

LAMPIRAN

SATUAN ACARA PENYULUHAN

Topik : Penyakit Diabetes Melitus

Sasaran : Pasien Diabetes Melitus

Penyuluh :

Hari/Tanggal : Selasa 01 Juli 2025

Waktu : 18.00 Wita

Tempat : Rumah Pasien

1. Latar Belakang

Diabetes Mellitus adalah salah satu bagian dari penyakit tidak menular. Diabetes Mellitus merupakan penyakit yang disebabkan oleh tingginya kadar gula darah akibat gangguan pada pankreas dan insulin. Empat jenis penyakit tidak menular utama, menurut WHO adalah penyakit kardiovaskular (Penyakit Jantung Koroner dan Stroke), Kanker, Penyakit Pernafasan Kronis (Asma Dan Penyakit Paru Obstruksi Kronis), dan Diabetes Mellitus (Depkes, 2015).

2. Tujuan

1.1 Tujuan Intruksional Umum (TIU)

Setelah diberikan penyuluhan tentang penyakit Diabetes Melitus, diharapkan Pasien dan Keluarga mampu mengerti, memahami mengenai penyakit Diabetes Melitus, dan menyadari untuk menjaga kesehatannya.

1.2 Tujuan Intruksional Khusus (TIK)

Setelah Diberikan Penyuluhan, Sasaran Dapat Mengerti dan:

- 1) Mampu mendefinisikan pengertian DM;
- 2) Mampu menjelaskan penyebab DM;

- 3) Mampu menyebutkan serta menjelaskan tanda dan gejala DM;
- 4) Mampu menjelaskan cara pengobatan DM;
- 5) Mampu menyebutkan serta menjelaskan cara pencegahan DM;
- 6) Mampu menjelaskan komplikasi DM.

3. Sasaran

Pasien Diabetes Melitus dan Keluarga di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa

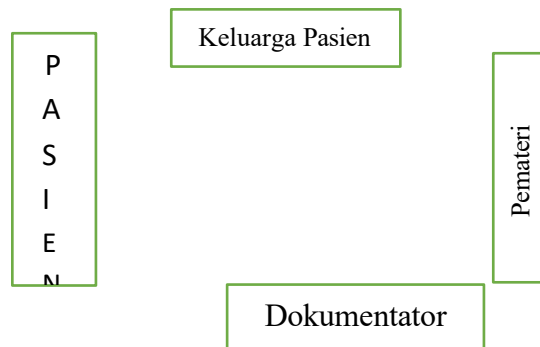
4. Metode

- a. Ceramah
- b. Diskusi
- c. Tanya jawab

5. Media penyuluhan

- a. SAP
- b. Leaflet

6. Setting Tempat



2. Pengorganisasian

1. Moderator :
➤ Anael E.Lema
2. Pemateri/Penyuluh :
➤ Anael E.Lema
3. Dokumentasi :
➤ Anael E.Lema

3. Rincian Tugas

- a. Moderator : Adalah istilah umum yang digunakan untuk orang yang menjadi pemandu sebuah diskusi
- b. Pemateri : Adalah orang yang menyampaikan, menerangkan, memaparkan, menjelaskan isi dari materi yang akan disampaikan.
- c. Dokumentator : Adalah orang yang melakukan pengumpulan bukti dan keterangan seperti gambar, kutipan, dan lain-lain.

4. Jadwal Penyuluhan

No	Harian/ tanggal	Uraian Kegiatan	PJ	Kegiatan	
				Mahasiswa	Audiens
1		Persiapan	Panitia	Materi Daftar Hadir Perlengkapan	Menempati tempat yang tersedia dan menandatangani daftar hadir
2		Pembukaan Doa	Moderator	Memberi sapaan dan megundang Audiens untuk	Mendengarkan / menempati tempat yg sdh disiapkan

				menempati Ruangan	
3		Pemaparan Materi	Pemateri	Mendengarkan	Mendengar dan mencatat
4		Diskusi	Moderator dan Audience	Mendengarkan dan mencatat pertanyaan serta menjawab	Mengajukan pertanyaan
5		Evaluasi	Observer	Struktur Proses hasil	Mendengarkan
6		Penutup	Penutup	Moderator dan Mc	Mendengarkan

5. Metode Evaluasi (Soap)

S: Subject : Audies mengatakan bahwa memahami materi
tentang Penyakit Diabetes Melitus

O: Objek : Audiens dapat menjawab sebagian
01, 02, dan 03 A: Assement : Masalah teratasi sebagian
(01,02 dan 03)

P: Planing : Dilanjutkan untuk no.04 , 06 dan 06

6. Kriteria Evaluasi

1. Evaluasi struktur :

- a. Peserta hadir di tempat penyuluhan

b. Penyelenggaraan penyuluhan dilaksanakan

2. Evaluasi Proses :

a. Peserta antusias terhadap materi penyuluhan

b. Peserta mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan secara benar.

