

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR SENAM KAKI DIABETES DENGAN BOLA KASTI

- A. Fase Pre Interaksi
Persiapan Alat dan Lingkungan
1. Persiapan Alat : Bola Kasti, Kursi dan Matras.
 2. Persiapan Klien
 3. Persiapan Lingkungan: Ciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi responden, dan jaga privacy responden
- B. Fase Orientasi
1. Memberikan salam
 2. Memperkenalkan diri
 3. Menjelaskan tujuan dan kontrak waktu
 4. Melakukan evaluasi dan validasi
- C. Fase kerja
1. Gerakan menginjak bola yaitu posisikan kaki diatas bola gerakan ke depan dan belakang sebanyak 8 kali dengan posisi telapak kaki diatas bola.



2. Letakkan kaki diatas bola dengan posisi tumit menempel di kaki, lakukan gerakan menggenggam bola dengan jari-jari kaki sebanyak 16 kali kanan dan kiri.



3. Letakkan kaki diatas bola dengan posisi tumit menempel di lantai, lakukan gerakan menggoyang kaki diatas bola ke kanan dan ke kiri sebanyak 8 kali kanan dan kiri.



4. Letakkan kaki diatas bola dengan posisi tumit menempel di lantai, lakukan gerakan mengoper bola menggunakan bagian telapak kaki ke kanan dan ke kiri sebanyak 8 kali kanan dan kiri.



5. Letakkan kaki diatas bola dengan posisi tumit tidak menempel di lantai. Lakukan gerakan memutar searah dan berlawanan jarum jam sebanyak 8 kali kanan dan kiri.



6. Letakkan tumit kaki diatas bola lakukan gerakan punggung kaki menekuk kearah dalam sebanyak 8 kali kanan dan kiri.



7. Letakkan tumit kaki diatas bola, lakukan gerakan punggung kaki menekuk kearah luar sebanyak 8 kali pada kaki kanan dan kiri.



8. Jepit bola dengan sisi dalam kedua kaki. Lakukan gerakan mengangkat bola



9. Letakkan sisi dalam kedua kaki diatas bola, lakukan gerakan maju mundur dengan posisi telapak kaki menempel di bola sebanyak 8 kali.



10. Posisikan kaki dengan tumit saling menempel dan letakkan bola diantara kedua kaki, lakukan gerakan menggenggam dan melepas bola sebanyak 8 kali.



D. Fase terminasi

1. Evaluasi :

- a. Subyektif: bagaimana perasaan bapak setelah melakukan senam kaki?
- b. Obyektif : Pasien dapat menyebutkan kembali pengertian senam kaki, Pasien dapat mempragakkan kembali langkah-langkah senam kaki secara mandiri

2. Rencana Tindak Lanjut

3. Kontrak yang akan datang

LAMPIRAN 2

LEMBAR PENJELASAN PENELITIAN

Saya, Nabilla Ayu Fauziah dari Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Esa Unggul Jakarta akan melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Senam Kaki Terhadap Sensitivitas Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus Di Wilayah Puskesmas Kelapa Dua Tangerang”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari senam kaki terhadap sensitivitas kaki di wilayah puskesmas Kelapa Dua Tangerang.

Saya sebagai peneliti ingin mengajak bapak/ibu untuk ikut serta dalam penelitian ini. Penelitian ini membutuhkan waktu sekitar satu minggu, dengan jangka waktu keikutsertaan masing-masing responden selama kurang lebih 30 menit.

