

Lampiran 1

Tabel 5. Data Sampel Sebelum Senam Diabetes Mellitus

No	Nama	Usia (Tahun)	Kadar Glukosa Darah Awal (mg/dl)	Ket. Layak Sampel
1	Suwartini	45	127	Layak
2	Novita	39	134	Layak
3	Kastini	48	140	Layak
4	Murni	47	139	Layak
5	Susi	45	117	Layak
6	Risma	53	137	Layak
7	Yeni	53	127	Layak
8	Aca	49	131	Layak
9	Astri	50	117	Layak
10	Hepiy	48	132	Layak
11	Sela	37	137	Layak
12	Sumarni	54	135	Layak

Lampiran 2

Tabel 6. Data Sampel Sesudah Kerja Senam Diabetes Mellitus

No	Kadar Glukosa Awal(mg/dl)	Kadar Glukosa Akhir (mg/dl)	Ket. Layak sampel
1	127	121	Layak
2	134	125	Layak
3	140	133	Layak
4	139	122	Layak
5	117	110	Layak
6	137	124	Layak
7	127	110	Layak
8	131	124	Layak
9	117	98	Layak
10	132	120	Layak
11	137	132	Layak
12	135	124	Layak

Lampiran 3

Tabel 7. Data Hasil Perubahan Kadar Glukosa Darah

No	Kadar Glukosa Awal (mg/dl)	Kadar Glukosa Akhir (mg/dl)	Perubahan
1	127	121	4,72
2	134	125	6,71
3	140	133	5
4	139	122	12,23
5	117	110	5,98
6	137	124	9,48
7	127	110	13,38
8	131	124	5,34
9	117	98	16,23
10	132	120	9,09
11	137	132	3,64
12	135	124	8,14
Rata-rata Perubahan			8,32 %

Lampiran 4

Tabel 8. Data Hasil Penelitian Tes Kadar Glukosa Darah Awal dan Akhir

No	Nama	Kadar Glukosa Awal(mg/dl)	Kadar Glukosa Akhir (mg/dl)
1	Suwartini	127	121
2	Novita	134	125
3	Kastini	140	133
4	Murni	139	122
5	Susi	117	110
6	Risma	137	124
7	Yeni	127	110
8	Aca	131	124
9	Astri	117	98
10	Hepiy	132	120
11	Sela	137	132
12	Sumarni	135	124
Σ		1573	1443

Lampiran 5

Langkah-Langkah Perhitungan Distribusi Frekuensi

A. Variabel Tes Kadar Glukosa Awal

1. Rentang (R) = Data Terbesar – Data terkecil
= 140 – 117
= 23
2. Banyak Kelas (BK) = $1 + (3,3 \times \log n)$
= $1 + (3,3 \times \log 12)$
= $1 + (3,3 \times 1,07)$
= 4,5
3. Panjang Kelas (PK) = R / BK
= $23 / 4,5$
= 5,1
= 5

B. Variabel Tes Kadar Glukosa Akhir

1. Rentang (R) = Data Terbesar – Data terkecil
= 133 – 98
= 35

$$\begin{aligned} 2. \text{ Banyak Kelas (BK)} &= 1 + (3,3 \times \log n) \\ &= 1 + (3,3 \times \log 12) \\ &= 1 + (3,3 \times 1,07) \\ &= 4,5 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} 3. \text{ Panjang Kelas (PK)} &= R / BK \\ &= 35 / 4,5 \\ &= 7,7 \\ &= 8 \end{aligned}$$

Lampiran 6

Perhitungan Data Awal dan Akhir

1. Mencari Mean tes awal dan akhir

$$\begin{aligned}M_x &= \frac{\sum fx}{n} \\ &= \frac{1573}{12} \\ &= 131,08\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}M_y &= \frac{\sum \sum fy}{n} \\ &= \frac{1443}{12} \\ &= 120,25\end{aligned}$$

