

LAMPIRAN

Lampiran 1

PENJELASAN PENELITIAN

Pengaruh *Tai Chi for Diabetes* (TCD) terhadap Perubahan Tingkat Depresi dan Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Wilayah Kelurahan Polehan Kota Malang

Peneliti meminta kesediaan bapak/ibu untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Partisipasi bapak/ibu adalah sukarela, tanpa ada paksaan. Bapak/ibu berhak untuk berpartisipasi atau mengajukan keberatan atas penelitian ini kapanpun tanpa konsekuensi dan dampak negatif dan berhak untuk mengundurkan diri.

Nama peneliti adalah Agik Priyo Nusantoro, peneliti sedang melanjutkan studi S2 di Fakultas Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Peneliti dapat dihubungi di nomor telepon 085749655577. Penelitian ini merupakan bagian dari persyaratan untuk program pendidikan Magister Keperawatan Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Sebelum bapak/ibu memutuskan berpartisipasi, saya akan menjelaskan beberapa hal sebagai berikut:

1. Penelitian ini melibatkan pasien diabetes melitus tipe 2 yang diberikan intervensi untuk melakukan senam TCD.
2. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh TCD terhadap perubahan tingkat depresi dan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2.
3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam mengontrol tingkat depresi dan kadar glukosa darah.

4. Jika bapak/ibu/saudara bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, maka peneliti akan melakukan tes kadar glukosa darah sebelum bapak/ibu melakukan senam tai chi. Selain itu peneliti akan membagikan kuesioner terdiri dari 2 bagian. Bagian yang pertama berisi tentang data demografi seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan lama menderita DM. Kuesioner bagian ke dua berisi tentang interpretasi tingkat depresi yang terdiri dari sembilan pernyataan. Pengisian kuesioner akan dibantu oleh peneliti jika bapak/ibu/saudara mengalami kesulitan. Setelah tes glukosa darah dan pengisian kuesioner, bapak/ibu/saudara yang masuk kedalam kelompok intervensi akan dipandu melakukan senam tai chi selama empat minggu. Setelah empat minggu, bapak/ibu/saudara akan dilakukan pengecekan kembali glukosa darah dan mengisi kuesioner interpretasi tingkat depresi.
5. Saya akan menjaga kerahasiaan identitas bapak/ibu/saudara kepada siapapun. Apabila saudara tidak nyaman dalam penelitian ini, saudara dapat mengundurkan diri dari penelitian ini.

Lampiran 2

**SURAT PERNYATAAN BERSEDIA
BERPARTISIPASI MENJADI RESPONDEN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Umur :

Alamat :

No telepon/HP :

Menyatakan bersedia ikut berpartisipasi dalam penelitian setelah mendapatkan penjelasan dan mengetahui manfaat dari penelitian yang akan dilakukan oleh Agik Priyo Nusantoro, mahasiswa Magister Keperawatan, Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang berjudul: “Pengaruh *Tai Chi for Diabetes* (TCD) terhadap perubahan tingkat depresi dan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2”.

Demikian pernyataan ini saya buat secara sadar, suka rela dan tanpa paksaan dari siapapun.

Peneliti
Malang, 2016
Yang menyatakan

(Agik Priyo N.)

()

Lampiran 3

PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI ASISTEN PENELITI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Pekerjaan :

Pendidikan :

Menyatakan bersedia menjadi asisten peneliti sdr. Agik Priyo Nusantoro dengan judul “Pengaruh *Tai Chi for Diabetes* (TCD) terhadap perubahan tingkat depresi dan kadar glukosa darah pada penderita diabetes melitus tipe 2” secara sukarela tanpa paksaan apapun.

Demikian pernyataan ini Saya buat, semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 2016

Peneliti

Yang menyatakan

(Agik Priyo Nusantoro)

()

TUGAS ASISTEN PENELITI

Nama Peneliti : Agik Priyo Nusantoro
NIM : 20141050001
Judul Tesis : Pengaruh *Tai Chi for Diabetes* (TCD) terhadap perubahan tingkat depresi dan kadar glukosa darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2.

Tanggung jawab dan tugas asisten peneliti:

1. Membantu merencanakan kegiatan penelitian
2. Berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti sesuai kesepakatan bersama
3. Membantu melakukan penelitian secara mandiri dengan bimbingan dan pengawasan peneliti
4. Bertanggung jawab pada proses pengumpulan data selama penelitian berlangsung (empat minggu)
5. Bersama peneliti utama melakukan input data selanjutnya, analisis dan penulisan pelaporan penelitian.

