## PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh :

Nama : Ester Ronauli Sihotang  
NRP : 2010721066  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul Laporan : Panduan Praktis Diet Dan Kegiatan Fisik Pasien Diabetes Mellitus Tipe II

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Profesi Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Ns. Mareta Dea Rosaline, S.Kep. M.Kep

Ketua Penguji

Ns. Santi Herlina, M.Kep, Sp.Kep.MB

Penguji I

Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan FIKES UPN Veteran Jakarta

Ns. Fiora Ladeswita, M.Kep, Sp.Kep.MB

Penguji II (Pembimbing)

Ns. Dora Samaria, S.Kep, M.Kep

Ka. Progdil Profesi Ners Program Profesi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 08 Juni 2021

## **KATA PENGANTAR**

Segala puji dan syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa berkat rahmatnya penulis dapat menyusun booklet yang berjudul “Panduan Praktis Diet Dan Kegiatan Fisik Pasien Diabetes Mellitus Tipe II”. Penelitian ini digunakan untuk salah satu syarat guna memperoleh gelar Profesi Ners di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Peneliti menyadari bahwa menyusun laporan ini banyak hambatan serta rintangan yang dihadapi. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada: Ketua Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Ns. Dora Samaria, S.Kep, M.Kep. Dosen pembimbing Ns. Fiora Ladesvita, M.Kep.,Sp.Kep.MB dan Ns. Mareta Dea Rosaline, S.Kep. M.Kep yang telah banyak meluangkan waktu, memberikan bimbingan dan motivasi, serta membuka wawasan penulis. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada orang tua yaitu bapak Annes Sihotang yang telah memberikan dukungan kepada penulis dalam membuat proposal penelitian ini, dan penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada teman-teman yang telah memberikan motivasi serta semangat dalam proses penyelesaian laporan ini. Penulis menyadari bahwa tersusunnya booklet ini masih banyak kekurangan sehingga kritik dan saran sangat penulis harapkan, semoga booklet ini mampu memberikan manfaat serta pengetahuan baru.

Jakarta, 8 Juni 2021

Penulis

Ester Ronauli Sihotang

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	vii
DAFTAR LAMPIRAN .....	viii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Tujuan .....	3
I.3 Target Luaran .....	4
BAB II ANALISA SWOT .....	5
II.1 Analisa Situasi .....	5
II.2 Analisa SWOT .....	7
BAB III METODE PELAKSANAAN .....	11
III.1 Pelaksanaan Pembuatan Produk .....	11
III.2 Jadwal Kegiatan .....	13
III.3 Biaya .....	14
BAB IV HASIL YANG DI CAPAI DAN POTENSI KEBERLANJUTAN .....	15
IV.1 Gambaran Produk .....	15
IV.2 Legalitas Produk .....	17
IV.3 Keunggulan dan Keterbatasan Produk .....	17
IV.4 Potensi Keberlanjutan .....	18
BAB V PENUTUP .....	19
V.1 Kesimpulan .....	19
V.2 Saran .....	19
DAFTAR PUSTAKA .....	21
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Analisis SWOT Dalam Pembuatan Produk.....	8
Tabel 2	Strategi kombinasi SWOT dalam pembuatan produk .....	9
Tabel 3	Jadwal Kegiatan.....	13
Tabel 4	Rincian Biaya .....	14

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Sertifikat HKI
- Lampiran 2 Kartu Monitor
- Lampiran 3 Booklet
- Lampiran 4 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 5 Hasil Uji Plagiarisme