

DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association*, (2020). *Classification and Diagnosis of Diabetes : Standards of Medical Care in Diabetes*. *Diabetes Care*, 42 (1), hal 13-28.
- Asniati, & Hasanah, U. (2021). *Pengaruh Senam Kaki Diabetik Dengan Koran Terhadap Kadar*. 6, 359.
- Bhatt, & Al, E. (2016). Diabetes Melitus Tipe 2. *Indonesian Journal of Pharmacy*, 74–79.
- Central, P. (2024). *Diabetes melitus pada lansia*.
- Dessy Arna, Y., Kelabora, J., & All, E. (2024). *Lansia dan permasalahannya* (L. O. Alifariki, Ed.).
- Deliana, S. O., Sari, E. O., Apriyanti, H., & Pauziah, S. (2023). Analisa Kepatuhan dalam Pemeriksaan Kesehatan Berkala untuk Mencegah Diabetes Mellitus Tipe 2 pada Usia Produktif di PKM Sukmajaya Tahun 2022. *Journal of Public Health Education*, 2(3), 344–350.
- Depok. (2022). *ciri-ciri pada lansia*. Depok.
- Fajriati, Y. R., & Indarwati, I. (2021). Senam Kaki Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Ngresan, Surakarta. *ASJN (Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing)*, 2(1), 26–33.
- Febryani, D., Rosalina S, E., & Susilo, W. H. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan, Usia, Tingkat Pendidikan Dan Pendapatan Kepala Keluarga Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga Di Kecamatan Kalideres Jakarta Barat. *Carolus Journal of Nursing*, 3(2), 170–180.
- Hasbiah, S., Hasdianah, I. W., & All, E. (2024). *Metodologi Penelitian* (A. Bairizki, Ed.). Seval Literindo Kreasi.
- Id, G. (2025). *jenis senam yang cocok untuk kebutuhan kesehatan lansia*. Geriatri.Id.
- Ivonne, Mariana, N., & All, E. (2024). *Keperawatan Kesehatan Masyarakat* (L. O. Alifariki, Ed.). PT MEDIA PUSTAKA INDO.
- Indriyani, Ludiana, & Dewi, T. K. (2023). Penerapan Senam Kaki Diabetes Melitus Terhadap Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Di Puskesmas Yosomulyo. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 252–259.

- Kurnia, A., & Haskas, Y. (2021). *Hubungan Diet Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Hospital Readmission Pada Pasien. 1*, 304–312.
- Kusumo Prasetyo, M. (2020). *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo*. In *Yogyakarta: The Journal Publishing*.
- Kholifah. (2016). *Keperawatan Keluarga dan Komunitas*.
- Kemenkes RI. (2020). Konsep Medis Diabetes Melitus. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 24(5), 1602–1608.
- Kementrian, K. (2020). *Mengenal Penyakit Diabetes Melitus*. Kemenkes.
- Kementerian Kesehatan. (2021). *klasifikasi rentang usia pada lansia*.
- Lariwu, 2017. (2017). Pengaruh Senam Kaki Diabetes Terhadap Penurunan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Klinik Husada Manado. *Journal Of Community \& Emergency*, 5(2), 13–21.
- Lilis, M., Afrida, Y., Mamlukah, R. L., Defi, Y., Dwi, A. I., Evi, Z., Ayi, N., Agus, S., Rahmanindar, N., & All, E. (2023). *ASUHAN LANSIA* (A. G. Stellata, Ed.). kaizen Media Publishi.
- Lestari, Zulkarnain, Sijid, & Aisyah, S. (2021). Diabetes Melitus: Review Etiologi, Patofisiologi, Gejala, Penyebab, Cara Pemeriksaan, Cara Pengobatan dan Cara Pencegahan. *UIN Alauddin Makassar*, 1(2), 237–241.
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Nindawi, & Iva Nugrahani, C. (2023). *meninjau kualitas hidup lansia* (Indasah & B. Melda, Eds.). PT Nasya Expanding Management.
- Nopriani, Y., & Ramadhani Saputri, S. (2021). Senam Kaki Diabetes Pada Penderita Diabetes Mellitus (Studi Literatur). *Jurnal Kesehatan Dan Pembangunan*, 11(22), 97–109.
- Nusdin. (2022). *Kenali Ulkus Diabetik, penyebab dan manajemen penatalaksanaan*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Nindy Elliana Benly, Rosminah Mansyarif, Wa Ode Siti Asma, Sartina, S., Wa Ode Sitti Fidia Husuni, Andi Sri Hastuti, Nuraisyah Bahar, Ayu Anggraini, & Sutriawati, S. (2022). Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Batalaiworu. *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(12), 3495–3502.
- Octviani, Almira Sekar, et al. (2023). Analisis Pengaruh Edukasi Melalui Media Video terhadap Tingkat Pengetahuan Pasien Diabetes Melitus Tentang