3. Evaluasi Hasil : Setelah penyuluhan diharapkan peserta

Setelah Penyuluhan Pasien dapat mampu mengerti permasalahan pada kesehatan terutama pada Penyakit Diabetes Melitus

Leaflet :

**Diabetes
Melitus
itu apa
sih?**

Diabetes Melitus atau kencing manis adalah suatu penyakit yang disebabkan naiknya kadar gula dalam darah akibat kekurangan hormon insulin.

Hormon insulin adalah hormon untuk mengendalikan gula dalam darah.



Penyebab Diabetes Melitus

1. Riwayat Keturunan
2. Lingkungan
3. Usia
4. Berat badan berlebih
5. Kurang olahraga
6. Pola makan tidak sehat



Tanda dan Gejala

1. Sering kencing
2. Sering rasa haus dan rasa lapar
3. Penurunan berat badan
4. Masalah pada mata
5. Kelemahan dan keletihan

Komplikasi Diabetes Melitus

Ada 2 macam komplikasi :

- Komplikasi Diabetes Melitus akut

1. Hipoglikemia/gula darah rendah

Adalah kondisi turunnya kadar gula darah yang banyak dalam waktu singkat akibat tidak makan atau mengonsumsi obat dengan kandungan insulin berlebihan.

2. Ketosiadosis diabetik

komplikasi diabetes yang ditandai dengan tingginya kadar keton dalam tubuh

3. Hyperomolar Hyperglycemic State (HHS)

naiknya kadar gula darah yang sangat tinggi dalam waktu tertentu

- Komplikasi Diabetes Melitus Kronis



1. Gangguan pada mata (retinopati diabetik)
2. Kerusakan ginjal (nefropati diabetik)
3. Kerusakan saraf (neuropati diabetik)
4. Masalah kaki dan kulit
5. Penyakit pada jantung



Pencegahan Diabetes Melitus

1. Pencegahan Primer

- Mengatur pola makan
- Banyak melakukan aktifitas fisik seperti olahraga
- Berhenti merokok dan minum alkohol
- Pada orang dengan risiko tinggi diperlukan perencanaan pengobatan



2. Pencegahan Sekunder :

- Makan karbohidrat kompleks seperti nasi, kentang, roti, sereal, kacang polong, kacang merah
- Makan makanan tinggi serat, vitamin dan mineral seperti buah-buahan dan sayuran segar
- Pilih makanan rendah lemak seperti ikan, putih telur, dada ayam, Ubi jalar
- Olahraga yang teratur seperti meditasi dan senam pernapasan



3. Pencegahan Tersier :

Untuk mencegah kecacatan pada penderita, di perlu kerja sama antara sesama tenaga medis seperti ahli bidang gizi, jantung, mata, radiologi dan bedah

Makanan yang dianjurkan untuk Penyakit Diabetes Melitus

- Makanan yang terbuat dari biji-bijian atau karbohidrat kompleks seperti nasi merah, ubi, kacang hijau, bayam, ketimun, wortel, kembang kol, brokoli, tahu, tempe, telur, ikan

- Buah yang baik untuk penderita diabetes seperti pepaya, pir, melon alpukat, jambu, apel, anggur



Makanan yang tidak dianjurkan untuk Penyakit Diabetes Melitus

- Makanan yang banyak mengandung gula atau pemanis buatan seperti sirup
- Menggunakan banyak garam dalam masakan
- Daging berlemak dan kulit ayam
- Pisang, mangga, kurma kering semangka, nanas karena mengandung tinggi gula

Ayo Sadar DIABETES



Segera konsultasi ke dokter, apabila terjadi Diabetes Melitus, agar tidak terkena komplikasi lebih lanjut





Surat Izin Pengambilan Data awal



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang

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

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/1425/2025
Hal : Ijin Pengambilan Data Awal

