

LAMPIRAN-LAMPIRAN

JADWAL KEGIATAN

Klien 1

No.	Kegiatan Penelitian	21 April – 03 Mei 2025											
		21	22	23	24	25	26	28	29	30	01	02	03
1.	Kontrak												
2.	Pengkajian dan pengumpulan data												
3.	Menegakkan Diagnosa												
4.	Membuat perencanaan												
5.	Penerapan Edukasi												
6.	Evaluasi												

Klien 2

No.	Kegiatan Penelitian	21 April - 02 Mei 2025											
		21	22	23	24	25	26	28	29	30	01	02	03
1.	Kontrak												
2.	Pengkajian dan pengumpulan data												
3.	Menegakkan Diagnosa												
4.	Membuat perencanaan												
5.	Penerapan Edukasi												
6.	Evaluasi												

FORMAT PENGKAJIAN
ASUHAN KEPERAWATAN KESEHATAN KELUARGA

A. PENGKAJIAN

Tanggal Pengkajian:

1. Data Dasar Keluarga

- 1) Nama Kepala Keluarga (KK) :
- 2) Usia :
- 3) Pendidikan :
- 4) Pekerjaan :
- 5) Alamat/No. Telp :
- 6) Komposisi Keluarga :

No	Nama	Kelamin	Hubungan dengan KK	TTL/Umur	Pendidikan	Pekerjaan
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						

g. Genogram

h. Tipe Keluarga

() = Keluarga Inti () = Keluarga Besar () = Janda/duda

☐ = Lain-lain

i. Suku/Bangsa :

j. Agama :

k. Status Sosial Ekonomi Keluarga :

Penghasilan dan pengeluaran

1) Total pendapatan keluarga perbulan

() dibawah Rp. 600.000,-

() Rp.600.000,- s/d Rp. 1.000.000,-

() Rp.1.000.000,- s/d Rp. 2.000.000,-

() diatas dari Rp.2.000.000,-

2) Apakah penghasilan mencukupi untuk biaya sehari-hari

() Ya () Tidak

Bila tidak apa yang dilakukan

keluarga.....

3) Apakah keluarga mempunyai tabungan

() Ya () Tidak

4) Apakah ada anggota keluarga yang membantu keuangan keluarga

() Ya () Tidak

5) Siapa yang mengelola keuangan dalam keluarga

() Ayah () Ibu () Lain lain

l. Aktivitas Rekreasi Keluarga

1) Kebiasaan rekreasi keluarga

() Tidak tentu () 1 kali sebulan

() 2 kali sebulan () 3 kali sebulan

() Lain-lain

sebutkan.....

2) Penggunaan waktu senggang

() Nonton TV () Mendengarkan radio

☐ Membaca ☐ Nonton bioskop

Lain-lain sebutkan :

m. Tahap dan Tugas Perkembangan Keluarga

1) Tahap perkembangan keluarga saat ini:

2) Tugas perkembangan keluarga yang belum terpenuhi :

n. Riwayat Keluarga Inti :

o. Riwayat Keluarga sebelumnya :

2. Lingkungan

a. Perumahan

1. Jenis Rumah

☐ Permanen

☐ Semi permanen

☐ Non permanen

2. Luas Bangunan :

3. Luas Pekarangan :

4. Status Rumah

☐ Milik pribadi ☐ Kontrakan ☐ Sewa ☐ bulanan

☐ Lain lain

5. Atap Rumah

☐ Genteng ☐ Seng/asbes ☐ Sirap/atap

☐ Lain lain

6. Ventilasi Rumah

☐ Ada

☐ Tidak Ada

7. Bila Ada Berapa Luasnya

☐ > 10% luas lantai

☐ < 10% luas lantai

8. Apakah cahaya dapat masuk rumah pada siang hari

☐ Ya

☐ Tidak

9. Penerangan

☐ Listrik

☐ Petromak

☐ Lampu tempel

☐ Lain lain

10. Lantai

- ☐ Keramik ☐ Ubin ☐ Plaster
☐ Papan ☐ Tanah

11. Bagaimana kondisi kebersihan rumah secara keseluruhan

- ☐ Bersih ☐ Berdebu ☐ Sampah bertebaran
☐ Banyak lalat ☐ Banyak laba-laba ☐ Lain-lain