Perawatan Kaki di Puskesmas. *Indonesian Journal of Pharmacy and Natural Product*, 6(02), 107–116.

Organization, W. H. (2024). *Diabetes melitus pada lansia*. World Health Organization.

Rahayu, S. M., Sudiarto, Puspasari, F. D., & All, E. (2024). *konsep dasar keperawatan* (W. O. Asri, Ed.). PT MEDIA PUSTAKA INDO.

Retti Andriani, W. (2023). *Buku Pintar Pengelolaan Diabetes Melitus*. penerbit NEM.

Ruswadi, I., & Supriatun, E. (2022). *Keperawatan Gerontik* (N. Duniawati, Ed.). Penerbit Adab.

Sagita, P., Apriliana, E., Mussabiq, S., & Soleha, T. (2020). Pengaruh Pemberian Daun Sirsak Terhadap Penyakit Diabetes. *Jurnal Medika Hutama*, 3(1), 1266–1272.

Suci Sukmawati, A., Rahmawati, Wahyuningsih, T., & All, E. (2024). *BUKU AJAR KEPERAWATAN GERONTIK* (P. I. Daryaswanti, Ed.). PT Sonpedia Publishing Indonesia.

Sukmawati, suci anastasia, & All, E. (2023). *buku ajar pemenuhan kebutuhan dasar manusia* (putu intan Daryasawanti, Ed.). PT. Sonpedia Publisihing Indonesia.

Silviani, I., & Partogi Sibarani, J. (2023). *komunikasi kesehatan pada pasien diabetes* (I. Silviani (ed.)). Scopindo Media Pustaka.

Sagita, L., & Sari, P. I. (2023). Penerapan Terapi Senam Kaki Diabetes Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Dengan Ketidakstabilan Glukosa Darah. *Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 9(1), 1.

Sugiono, M., & Arifianto, A. (2023). Penerapan Senam Kaki Diabetes Pada Pasien Dengan Ketidakstabilan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien DM Tipe II di Kota Manyaran Semarang Barat. *Prosding Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang*, 5(1), 116–124.

Sukawana, I. W., Wedri, N. M., & Sukarja, I. M. (n.d.). *SENAM KAKI MENINGKATKAN SENSASI SENSORIS DIABETISI*. 3, 1–8.

Taufik Daniel Hasibuan, M., Yunita, S., & Lusita Simatupang, L. (2024). *Pengelolaan pelayanan posyandu lansia dan pembinaan kader kesehatan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan kader kesehatan, meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup lansia* (R. Awahita (ed.)). CV Jejak, anggota IKAPI.