Syarat:

1. Yang mempunyai sertifikat pelatihan sesuai topik
2. Sehat jasmani dan rohani
3. Mampu berkomunikasi dengan baik
4. Bersedia mematuhi peraturan yang ditetapkan oleh peneliti dan menandatangani form kesediaan menjadi asisten penelitian
5. Ikut serta dalam persamaan persepsi

Lampiran 4

KUESIONER KARAKTERISTIK RESPONDEN

Judul : Pengaruh *Tai Chi for Diabetes* (TCD) terhadap Perubahan Tingkat Depresi dan Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.

Peneliti : Agik Priyo N

Kode Responden :

Kuesioner diisi langsung oleh responden atau dibantu oleh peneliti sebagai pedoman wawancara dalam mengumpulkan data

Tuliskan secara singkat atau berikan tanda (√) pada kotak yang sesuai dengan pilihan anda.

Data Demografi

1. Nama (inisial) :
2. Usia : tahun
3. Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan
4. Pendidikan terakhir :
 Tidak Tamat SD SD SMP
 SMA D3/S1/S2
5. Lama menderita DM :
 1-3 tahun 4-6 tahun
 ≥7 tahun

Lampiran 5

KUESIONER

Derajat Depresi PHQ 9 (*Patient Health Questionnaire*)

Kode Responden :

Petunjuk Pengisian :

Pengisian dilakukan dengan memberikan tanda ceklis (√) pada salah satu jawaban yang sesuai menurut bapak/ibu.

Keterangan :

0 : Tidak pernah

1 : Beberapa hari

2 : Lebih dari separuh waktu yang dimaksud

3 : Hampir setiap hari

NO	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Kurang tertarik atau bergairah dalam melakukan apapun				
2	Merasa muram, muram atau putus asa				
3	Sulit tidur atau mudah terbangun atau terlalu banyak tidur				
4	Merasa lelah atau kurang bertenaga				
5	Kurang nafsu makan atau terlalu banyak makan				
6	Kurang percaya diri atau merasa bahwa anda adalah orang yang gagal atau telah mengecewakan diri sendiri atau keluarga				
7	Sulit berkonsentrasi pada sesuatu, misalnya membaca Koran atau menonton televisi				
8	Bergerak atau berbicara sangat lambat sehingga orang lain memperhatikannya. Atau sebaliknya, merasa resah atau gelisah sehingga anda lebih sering bergerak dari biasanya				
9	Merasa lebih baik mati atau ingin melukai diri sendiri dengan cara apapun				

Lampiran 6

CEK-LIS KADAR GLUKOSA DARAH

Judul : Pengaruh TCD (*Tai Chi for Diabetes*) terhadap

Perubahan

Tingkat Depresi dan Kadar Glukosa Darah pada

Penderita

Diabetes Mellitus Tipe II.

Peneliti : Agik Priyo N.

Tanggal Pre Tes :

NO	Kode Responden Kelompok Intervensi	Pre Tes mg/dl	No	Kode Responden Kelompok Intervensi	Pre Tes mg/dl
1			12		
2			13		
3			14		
4			15		
5			16		
6			17		
7			18		
8			19		
9			20		
10			21		
11			22		

CEK-LIS KADAR GLUKOSA DARAH

Judul : Pengaruh TCD (*Tai Chi for Diabetes*) terhadap

Perubahan

Tingkat Depresi dan Kadar Glukosa Darah pada

Penderita

Diabetes Mellitus Tipe II

Peneliti : Agik Priyo N.

Tanggal Pre Tes :

NO	Kode Responden Kelompok Kontrol	Pre Tes mg/dl	No	Kode Responden Kelompok Kontrol	Pre Tes mg/dl
1			12		
2			13		
3			14		
4			15		
5			16		
6			17		
7			18		
8			19		
9			20		
10			21		
11			22		

Lampiran 8

**SATUAN ACARA PELAKSANAAN
TAI CHI FOR DIABETES**

Judul : Pengaruh *Tai Chi for Diabetes* (TCD) terhadap Perubahan Tingkat Depresi dan Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2.

Peneliti : Agik Priyo N.

I. TUJUAN INSTRUKSIONAL UMUM

Responden dapat memahami dan melakukan senam TCD secara mandiri.

II. TUJUAN INSTRUKSIONAL KHUSUS

Setelah diberikan pelatihan responden dapat:

1. Mengerti apa itu *Tai chi for Diabetes*
2. Memahami tentang manfaat *Tai chi for Diabetes*
3. Mampu melakukan senam *Tai chi for Diabetes*

III. SASARAN

Penderita Diabetes melitus tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Kendal Kerep Kota Malang.