b. Denah Rumah

c. Pengelolaan Sampah

1. Apakah keluarga mempunyai tempat pembuangan sampah

- ☐ Ya ☐ Tidak

Bila ya : ☐ Terbuka ☐ Tertutup

2. Bagaimana cara pengelolaan sampah rumah tangga

- ☐ Dibuang ke sungai/got ☐ Diambil petugas ☐ Ditimbun
☐ Dibakar ☐ Lain lain

d. Sumber Air

1. Sumber air yang digunakan oleh keluarga

- ☐ Sumur gali ☐ Pompa Listrik ☐ Pompa tangan
☐ PAM ☐ Sungai ☐ Membeli
☐ Lain lain

e. Jamban Keluarga

1. Apakah keluarga mempunyai WC sendiri

- ☐ Ya ☐ Tidak

Bila tidak dimana tempat BAB

keluarga.....

2. Bila ya apa jenis jamban keluarga
☐ Leher angsa ☐ Cemplung ☐ Lain-lain
 3. Berapa jarak antara sumber air dengan tempat penampungan tinja ?
☐ < 10 meter ☐ > 10 meter
- f. Pembuangan Air Limbah
- Apakah keluarga mempunyai saluran pembuangan air limbah (air kotor) ?
- ☐ Ya, bagaimana kondisinya.....
Kemana pembuangannya.....
- ☐ Tidak, dimana pembuangannya.....
- g. Fasilitas Sosial dan Fasilitas Kesehatan
1. Adakah perkumpulan sosial dalam kegiatan di masyarakat setempat ?
☐ Tidak
☐ Ada, apa jenisnya.....
 2. Adakah fasilitas pelayanan di masyarakat?
☐ Tidak
☐ Ada, apa jenisnya
 3. Apakah keluarga memanfaatkan fasilitas kesehatan tersebut ?
☐ Ya
☐ Tidak, apa
alasan.....
 4. Apakah fasilitas kesehatan yang ada dapat terjangkau oleh keluarga dengan kendaraan umum ?
☐ Bila ya dengan kendaraan apa *Motor/Mobil*
☐ Bila tidak, bagaimana cara mengatasinya.....
- h. Karakteristik Tetangga dan Komunitas
- Tipe Penduduk :
 - Tipe hunian :
 - Kondisi hunian :
 - Sumber polusi udara :
 - Fasilitas kesehatan :

- i. Mobilitas geografis keluarga :
- j. Perkumpulan keluarga dan interaksi dengan masyarakat :
- k. Sistem pendukung keluarga :
 - Informal :
 - Formal :
 - Jenis bantuan yang diberikan :

3. Struktur Keluarga

- a. Pola komunikasi keluarga :
- b. Struktur kekuatan keluarga :
 - Pengambil keputusan :
 - Pengambil keputusan penting :
- c. Struktur peran :
 - a. Formal :
 - b. Informal :
 - c. Nilai dan norma budaya :

4. Fungsi Keluarga

- a. Fungsi Afektif :
- b. Fungsi Sosialisasi :
- c. Fungsi Reproduksi :

5. Stress dan Koping Keluarga

- a. Stresor jangka pendek :
- b. Stresor jangka panjang :
- c. Kemampuan keluarga merespon terhadap masalah :
- d. Strategi koping yang digunakan :
- e. Strategi adaptasi disfungsional :
- f. Pemeriksaan fisik :

Sistem	Tn / Ny
TTV. TB, BB	
Kepala / Rambut	

Mata	
Telinga	
Hidung	
Mulut	
Leher	
Dada / thorax	
Abdomen	
Ekstremitas atas	
Ekstremitas bawah	
Kulit	
Lain-lain	
Kesimpulan	