- Widiana, I. W., Gading, I. K., & All, E. (2020). *Validasi PENYUSUNAN INSTRUMEN PENEITIAN PENDIDIKAN* (S. Nurachma, Ed.). Rajawali Printing.
- Widiawati, S., Maulani, M., & Kalpataria, W. (2020). Implementasi Senam Kaki Diabetes Pada Penderita Diabetes Melitus di RSUD Raden Mattaher Jambi. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, 2(1), 6.
- Wibisana, E., & Sofiani, Y. (2017). Pengaruh Senam Kaki Terhadap Kadar Gula Darah Pasien Diabetes Melitus Di Rsu Serang Provinsi Banten. *Jurnal JKFT*, 2(2), 107.
- Zaini Miftach. (2020). *Keperawatan Komunitas* (A. I. Agus & E. All (eds.)). EUREKA MEDIA AKSARA,.

Lampiran 1

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Judul KTI : PENERAPAN SENAM KAKI PADA LANSIA
PENDERITA DIABETES MELITUS DALAM
PEMENUHAN KEBUTUHAN AKTIFITAS FISIK
DI KOMUNITAS DI WILAYAH UPT PUSKESMAS
MEDAN TUNTUNGAN

Nama Mahasiswa : GEBY MELISA BR. SITUMORANG
Nomor Induk Mahasiswa : P07520122013
Nama Pembimbing : Sri Hartati, S.KM, M.Kes

NO	TGL	MATERI DIKONSULKAN	PARAF	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama
1	02 November 2024	Bimbingan pengajuan judul dan jurnal		
2	13 November 2024	ACC Judul		
3	29 November 2024	Bimbingan Bab I		
4	02 Desember 2024	Bimbingan I dan II		
5	15 Januari 2025	Bimbingan BAB I, II, dan III		
6	30 januari 2025	Revisi Bab I, II, dan III		
7	4 februari 2025	Bimbingan Bab I, II dan III		

8	6 februari 2025	Revisi Bab I, II, dan III	af	af
9	11 februari 2025	Revisi Daftar Pustaka	af	af
10	13 februari 2025	ACC Bab I, II, dan III	af	af
11	12 Juni 2025	Bimbingan Bab IV dan V	af	af
12	14 Juni 2025	Revisi Bab IV dan V	af	af
13	19 Juni 2025	Acc Bab IV dan V	af	af

Medan, 20 Juni 2025

**Mengetahui,
Ketua Prodi D-III Keperawatan**



**MASNILA S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd
NIP. 197011301993032013**

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : PENERAPAN SENAM KAKI PADA LANSIA
PENDERITA DIABETES MELITUS DALAM
PEMENUHAN KEBUTUHAN AKTIFITAS FISIK
DI KOMUNITAS DI WILAYAH UPT PUSKESMAS
MEDAN TUNTUNGAN

Nama Mahasiswa : GEBY MELISA BR. SITUMORANG

Nomor Induk Mahasiswa : P07520122013

Nama Pembimbing : Tiurlan M Doloksaribu S.Kep.,Ns.,M.Kep

NO	TGL	MATERI DIKONSULK AN	PARAF	
			Mahasis wa	Pembimbing Pendamping
1	02 November 2024	Bimbingan pengajuan judul dan jurnal	af	f
2	13 November 2024	ACC Judul	af	f
3	29 November 2024	Bimbingan Bab I, II	af	f
4	02 Desember 2024	Bimbingan Bab I, II dan III	af	f
5	15 Januari 2025	Revisi Bab I, II, dan III	af	f
6	30 januari 2025	Revisi Bab I, II, dan III	af	f
7	13 februari 2025	ACC Bab I, II, dan III	af	f
8	12 Juni 2025	Bimbingan Bab IV dan V	af	f
9	14 Juni 2025	Revisi Bab IV dan V	af	f

10	19 Juni 2025	ACC Bab IV dan V	af	p
----	-----------------	---------------------	----	---

