

SURAT IJIN SURVEI AWAL DAN PENGAMBILAN DATA



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
KECAMATAN TEGALSARI KELURAHAN KEPUTRAN
RUKUN WARGA III DINOYO TANGSI
Jalan Dinoyo Lor V/2.A Surabaya

Nomor : 23/436.7.3.3/III/11/2012
Lampiran : 1 (satu) lembar
Hal : Pemberitahuan

9 Nopember 2012

Kepada : **Yth. Para Ketua RT**
di wilayah RW. III Dinoyo Tangsi
Surabaya

Menunjuk surat dari Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya nomor: 0914/WM09/T/2012 tertanggal 7 November 2012 perihal Permohonan Survei Pendahuluan (surat terlampir), dengan hormat kami mohon para Ketua RT di wilayah RW. III Dinoyo Tangsi dapat memberitahukan kepada warganya akan ada petugas survei dan membantu sehingga apa yang diharapkan dapat terlaksana dengan baik.

Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu, kami ucapkan terima kasih.

M. NOERYASIN

SURAT IJIN PENELITIAN



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
BADAN KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN PERLIDUNGAN MASYARAKAT
 Jl. Jaksa Agung Suprpto No. 2 - 4 Telp. (031) 5473284, Fax. 5343000
 SURABAYA (60272)

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 070 / 5982 / 436.7.3 / 2013

MENUNJUK : SURAT : UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA
 NOMOR : 1291/W.M09/T/2013
 TANGGAL : 18 Maret 2013
 PERIHAL : Permohonan Ijin Penelitian

DASAR : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintahan Daerah
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
 3. Perda Kota Surabaya Nomor 8 Tahun 2008 Tentang Organisasi Perangkat Daerah Kota Surabaya.
 4. Peraturan Walikota Surabaya Nomor 54 Tahun 2010 Tentang Rincian Tugas dan Fungsi Lembaga Teknis Kota Surabaya.

Dengan ini menyatakan tidak keberatan memberi ijin untuk melaksanakan Penelitian / Pengabdian Masyarakat kepada :

Nama : AGUSTINA YULIYANTI TUKU RIWU
 Alamat : Jl. Dinoyo 51 A Surabaya
 Pekerjaan : Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Widya Mandala Surabaya
 Tema / Judul : PENGARUH YOGA ASANATERHADAP SKALA INTERMITTEN CLAUDICATION PADA PASIEN PERIPHERAL ARTERIAL DESEASE (PAD)
 Tempat / Lokasi : KOTA SURABAYA (Dinas Kesehatan, Kecamatan Tegalsari, UPTD Puskesmas Dr. Soetomo)

Tanggal (Waktu) : 2 (Dua) Bulan, TMT Surat dikeluarkan
 Pengikut : -

Syarat – syarat ketentuan sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilakukan harus sesuai dengan surat permohonan, dan yang bersangkutan harus mentaati ketentuan / peraturan yang berlaku dimana dilakukan Kegiatan / Penelitian.
2. Penelitian yang dilaksanakan tidak boleh menimbulkan keresahan dimasyarakat, disintegrasi bangsa atau keutuhan Negara Kesatuan Republik Indonesia.
3. Yang bersangkutan sebelum dan sesudah melakukan Penelitian / Kegiatan harap melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Dinas / Instansi yang bersangkutan.
4. Surat Keterangan ini akan dicabut / tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi syarat / ketentuan seperti tersebut diatas.

Surabaya, 21 Maret 2013

a.n. KEPALA BADAN
 Sekretaris,

ABDUL HAKIM, SH., M.Si.
 Pembina Tk. I
 NIP 19620304 198703 1 017

Tembusan :

- Yth. 1. Sdr. Kepala Dinas Kesehatan Kota Surabaya
 2. Sdr. Camat Tegalsari Kota Surabaya
 3. Sdr. Kepala UPTD Puskesmas Dr. Soetomo Kota Surabaya
 4. Sdr. Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Widya Mandala Surabaya
 5. Sdr. Yang bersangkutan

**LEMBAR KUESIONER WAWANCARA DAN OBSERVASI
PENGUMPULAN CALON RESPONDEN**

1) Kode Responden :.....