6. Harapan Keluarga Terhadap Asuhan Keperawatan Keluarga

7. Fungsi Perawatan Kesehatan (Penjajagaan tahap II)

- a) Kemampuan keluarga untuk mengetahui :
- b) Kemampuan keluarga untuk mengambil keputusan :
- c) Kemampuan keluarga untuk mau merawat anggota keluarga yang sakit :
- d) Kemampuan keluarga untuk memodifikasi lingkungan :
- e) Kemampuan keluarga untuk menggunakan fasilitas kesehatan

KUESIONER PENELITIAN
TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG DM (DKQ-24)

Data Demografi Responden

1. Nama :
2. Umur :
3. Jenis Kelamin :
4. Pendidikan Terakhir :
5. Pekerjaan :
6. Riwayat DM keluarga :
☐ Ada
☐ Tidak Ada
7. Lama diagnose DM :

KETERANGAN :

Singkatan DM (Diabetes Melitus)

Daftar pertanyaan kuesioner DM (DKQ-24) Tingkat Pengetahuan

Petunjuk pengisian : pilihlah jawaban sesuai dengan Bapak/Ibu ketahui, dengan memberi tanda (✓) pada kolom yang disediakan. Beberapa pertanyaan dibawah ini benar dan beberapa pertanyaan harus dijawab dengan satu pilihan

<u>NO.</u>	<u>Pertanyaan</u>	<u>Benar</u>	<u>Salah</u>	<u>Tidak tahu</u>
<u>1.</u>	<u>Diabetes melitus merupakan nama lain dari penyakit gula</u>			
<u>2.</u>	<u>Saya mengetahui penyebab yang terjadi pada anggota keluarga yg sakit</u>			
<u>3</u>	<u>Salah satu faktor penyebab timbulnya penyakit diabetes adalah kurang tidur</u>			

4.	<u>Saya menanyakan keluhan yang dirasakan anggota keluarga yang sakit</u>			
5.	<u>Keluarga berperan penting dalam mengambil Keputusan untuk mengatasi masalah kesehatan</u>			
6.	<u>Jika saya penderita DM, anak-anak saya berpeluang lebih besar menderita diabetes juga</u>			
7.	<u>Apakah DM dapat disembuhkan</u>			
8.	<u>Keputusan keluarga dalam mengatasi masalah kesehatan adalah puskesmas atau rumah sakit</u>			
9.	<u>Saya dapat membedakan kondisi sehat/sakit anggota keluarga</u>			
10.	<u>Olahraga teratur akan meningkatkan resiko terkena DM</u>			
11.	<u>Ada 4 jenis-jenis diabetes Melitus</u>			
12.	<u>Umur, keturunan dari keluarga, dan berat badan/kegemukan merupakan faktor-faktor penyebab timbulnya penyakit DM</u>			
13.	<u>Saya memperhatikan perkembangan Kesehatan anggota keluarga yang sakit</u>			
14.	<u>Saya melanjutkan pengobatan dirumah sesuai petunjuk dokter atau petugas Kesehatan</u>			
15.	<u>Luka dan lecet pada penderita DM sembuhnya lama</u>			
16.	<u>Penderita DM harus sangat berhati-hati saat memotong kuku kaki</u>			
17.	<u>Saya membantu anggota keluarga yang sakit dalam memberikan obat sesuai anjuran</u>			
18.	<u>Mengurangi makanan manis-manis tidak dapat menurunkan kadar gula darah</u>			
19.	<u>Saya menanyakan pendapat dari orang lain untuk menentukan Tindakan kesehatan yang tepat</u>			
20.	<u>Rasa lapar yang berlebihan merupakan tanda dan gejala penyakit DM</u>			
21.	<u>Makanan yang rendah lemak dapat mencegah resiko peningkatan gula darah</u>			
22.	<u>Sering kencing dan haus merupakan tanda rendahnya kadar gula darah</u>			
23.	<u>Kaos kaki yang ketat boleh dipakai oleh penderita DM</u>			
24.	<u>Memakai sepatu sempit tidak boleh digunakan oleh penderita DM</u>			

