

LAMPIRAN 1

PENGKAJIAN STATUS KOGNITIF

Nama Pasien : Ny. S

Umur : 63 Tahun

Alamat : Tepuk Leban

Shot Portabel Mental Status Questionnaire (SPMSQ)

Benar	Salah	No	Pertanyaan
0		01	Tanggal berapa hari ini ?
0		02	Hari apa sekarang ?
0		03	Apa nama tempat ini ?
0		04	Dimana alamat ini?
0		05	Berapa umur anda ?
0		06	Kapan anda lahir ? (minimal tahun)
0		07	Siapa presiden Indonesia sekarang ?
0		08	Siapa presiden Indonesia sebelumnya?
0		09	Siapa nama ibu anda ?
	1	10	Kurangi 3 dari 20 dan tetap pengurangan 3 dari setiap angka baru, semua secara menurun
1		Total Nilai : Fungsi intelektual utuh	

Klien dapat menjawab 9 pertanyaan. Sehingga klien masuk kategori fungsi intelektual utuh

Keterangan:

Benar = nilai 0

Salah = nilai 1

Interpretasi

Salah 0-3 : fungsi intelektual utuh

Salah 4-5 : fungsi intelektual kerusakan ringan

Salah 6-8 : fungsi intelektual kerusakan sedang

Salah 9-10 : fungsi intelektual kerusakan berat

LAMPIRAN 2

PENGKAJIAN APGAR KELUARGA

Nama : Ny.S	Tanggal : 10 Maret 2025
Jenis kelamin : Perempuan	Umur : 67 Tahun
Agama : Islam	Suku : Sunda
Alamat : Tepuk Leban	Pewawancara : Fiensa

No	Item Penelitian	Selalu (2)	Kadang-kadang (1)	Tidak pernah (0)
1	Saya puas dapat kembali bersama keluarga (teman-teman) karena mereka selalu membantu saat saya sedang kesusahan.	2		
2	Saya puas dengan cara keluarga (teman-teman) dalam membicarakan sesuatu untuk membantu memecahkan masalah saya.	2		
3	Saya puas ketika keluarga (teman-teman) menerima dan mendukung keinginan saya dalam beraktivitas.	2		
4	Saya puas dengan cara keluarga (teman-teman) dalam merespon emosi-emosi saya seperti marah, sedih dan mencintai.	2		
5	Saya puas dengan keluarga (teman-teman) dalam menyediakan waktu bersama untuk mengekspresikan perasaan (emosi) dan merespon perasaan tersebut.	2		
Jumlah		10		

pengkajian APGAR keluarga yaitu 10 (disfungsi keluarga rendah). Klien dan keluarga mampu menjalankan fungsifungsi secara normal sebagaimana mestinya.

Skor Nilai :

0-3 : Disfungsi keluarga tinggi

4-6 : Disfungsi keluarga sedang

7-10: Disfungsi keluarga rendah

LAMPIRAN 3

PENGKAJIAN STATUS FUNGSIONAL

(Indeks Kemandirian Katz)

No	Aktivitas	Mandiri	Tergantung
1	2	3	4
1	Mandi Mandiri: Bantuan hanya pada satu bagian mandi (seperti punggung atau ekstermitas yang tidak mampu) atau mandi sendiri sepenuhnya Tergantung: Bantuan mandi lebih dari satu bagian tubuh, bantuan masuk dan keluar dan bak mandi, serta tidak mandi sendiri		✓
2	Berpakaian Mandiri: Mengambil baju dari lemari, memakai pakaian, melepas pakaian, mengancing/mengikat pakaian Tergantung: Tidak dapat memakai baju sendiri atau hanya sebagian	✓	
3	Ke kamar kecil Mandiri: Masuk dan keluar dari kamar kecil kemudian membersihkan genetalia sendiri Tergantung: Menerima bantuan untuk masuk ke kamar kecil dan menggunakan pispot		✓
4	Berpindah Mandiri: Berpindah ke dan dari tempat tidur untuk duduk, bangkit dari kursi sendiri Tergantung: Bantuan dalam naik atau turun dari tempat tidur atau kursi, tidak melakukan satu atau lebih berpindah.		✓
5	Kontinen Mandiri: BAK dan BAB seluruhnya dikontrol sendiri Tergantung: Inkontinensia parsial atau total, penggunaan kateter, pispot, enema dan pembalut (pempers)	✓	
6	Makan Mandiri: Mengambil makanan dari piring dan menyuapinya sendiri Tergantung: Bantuan dalam mengambil makanan dari piring dan menyuapinya, tidak makan sama sekali, dan makanan parental (NGT)	✓	