1. Kesukarelaan untuk ikut penelitian Bapak/Ibu bebas memilih keikutsertaan dalam penelitian ini tanpa ada paksaan. Bila Bapak/Ibu sudah memutuskan untuk ikut, bapak/ibu juga bebas untuk mengundurkan diri/berubah pikiran setiap saat tanpa dikenai denda atau sanksi apapun.
2. Prosedur Penelitian Apabila bapak/ibu bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, bapak/ibu diminta menandatangani lembar persetujuan ini. Prosedur selanjutnya adalah:
 - a. Bapak/Ibu akan diberikan pertanyaan mengenai identitas.
 - b. Peneliti akan melakukan pemeriksaan kadar gula darah sebelum dilakukan senam kaki diabetes
 - c. Peneliti akan melakukan mengajarkan senam kaki kepada bapak/ibu dan melakukan tes monofilamen untuk menentukan sensitivitas kaki bapak/ibu.
3. Kewajiban Responden Sebagai subyek penelitian, Bapak/ibu berkewajiban mengikuti aturan atau petunjuk penelitian seperti yang tertulis diatas. Bila ada yang belum jelas, bapak/ibu bisa bertanya lebih lanjut kepada peneliti.
4. Kerahasiaan semua informasi yang berkaitan dengan identitas responden akan dirahasiakan dan hanya akan diketahui oleh peneliti.
5. Informasi tambahan Bapak/ibu diberi kesempatan untuk menanyakan semua hal yang belum jelas sehubungan dengan penelitian ini ke no peneliti : 081211421452 atau email : nabillaayuf13@gmail.com

LAMPIRAN 3

PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,
Bapak/Ibu di Tempat

Dengan Hormat,

Saya mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Esa Unggul Jakarta bermaksud melaksanakan penelitian dengan judul “Pengaruh Senam Kaki Terhadap Sensitivitas Kaki Pada Lansia Dengan Diabetes Mellitus Di Wilayah Puskesmas Kelapa Dua Tangerang”.

Saya mengharap partisipasi bapak/ibu dalam penelitian yang akan saya lakukan, saya menjamin kerahasiaan dan identitas bapak/ibu. Informasi yang bapak/ibu berikan akan digunakan dengan sebaik-baiknya dan tidak digunakan untuk maksud lain.

Apabila bapak/ibu bersedia menjadi responden, bapak/ibu bisa mengisi dan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden. Atas perhatian dan kesediaannya saya ucapkan terimakasih.

Tangerang,.....2019
Peneliti

(Nabilla Ayu Fauziah)

LAMPIRAN 4

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama (inisial) :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bersedia dan tidak keberatan menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul dengan judul “Pengaruh Senam Kaki Terhadap Sensitivitas Kaki Pada Pasien Diabetes Mellitus”.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sukarela tanpa paksaan dari pihak manapun dan kiranya dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tangerang,.....2019