Medan, 20 Juni 2025

Mengetahui,

Ketua Prodi D-III Keperawatan



MASNILA S.Pd, S.Kep, Ns, M.Pd

NIP. 197011301993032013

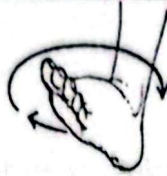
Lampiran 2

Lembar standar operasional prosedur (SOP) Senam Kaki

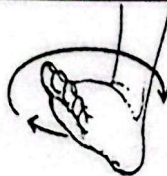
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)	SENAM KAKI
Pengertian	Senam kaki merupakan latihan yang dilakukan bagi penderita Diabetes Melittus (DM) atau bukan penderita untuk mencegah terjadinya luka dan membantu melancarkan peredaran darah bagian kaki. Gerakan-gerakan senam kaki ini dapat memperlancar peredaran darah di kaki, memperbaiki sirkulasi darah, memperkuat otot kaki dan mempermudah gerakansendi kaki.
Tujuan	Manfaat senam kaki dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah dan juga memperkuat otot otot pada kaki dan mencegah terjadinya kelainan pada bentuk kaki. Senam kaki juga dapat meningkatkan kekuatan pada otot paha,betis dan juga dapat mengatasi keterbatasan yang terjadi pada pergerakan sendi.
Persiapan alat	1. Kursi 2. Kertas Koran 3. Handscoon
Tahap kerja	1. Duduk tegak diatas bangku (tanpa bersandar) dengan kaki menyentuh lantai, dan lepas alas kaki 2. Dengan meletakan tumit di lantai, jari – jari kedua kaki diluruskan keatas lalu dibengkokkan kembali ke bawah seperti ceker ayam sebanyak 10 kali



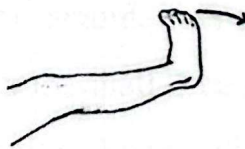
3. Kemudian angkat ujung kaki dan letakkan tumit kaki dilantai lalu turunkan ujung kaki, lakukan kembali



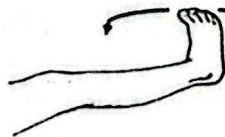
4. Angkat kedua ujung kaki, putar kaki pada pergelangan kaki kearah samping, turunkan kembali ke lantai dan gerakan ke tengah



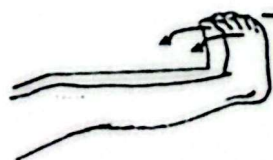
5. Letakan jari-jari kaki dilantai. Tumit diangkat dan buat gerakan memutar dengan pergerakkan pada pergelangan kaki



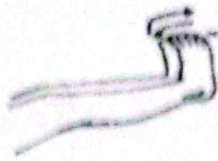
6. Angkat salah satu lutut kaki dan luruskan, gerakan jari-jari kedepan, kemudian turunkan kembali serta lakukan secara bergantian.



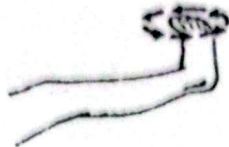
7. Luruskan salah satu kaki diatas lantai kemudian angkat kaki tersebut dan gerakkan ujung jari kaki kearah wajah lalu turunkan kembali kelantai



8. Angkat kedua kaki, lakukan gerakan latihan 6 secara bersamaan



9. Angkat kedua kaki dan luruskan, pertahankan posisi tersebut. Gerakan pergelangan kaki kedepan dan kebelakang, kemudian turunkan.



10. Luruskan salah satu kaki anda dan angkat, lakukan putaran pada pergelangan kaki, serta tuliskan pada udara dengan kaki angka 0 hingga 9, gerakan dilakukan secara bergantian



11. Letakkan sehelai koran dilantai. Bentuk kertas itu menjadi seperti bola dengan kedua belah kaki. Buka bola itu menjadi lembaran seperti semula menggunakan kedua belah kaki. Robek koran menjadi 2 bagian, pisahkan kedua bagian koran. Sebagian koran di sobek-sobek menjadi kecilkecil dengan kedua kaki. Pindahkan sobekan tersebut pada bagian kertas yang utuh. Bungkus semuanya dengan kedua kaki menjadi bentuk bola