2. Mencari Standar Deviasi tes awal dan akhir

$$\begin{aligned}SD_x &= \sqrt{\frac{\sum \sum Fx^2}{n}} \\ &= \sqrt{\frac{673,08}{12}} \\ &= \sqrt{56,09} = 7,48\end{aligned}$$

$$SD_y = \sqrt{\frac{\sum \sum Fy^2}{n}}$$

$$= \sqrt{\frac{1074,16}{12}}$$

$$= \sqrt{89,51}$$

$$= 9,46$$

3. Mencari Standar Kesalahan Mean (SE_{MD}) tes awal dan akhir

$$SE_{mx} = \frac{SDx}{\sqrt{n-1}}$$

$$= \frac{7,48}{\sqrt{11}}$$

$$= 2,25$$

$$SE_{my} = \frac{SDy}{\sqrt{n-1}}$$

$$= \frac{9,46}{\sqrt{11}} = 2,85$$

Lampiran 7

Tabel 9. Data Kadar Glukosa Darah Untuk Perhitungan Uji-t

No	X	Y	D = X-Y	(X-Y) ²
1	127	121	6	36
2	134	125	9	81
3	140	133	7	49
4	139	122	17	289
5	117	110	7	49
6	137	124	13	169
7	127	110	17	289
8	131	124	7	49
9	117	98	19	361
10	132	120	12	144
11	137	132	5	25
12	135	124	11	121
Σ	1573	1443	130	1662

Lampiran 8

Tabel 10. Data Hasil Penelitian Kadar Glukosa Darah, Rata-rata, Standar Deviasi, Standar Error sebelum dan sesudah kerja senam diabetes.

No	X	Y	x	y	x ²	y ²	x.y
1	127	121	-4,08	0,75	16,64	0,56	-3,06
2	134	125	2,92	4,75	8,52	22,5	13,87
3	140	133	8,92	12,75	79,5	162,56	113,73
4	139	122	7,92	1,75	62,7	3,06	13,86
5	117	110	-14,08	-10,25	198,2	105,06	144,32
6	137	124	5,92	3,75	35,04	14,06	22,2
7	127	110	-4,08	-10,25	16,64	105,06	41,82
8	131	124	0,08	3,75	6,4	14,06	0,3
9	117	98	-14,08	-22,25	198,2	495,06	313,28
10	132	120	0,92	-0,25	0,84	0,06	0,23
11	137	132	5,92	11,75	35,04	138,06	69,56
12	135	124	3,92	3,75	15,36	14,06	14,7
Σ	1573	1443			673,08	1074,16	750,93
M	131,08	120,25					
SD	7,48	9,46					
SEM	2,25	2,85					

Lampiran 9

Teknik perhitungan uji-t pada Tes Kadar Glukosa Darah

1. Hipotesa

- a. $\mu_0 : \mu_1 = \mu_2$ Tidak terdapat penurunan Kadar Glukosa Darah awal dan akhir pada Senam Diabetes Mellitus
- b. $H_1: \mu_1 = \mu_2$ terdapat penurunan Kadar Glukosa Darah awal dan akhir pada Senam Diabetes Mellitus

2. Mencari Mean of Difference (MD) nilai rata-rata hitung dari beda selisih antara variabel

$$\begin{aligned} Md &= \frac{\Sigma \Sigma D}{n} \\ &= \frac{130}{12} \\ &= 10,83 \end{aligned}$$

3. Mencari Standar Deviasi antar variabel

$$\begin{aligned} SD_D &= \sqrt{\frac{\Sigma \Sigma D^2}{n} - \left(\frac{\Sigma \Sigma D}{n}\right)^2} \\ &= \sqrt{\frac{1662}{12} - \left(\frac{130}{12}\right)^2} \\ &= \sqrt{138,5 - 117,2} = 4,61 \end{aligned}$$