IV. MEDIA:

- DVD

V. LANGKAH-LANGKAH PELAKSANAAN TCD

No	Pelaksanaan	Waktu
1	<p>Latihan pemanasan</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berdiri tegak lalu kedua kaki di buka ke kiri dan ke kanan. b. Angkat kedua tangan ke depan lalu ayunkan ke atas dan kebawah secara perlahan. (3x) c. Gerakan kepala kebawah dan kembali kedepan. (3x) d. Gerakkan kepala menoleh ke kanan dan ke kiri. (3x) e. Tekuk leher ke kiri dan ke kanan secara bergantian. (3x) f. Angkat tangan kiri ke atas kepala dan tangan kanan di samping pinggang, lalu dorong tangan ke atas dan kebawah. Lakukan secara bergantian (3x) g. Berdiri tegak lalu tarik kebelakang kaki sebelah kiri secara bergantian dengan kaki sebelah kanan. (3x) h. Berdiri tegak, kaki kanan diangkat sedikit kesamping kanan dan setelah itu ganti kaki kiri (masing-masing 3x) i. Berdiri tegak, gerakkan kaki kanan kedepan dan kebelakang, lakukan secara bergantian (3x) j. Berjalan kekanan dan kekiri sambil jari tangan meremas-remas k. Rilekkan tangan dan kaki 	5 menit
2	<p>Latihan qigong Tai chi</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan dada (2x) b. Bentuk kedua tangan seperti bola dengan tangan kiri dibawah dan tangan kanan diatas c. Mulai melangkah maju dengan kaki kanan dahulu diikuti dengan tangan kiri yang menjulur kedepan d. Lakukan secara bergantian e. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan dada (2x) f. Akhiri dengan sikap berdiri sempurna 	5 menit
3	<p>Latihan inti gaya Tai chi</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan 	40 menit

	<p>dada (2x)</p> <p>b. Gerakan menari sambil bergeser kesamping kiri (3x)</p> <p>c. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan dada (2x)</p> <p>d. Gerakan kaki kiri melangkah kedepan samping di ikuti dengan tangan kiri dan kaki kanan ikut melangkah di ikuti dengan tangan kanan (lakukan secara bergantian)</p> <p>e. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan dada (2x)</p> <p>f. Angkat kaki kiri lurus kesamping diikuti dengan tangan kiri, lakukan secara bergantian</p> <p>g. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan dada (2x)</p> <p>h. Gerakan menari sambil bergeser kesamping kanan (3x)</p> <p>i. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan dada (2x)</p> <p>j. Akhiri dengan sikap berdiri sempurna.</p>	
4	<p>Latihan qigong Tai chi</p> <p>a. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan dada (2x)</p> <p>b. Bentuk kedua tangan seperti bola dengan tangan kiri dibawah dan tangan kanan diatas</p> <p>c. Mulai melangkah maju dengan kaki kanan dahulu diikuti dengan tangan kiri yang menjulur kedepan</p> <p>d. Lakukan secara bergantian</p> <p>e. Posisi kuda-kuda, buka dan tutup tangan didepan dada (2x)</p> <p>f. Akhiri dengan sikap berdiri sempurna</p>	5 menit
5	<p>Latihan pendinginan</p> <p>a. Angkat kaki kanan dan kiri secara bergantian, sentuhkan dengan kedua tangan</p> <p>b. Berjalan kekanan dan kekiri sambil jari tangan meremas-remas</p> <p>c. Angkat tumit kaki ke atas dan kebawah</p> <p>d. Angkat kedua tangan kesamping ke atas sampai turun melewati depan dada</p> <p>e. Rilekkan tangan dan kaki</p>	5 menit

Sumber : Dr. Paul Lam

Ling Tien Kung®

Certificate of Classification

No.: LTK - CERT - XV - SBY1411 / 12

is hereby granted to:

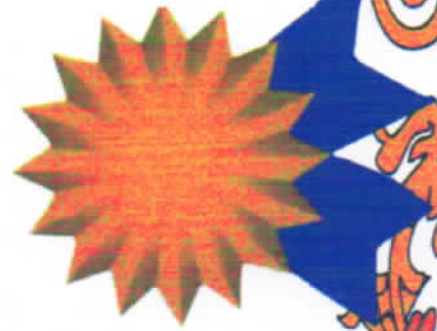
Fakrul Adriansyah

to certify that he has completed the Ling Tien Kung's intensive training with predicate as

Ling Tien Kung's Instructor

Granted: 15 Oct - 2012

點功



[Handwritten Signature]

Power Full Long Sweet

[Inventor of Ling Tien Kung®]





Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

**SURAT KETERANGAN
KELAYAKAN ETIKA PENELITIAN**

Nomor : 273/EP-FKIK-UMY/VIII/2016

Komisi Etika Penelitian Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang terdiri atas :