Terminasi

- a. Beritahu responden bahwa tindakan sudah selesai dilakukan
- b. Rapikan klien kembalikan ke posisi yang nyaman
- c. Rapikan alat-alat dan cuci tangan

Lampiran 3 Surat Permohonan menjadi responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Geby Melisa Br. Situmorang

NIM : P07520122038

Status : Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan keperawatan

Dengan ini mengajukan permohonan untuk menjadi responden penelitian yang saya lakukan dengan judul “ Penerapan Senam Kaki Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Di Komunitas Wilayah Upt Puskemas Medan Tuntungan”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat nyeri sebelum dan sesudah Penerapan terapi rendam kaki air jahe hangat.

Keikutsertaan responden dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan, peneliti menjamin bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian kepada responden. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat menurunkan tingkat nyeri *gout arthritis*. Peneliti sangat menghargai hak responden, peneliti menjaga kerahasiaan identitas atau informasi yang responden berikan.

Demikian surat permohonan ini peneliti buat, atas ketersediaan dan Kerjasamanya peneliti mengucapkan terimakasih.

Medan, 20 Juni 2025

Geby Melisa Br. Situmorang

Lampiran 4 Lembar Wawancara

Lembar wawancara Responden 1

Nama pasien : Bagekin

Usia : 60 tahun

Lama menderita dm :

3tahun Pekerjaan :

Pensiunan PNS

Alamat : jl bunga ncole x Kemenangan Tani.

Medan Tuntungan

AREA PENGUKURAN KAKI KANAN	NILAI		AREA PENGUKURAN KAKI KIRI	NILAI	
	PRE	POST		PRE	POST
ujung ibu jari	✓	✓	ujung ibu jari	✓	✓
Ujung jari tengah	✓	✓	Ujung jari tengah	✓	✓
Ujung jari kelingking	✓	✓	Ujung jari Kelingking	✓	✓
Bawah ibu jari	✓	✓	Bawah ibu jari	✓	✓
Bawah jari tengah	✓	✓	Bawah jari tengah	✓	✓
Bawah jari kelingking	✓	✓	Bawah jari Kelingking	✓	✓
Midfoot	✓	✓	Midfoot	✓	✓
Lateral	✓	✓	Lateral	✓	✓
Tumit	✓	✓	Tumit	✓	✓
Dorsum kaki	✓	✓	Dorsum kaki	✓	✓
Total	✓	✓	Total	✓	✓

Lampiran 5 Lembar Wawancara

Lembar wawancara Responden 2

Nama pasien : Yenny

Usia : 59 tahun

Lama menderita dm : 3tahun

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Alamat : jl bunga ncole xx Kemenangan Tani, Medan
Tuntungan

AREA PENGUKURAN KAKI KANAN	NILAI		AREA PENGUKURAN KAKI KIRI	NILAI	
	PRE	POST		PRE	POST
ujung ibu jari	✓	✓	ujung ibu jari	✓	✓
Ujung jari tengah	✓	✓	Ujung jari tengah	✓	✓
Ujung jari kelingking	✓	✓	Ujung jari Kelingking	✓	✓
Bawah ibu jari	✓	✓	Bawah ibu jari	✓	✓
Bawah jari tengah	✓	✓	Bawah jari tengah	✓	✓
Bawah jari kelingking	✓	✓	Bawah jari Kelingking	✓	✓
Midfoot	✓	✓	Midfoot	✓	✓
Lateral	✓	✓	Lateral	✓	✓
Tumit	✓	✓	Tumit	✓	✓
Dorsum kaki	✓	✓	Dorsum kaki	✓	✓
Total	✓	✓	Total	✓	✓

Lampiran 6 Lembar Observasi Responden

LEMBAR OBSERVASI RESPONDEN

Nama : Ny. B (Kasus 1)