2) Riwayat Kesehatan: ☐ Hipertensi ☐ DM
☐ Hiperkolesterol ☐ Merokok

3) Apakah ada keluhan nyeri saat aktivitas pada area :

☐ Betis ☐ Paha ☐ Bokong

Jika Ya, sudah berapa lama mengalami ini.....

4) Jika Ya, tindakan apa yang dilakukan saat mengalami nyeri :

☐ Istirahat ☐ Minum obat ☐ Pijat

Lain-lain, sebutkan.....

5) Pada saat diraba, apa yang dirasakan pada area kaki?

☐ Panas ☐ Hangat ☐ Dingin

6) Keadaan (warna kulit) kaki :

☐ Merah ☐ Pucat

LEMBAR PERMINTAAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Agustina Yuliyanti Tuku Riwu

NRP : 9103009018

Adalah mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, akan melakukan penelitian dengan judul:

“Pengaruh Yoga Asana Terhadap Skala *Intermittent Claudication* Pada Pasien *Peripheral Arterial Disease (PAD)*”.

Untuk maksud di atas, saya mohon kesediaan Bapak/Ibu menjadi responden dalam penelitian tersebut. Adapun hal-hal yang perlu Bapak/Ibu ketahui adalah:

- 1) Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh yoga asana terhadap skala *intermittent claudication* pada pasien PAD
- 2) Manfaat penelitian ini adalah skala *intermittent claudication* pada pasien PAD dapat berkurang atau tidak mengalami *intermittent claudication* setelah melakukan yoga asana, sehingga dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan baik.
- 3) Identitas Bapak/Ibu akan dirahasiakan sepenuhnya oleh peneliti dan hanya data yang Bapak/Ibu isikan yang akan digunakan demi kepentingan penelitian
- 4) Penelitian ini tidak akan memungut biaya apapun dari Bapak/Ibu
- 5) Kerahasiaan informasi yang diberikan Bapak/Ibu dijamin oleh peneliti karena hanya kelompok data tertentu saja yang akan dilaporkan sebagai hasil penelitian
- 6) Jika Bapak/Ibu bersedia menjadi responden, silahkan menandatangani lembar persetujuan dan mengisi kuesioner yang telah saya siapkan, dan jika keberatan Bapak/Ibu tidak akan dipaksa menjadi responden dalam penelitian ini.

Demikian surat permohonan ini saya buat. Atas perhatian dan partisipasi bapak/ibu sekalian saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya

Agustina Yuliyanti Tuku Riwu

NRP.9103009018

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini, menyatakan bahwa telah mendapatkan informasi tentang rencana penelitian dan bersedia menjadi peserta atau responden penelitian yang dilakukan oleh Agustina Yuliyanti Tuku Riwu, Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang berjudul: **“Pengaruh Yoga Asana Terhadap Skala Intermitten Claudication Pada Pasien Peripheral Arterial Disease (PAD)”**.

Persetujuan ini saya buat dengan sadar dan tanpa paksaan dari siapapun. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kode Responden (Diisi oleh peneliti): _____	Tanda tangan Responden: _____
---	---

LEMBAR KUESIONER DATA DEMOGRAFI

Petunjuk Pengisian :

- 1) Semua pertanyaan harus dijawab.
- 2) Berilah tanda checklist (√) pada tempat yang disediakan dan isilah titik-titik jika ada pertanyaan yang harus dijawab.
- 3) Setiap pertanyaan diisi dengan satu jawaban.
- 4) Bila ada yang kurang dimengerti dapat ditanyakan pada peneliti.

