

## **Lampiran 1 Informed Consent**

Saya Risin Tahun adalah peneliti yang berasal dari Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Jurusan Keperawatan, Program Studi D-III Keperawatan, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Implementasi Penerapan Senam Kaki Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Sikumana Kota Kupang”.

Penelitian ini akan berfokus pada penerapan senam kaki menggunakan SOP senam kaki selama 30 menit dan berlangsung selama 3 hari dan dimulai sejak hari pertama melakukan kontrak dengan pasien sampai dengan 3 hari perawatan. Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara dengan menggunakan format pengkajian yang akan berlangsung lebih kurang 30 menit.

Keuntungan yang dapat diperoleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan/tindakan yang diberikan. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang disampaikan akan tetap dirahasiakan. Jika anda membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silakan menghubungi peneliti pada nomor Hp: 081239106637

Kupang, 16 Januari 2024  
Peneliti

Risin Tahun  
PO5303201211406

## **Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Risin Tahun

Alamat : Jln. Puri Lontar Oebufu

No.Telpon/Hp 081239016637

Menerangkan bahwa setelah mendapat penjelasan dan mengetahui manfaat dari penelitian yang akan dilakukan oleh saudari Risin Tahun dengan judul “Implementasi Penerapan Senam Kaki Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana”, maka saya menyatakan secara sukarela bersedia menjadi responden dan berpartisipasi dalam penelitian ini.

Kupang, Juni 2024

Mengetahui  
Peneliti

Yang Menyetujui  
Peserta


(.....)

(.....)

### Lampiran 3 Standar Operasional Senam Kaki

#### Standar Operasional Senam Kaki Standar Operasional Prosedur

<b>Pengertian</b>	Senam kaki adalah kegiatan ataulatihan yang dilakukan oleh pasien diabetes melitus untuk mencegah terjadinya luka dan membantu memperlancarkan peredaran darah bagian kaki.
<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>4. Memperbaiki sirkulasi darah</li><li>5. Memperbaiki otot-otot kecil</li><li>6. Mencegah terjadinya kelainan bentuk kaki</li><li>7. Meningkatkan kekuatan otot betis dan paha</li><li>8. Mengatasi keterbatasan gerak sendi</li></ol>
<b>Waktu</b>	Setiap pagi dan waktu selama 15-30 menit
<b>Indikasi</b>	Klien dengan diabetes melitus yang mengalami gangguan neuropati.
<b>Kontraindikasi</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Klien yang mengalami perubahan fungsi fisiologi seperti dispnue dan nyeri dada.</li><li>2. Orang dengan depresi, khawatir atau cemas.</li></ol>

<p><b>Prosedur</b></p>	<p><b>Fase Persiapan:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mempersiapkan diri</li> <li>2. Mempersiapkan responden</li> <li>3. Mempersiapkan alat</li> <li>4. Koran</li> <li>5. Kursi</li> <li>6. Memberi salam</li> <li>7. Memperkenalkan diri</li> <li>8. Menjelaskan prosedur Tindakan</li> <li>9. Menjelaskan tujuan prosedur</li> <li>10. Melakukan kontrak waktu</li> <li>11. Menanyakan kesiapan pasien</li> <li>12. Berikan lingkungan yang nyaman bagi responden</li> </ol> <p><b>Fase kerja:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Responden duduk dengan tegak, jangan bersandar dengan kaki dilantai.</li> <li>2. Letakkan tumit dilantai, jari kaki diluruskan keatas lalu bengkokan kembali ke bawah seperti cakar. Lakukan sebanyak 10 kali.</li> </ol> 
------------------------	---

3. Letakkan tumit dilantai, angkat telapak kaki ke atas, kemudian jari-jari kaki diletakkan di lantai dengan tumit kaki diangkat ke atas. Lakukan sebanyak 10 kali.





4. Tumit kaki diletakkan dilantai. Bagian depan kaki diangkat keatas dan buat putaran 360° dengan pergerakan pada pergelangan kaki. Dilakukan sebanyak 10 kali.



5. Jari-jari kaki diletakkan dilantai. Tumit diangkat dan buat putaran 360° dengan pergerakan pada pergelangan kaki. Dilakukan sebanyak 10 kali.



6. Kaki diangkat keatas dengan meluruskan lutut. Buat putaran 360o dengan pergerakan pada pergelangan kaki sebanyak 10 kali.
7. Lutut diluruskan lalu dibengkokka Kembali kebawah sebanyak 10 kali. Ulangi untuk kaki yang sebelahnya.
8. Seperti latihan sebelumnya, tetapi kali ini dengan kedua kaki bersamaan.
9. Angkat kedua kaki lalu luruskan dan pertahankan posisi tersebut, lalu Gerakan kaki pada

	<p>pergelangan kaki. Tuliskan angka 0-9 di udara.</p> <p>10. Letakkan sehelai koran di lantai, lalu robek kertas menjadi dua bagian.</p>  <p>11. Robek kertas koran menjadi kecil kecil.</p>  <p>12. Kemudian bentuk koran menjadi bola</p> <p>13. Lalu buka bola kertas tadi menjadi seperti semula</p> <p><b>Fase terminasi:</b></p> <p>5 Bersihkan koran</p> <p>6 Evaluasi perasaan responden</p> <p>7 Merencanakan rencana tindak lanjut</p> <p>8 Mendokumentasi prosedur tindakan</p>
--	---

**Lampiran 4 Lembar Observasi Sebelum dan Sesudah Melakukan Senam Kaki**

**Lembar Observasi Senam Kaki Sebelum dan Sesudah diberikan Senam Kaki**

No .	Nama	Pre	Intervensi			Post	Catatan
			Hari 1	Hari 2	Hari 3		
1							
2							
3							
4							
5							