Usia : 60 tahun

Intervensi : Penerapan senam kaki

No	Hari	Pukul	Penerapan Senam Kaki	
			Sebelum intervensi dilakukan	Sesudah intervensi dilakukan
1.	I	10.00	Klien mengatakan otot yang terasa kaku	Masih merasakan otot yang terasa kaku
2	II	08.00	Masih merasakan otot yang terasa kaku	Otot masih terasa kaku
3.	III	09.00	Otot pada kaki masih terasa kaku	Otot yang terasa kaku belum berkurang
4.	IV	09.00	Otot pada klien masih terasa kaku	Otot yang terasa kaku belum berkurang
5.	V	10.00	Otot pada kaki klien yang terasa kaku	Klien mengatakan bahwa otot yang terasa kaku pada kaki sedikit mulai berkurang
6.	VI	08.30	Otot yang terasa kaku sudah menurun	Otot yang terasa kaku sudah mulai tidak terasa
7	VII	10.00	Otot pada kaki klien sudah tidak merasakan kaku	Otot pada kaki klien sudah tidak merasakan kaku lagi

Lampiran

LEMBAR OBSERVASI RESPONDEN

Nama : Ny. B (Kasus 1)

Usia : 60 tahun

Intervensi : Penerapan senam kaki

No	Hari	Pukul	Penerapan Senam Kaki	
			Sebelum intervensi dilakukan	Sesudah intervensi dilakukan
1.	I	16.00	Klien mengatakan otot yang terasa kaku	Masih merasakan otot yang terasa kaku
2	II	16.30	Masih merasakan otot yang terasa kaku	Otot masih terasa kaku
3.	III	17.20	Otot pada kaki masih terasa kaku	Otot yang terasa kaku belum berkurang
4.	IV	17.00	Otot pada klien masih terasa kaku	Otot yang terasa kaku belum berkurang
5.	V	17.30	Otot pada kaki klien yang terasa kaku	Klien mengatakan bahwa otot yang terasa kaku pada kaki sedikit mulai berkurang
6.	VI	16.25	Otot yang terasa kaku sudah menurun	Otot yang terasa kaku sudah mulai tidak terasa
7	VII	15.30	Otot pada kaki klien sudah tidak merasakan kaku	Otot pada kaki klien sudah tidak merasakan kaku lagi

Lampiran 7 Lembar Observasi Responden

LEMBAR OBSERVASI RESPONDEN

Nama : Ny. Y (Kasus 2)

Usia : 60 tahun

Intervensi : Penerapan senam kaki

No	Hari	Pukul	Penerapan Senam Kaki	
			Sebelum intervensi dilakukan	Sesudah intervensi dilakukan
1.	I	08.30	Klien mengatakan otot yang terasa kaku dan kram	Masih merasakan otot yang terasa kaku dan kram
2	II	09.00	Masih merasakan otot yang terasa kaku dan kram	Otot masih terasa kaku dan kram
3.	III	09.00	Otot pada kaki masih terasa kaku dan kram	Otot yang terasa kaku dan kram masih dirasakan
4.	IV	09.00	Otot yang terasa kaku masih dirasakan	Otot yang terasa kaku sedikit berkurang
5.	V	09.00	Otot pada kaki klien yang terasa kaku dan kram masih terasa namun sudah berkurang	Klien mengatakan bahwa otot yang terasa kaku dan kram mulai menurun

6.	VI	09.00	Otot yang terasa kaku sudah menurun	Otot yang terasa kaku sudah mulai tidak terasa
7	VII	09.00	Otot pada kaki klien sudah tidak merasakan kaku	Otot yang terasa kaku sudah tidak ada

Lampiran

LEMBAR OBSERVASI RESPONDEN

Nama : Ny. Y (Kasus 2)