1. Prof. dr.H. Djauhar Ismail, Sp.A(K)., Ph.D.
2. Prof.Dr.dr.H. Soewito A, Sp.THT-KL
3. drg. Ana Medawati, M.Kes
4. drh. Tri Wulandari, M.Kes
5. Dr. dr. Titiek Hidayati, M. Kes
6. Dr. dr. Tri Wahyuliati, Sp. S., M. Kes
7. Titih Huriah, Ns., M. Kep., Sp. Kom
8. Dr. drg. Tita Ratya Utari, Sp. Ort
9. Sabtanti Harimurti, Ph. D., Apt
10. Dr. dr. Arlina Dewi, MMR
11. Dra. Irma Risdiyana, Apt., MPH
12. dr. Inayati Habib, Sp. MK., M. Kes

Telah mengkaji permohonan kelayakan etika penelitian yang diajukan oleh :

Nama Peneliti : Agik Priyo Nusantoro
NIM : 20141050001
Judul Penelitian : Pengaruh TCD (*Tai Chi For Diabetes*) Terhadap Perubahan Tingkat Depresi dan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II di Wilayah Kelurahan Polehan Kota Malang
Pada Tanggal : 06 Agustus 2016
Dengan Hasil : Layak Etik

Demikian surat keterangan ini diberikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 08 Agustus 2016

Sekretaris,

Dr. dr. Titiek Hidayati, M. Kes

Kampus:

Jl. Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta 55183
Telp. (0274) 387656 ext. 213, 7491350 Fax. (0274) 387658

Muda mendunia



PEMERINTAH KOTA MALANG
DINAS KESEHATAN

Jl. Simpang L.A. Sucipto No.45 Telp.(0341) 406878 Fax.(0341) 406879
MALANG

Malang, 02 Juni 2016

Nomor : 072/ **220** /35.73.306/2016
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Penelitian

Kepada
Yth. Kepala UPT Puskesmas *Kendal Kerep*
di
Malang

Dengan ini diberitahukan bahwa Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta di bawah ini :

Nama : Agik Priyo Nusantoro
NIM : 20141050001

akan melaksanakan Penelitian di Puskesmas yang Saudara Pimpin dengan Judul : Pengaruh TCD (Tai Chi For Diabetes) terhadap Tingkat Depresi dan Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2.

Sehubungan dengan hal tersebut, dimohon Saudara membantu memberi data atau informasi yang diperlukan. Mahasiswa dimaksud wajib melaporkan hasilnya kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Malang.

Demikian untuk mendapatkan perhatian.

a.n.KEPALA DINAS KESEHATAN
KOTA MALANG
SEKRETARIS DINAS. *pu*



EKO DYAH FILLYANTARIE, SH. MM
Pembina Tk I
NIP. 19630714 198803 2 011



PEMERINTAH KOTA MALANG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jl. A. Yani No. 98 Telp. (0341) 491180 Fax. 474254

MALANG

Kode Pos 65125

REKOMENDASI PELAKSANAAN PENELITIAN
NOMOR : 072/340.04.P/35.73.405/2016

Berdasarkan pemenuhan ketentuan persyaratan sebagaimana ditetapkan dalam Peraturan Walikota Malang, Nomor 24 Tahun 2011 Tentang Pelayanan Pemberian Rekomendasi Pelaksanaan Penelitian dan Praktek Kerja Lapangan di Lingkungan Pemerintah Kota Malang Oleh Badan Kesatuan Bangsa, dan Politik Kota Malang, serta menunjuk surat Ketua STIKes Kendedes Malang No. 744.2.1/AKD/IV/2016 tanggal 28 April 2016 Perihal : Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan, kepada pihak sebagaimana disebut di bawah ini:

- a. Nama : AGIK PRIYO NUSANTORO.
- b. NIM : 20141050001.
- c. Judul : Pengaruh TCD (*Tai Chi For Diabets*) terhadap Tingkat Depresi dn Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2.

dinyatakan memenuhi persyaratan untuk mengajukan permohonan informasi dan data tugas penelitian yang berlokasi di :

- Dinas Kesehatan Pemerintah Kota Malang.

Sepanjang yang bersangkutan memenuhi ketentuan sebagai berikut :

- a. Tidak melakukan penelitian yang tidak sesuai atau tidak ada kaitannya dengan judul, maksud dan tujuan penelitian;
- b. Menjaga perilaku dan mentaati tata tertib yang berlaku pada lokasi tersebut di atas;
- c. Mentaati ketentuan peraturan perundang-undangan.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya, dan masa berlaku rekomendasi ini adalah sejak tanggal **ditetapkan s/d 30 Mei 2016**.

Malang, 29 April 2016



Ir. BAMBANG SUHARIJADI.

Pembina Utama Muda

NIP. 19580917 199203 1 003

Tembusan :

- Yth. Sdr. - Ketua STIKes Kendedes Malang;
- Mahasiswa Ybs;