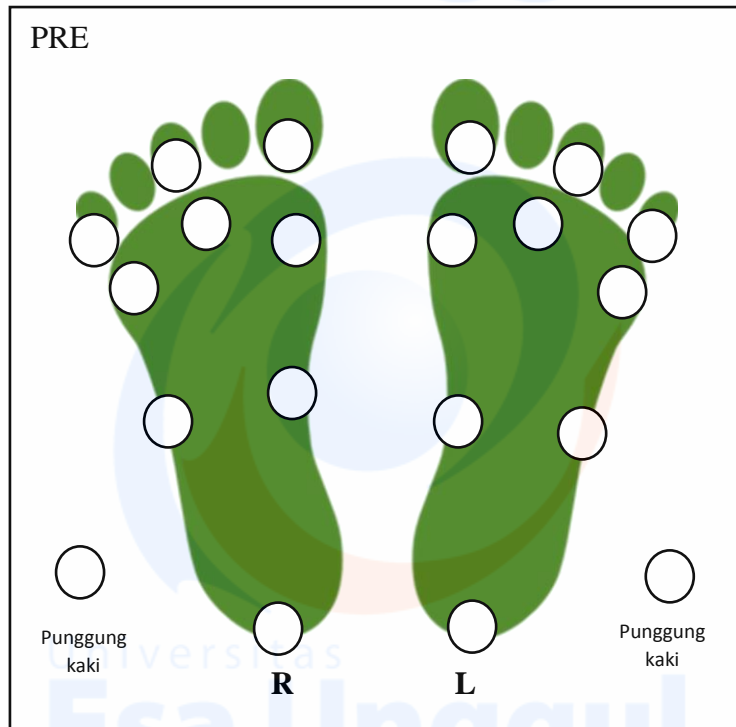
Ttd. Responden

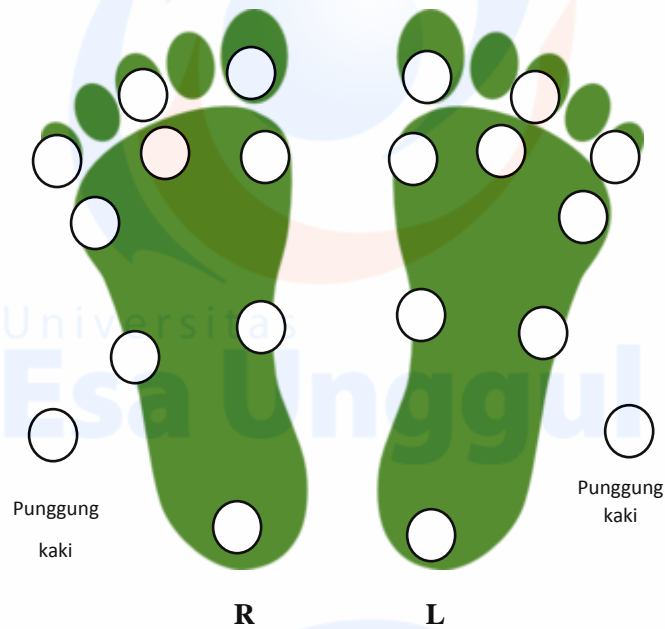
(.....)

LEMBAR OBSERVASI

Kode : _____ Skor : _____

Inisial : _____





LAMPIRAN 6

LEMBAR OBSERVASI SENAM KAKI BOLA KASTI

No	SOP	Hari 1		Hari 2		Hari 3	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak	Ya	Tidak
1	Gerakan kaki ke depan dan belakang sebanyak 8 kali dengan posisi telapak kaki diatas bola						
2	Letakkan kaki diatas bola dengan posisi tumit menempel di kaki, lakukan gerakan menggenggam bola dengan jari-jari kaki sebanyak 16 kali kanan dan kiri.						
3	Letakkan kaki diatas bola dengan posisi tumit menempel di lantai, lakukan gerakan menggoyang kaki diatas bola ke kanan dan ke kiri sebanyak 8 kali kanan dan kiri.						
4	Letakkan kaki diatas bola dengan posisi tumit menempel di lantai, lakukan gerakan mengoper bola menggunakan bagian telapak kaki ke kanan dan ke kiri sebanyak 8 kali						

	kanan dan kiri.						
5	Letakkan kaki diatas bola dengan posisi tumit tidak menempel di lantai. Lakukan gerakan memutar searah dan berlawanan jarum jam sebanyak 8 kali kanan dan kiri.						
6	Letakkan tumit kaki diatas bola lakukan gerakan punggung kaki menekuk kearah dalam sebanyak 8 kali kanan dan kiri.						
7	Letakkan tumit kaki diatas bola, lakukan gerakan punggung kaki menekuk kearah luar sebanyak 8 kali pada kaki kanan dan kiri.						
8	Jepit bola dengan sisi dalam kedua kaki. Lakukan gerakan mengangkat bola						
9	Letakkan sisi dalam kedua kaki diatas bola, lakukan gerakan maju mundur dengan posisi telapak kaki menepel di bola sebanyak 8 kali.						
10	Posisikan kaki dengan tumit saling menempel dan letakkan bola diantara kedua kaki, lakukan gerakan menggenggam dan melepas bola sebanyak 8 kali.						