Usia : 60 tahun

Intervensi : Penerapan senam kaki

No	Hari	Pukul	Penerapan Senam Kaki	
			Sebelum intervensi dilakukan	Sesudah intervensi dilakukan
1.	I	16.00	Klien mengatakan otot yang terasa kaku dan kram	Masih merasakan otot yang terasa kaku dan kram
2	II	16.00	Masih merasakan otot yang terasa kaku dan kram	Otot masih terasa kaku dan kram
3.	III	17.00	Otot pada kaki masih terasa kaku dan kram	Otot yang terasa kaku dan kram masih dirasakan
4.	IV	17.00	Otot yang terasa kaku masih dirasakan	Otot yang terasa kaku sedikit berkurang
5.	V	16.00	Otot pada kaki klien yang terasa kaku dan kram masih terasa namun sudah berkurang	Klien mengatakan bahwa otot yang terasa kaku dan kram mulai menurun

6.	VI	16.30	Otot yang terasa kaku sudah menurun	Otot yang terasa kaku sudah mulai tidak terasa
7	VII	16.00	Otot pada kaki klien sudah tidak merasakan kaku	Otot yang terasa kaku sudah tidak ada

Lampiran 8 Lembar Persetujuan Responden 1

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

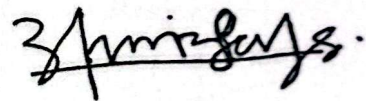
Nama : Bagetkin Br. Karo, Apt.
Usia : 60 thn
Jenis Kelamin : perempuan
Pekerjaan : Penjualan PMS.

Setelah membaca surat permohonan ini dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Senam Kaki Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik ". Saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. Keikutsertaan saya dalam peneliti ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Februari 2025

Responden



(Bagetkin Br. Karo, Apt

Lampiran 9 Lembar Persetujuan Responden 2

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yenny Anggraini, BA.

Usia : 89 thn.

Jenis Kelamin : Perempuan

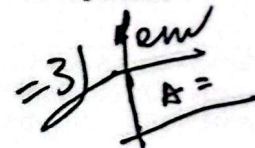
Pekerjaan : Ibu rumah tangga.

Setelah membaca surat permohonan ini dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Senam Kaki Pada Lansia Penderita Diabetes Melitus Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik". Saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, Februari 2025

Responden

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Yenny Anggraini' with a stylized flourish at the end.

(Yenny Anggraini, BA)



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ 912.1/2025

Yth. : Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan
Hal : Izin Penelitian
Tanggal : 28 Mei 2025

Dengan Hormat,

Schubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Geby Melisa Br.Situmorang	P07520122013	Penerapan Senam Kaki Pada Lansia Penderita Dm Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Di Komunitas Di Wilayah UPT Puskesmas Medan Tuntungan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.



Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amir Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

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



Lampiran 11 Surat Izin Penelitian Brida Kota Medan



PEMERINTAH KOTA MEDAN
BADAN RISET DAN INOVASI DAERAH
Jalan Jenderal Besar A. H. Nasution Nomor 32, Medan Johor, Medan Sumatera Utara 20143,
Telepon (061) 7873439 Faksimile (061) 7873314
Laman brida.medan.go.id, Pos-el brida@medan.go.id

SURAT KETERANGAN PRA RISET

Nomor : 000.9/3120

- DASAR**
1. Peraturan Daerah Kota Medan Nomor : 8 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kota Medan Nomor 15 Tahun 2016 Tentang Pembentukan Perangkat Daerah Kota Medan.
 2. Peraturan Walikota Medan Nomor : 97 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi, dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kota Medan.

- MENIMBANG**
1. Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan Nomor KH.03.01/F.XXII.11/2291.d/2024 Tanggal 11 Desember 2024 Perihal Izin Survey Awal.