20 Februari 2025

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang
di
Tempat

Sehubungan dengan penulisan Karya Tulis Ilmiah bagi mahasiswa Program Studi D-III Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang, maka bersama ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan pengambilan data awal kepada:

Nama : Anael Ewenen Lema
NIM : PO5303201220858
Jurusan/Prodi : Keperawatan / D-III Keperawatan
Judul Penelitian : **Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan diet pencegahan diabetes melitus di Puskesmas Oesapa**
Waktu Penelitian : Pebruari 2025

Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terimakasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

Tembusan :
1. Kepala Puskesmas Oesapa
2. Arsip

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara



PEMERINTAH KOTA KUPANG
DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG

JL. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228
Website: www.dinkes-kotakupang.web.id, Email: dinkeskotakupang46@gmail.com
KUPANG

SURAT IZIN

NOMOR : B-249/Dinkes.400.7.22.2/II/2025

TENTANG

IZIN PENGAMBILAN DATA

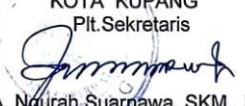
Dasar : Surat dari Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang Nomor :
PP.06.02/F.XXIX/1425/2025 tanggal 20 Februari 2025
Hal : Permohonan Izin pengambilan Data Awal, maka
dengan ini :

MEMBERI IZIN

Kepada :
Nama : Anael Ewenen Lema
NIM : PO5303201220858
Jurusan/Prodi : Keperawatan/ D-III Keperawatan
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang
Judul Penelitian : "Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan
diet pencegahan diabetes mellitus di Puskesmas Oesapa"
Waktu : Februari 2025
Lokasi : UPTD. Puskesmas Oesapa

Demikian Izin pengambilan data ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 25 Februari 2025
an. KEPALA DINAS KESEHATAN
KOTA KUPANG
Plt. Sekretaris


I.G.A. Ngurah Suarnawa, SKM., M.Kes.
Pembina
NIP. 19691227 199303 1 007

Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada :

1. Kepala UPTD. Puskesmas Oesapa di Tempat;
2. Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang di Tempat.

Paraf Hierarki	
Kasubag Umum dan Kepegawaian	

Kuisisioner

1. Ny. M.S

Hari Pertama

KUESIONER POST-TEST

Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Edukasi Diet Diabetes Melitus

Nama : Ny. M.S
jenis kelamin : Perempuan
usia : 67 thn
tanggal pengisian : 3 Juli 2020

Petunjuk: Beri tanda centang (✓) pada kolom "Ya" atau "Tidak" sesuai dengan pengetahuan Anda saat ini.

NO	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Saya tahu bahwa penderita DM harus makan secara teratur sesuai jadwal.	✓	
2	Saya percaya penderita DM boleh mengonsumsi makanan manis secara bebas.		✓
3	Saya tahu bahwa prinsip diet DM adalah Jumlah, Jenis, dan Jadwal (3J).	✓	
4	Saya mengenal nasi merah sebagai pilihan yang lebih baik dari nasi putih untuk DM.		✓
5	Saya tahu pentingnya makan selingan bagi pasien DM.	✓	
6	Saya pikir semua buah dan sayur bisa dikonsumsi tanpa batas oleh pasien DM.		✓
7	Saya tahu bahwa ikan dan ayam tanpa kulit aman dikonsumsi pasien DM.	✓	
8	Saya tahu bahwa gorengan sebaiknya dihindari oleh pasien DM.	✓	
9	Saya tahu pemanis buatan dapat digunakan dalam jumlah yang aman.	✓	
10	Saya tahu bahwa kalori harian pasien DM perlu dihitung dan disesuaikan.	✓	

11	Saya tahu pentingnya minum air putih minimal 8 gelas sehari.	✓	
12	Saya tahu makanan berserat dapat membantu mengontrol gula darah.	✓	
13	Saya pikir diet tidak terlalu berpengaruh dalam pengendalian diabetes.	✓	
14	Saya tahu makanan manis seperti kue dan sirup tidak dianjurkan.	✓	
15	Saya sadar bahwa makanan instan sebaiknya dihindari.	✓	
16	Saya pikir pasien DM boleh makan banyak jika merasa lapar.	✓	
17	Saya tahu bahwa diet dapat membantu mencegah komplikasi DM.		✓
18	Saya paham bahwa jadwal makan yang teratur membantu kestabilan gula darah.		✓
19	Saya pikir olahraga tidak terlalu penting bagi pasien DM.		✓
20	Saya percaya bahwa edukasi diet bisa meningkatkan kepatuhan pasien DM.		✓