LAMPIRAN 7

RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama lengkap : Nabilla Ayu Fauziah
Jenis Kelamin : Perempuan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
NIM : 20180303073
Tempat dan Tanggal Lahir : Majalengka, 13 Juni 1997
Agama : Islam
Email : nabillaayuf13@gmail.com
No.Hp : 081211421452

Riwayat Pendidikan Formal

2003-2009 : SDIT AZ-Zahra
2009-2012 : SMPIT Daar el Qolam
2012-2015 : SMAS Daar el Qolam
2015-2018 : Akademi Keperawatan Islamic Village



SURAT TUGAS
No. 289/ST-FIKES/ESAUNGGUL/IX/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini memberikan tugas kepada:

Nama : Ns. Abdurrasyid, S.Kep., M.Kep., Sp. Kep. Kom
Kode Dosen/NIP : 7893 / 214110550
NIDN/NIDK : 0305059205

Untuk menjadi pembimbing penyusunan tugas akhir (SKRIPSI) pada SEMESTER GANJIL 2019/2020 bagi mahasiswa Program Studi Keperawatan sebagai berikut:

No	Nama	NIM
1	Nabilla Ayu Fauziah	2018-03-03073
2	Hasan Ena	2018-03-03079

Dengan Hak dan Tanggung Jawab sebagai berikut:

1. Memfasilitasi proses bimbingan mahasiswa minimal 5 kali untuk proposal dan 5 kali untuk hasil.
2. Memberikan masukan sesuai dengan pedoman penyusunan tugas akhir (SKRIPSI) yang berlaku di Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul
3. Memotifasi mahasiswa untuk melakukan penyusunan tugas akhir (SKRIPSI) agar mampu menyelesaikan pada waktu yang telah ditetapkan.
4. Menerima honor sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Yayasan Kemala/Universitas Esa Unggul berdasarkan persyaratan dan kualifikasi yang dimiliki.

Demikian Surat Tugas ini diberikan untuk dilaksanakan sebaik-baiknya.

Jakarta, 24 September 2019

DEKAN FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN


Universitas
Esa Unggul
Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan
Dr. Aprilita Rina Yanti Eff. M.Biomed. Apt
NIP. 215020572



DEWAN PENEGAKAN KODE ETIK UNIVERSITAS ESA UNGGUL
KOMISI ETIK PENELITIAN
Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk Jakarta Barat 11510
Telp. 021-5674223 email: dpke@esaunggul.ac.id

Nomor : 0065-19.578/DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/I/2020

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
ETHICAL APPROVAL

Komisi Etik Penelitian Universitas Esa Unggul dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul:

PENGARUH SENAM KAKI TERHADAP SENSITIVITAS KAKI PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH PUSKESMAS KELAPA DUA TANGERANG

Peneliti Utama : Nabilla Ayu Fauziah, Amd.Kep.
Pembimbing : Ns. Abdurrasyid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom.
Nama Institusi : Universitas Esa Unggul
dan telah menyetujui protokol tersebut di atas.

Jakarta, 30 Januari 2020

Ketua
Universitas
Esa Unggul
Dewan Penegakan Kode Etik

Dr. Rokiah Kusumapradja, SKM., MHA

- *Ethical approval* berlaku satu tahun dari tanggal persetujuan.
- Peneliti berkewajiban
 1. Menjaga kerahasiaan identitas subyek penelitian
 2. Memberitahukan status penelitian apabila:
 - a. Setelah masa berlakunya keterangan lolos kaji etik, penelitian masih belum selesai, dalam hal ini *ethical approval* harus diperpanjang
 - b. Penelitian berhenti di tengah jalan
 3. Melaporkan kejadian serius yang tidak diinginkan (*serious adverse events*).
 4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apapun pada subyek sebelum penelitian lolos kaji etik dan *informed consent*.



PEMERINTAH KABUPATEN TANGERANG
DINAS KESEHATAN

KOMPLEK PERKANTORAN TIGARAKSA
JL. H. ABDUL HAMID TIGARAKSA TANGERANG TELP. (021) 5990535, FAX. (021) 5990534

Tangerang, 09 November 2019

Nomor : 423.5/ 12956 - Dinkes
Kepada Yth :
Lampiran : - Dekan Studi Keperawatan
Perihal : Ijin Penelitian Pendahuluan Universitas Esa Unggul
dan Penelitian di-
Tempat

