**TUGAS AKHIR ALPRO**

**PENGHITUNGAN DIABETES**

**JENIS KELAMIN**

1. LAKI – LAKI
2. PEREMPUAN

**UKURAN TUBUH**

BERAT :

TINGGI :

IMB :

**IMB**

1. Kurang dari 18,5 = Berat badan kurang **(0)**
2. 18,5 – 24,9 = Berat badan normal **(0)**
3. 25-29,9 = Berat badan berlebih (kecenderungan obesitas) **(1)**
4. 30 keatas = obesitas **(3)**

**USIA**

1. < 35 tahun (0)
2. 35-44 tahun (0)
3. 45-54 tahun (2)
4. 55-64 tahun (3)
5. > 65 tahun (4)

**LINGKAR PINGGANG PEREMPUAN**

1. < 80 cm (0)
2. 80 -88 cm (3)
3. 89 – 93 cm (4)
4. 94 – 102 cm (4)
5. > 102 cm (4)

**LINGKAR PINGGANG LAKI LAKI**

1. < 80 cm (0)
2. 80 -88 cm (0)
3. 89 – 93 cm (0)
4. 94 – 102 cm (3)
5. > 102 cm (4)

**INFORMASI KESEHATAN**

(3/0) Apakah kakek, bibi, paman, atau sepupu pertama pernah didiagnosis Diabetes?

(5/0) Apakah orang tua, saudara kandung, atau anak kandung pernah didiagnosis Diabetes?

(5/0) Apakah kamu pernah memiliki kadar gula darah yang tinggi?

(2/0) Apakah kamu sehari-hari pernah mengkonsumsi obat darah tinggi?

**INFORMASI GAYA HIDUP**

(0/2) Apakah kamu berolahraga selama lebih dari 30 menit setiap hari?

(0/1) Seberapa sering kamu mengkonsumsi sayur dan buah?

**Kurang dari 7 - Rendah**

Diperkirakan 1 dari 100 orang akan mengidap Diabetes

**7-11 - Sedikit tinggi**

Diperkirakan 1 dari 25 orang akan mengidap Diabetes

**12-14 - Sedang**

Diperkirakan 1 dari 6 orang akan mengidap Diabetes

**15-20 - Tinggi**

Diperkirakan 1 dari 3 orang akan mengidap Diabetes

**lebih tinggi dari 20 - Sangat Tinggi**

Diperkirakan 1 dari 2 orang akan mengidap Diabetes