Penilaian Skor (Untuk Keduanya):

- Jawaban benar = 1 poin, salah = 0 poin
- **Skor Maksimal: 20 poin**

Interpretasi:

- 16–20 = Baik
- 11–15 = Cukup
- ≤10 = Kurang

Hari kedua

KUESIONER POST-TEST

Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Edukasi Diet Diabetes Melitus

Nama : Ny. M. S
 jenis kelamin : Perempuan
 usia : 67 tahun.
 tanggal pengisian : 4 Juli 2018

Petunjuk: Beri tanda centang (✓) pada kolom “Ya” atau “Tidak” sesuai dengan pengetahuan Anda saat ini.

NO	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Saya tahu bahwa penderita DM harus makan secara teratur sesuai jadwal.	✓	
2	Saya percaya penderita DM boleh mengonsumsi makanan manis secara bebas.	✓	
3	Saya tahu bahwa prinsip diet DM adalah Jumlah, Jenis, dan Jadwal (3J).	✓	
4	Saya mengenal nasi merah sebagai pilihan yang lebih baik dari nasi putih untuk DM.	✓	
5	Saya tahu pentingnya makan selingan bagi pasien DM.		✓
6	Saya pikir semua buah dan sayur bisa dikonsumsi tanpa batas oleh pasien DM.	✓	
7	Saya tahu bahwa ikan dan ayam tanpa kulit aman dikonsumsi pasien DM.	✓	
8	Saya tahu bahwa gorengan sebaiknya dihindari oleh pasien DM.	✓	
9	Saya tahu pemanis buatan dapat digunakan dalam jumlah yang aman.	✓	✓
10	Saya tahu bahwa kalori harian pasien DM perlu dihitung dan disesuaikan.	✓	

11	Saya tahu pentingnya minum air putih minimal 8 gelas sehari.	✓	
12	Saya tahu makanan berserat dapat membantu mengontrol gula darah.	✓	
13	Saya pikir diet tidak terlalu berpengaruh dalam pengendalian diabetes.		✓
14	Saya tahu makanan manis seperti kue dan sirup tidak dianjurkan.	✓	
15	Saya sadar bahwa makanan instan sebaiknya dihindari.	✓	
16	Saya pikir pasien DM boleh makan banyak jika merasa lapar.	✓	
17	Saya tahu bahwa diet dapat membantu mencegah komplikasi DM.	✓	
18	Saya paham bahwa jadwal makan yang teratur membantu kestabilan gula darah.	✓	
19	Saya pikir olahraga tidak terlalu penting bagi pasien DM.	✓	
20	Saya percaya bahwa edukasi diet bisa meningkatkan kepatuhan pasien DM.	✓	

Penilaian Skor (Untuk Keduanya):

- Jawaban benar = 1 poin, salah = 0 poin
- Skor Maksimal: 20 poin

Interpretasi:

- 16–20 = Baik
- 11–15 = Cukup
- ≤10 = Kurang

2. Ny.G.L
Hari Pertama

Nama Pasien: M. G.L
Jenis kelamin: P
Usia: 52 thn.
Tanggal Pengisian: 03 Juli 2025

		Ya	Tidak.
1	Saya tahu bahwa penderita DM harus makan secara teratur sesuai jadwal		✓
2	Saya percaya penderita DM boleh mengonsumsi makanan manis secara bebas.	✓	
3	Saya tahu bahwa prinsip diet DM adalah Jumlah, Jenis, dan Jadwal (3J).		✓
4	Saya mengenal nasi merah sebagai pilihan yang lebih baik dari nasi putih untuk DM.	✓	
5	Saya tahu pentingnya makan selingan bagi pasien DM.	✓	
6	Saya pikir semua buah dan sayur bisa dikonsumsi tanpa batas oleh pasien DM.		✓
7	Saya tahu bahwa ikan dan ayam tanpa kulit aman dikonsumsi pasien DM.	✓	
8	Saya tahu bahwa gorengan sebaiknya dihindari oleh pasien DM.	✓	
9	Saya tahu pemanis buatan		