Menindaklanjuti surat Saudara Nomor : 052/SPR/AKADEMIK/PSIK/ FIKES/UEU/X/2019 Tanggal 25 Oktober 2019 perihal Ijin Penelitian Pendahuluan dan Penelitian, Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang dengan ini memberikan izin kepada nama dibawah ini :

Nama : Nabilla Ayu Fauziah
NIM : 20180303073
Judul : Pengaruh Senam Kaki terhadap Sensitivitas Kaki pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah UPTD Puskesmas Kelapa Dua Tangerang

Untuk melakukan sebagaimana tersebut dalam perihal di UPTD Puskesmas Kelapa Dua. Adapun hasilnya dilaporkan ke Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang melalui Bidang Sumber Daya Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat (SDKPM).

Demikian, agar digunakan sebagaimana mestinya.

KEPALA DINAS KESEHATAN
KABUPATEN TANGERANG



dr. Hi. DESIRIANA DINARDIANI, MARS

Pembina Utama Muda
NIP. 19621201 199001 200 1

Tembusan disampaikan kepada Yth :
Kepala UPTD Puskesmas Kelapa Dua



Universitas
Esa Unggul

Formulir Bimbingan Proposal / Skripsi

Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

PRIODE : 2018
NAMA : Nabilla Ayu Fauziah NIM : 20180303073
PEMBIMBING I : Hs. Abdurrasyid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom
PEMBIMBING II : _____

DAFTAR HADIR BIMBINGAN

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf	
			Pembimbing	Mahasiswa
1	Jumat 27/09/19	Bimbingan judul		
2	Jumat 04/10/19	Bimbingan Bab I		
3	Selasa 22/10/19	Bimbingan Bab I, 2, dan 3		
4	Selasa 29/10/19	Bimbingan Revisi Bab I, 2, dan 3		
5	Senin 04/11/19	Bimbingan Revisi Bab 3		

Catatan:

1. Bimbingan dilakukan dengan ketentuan minimal 10 (sepuluh) kali
2. Setelah penulisan skripsi selesai, formulir ini dilampirkan untuk mengajukan ujian sidang skripsi

Formulir Bimbingan Proposal / Skripsi

Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

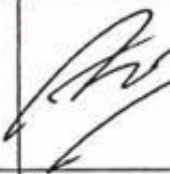
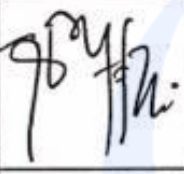

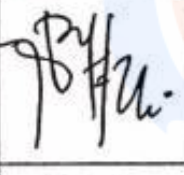
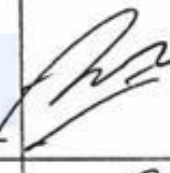
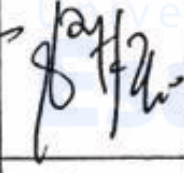
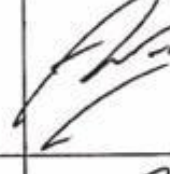
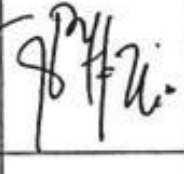

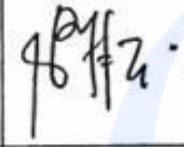
PRIODE : 2018

NAMA : Nabilla Ayu Fauziah NIM : 20180303073

PEMBIMBING : Ns. Abdurrasyid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom

PEMBIMBING II : _____

DAFTAR HADIR BIMBINGAN

NO	Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf	
			Pembimbing	Mahasiswa
1	Senin 13/01/ 2020	Bimbingan BAB 4 dan BAB 5		
2	Rabu 15/01/ 2020	Bimbingan BAB 6		
3	Senin 20/01/ 2020	REVISI BAB 4 dan BAB 5		
4	Rabu 22/01/ 2020	REFISI BAB 6		
5	Jumat 24/01/ 2020	REVISI BAB 4-6 dan Lampiran		

Catatan:

1. Bimbingan dilakukan dengan ketentuan minimal 10 (sepuluh) kali
2. Setelah penulisan skripsi selesai, formulir ini dilampirkan untuk mengajukan ujian sidang skripsi