Sumber : (Umul Farida & Mar'atina,N.A., 2023)

Skor :

21-24	<u>Sangat baik</u>	
16-20	<u>Baik</u>	
11-15	<u>Cukup baik</u>	
≤ 10 point	<u>Kurang memadai</u>	

DAFTAR CHECKLIST

5 Tanda dan Gejala & Tugas keperawatan keluarga Edukasi Kesehatan

<u>No.</u>	<u>Pertanyaan</u>	<u>Jawaban</u>		<u>Keterangan</u>
		<u>YA</u>	<u>TIDAK</u>	
1.	<u>Kadar Glukosa Dalam Darah Tinggi</u>			
2.	<u>Lelah atau Lesu</u>			
3.	<u>Haus/Lapar Meningkatkan</u>			
4.	<u>Sering buang BAK</u>			
5.	<u>Sering mengantuk</u>			
6.	<u>Mengenal masalah Kesehatan</u>			
7.	<u>Memfaatkan pelayanan Kesehatan</u>			
8.	<u>Menciptakan lingkungan rumah yang sehat</u>			
9.	<u>Kesiapan dan kemampuan menerima informasi</u>			

Skala kemandirian keluarga

<u>No.</u>	<u>Kriteria</u>	<u>Tingkat kemandirian</u>			
		<u>I</u>	<u>II</u>	<u>III</u>	<u>IV</u>
1.	<u>Menerima petugas</u>				
2.	<u>Menerima pelayanan sesuai rencana keperawatan</u>				
3.	<u>Tau dan dapat mengungkapkan masalah Kesehatan dengan benar</u>				
4.	<u>Melakukan Tindakan keperawatan sederhana sesuai dengan yang dianjurkan</u>				
5.	<u>Memfaatkan pelayanan Kesehatan secara aktif</u>				
6.	<u>Melaksanakan Tindakan pencegahan sesuai anjuran</u>				
7.	<u>Melakukan Tindakan promotive secara aktif</u>				

Sumber : Sri Handayani Hanum & Nurhayati Barubekti (2020)

INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ZAIRONA
Umur : 78 THN
Jenis Kelamin : Perempuan
Pekerjaan : IRT
Alamat : DS. pusar ke 2.

Telah mendapat keterangan secara terinci dan jelas mengenai:

1. Penelitian yang berjudul "Penerapan edukasi kesehatan keluarga dengan diabetes melitus untuk meningkatkan manajemen kesehatan keluarga Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung"
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subyek
3. Manfaat ikut sebagai subyek penelitian
4. Bahaya yang akan timbul
5. Prosedur Penelitian

dan prosedur penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu saya bersedia/tidak bersedia*) secara sukarela untuk menjadi subyek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

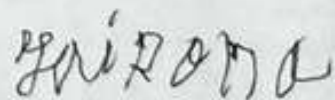
Baturaja, 14 April 2025

Peneliti,



(Jelita Yuliana)

Responden,


ZAIRONA

Saksi,



.....
F

INFORMED CONSENT
(PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : LENY RSNITA
Umur : 60
Jenis Kelamin : PEREMPUAN
Pekerjaan : IBU RUMAH TANGGA
Alamat : DESA PUSAR Kp 2

Telah mendapat keterangan secara terinci dan jelas mengenai:

1. Penelitian yang berjudul "Penerapan edukasi kesehatan keluarga dengan diabetes melitus untuk meningkatkan manajemen kesehatan keluarga Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung"
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subyek
3. Manfaat ikut sebagai subyek penelitian
4. Bahaya yang akan timbul
5. Prosedur Penelitian

dan prosedur penelitian mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut. Oleh karena itu saya bersedia/tidak bersedia*) secara sukarela untuk menjadi subyek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