Klien tidak dapat melakukan mandi, berpakaian, ke kamar mandi, serta berpindah secara mandiri, Namun klien dapat makan dan minum secara mandiri dan dapat mengontrol BAB dan (Nilai E).

Beri tanda (✓) yang sesuai dengan kondisi klien.

Analisi Hasil:

- Nilai A : Kemandirian dalam hal makan, kontinen (BAB/BAK), berpindah, ke kamar kecil, mandi dan berpakaian.
- Nilai B : Kemandirian dalam semua hal kecuali satu dari fungsi tersebut
- Nilai C : Kemandirian dalam semua hal kecuali mandi dan satu fungsi tambahan
- Nilai D : Kemandirian dalam semua hal kecuali mandi, berpakaian, dan satu fungsi tambahan
- Nilai E : Kemandirian dalam semua hal kecuali mandi, berpakaian, ke kamar Mandi, berpindah dan satu fungsi tambahan ✓
- Nilai G : Ketergantungan pada keenam fungsi tersebut

Lampiran Konsultasi Pembimbing 1

Lembar Konsultasi Pembimbing 1

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING

Nama : Fiensa Falencya
 NIM : 2214471047
 Program Studi : D III keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Edukasi Pemanfaatan Jus Tomat pada Lansia dengan Diabetes Melitus untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Gula Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibalangan
 Pembimbing 1 : Ns. Deni Metri, M.Kes

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1	7 Maret 2025	Penerapan judul / Perumusan masalah	<i>[Signature]</i>
2	13 Maret 2025	Bab 1 - Analisis latar belakang - rumusan masalah penelitian	<i>[Signature]</i>
3	20 Maret 2025	- Perumusan latar belakang - Perumusan rumusan masalah	<i>[Signature]</i>
4	28 April 2025	keberadaan Tujuan penelitian. Bab 2 - Definisi konsep gula darah - Definisi kriteria penelitian	<i>[Signature]</i>
5	22 April 2025	keberadaan konsep definisi	<i>[Signature]</i>
6	28 April 2025	Bab 3 - Definisi metode studi konsep - Definisi definisi operasional	<i>[Signature]</i>
7	8 Mei 2025	Bab 4 - Definisi literatur studi kasus	<i>[Signature]</i>
8	24 Mei 2025	Bab 5 - Definisi kesimpulan dan saran Aca Ujian akhir	<i>[Signature]</i>

Lampiran Konsultasi Pembimbing 2

Lembar Konsultasi Pembimbing 2

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING

Nama : Fienza Falency
 NIM : 2214471047
 Program Studi : D III keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Edukasi Pemanfaatan Jus Tomat pada Lansia dengan Diabetes Melitus untuk Mengatasi Ketidakstabilan Kadar Gula Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Kalibalangan
 Pembimbing 2 : Fitarina, SKM., M.Kes

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1	30 Maret 2025	- Bab 1 - 5 - Perbaikan penulisan - Perbaikan spasi	
2	15 Maret 2025	- Bab 1 - 5 - Perbaikan jarak (ditambah) - Perbaikan rata kanan dan kiri	
3	21 April 2025	- Bab 1 - 5 - Perbaikan penomoran - Perbaikan antara paragraf	
4	22 April 2025	- Bab 1 - 5 - Perbaikan kata ulang - Perbaikan daftar isi	
5	7 Mei 2025	- Bab 1 - 5 - Perbaikan rata samping kanan dan kiri - Perbaikan singkatan	
6	18 Mei 2025	- Bab 1 - 5 - Perbaikan spasi dan jarak	
7	20 Mei 2025	- Bab 1 - 5 - Perbaikan penomoran	
8	20 Mei 2025	ACC	