4. Mencari Standar Error dari Mean

$$SE_{md} = \frac{SDd}{\sqrt{n-1}}$$

$$= \frac{4,61}{\sqrt{11}}$$

$$= \frac{4,61}{3,31}$$

$$= 1,39$$

5. Mencari t-hitung

$$t_x = \frac{Md}{SE_{md}}$$

$$= \frac{10,83}{1,39}$$

$$= 7,79$$

6. Mencari nilai t-tabel

t-tabel dengan derajat kebebasan (dk) = n-1 pada taraf signifikansi =

$$0,05 \text{ dt / db} = n-1 \quad 12 - 1 = 11 \quad t \text{ tabel} = 2,20$$

7. Menguji nilai t hitung terhadap nilai t tabel dengan ketentuan sebagai

berikut :

Jika t hitung \leq t tabel maka H_1 diterima

Jika t hitung \geq t tabel maka H_0 ditolak

Nilai t hitung = 7,79 dan t tabel = 2,20

Nilai t hitung \geq nilai t tabel menunjukkan bahwa Hipotesa H_0 ditolak.

8. Kesimpulan :

Nilai t hitung = 7,79 dan t tabel = 2,20 berarti t hitung \geq t tabel, berarti bahwa senam Diabetes Mellitus memberikan efek penurunan kadar glukosa darah pada komunitas ibu-ibu PKK kompleks Hankam Cibubur.

Lampiran 10

Tabel 11. Nilai t-tabel

dk	α untuk Uji Satu Pihak (<i>one tail test</i>)					
	0,25	0,10	0,05	0,025	0,01	0,005
	α untuk Uji Dua Pihak (<i>two tail test</i>)					
	0,50	0,20	0,10	0,05	0,02	0,01
1	1,000	3,078	6,314	12,706	31,821	63,657
2	0,816	1,886	2,920	4,303	6,965	9,925
3	0,765	1,638	2,353	3,182	4,541	5,841
4	0,741	1,533	2,132	2,776	3,747	4,604
5	0,727	1,476	2,015	2,571	3,365	4,032
6	0,718	1,440	1,943	2,447	3,143	3,707
7	0,711	1,415	1,895	2,365	2,998	3,499
8	0,706	1,397	1,860	2,306	2,896	3,355
9	0,703	1,383	1,833	2,262	2,821	3,250
10	0,700	1,372	1,812	2,228	2,764	3,169
11	0,697	1,363	1,796	2,201	2,718	3,106
12	0,695	1,356	1,782	2,179	2,681	3,055
13	0,692	1,350	1,771	2,160	2,650	3,012
14	0,691	1,345	1,761	2,145	2,624	2,977
15	0,690	1,341	1,753	2,131	2,602	2,947
16	0,689	1,337	1,746	2,120	2,583	2,921
17	0,688	1,333	1,740	2,110	2,567	2,898
18	0,688	1,330	1,734	2,101	2,552	2,878
19	0,687	1,328	1,729	2,093	2,539	2,861
20	0,687	1,325	1,725	2,086	2,528	2,845
21	0,686	1,323	1,721	2,080	2,518	2,831
22	0,686	1,321	1,717	2,074	2,508	2,819
23	0,685	1,319	1,714	2,069	2,500	2,807
24	0,685	1,318	1,711	2,064	2,492	2,797
25	0,684	1,316	1,708	2,060	2,485	2,787
26	0,684	1,315	1,706	2,056	2,479	2,779
27	0,684	1,314	1,703	2,052	2,473	2,771
28	0,683	1,313	1,701	2,048	2,467	2,763
29	0,683	1,311	1,699	2,045	2,462	2,756
30	0,683	1,310	1,697	2,042	2,457	2,750
40	0,681	1,303	1,684	2,021	2,423	2,704
60	0,679	1,296	1,671	2,000	2,390	2,660
120	0,677	1,289	1,658	1,980	2,358	2,617
∞	0,674	1,282	1,645	1,960	2,326	2,576

Sumber: <http://clickyhun.blogspot.co.id/2013/08/tabel-statistik-product-momen.html> (diakses 12 Januari 2017).