	dapat digunakan dalam jumlah yang aman.	✓	✗
10	Saya tahu bahwa kalori harian pasien DM perlu dihitung dan disesuaikan.		✓
11	Saya tahu pentingnya minum air putih minimal 8 gelas sehari.	✓	
12	Saya tahu makanan berserat dapat membantu mengontrol gula darah.	✓	
13	Saya pikir diet tidak terlalu berpengaruh dalam pengendalian diabetes.		✓
14	Saya tahu makanan manis seperti kue dan sirup tidak dianjurkan.	✓	
15	Saya sadar bahwa makanan instan sebaiknya dihindari.	✓	
16	Saya pikir pasien DM boleh makan banyak jika merasa lapar.		✓
17	Saya tahu bahwa diet dapat membantu mencegah komplikasi DM.	✓	
18	Saya paham bahwa jadwal		

	makan yang teratur membantu kestabilan gula darah.	✓	
19	Saya pikir olahraga tidak terlalu penting bagi pasien DM.	✓	
20	Saya percaya bahwa edukasi diet bisa meningkatkan kepatuhan pasien DM.	✓	

Penilaian Skor (Untuk Keduanya):

- Jawaban benar = 1 poin, salah = 0 poin
- Skor Maksimal: 20 poin

Interpretasi:

- 16–20 = Baik
- 11–15 = Cukup
- ≤10 = Kurang

Hari kedua

KUESIONER POST-TEST

Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Edukasi Diet Diabetes Melitus

Nama : N.Y.A.G.S.L
jenis kelamin : Perempuan
usia : 52 tahun
tanggal pengisian : 4 Juli 2025

Petunjuk: Beri tanda centang (✓) pada kolom "Ya" atau "Tidak" sesuai dengan pengetahuan Anda saat ini.

NO	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Saya tahu bahwa penderita DM harus makan secara teratur sesuai jadwal.	✓	
2	Saya percaya penderita DM boleh mengonsumsi makanan manis secara bebas.	✓	
3	Saya tahu bahwa prinsip diet DM adalah Jumlah, Jenis, dan Jadwal (3J).	✓	
4	Saya mengenal nasi merah sebagai pilihan yang lebih baik dari nasi putih untuk DM.		✓
5	Saya tahu pentingnya makan selingan bagi pasien DM.	✓	
6	Saya pikir semua buah dan sayur bisa dikonsumsi tanpa batas oleh pasien DM.		✓
7	Saya tahu bahwa ikan dan ayam tanpa kulit aman dikonsumsi pasien DM.	✓	
8	Saya tahu bahwa gorengan sebaiknya dihindari oleh pasien DM.	✓	
9	Saya tahu pemanis buatan dapat digunakan dalam jumlah yang aman.	✓	
10	Saya tahu bahwa kalori harian pasien DM perlu dihitung dan disesuaikan.	✓	

11	Saya tahu pentingnya minum air putih minimal 8 gelas sehari.	✓	
12	Saya tahu makanan berserat dapat membantu mengontrol gula darah.	✓	
13	Saya pikir diet tidak terlalu berpengaruh dalam pengendalian diabetes.	✓	
14	Saya tahu makanan manis seperti kue dan sirup tidak dianjurkan.	✓	
15	Saya sadar bahwa makanan instan sebaiknya dihindari.	✓	
16	Saya pikir pasien DM boleh makan banyak jika merasa lapar.	✓	
17	Saya tahu bahwa diet dapat membantu mencegah komplikasi DM.	✓	
18	Saya paham bahwa jadwal makan yang teratur membantu kestabilan gula darah.	✓	
19	Saya pikir olahraga tidak terlalu penting bagi pasien DM.	✓	
20	Saya percaya bahwa edukasi diet bisa meningkatkan kepatuhan pasien DM.	✓	

Penilaian Skor (Untuk Keduanya):

- Jawaban benar = 1 poin, salah = 0 poin
- **Skor Maksimal: 20 poin**

Interpretasi:

- 16–20 = Baik
- 11–15 = Cukup
- ≤10 = Kurang

Kepatuhan Terhadap Terapi

1. Ny.M.S

C. OBSERVASI KEPATUHAN TERHADAP TERAPI

No Aspek yang Diamati	Ya / Tidak / Kadang-kadang	Catatan
1 Patuh minum obat sesuai jadwal	☒ Ya ☐ Tidak ☐ Kadang	
2 Mengikuti pola makan/diet DM	☒ Ya ☐ Tidak ☐ Kadang	
3 Melakukan olahraga rutin	☒ Ya ☐ Tidak ☐ Kadang	Jenis dan frekuensi
4 Kontrol rutin ke fasilitas kesehatan	☒ Ya ☐ Tidak ☐ Kadang	Tanggal kontrol terakhir