LAMPIRAN 5 DOKUMENTASI



LAMPIRAN 6

Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

SATUAN ACARA PENYULUHAN

(SAP)



DIBUAT OLEH :
FIENSA FALENCYA 2214471047

POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG

D III KEPERAWATAN KOTABUMI

2024/2025

**Satuan acara penyuluhan
(SAP)**

Pokok pembahasan	Diabetes Mellitus
Sub pokok pembahasan	Gambaran tentang Diabetes Mellitus 1. Pengertian Diabetes Mellitus 2. Tanda dan gejala Diabetes Mellitus 3. Penyebab Diabetes Mellitus 4. Pencegahan Diabetes Mellitus 5. Pembuatan terapi jus tomat
Sasaran	Ny. S
Hari/Tanggal	Jumat, 7 Maret 2025
Jam/Waktu	10.30.00- 10.50/ (25menit)
Tempat	Rumah Ny. S
Penyuluh	Fienza Falencia

A. Tujuan

1. Tujuan instruksional umum

Setelah mengikuti kegiatan penyuluhan tentang penyakit Diabetes Mellitus selama 25 menit, diharapkan keluarga dan Ny. S dapat mengerti tentang penyakit Diabetes Mellitus

2. Tujuan instruksional khusus

Setelah mengikuti penyuluhan penangan dan pencegahan penyakit keluarga diharapkan dapat :

1. Pengertian Tanda dan gejala Diabetes Mellitus
2. Penyebab Diabetes Mellitus
3. Pencegahan Diabetes Mellitus
4. Pembuatan terapi jus tomat

D. Isi materi

1. Pengertian Diabetes Mellitus
2. Tanda dan gejala Diabetes Mellitus
3. Penyebab Diabetes Mellitus
4. Pencegahan Diabetes Mellitus
5. Pembuatan terapi jus tomat

E. Metode

1. Ceramah
2. Tanya jawab

F. Media

1. Leaflet

G. Kegiatan pembelajaran

Waktu	Kegiatan penyuluhan	Penyuluh	Sasaran
5 menit	Pembukaan: • Salam • Perkenalan • Tujuan	• Memberi salam • Memperkenalkan diri • Menjelaskan tujuan penyuluhan. • Memberikan pertanyaan.	• Menjawab salam • Mendengarkan • Memperhatikan • Menjawab

	• Pre test		pertanyaan
10 Menit	Menjelaskan materi secara sistematis	• Menjelaskan pengertian Diabetes Mellitus • Menjelaskan Penyebab Diabetes Mellitus • Menjelaskan tanda gejala Diabetes Mellitus • Menjelaskan pencegahan Diabetes Mellitus • Menjelaskan tentang diet bagi penderita Diabetes Mellitus • Mendemonstrasikan Pemberian Jus Tomat	• Menyimak dan mendengarkan • Menyimak dan mendengarkan • Menyimak dan mendengarkan • Menyimak dan mendengarkan • Menyimak dan mendengarkan • Mendemonstrasikan dan mendengarkan
5 menit	Evaluasi: Tanya jawab	• Memberikan kesempatan pada keluarga Ny. S untuk bertanya.	• Memberikan pertanyaan

		• Memberikan pertanyaan pada keluarga Ny. S.	• Menjawab pertanyaan
5 menit	Penutup: Kesimpulan Terimakasih Salam penutup	• Membacakan kesimpulan materi kepada keluarga Ny. S. • Mengucapkan terimakasih kepada keluarga Ny. S. • Mengucapkan salam penutup	• Mendengarkan • Mendengarkan • Menjawab salam.