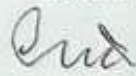
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Baturaja, 17 April 2025

Peneliti,


(Jelita Yuliana)

Responden,


.....
LENY RSNITA

Saksi,


.....
PUSPA WIDIA

DOKUMENTASI

(KONTRAK) Klien 1 dan Klien 2



Pada hari Pertama Peneliti melakukan kunjungan pertama pada kedua Responden untuk menjelaskan penelitian yang akan dilakukan yaitu Penerapan edukasi kesehatan keluarga dengan Diabetes melitus untuk meningkatkan manajemen kesehatan keluarga. Dan membuat kontrak waktu berapa lama penelitian akan dilakukan dan kapan saja klien dapat meluangkan waktu, dan persetujuan *Informed Consent* pada kedua Responden.

(PENGKAJIAN & PRE TEST) Klien 1 dan Klien 2



Pada hari kedua, peneliti melakukan kunjungan kepada Responden untuk melakukan Pengkajian keperawatan keluarga, mengecek TTV, kuesioner ke-1 (pre-test) untuk dibandingkan dengan kuesioner evaluasi akhir, daftar checklist Tanda dan Gejala & Tugas keperawatan keluarga Edukasi Kesehatan dan skala kemandirian keluarga ke-1

(INTERVENSI) Klien 1 dan Klien 2



Pada hari ketiga, Peneliti melakukan kunjungan kepada Responden untuk melakukan Penerapan edukasi kesehatan dan mendapatkan hasil seperti yang tertera pada BAB IV dengan media Poster yang berisi Definisi diabetes melitus, tanda dan Gejala, faktor penyebab diabetes melitus, pencegahan diabetes melitus, diet diabetes melitus, dan keluarga cara merawat. Serta peneliti melakukan Pre-test kuesioner ke-2 dan daftar checklist Tanda dan Gejala & Tugas keperawatan keluarga Edukasi Kesehatan. dan skala kemandirian keluarga ke-2

(EVALUASI AWAL) Klien 1 dan 2



Pada hari keempat, peneliti melakukan kunjungan kepada Responden untuk melakukan pengukuran tingkat pengetahuan pada kedua klien yaitu mengisi kuesioner ke-3 dan daftar checklist Tanda dan Gejala & Tugas keperawatan keluarga Edukasi Kesehatan. dan skala kemandirian keluarga ke-3 setelah dilakukannya Penerapan edukasi kesehatan

(SESI 2) Klien 1 dan Klien 2



Pada hari kelima, Peneliti melakukan kunjungan kepada Responden untuk melakukan pengukuran tingkat pengetahuan pada kedua klien yaitu mengisi kuesioner ke-4 dan daftar checklist Tanda dan Gejala & Tugas keperawatan keluarga Edukasi Kesehatan. dan skala kemandirian keluarga ke-4 setelah dilakukannya Penerapan edukasi kesehatan

(SESI 3) Klien 1 dan Klien 2



Pada hari keenam, Peneliti melakukan kunjungan kepada Responden untuk melakukan pengukuran tingkat pengetahuan pada kedua klien yaitu mengisi kuesioner ke-5 dan daftar checklist Tanda dan Gejala & Tugas keperawatan keluarga Edukasi Kesehatan. dan skala kemandirian keluarga ke-5 setelah dilakukannya Penerapan edukasi kesehatan

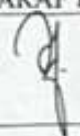
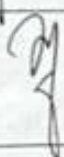
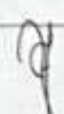
(EVALUASI AKHIR) Klien 1 da Klien 2



Pada hari Terakhir, Peneliti melakukan kunjungan kepada Responden untuk melakukan pengukuran tingkat pengetahuan pada kedua klien dan setelah dilakukannya Penerapan edukasi kesehatan serta akan melakukan perbandingan antara kuesioner ke-1 dan kuesioner akhir. Hasil didapatkan tertera pada BAB IV