D. EDUKASI YANG SUDAH DIBERIKAN

Topik Edukasi Sudah / Belum

Pola makan sehat untuk DM ☒ Sudah ☐ Belum

LEMBAR OBSERVASI SEBELUM EDUKASI

Nama Pasien : Ny.M.S
Tanggal : 01 Juli 2025

No Indikator yang Diobservasi	Ya	Tidak	Keterangan
1 Pasien mengetahui prinsip diet 3J (jumlah, jenis, jadwal)	☐	☒	Pasien belum memahami prinsip diet 3J secara benar.
2 Pasien menunjukkan pemahaman tentang makanan yang boleh dikonsumsi	☐	☒	Pasien masih bingung terkait jenis makanan yang dianjurkan maupun yang harus dihindari.
3 Pasien menyebutkan jadwal makan ideal bagi penderita DM	☐	☒	Pasien belum mengetahui jadwal

Nama Pasien : Ny.M.S
Tanggal : 03 Juli 20205

No	Indikator yang Diobservasi	Ya	Tidak	Keterangan
1	Pasien dapat menjelaskan kembali prinsip 3J diet DM	☒	☐	Pasien dapat menyebutkan prinsip diet 3J dengan benar dan lancar.
2	Pasien mampu menyebutkan contoh menu makanan sehat untuk sarapan/makan siang	☒	☐	Pasien dapat memberikan contoh menu yang sesuai dengan anjuran diet DM.
3	Pasien menunjukkan motivasi untuk menerapkan diet yang telah diajarkan	☒	☐	Pasien menyatakan kesediaan untuk memulai pola makan sesuai edukasi.
4	Pasien tampak aktif bertanya selama sesi edukasi	☒	☐	Pasien menunjukkan antusiasme dengan aktif bertanya tentang diet DM.
5	Pasien menyatakan minat untuk mengikuti sesi edukasi lanjutan	☒	☐	Pasien bersedia mengikuti edukasi lanjutan untuk memperdalam pengetahuan diet DM.

KUESIONER PRE-TEST

Tingkat Pengetahuan Pasien Tentang Edukasi Diet Diabetes Melitus

Nama : Ny.G.L
jenis kelamin : Perempuan
usia : 52 thn

No	Indikator yang Diobservasi	Ya	Tidak	Keterangan
				makan yang tepat untuk penderita DM.
4	Pasien tampak percaya diri terhadap pemahamannya soal diet	☒	☐	Pasien tampak percaya diri, walaupun pemahaman yang dimiliki belum sesuai.
5	Pasien belum pernah menerima edukasi diet secara tertulis/lisan dari petugas sebelumnya	☒	☐	Pasien mengaku belum pernah mendapatkan edukasi diet secara khusus dari tenaga kesehatan.

LEMBAR OBSERVASI SEBELUM EDUKASI

Nama Pasien : Ny.M.S
Tanggal : 01 Juli 2025

No	Indikator yang Diobservasi	Ya	Tidak	Keterangan
1	Pasien mengetahui prinsip diet 3J (jumlah, jenis, jadwal)	☐	☒	Pasien belum memahami prinsip diet 3J secara benar.
2	Pasien menunjukkan pemahaman tentang makanan yang boleh dikonsumsi	☐	☒	Pasien masih bingung terkait jenis makanan yang dianjurkan maupun yang harus dihindari.
3	Pasien menyebutkan jadwal makan ideal bagi penderita DM	☐	☒	Pasien belum mengetahui jadwal makan yang tepat untuk penderita DM.
4	Pasien tampak percaya diri terhadap pemahamannya soal diet	☒	☐	Pasien tampak percaya diri, walaupun pemahaman yang dimiliki belum sesuai.
5	Pasien belum pernah menerima edukasi diet secara tertulis/lisan dari petugas sebelumnya	☒	☐	Pasien mengaku belum pernah mendapatkan edukasi diet secara khusus dari tenaga kesehatan.