H. Evaluasi

1. Evaluasi struktural

- Sasaran hadir di tempat penyuluhan sesuai waktu yang dijadwalkan
- Alat dan bahan sudah tersedia dalam keadaan siap.

2. Evaluasi proses

- A. Sasaran antusias terhadap materi penyuluhan
 - B. Sasaran mengikuti penyuluhan sampai acara berakhir
 - C. Penyuluh mengajukan pertanyaan dan dapat dijawab oleh sasaran.
3. Evaluasi hasil.
- A. Terdapat peningkatan Pengetahuan
 - B. Terdapat peningkatan keterampilan

Materi Penyuluhan

A. Definisi

Diabetes Melitus merupakan penyakit kronis yang terjadi apabila pankreas tidak menghasilkan insulin yang adekuat atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang diproduksi. Hal ini mengakibatkan terjadinya peningkatan konsentrasi glukosa dalam darah yang dikenal dengan istilah hiperglikemia (Nasution, 2021)

B. Penyebab Diabetes Melitus

Ada beberapa penyebab yang mengakibatkan tubuh gagal membakar gula yang ada dalam tubuh secara maksimal, di antaranya adalah:

- 1.) Kurangnya aktivitas fisik.
- 2.) Asupan gula yang terlalu tinggi.
- 3.) Terganggunya respons tubuh terhadap insulin.
- 4.) Berkurangnya produksi insulin oleh pankreas.
- 5.) Kinerja insulin terhambat akibat adanya hormon lain.

Insulin sendiri merupakan hormon yang dihasilkan tubuh untuk membantu memaksimalkan penyerapan glukosa atau gula ke dalam sel-sel tubuh, untuk kemudian diolah menjadi sumber energi dan kelebihanannya akan disimpan sebagai cadangan energi

C. Tanda dan gejala Diabetes Mellitus

tanda kelebihan gula darah dapat dilihat dari beberapa kondisi berikut ini :

- 1) Sering merasa lelah padahal tidak melakukan aktivitas fisik.
- 2) Sering merasa haus padahal sudah minum cukup air.
- 3) Berat badan turun tanpa sebab yang jelas.
- 4) Sering diserang rasa lapar yang ekstrem.
- 5) Luka lama atau sulit sembuh.
- 6) Pandangan kabur.
- 7) Sering buang air kecil.
- 8) Sering mengalami infeksi, termasuk pada kulit, gusi, dan organ intim.

D. Pencegahan Diabetes Mellitus

1. Tingkatkan konsumsi sayur dan buah

Kandungan serat yang tinggi, vitamin serta antioksidan dalam sayur dan buah juga dapat membantu menurunkan penurunan risiko diabetes.

2. Batasi konsumsi gula, garam, dan lemak.

Batasan konsumsi gula, garam, lemak yaitu :

4 sendok makan gula (50 gram) / hari

1 sendok the garam (5 gram) / hari

5 sendok makan lemak (57 gram) / hari

3. Melakukan aktivitas fisik

Melakukan aktivitas fisik aktif minimal 30 menit perhari memiliki manfaat salah satunya membuat hormon pengatur gula darah

(insulin) menjadi sensitiva, sehingga mencegah diabetes

E.Terapi jus tomat

Tomat mengandung vitamin A untuk kesehatan mata, vitamin C untuk regenerasi sel dan sistem kekebalan tubuh serta vitamin K untuk kesehatan tulang. Tomat juga mengandung likopen (lycopene) yang merupakan antioksidan untuk memerangi radikal bebas serta menurunkan kadar gula darah. kandungan likopen pada 100 g tomat yang dibuat jus sebanyak 12,8 mg sedangkan pada 100 g tomat segar sebanyak 5,8 mg. Likopen dapat menurunkan glukosa darah dengan cara menghambat terjadinya resistensi hormon insulin, sehingga toleransi sel terhadap glukosa meningkat sehingga kadar gula darah dapat yang digunakan kelebihan ditanggulangi. Tomat sebanyak 180 gram dengan kandungan likopen 23 gram .