## **Lampiran 5. Kuesioner Karakteristik Responden**

### **KUESIONER KARAKTERISTIK RESPONDEN**

Nama :  
Jenis Kelamin :  
Tempat Tanggal Lahir :  
Umur :  
Alamat :  
Pekerjaan :  
Lama menderita Diabetes Melitus :  
Kepatuhan dalam minum obat :  
Hasil Gula Darah Sewaktu :

Lembar Konsultasi



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
 BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN  
 SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN  
 POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG  
 Direktorat : Jln. Piet A. Tallo Liliba – Kupang, Telp : (0380) 881880 ; 880880  
 Fax (0380) 8553418 ; email : poltekkeskupang@yahoo.com



LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

Nama : Risin Tahun










NIM : PO.530320211406

Judul : Implementasi Penerapan Senam Kaki Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Sikumana Kota Kupang

Dosen Pembimbing : Domianus Namuwali, S.Kep., Ns., M.Kep

Dosen Penguji : Trifonia Sri Nurwela, S.kep., Ns., M.Kes

NO.	TANGGAL BIMBINGAN	MATERI BIMBINGAN	PARAF PEMBIMBING
1.	22/11/2024	Konsultasi Judul: Asuhan Keperawatan Pada pasien dengan Ca mammae. Diganti dengan diabetes Melitus	
2.	24/11/2024	Konsultasi judul : Dukungan Keluarga terhadap pasien Diabetes Melitus. Diganti dengan implementasi penerapan senam kaki pada pasien Diabetes melitus	
3.	01/12/2024	Konsultasi Bab 1 : Revisi Latar Belakang	
4.	05/12/2024	Konsultasi Bab 1 Revisi Rumusan Masalah, Tujuan Khusus, Lanjut Bab 2	

5.	11/12/2024	Konsultasi Revisi Rumusan masalah, Tujuan khusus, Revisi Bab 2. tambah SOP Senam Kaki	
6.	09/01/2024	Konsultasi Revisi Bab 2. Lanjut Bab 3	
7.	11/01/2024	Revisi Bab 3. Revisi: Jenis penelitian, Definisi operasional dan Instrumen Penelitian.	
8.	15/01/2024	Konsultasi Revisi Bab 3 : jenis penelitian, Definisi Operasional, Lampiran Persetujuan <del>Prosedur</del> Menjadi Responden.	
9.	17/01/2024	Konsultasi Bab 3. Persiapan ujian.	
10.	19/01/2024	ACC Proposal	
11.	31/05/2024	Konsultasi Revisi setelah ujian proposal: Penulisan, Bab 1 Latar Belakang: tambahkan gejala dan komplikasi, Bab 3: <del>prosedur</del> Tujuan Penelitian, Tujuan khusus, Rumusan Masalah Bab 3. Definisi Operasional, Instrumen Penelitian, metode Penelitian.	
12.	05/06/2024	Konsultasi Revisi Bab 1 dan Bab 3.	
13.	06/06/2026	Konsultasi revisi	

14	12/06/2024	Konsultasi Revisi dan acc & penulisan	<i>[Signature]</i>
15	20/06/2024	Konsultasi dengan Pembimbing <del>dan</del> setelah acc pengisi dan ACC Pembimbing	<i>[Signature]</i>

## Surat Ijin Penelitian



PEMERINTAH KOTA KUPANG  
**DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG**  
Jl. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228  
Website: [www.dinkes-kotakupang.web.id](http://www.dinkes-kotakupang.web.id), Email: [dinkeskotakupang46@gmail.com](mailto:dinkeskotakupang46@gmail.com)  
KUPANG

### SURAT IZIN

NOMOR : B-484/Dinkes.400.7.22.2/VI/2024

### TENTANG PENELITIAN

Dasar : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang Nomor : PP.08.02/F.XXX.20/0902/2024 tanggal 6 Juni 2024, Hal : Izin Penelitian

### MEMBERI IZIN

Kepada :  
Nama : Risin Tahun  
NIM : PO5303201211406  
Jurusan/Prodi : D-III Keperawatan  
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang  
Judul Penelitian : Implementasi Penerapan Senam Kaki Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Sikumana  
Waktu : Juni - Juli 2024  
Lokasi : UPTD. Puskesmas Sikumana

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 13 Juni 2024  
KEPALA DINAS KESEHATAN  
KOTA KUPANG



dra. Retnowali, M.Kes.  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19670513 199212 2 002

**Tembusan** : disampaikan dengan hormat kepada :

1. Kepala UPTD. Puskesmas Sikumana di Tempat
2. Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang di Tempat

**Dokumentasi Penelitian**



## Surat Keterangan Hasil Cek Plagiasi



Kementerian Kesehatan  
Poltekkes Kupang

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

### PERPUSTAKAAN TERPADU

<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/> ; e-mail: [perpustakaanterpadu61@gmail.com](mailto:perpustakaanterpadu61@gmail.com)

### SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama : Risin Tahun  
Nomor Induk Mahasiswa : PO 5303201211406  
Dosen Pembimbing : Domianus Namuwali, S.Kep., Ns., M.Kep  
Dosen Penguji : Trifonia Sri Nurwela, S.Kep., Ns., M.Kes  
Jurusan : Program Studi Pendidikan DIII Keperawatan  
Judul Karya Ilmiah : Implementasi penerapan senam kaki terhadap Perubahan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja puskesmas Sikumana Kota Kupang

KTI yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 24,00% Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 20 September 2024

Admin Strike Plagiarism



Murry Jermias Kale SST

NIP. 198507042010121002