-
-
- 1) Jenis Kelamin : ☐ Laki-laki ☐ Perempuan
- 2) Usia :tahun
- 3) Pekerjaan : ☐ Ibu rumah tangga ☐ Pedagang
☐ Petani ☐ Pegawai negeri
Lain-lain sebutkan
- 4) Status Perkawinan : ☐ Menikah ☐ Tidak menikah
☐ Janda ☐ Duda
- 5) Agama : ☐ Islam ☐ Kristen
☐ Katolik ☐ Hindu
☐ Budha
- 6) Pendidikan : ☐ Tidak Sekolah ☐ SMP
☐ SD ☐ SMA
☐ Perguruan Tinggi

PROSEDUR DIAGNOSTIK PADA RESPONDEN PAD

1. Pemeriksaan Fisik

- 1) Inspeksi untuk melihat warna, distribusi rambut, edema, atrofi, varises, ulserasi, keadaan kuku, dan integritas kulit.
- 2) Palpasi untuk memeriksa suhu kulit semua bagian.
- 3) Auskultasi untuk mendengar bising. Dilakukan perabaan denyut nadi pada berbagai tempat untuk mengetahui adanya denyut, kekuatan, dan kesamaan dibandingkan secara relatif terhadap sisi kontralateral ekstremitas tersebut.

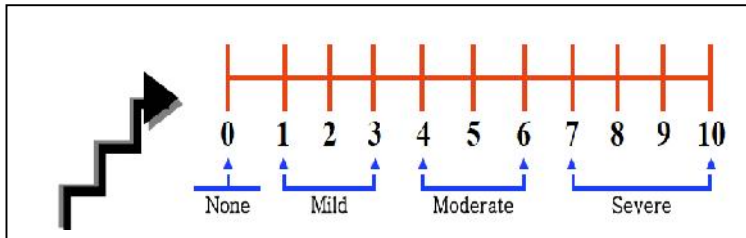
2. *Ankle Brachial Indeks (ABI)*

ABI merupakan penilaian kuantitatif dari sirkulasi perifer. Test ini dilakukan dengan menghitung rasio Tekanan Darah (TD) sistolik pembuluh darah arteri pergelangan kaki dibandingkan dengan pembuluh darah arteri lengan. Pengukuran ABI dilakukan sesudah pasien berbaring 5-10 menit. Test ini mencatat TD sistolik kedua arteri brachialis dan kedua arteri dorsalis pedis serta arteri tibialis posterior. ABI dihitung pada masing-masing tungkai dengan pembagian nilai tertinggi TD sistolik pergelangan kaki dibagi nilai tertinggi TD sistolik lengan, yang dicatat nilai dengan 2 angka desimal.

Interpretasi nilai ABI menurut American Collage of Cardiology (ACC)/ American Diabetes Association (ADA) :

Nilai ABI	Interpretasi
>1,3	Dugaan kalsifikasi arteri
0,91-1,3	Normal
0,90-0,80	Ringan
0,79-0,50	Sedang
<0,50	Berat

**LEMBAR PENILAIAN SKALA *INTERMITTEN CLAUDICATION*
MENGUNAKAN *NUMERIC RATING SCALE (NRS)* (0-10)**



Keterangan:

0 : Tidak nyeri

0-3 : Nyeri ringan (Pasien masih bisa beraktivitas)

4-6 : Nyeri sedang (Pasien bisa beraktivitas tetapi aktivitasnya terganggu)

7-10 : Nyeri berat (Pasien tidak bisa beraktivitas sama sekali)

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SPO) YOGA ASANA

1) Pengertian

Yoga Asana adalah :

Unsur ketiga dari senam yoga berupa pemberian posisi atau sikap (pose-pose) yang memberikan kenyamanan fisik dan ketenangan mental dengan melatih tubuh secara menyeluruh.

2) Manfaat

- 1) Pembaharuan energi dan meningkatkan kebugaran
- 2) Perbaikan sirkulasi
- 3) Mengurangi stres
- 4) Membuat tubuh menjadi relaks

3) Sasaran

Pasien *Peripheral Arterial Disease* (PAD) di RW III Kelurahan Keputran Kecamatan Tegalsari Surabaya.