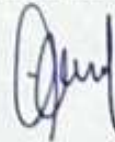
LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA : Jelita Yuliana
NIM/NPM : PO7120222037
NAMA PEMBIMBING : Ns. I Gusti Ayu Putu Desy Rohana, S.Kep.,Sp.Kep.Kom

NO.	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF PEMBIMBING
1.	3 Juni 2025	Konsultasi Pengkajian kasus	
2.	4 Juni 2025	Konsultasi masalah & rencana intervensi	
3.	5 Juni 2025	Konsultasi rencana implementasi	
4.	11 Juni 2025	Konsultasi rencana evaluasi	
5.	12 Juni 2025	Konsultasi Perbaikan intervensi	
6.	13 Juni 2025	Konsultasi Perbaikan implementasi	
7.	16 Juni 2025	Konsultasi Seluruhan KTI & PPT	
8.	18 Juni 2025	Penyusunan akhir proposal	

Mengetahui

Ktua Program Studi DIII Keperawatan



Ns. Gunardi Pome, S.Ag.,S.Kep.,M.Kes

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA : Jelita Yuliana
NIM/NPM : PO7120222037
NAMA PEMBIMBING : Saprianto, SKM.,M.Kes

NO.	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF PEMBIMBING
1.	23 Mei 2025	Konsultasi hasil Pengkajian Kasus	
2.	2 Juni 2025	Konsultasi masalah dan rencana intervensi	
3.	3 Juni 2025	Konsultasi melaporkan rencana implementasi	
4.	4 Juni 2025	Konsultasi rencana evaluasi	
5.	5 Juni 2025	Konsultasi uraian perbaikan intervensi	
6.	10 Juni 2025	Konsultasi Perbaikan Sistem PROSAI Mengacu ke TI	
7.	11 Juni 2025	Konsultasi Selesai Kelembutan Laporan ke TI & konsultasi PPT	
8.	13 Juni 2025	Mengikuti Seminar hasil, ACH	

Mengetahui

Ktua Program Studi DIII Keperawatan



Ns. Gunardi Pome, S.Ag.,S.Kep.,M.Kes

DIPLOMA III KEPERAWATAN BATURAJA

SATUAN ACARA PENYULUHAN

(Edukasi Kesehatan pada Keluarga dengan Diabetes Melitus untuk meningkatkan manajemen Kesehatan keluarga)

a. Identitas

Topik : Edukasi Kesehatan pada Keluarga dengan Diabetes Melitus

Sub topik : Edukasi Kesehatan pada Keluarga dengan Diabetes Melitus untuk meningkatkan manajemen Kesehatan keluarga

Hari/tanggal :

Waktu : 30 Menit

Tempat : Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Tanjung Agung

Sasaran : Anggota Keluarga dengan Diabetes Melitus

b. Tujuan Umum

Setelah mendapatkan penjelasan tentang Edukasi Kesehatan pada Keluarga dengan Diabetes Melitus untuk meningkatkan manajemen Kesehatan keluarga diharapkan keluarga dapat menerapkan cara Edukasi Kesehatan dengan Diabetes Melitus yang baik pada anggota keluarga yang mengalami Diabetes Melitus

c. Tujuan Khusus

Setelah mendapatkan penjelasan tentang Edukasi Kesehatan pada Keluarga dengan Diabetes Melitus untuk meningkatkan manajemen Kesehatan keluarga pada anggota keluarga yang mengalami Diabetes Melitus diharapkan keluarga mampu:

1. Menjelaskan pengertian Diabetes Melitus
2. Menjelaskan faktor penyebab Diabetes Melitus
3. Menjelaskan tanda gejala tentang Diabetes Melitus
4. Menjelaskan pencegahan Diabetes Melitus
5. Menjelaskan diet Diabetes Melitus