NAMA : Geby Mellisa Br. Situmorang
NIM : P07520122013
JURUSAN : Keperawatan
JUDUL : "Penerapan Senam Kaki Pada Lansia Penderita DM Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik"
LOKASI : Dinas Kesehatan Kota Medan
LAMANYA : 1 (satu) Bulan
PENANGGUNG JAWAB : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan

Melakukan Pra Riset, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan Pra Riset terlebih dahulu harus melapor kepada pimpinan Perangkat Daerah lokasi Yang ditetapkan.
2. Mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di lokasi Pra Riset .
3. Tidak dibenarkan melakukan Pra Riset atau aktivitas lain di luar lokasi yang telah ditetapkan.
4. Hasil Laporan Pra Riset diserahkan kepada Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan selambat lambatnya 2 (dua) bulan setelah Pra Riset dalam bentuk *softcopy* atau melalui Email (brida@medan.go.id).
5. Surat Keterangan Pra Riset dinyatakan batal apabila pemegang surat keterangan tidak mengindahkan ketentuan atau peraturan yang berlaku pada Pemerintah Kota Medan.
6. Surat Keterangan Pra Riset ini berlaku sejak tanggal dikeluarkan.

Demikian Surat ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Medan
Pada Tanggal : 13 Desember 2024



Ditandatangani secara elektronik oleh :
Kepala Badan
Riset dan Inovasi Daerah,

Mansursyah, S. Sos, M. AP
Pembina Tk. I (IVb)
NIP 196805091989091001

Tembusan :

1. Wali Kota Medan.
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan.
3. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Medan.

Lampiran 12 Surat Izin Dinas Kesehatan



PEMERINTAH KOTA MEDAN DINAS KESEHATAN

Jalan Rotan Komplek Petisah Nomor 1, Medan Petisah,
Medan, Sumatera Utara, Medan 20112,
Laman dinkes.medan.go.id, Pos-el dinkes@medan.go.id

Nomor : 000/8601
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 (satu) lembar
Perihal : Izin Penelitian

19 Juni 2025

Yth
1.Ka Bidang KESMAS
2.Ka UPT Puskesmas Tuntungan
di
Tempat

Sehubungan dengan Surat dari Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan Nomor 000./2284 Tanggal 02 Juni 2025 Perihal Permohonan Izin Penelitian di Kota Medan.Mahasiswa Fakultas Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan sebagai berikut :

Nama : Geby Melisa Br Situmorang
NIM : P07520122013
Judul : Penerapan Senam Kaki Pada Lansia Penderita DM Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik di Komunitas Wilayah UPT Puskesmas Medan Tuntungan

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Dapat menyetujui kegiatan izin penelitian yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
- 2.Tempat penelitian membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak Bertentangan dengan peraturan yang berlaku

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.



Ditandatangani secara elektronik oleh :
Kepala Dinas Kesehatan,

Yuda Pratiwi Seliawan, S.STP, M.SP
Pembina Tk. I (IV/b)
NIP 198204072000121003

Lampiran 13 Surat Selesai Izin Penelitian



**PEMERINTAH KOTA MEDAN
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN**

Jalan Bunga Melati II - Medan Kode Pos 20136
Pos-el : puskesmas.tuntungan@gmail.com

Medan, 30 Juni 2025

Nomor : 800/2) /KET/VI/2025
Sifat : -
Lampiran :
Hal : Selesai Riset
Yth. Pimpinan Poltekkes Kemenkes
di-
Tempat
Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Surat dari Dinas Kesehatan Kota Medan Nomor 000/8601, Perihal Izin Penelitian, bersama ini saya selaku Kepala UPT Puskesmas Tuntungan, menerangkan bahwa :

Nama : Geby Melisa Br Situmorang
NIM : P07520122013
Judul : Penerapan Senam Kaki Pada Lansia Penderita DM Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik di Komunitas Wilayah UPT Puskesmas Medan Tuntungan

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, bersama ini kami beritahukan bahwa Mahasiswa tersebut telah selesai melakukan Penelitian di UPT Puskesmas Medan Tuntungan

Demikian Surat Keterangan ini diperbuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas kerjasama yang baik, kami ucapkan terimakasih.



Kepala UPT Puskesmas Tuntungan

Eni Sunarti Ginting, M.Kes
Pembina Utama Muda (IV C)
NIP. 19670410 200003 2 006

Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian Responden 1



Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian Responden 2