Berikut langkah – langkah pembuatan jus tomat :

• Alat-alat :

1. Timbangan
2. Gelas
3. Sendok
4. Blender

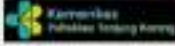
• Bahan :

1. Tomat segar 180 gram (2-3 buah tomat)
2. Air minum 50ml

• Cara pembuatan :

1. Siapkan alat dan bahan, lalu cuci tomat segar
2. Potong-potong tomat segar lalu timbang tomat menjadi 180 gram

Media (Leaflet)



PEMANFAATAN JUS TOMAT PADA PENDERITA DIABETES MILITUS



Di Susun Oleh:
Flensa Falencya
2214471047

APA ITU DM?

Diabetes Mellitus merupakan penyakit kronis yang terjadi apabila pankreas tidak menghasilkan insulin yang cukup atau ketika tubuh tidak dapat secara efektif menggunakan insulin yang diproduksi tubuh. Hal ini mengakibatkan terjadinya peningkatan konsentrasi glukosa dalam darah yang dikenal dengan istilah hiperglikemia (Maratun, 2021).

APA PENYEBAB DM?

Kurang gerak badan fisik.
Asupan gula yang terlalu tinggi.
Terganggunanya respon tubuh terhadap insulin.
Berkurangnya produksi insulin oleh pankreas.
Efeknya insulin terhambat akibat adanya hormon lain.

TANDA DAN GEJALA DM

1. Sering merasa lelah padahal tidak melakukan aktivitas fisik
2. Sering merasa haus padahal sudah minum cukup air.
3. Berat badan turun tanpa sebab yang jelas.
4. Sering diserang rasa lapar yang ekstrem.
5. Luka lama atau sulit sembuh.
6. Pandangan kabur.
7. Sering buang air kecil.
8. Sering mengalami infeksi, termasuk pada kulit, gigi, dan organ intim.



PENCEGAHAN DM

1. Tingkatkan konsumsi sayur dan buah. Kandungan serat yang tinggi, vitamin serta antioksidan dalam sayur dan buah juga dapat membantu menurunkan penurunan risiko diabetes.
2. Batasi konsumsi gula, garam, dan lemak.
Batasan konsumsi gula, garam, lemak yaitu:
 - 4 sendok makan gula (50 gram) / hari
 - 1 sendok teh garam (5 gram) / hari
 - 5 sendok makan lemak (67 gram) / hari
3. Melakukan aktivitas fisik aktif minimal 30 menit perhari memiliki manfaat salah satunya membuat hormon pengatur gula darah (insulin) menjadi sensitive, sehingga mencegah diabetes

KASIAT TOMAT

Tomat mengandung vitamin A untuk kesehatan mata, vitamin C untuk regenerasi sel dan sistem kekebalan tubuh serta vitamin K untuk kesehatan tulang. Tomat juga mengandung likopen (lycopene) yang merupakan antioksidan untuk memerangi radikal bebas serta menurunkan kadar gula darah.



LIKOPEN PADA TOMAT

kandungan likopen pada 100 g tomat yang dibuat jus sebanyak 32,8 mg sedangkan pada 100 g tomat segar sebanyak 5,8 mg. Likopen dapat menurunkan glukosa darah dengan cara menghambat terjadinya resistensi hormon insulin.

LANGKAH PEMBUATAN JUS TOMAT

Alat: alat:
1. Tumbukan
2. Gelas
3. Sendok
4. Blender
Bahan:
1. Tomat segar 180 gram (2-3 buah tomat)
2. Air mineral 50ml
Cara pembuatan:
1. Siapkan alat dan bahan. lalu cuci tomat segar
2. Potong-potong tomat segar lalu tiriskan tomat menjadi 180 gram
3. Masukkan tomat yang sudah di tiriskan dan 50ml air mineral ke dalam blender yang sudah siap
4. Blender tomat hingga halus atau sampai menjadi jus
5. Jus tomat siap di nikmati.