6. Keluarga dalam cara merawat Pasien Diabetes Melitus

a. Metode

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Tanya Jawab

b. Media

1. Poster
2. Kuesioner

c. Strategi Pelaksanaan

NO.	WAKTU	TAHAP KEGIATAN	SASARAN
1.	10 menit	Pembukaan 1. Membuka acara dengan mengucapkan salam kepada sasaran 2. Menyampaikan topik dan tujuan penkes kepada sasaran 3. Mengkontrak waktu untuk kesepakatan pelaksanaan penkes dengan sasaran 4. Mengkaji kemampuan keluarga tentang Diabetes Melitus	Menjawab salam 1. Mendengarkan penyuluh menyampaikan topik dan tujuan 2. Menyetujui kesepakatan waktu pelaksanaan penkes 3. Mendengarkan dan menjawab pertanyaan
2.	10 menit	Kegiatan inti 1. Menjelaskan materi penyuluhan kepada sasaran 2. Memberikan kesempatan kepada sasaran untuk menanyakan hal-hal yang belum dimengerti dari materi yang dijelaskan penyuluh	1. Mendengarkan penyuluh menyampaikan materi 2. Menanyakan hal-hal yang tidak dimengerti dari materi penyuluh
3.	10 menit	Evaluasi / penutup 1. Memberikan pertanyaan kepada sasaran tentang materi yang sudah disampaikan penyuluh	1. Menjawab pertanyaan yang diajukan penyuluh 2. Mendengarkan penyampaian kesimpulan

		2. Menyimpulkan materi penyuluhan yang sudah disampaikan kepada sasaran 3. Menutup acara dengan mengucapkan salam serta terimakasih kepada sasaran	3. Mendengarkan penyuluh menutup acara dan menjawab salam
--	--	---	---

d. Evaluasi yang dilakukan oleh :

1. Evaluasi Struktur
 - a. Pengorganisasian dilaksanakan sebelum pelaksanaan kegiatan.
 - b. Kontrak dengan keluarga.
 - c. Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan sesuai satuan acara penyuluhan.
2. Evaluasi Proses
 - a. Keluarga mampu menjelaskan pengertian Diabetes Melitus
 - b. Keluarga mampu menjelaskan faktor penyebab Diabetes Melitus
 - c. Keluarga mampu menjelaskan tanda gejala tentang Diabetes Melitus
 - d. Keluarga mampu menjelaskan Pencegahan Diabetes Melitus
 - e. Keluarga mampu menjelaskan diet Diabetes Melitus
 - f. Keluarga mampu dalam cara merawat pasien Diabetes Melitus

Lampiran isi

Materi Penyuluhan tentang Diabetes Melitus

A. Pengertian Diabetes Melitus

Diabetes mellitus (DM) suatu kondisi tubuh yang terjadi karena adanya peningkatan kadar gula darah dalam tubuh dimana pankreas yang didalam tubuh tidak dapat menghasilkan insulin atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif

B. Faktor penyebab Diabetes Melitus

1. Keturunan (genetik)
2. Usia
3. Kegemukan
4. Kurang Gerak

5. Kurang Tidur

C. Tanda gejala Diabetes Melitus

1. Sering merasa haus
2. Sering kencing terutama malam hari
3. Pandangan menjadi kabur
4. Sering merasa lelah tanpa sebab yang jelas dan mengantuk
5. Penurunan berat badan
6. Sering menderita sariawan atau infeksi (misalnya bisul) yang sulit sembuh
7. Mati rasa atau kesemutan di kaki dan tangan
8. Mual dan muntah

D. Pencegahan Diabetes Melitus

1. Menjaga pola makan sehat
2. Melakukan aktivitas fisik (contohnya gerak/jalan santai
3. Melakukan pemeriksaan kada gula darah di Puskesmas terdekat
Mengontrol makanan.