Surat Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Kupang
Jalan Pahl. A. Tello, Likisa, Omboko
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0882) 8803256
<http://www.poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/4960/2025
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

25 Juni 2025

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang
Jl. S. K. Lerik No.3, Kel. Kelapa Lima,
Kec. Kelapa Lima, Kota Kupang. 85228

Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Tingkat III Program Studi D-III Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2024/2025, maka dengan ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan penelitian

Nama	: Anaël Ewene Lema
NIM	: PD5303201220858
Jurusan/Prodi	: Keperawatan / D-III Keperawatan
Judul Penelitian	: Pengaruh edukasi kesehatan tentang diet sehat terhadap pengetahuan dan perilaku makan pada pasien diabetes melitus tipe 2 di Puskesmas Oesapa
Lokasi Penelitian	: Puskesmas Oesapa
Waktu Penelitian	: Bulan Juni-Juli 2025

Demikian permohonan ini, atas perhatian dan kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

Tembusan

1. Kepala Puskesmas Oesapa

*Kementerian Kesehatan tidak menerima surat dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO.KEMENKES@1500367 dan <https://wbz.kemkes.go.id/>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tts.keminfo.go.id/verifyPDF>



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara



PEMERINTAH KOTA KUPANG
DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG

JL. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228
Website: www.dinkes-kotakupang.web.id, Email: dinkeskotakupang46@gmail.com
KUPANG

SURAT IZIN

NOMOR : B-860/Dinkes.400.7.22.2/VI/2025

**TENTANG
IZIN PENELITIAN**

Dasar : Surat dari Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang Nomor : PP.06.02/F.XXIX/4960/2025 tanggal 26 Juni 2025,
Hal : Permohonan Izin Penelitian, maka dengan ini :

MEMBERI IZIN

Kepada :
Nama : Anael Ewenen Lema
NIM : PO5303201220858
Jurusan/Prodi : Keperawatan / D-III Keperawatan
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang
Judul Penelitian : Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Diet Sehat Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Makan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Oesapa
Waktu : Juli 2025
Lokasi : UPTD. Puskesmas Oesapa

Demikian Izin penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 3 Juli 2025
an.KEPALA DINAS KESEHATAN
KOTA KUPANG
Plt.Sekretaris


I G.A. Nourah Suamawa, SKM., M.Kes.
Pembina
NIP. 19691227 199303 1 007

Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada :

1. Kepala UPTD. Puskesmas Oesapa di Tempat;
2. Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang di Tempat.

Paraf Hierarki
Kasubag Umum dan Kepegawaian

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

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa

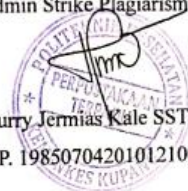
Nama : Anael Ewenen Lema
Nomor Induk Mahasiswa : PO.5303201220858
Dosen Pembimbing : Ns. Kori Limbong, S.Kep.,M.Kep
Penguji : Oklan Bt Liunokas, SKM, M.Sc
Jurusan : D-III Keperawatan
Judul Karya Ilmiah : Pengaruh Edukasi Kesehatan Tentang Diet Sehat Terhadap Pengetahuan Dan Perilaku Makan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Puskesmas Oesapa
Laporan Tugas Akhir yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar **28,88%** Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 26 September 2025

Admin Strike Plagiarism

Murry Jermias Kale SST

NIP. 198507042010121002



Surat Konsultasi



Kemenkes

Kementerian Kesehatan
Pusat Kanker Kupang

Jalan Piel A, Tallo, Lido, Oetoba,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111

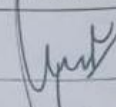
Tel 1801 5009256
<https://proteksi.kupang.ac.id>

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

Nama : Anael euchen Lema.

NIM : 05303201220558

Judul : Pengaruh edukasi kesehatan tentang diet sehat.
Terhadap pengetahuan dan perilaku makan pada
pasien diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Oesapa.

No.	Materi Bimbingan	Tanggal	Paraf Pembimbing
1	Tambahkan Materi di Bab 1 dan 2.	2 Mei 2015.	
	Tambahkan leprot.		
	Tambahkan leucorion dan.		
	Tambahkan 3) dalam Materi Bab 1		
	dan 2.		
			
	Pada Bab 1 Tambahkan Materi	18 Juni 2015.	
	diabetes mellitus dan tambahkan		
	Materi 3) dalam Bab 2.		