E. Diet Diabetes Melitus

1. Sumber karbohidrat : nasi, roti, mie, kentang, singkong, ubi, sagu
2. Sumber protein : daging rendah lemak, ikan, ayam tanpa kulit, kacang-kacangan, tahu dan tempe
3. Sumber lemak : konsumsi makanan mengandung lemak dalam jumlah terbatas. Makanan yang diolah dengan cara dipanggang, dikukus, ditumis, dan direbus
4. Vitamin dan mineral dipenuhi melalui konsumsi cukup banyak sayuran dan buah-buahan

F. Keluarga dalam cara merawat pasien

1. Mengetahui masalah Kesehatan yang dihadapi anggota keluarga.

Contoh : apakah keluarga memahami tentang pengertian Diabetes Melitus yang di derita anggota keluarga nya.

2. Membuat Keputusan secara tepat dalam mengatasi masalah kesehatan anggota keluarga.

Contoh : segera memutuskan untuk memeriksakan anggota keluarga ke pelayanan Kesehatan.

3. Memberikan perawatan pada anggota keluarga yang mempunyai masalah Kesehatan.

Contoh : keluarga mampu merawat anggota keluarga yang Diabetes Melitus yaitu memberikan diet DM serta control ke pelayanan Kesehatan.

4. Kemampuan keluarga dalam mengatur lingkungan.

Contoh : keluarga menjaga kenyamanan lingkungan secara fisik dan fisiologis.

5. Memanfaatkan fasilitas layanan Kesehatan.

Contoh : Pergi ke klinik/Puskesmas

Diet Diabetes Melitus

1. Sumber karbohidrat : nasi, roti, mie, kentang, singkong, ubi, sagu
2. Sumber protein : daging rendah lemak, ikan, ayam tanpa kulit, kacang-kacangan, tahu dan tempe
3. Sumber lemak : konsumsi makanan mengandung lemak dalam jumlah terbatas. Makanan yang diolah dengan cara dipanggang, dikukus, ditumis, dan direbus
4. Vitamin dan mineral dipenuhi melalui konsumsi cukup banyak sayuran dan buah-buahan



Diabetes Melitus



Apa itu Diabetes Melitus

Diabetes mellitus (DM) suatu kondisi tubuh yang terjadi karena adanya peningkatan kadar gula darah dalam tubuh dimana pankreas yang didalam tubuh tidak dapat menghasilkan insulin atau tidak dapat menggunakan insulin secara efektif

Tanda gejala

- Sering merasa haus
- Sering buang air kecil
- Pandangan menjadi kabur
- Penurunan berat badan
- Mual muntah
- Sarlawan dan kesemutan di kaki/tangan



Faktor penyebab Diabetes Melitus

- > Keturunan
- > Usia
- > Kegemukan
- > Kurang gerak

Keluarga cara merawat

- Mengetahui masalah kesehatan yang dialami oleh keluarga
- Membuat keputusan secara tepat dalam mengatasi masalah kesehatan keluarga
- Memberikan perawatan pada anggota keluarga



Pencegahan Diabetes Melitus

- > Periksa gula darah
- > Aktivitas fisik

BIODATA



Nama : Jelita Yuliana
Tempat Tanggal Lahir : Palembang, 03 juni 2005
Alamat : JL. Mayor Iskandar Lr. Melati 1 No. 1231
Baturaja Timur Ogan Komering Ulu
Agama : Islam
Nama Orang Tua
Ayah : Alm. M. Jajuli
Ibu : Asmarlina
Jumlah Saudara : 1
Anak ke : 1 dari 1 bersaudara
Riwayat Pendidikan
Tahun 2009-2010 : TK AISYAH PALEMBANG
Tahun 2010-2016 : SD NEGERI 02 OKU
Tahun 2016-2019 : SMP NEGERI 01 OKU
Tahun 2019-2022 : SMA NEGERI 01 OKU
Tahun 2022-2025 : POLTEKKES PALEMBANG PRODI D-III
KEPERAWATAN BATURAJA