4) Kebijakan

- 1) Pasien PAD yang tidak memiliki cacat fisik
- 2) Pasien PAD yang tidak memiliki luka (gangren)
- 3) Pasien PAD yang mengalami *intermittent claudication*
- 4) Pasien PAD yang tidak mengikuti senam
- 5) Pasien PAD yang memiliki nilai ABI $\leq 0,90$ mmHg
- 6) Pasien PAD yang bersedia mengikuti yoga asana selama 12x pertemuan

5) Tempat

Balai RW III Kelurahan Keputran Kecamatan Tegalsari Surabaya Jl. Dinoyo Lor V/2A

6) **Frekuensi**

Yoga Asana akan diberikan 2 kali seminggu pada hari sabtu dan minggu (sore hari pukul 16:00 WIB) selama 6 minggu (Bulan 6 April-12 Mei 2013) dengan durasi waktu 60 menit setiap 1 kali pertemuan. Satu gerakan yoga dimulai selama 20 detik lalu ditingkatkan dalam waktu kelipatan 20 hingga mampu mencapai tidak lebih dari 3 menit.

7) **Prosedur**

1. Persiapan Alat

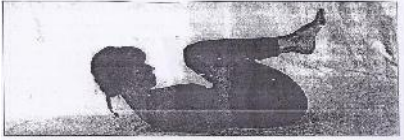
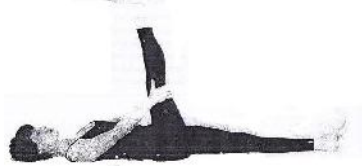
- 1) Ruangan santai dan tenang
- 2) Karpet yang tidak licin
- 3) Musik (laptop, kaset CD, dan speaker)
- 4) Kursi
- 5) Tongkat

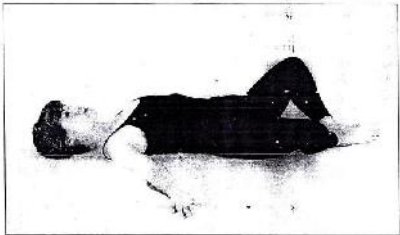
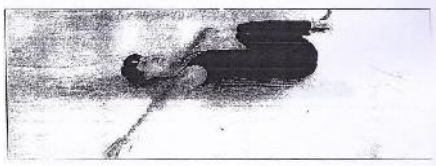
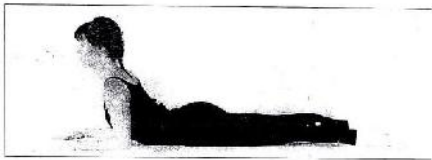
2. Pelaksanaan

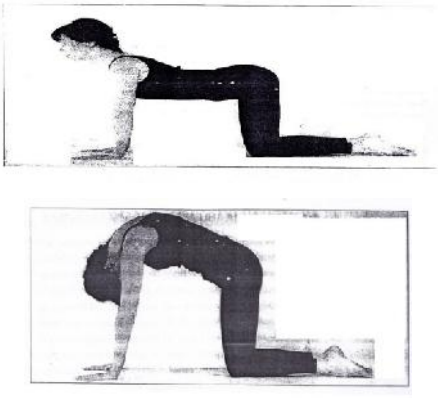
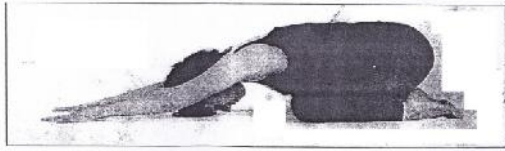
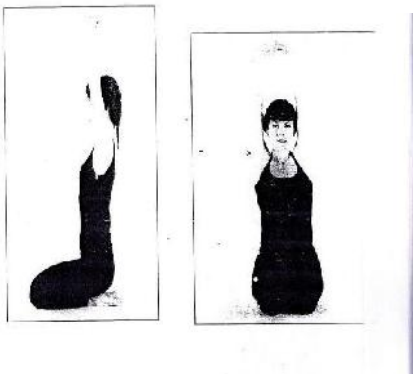
1. Persiapan pasien

- 1) Sebelum memulai yoga asana pasien harus sudah memakai pakaian olahraga
- 2) Menjelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan
- 3) Menjelaskan manfaat dari yoga asana
- 4) Menjelaskan prosedur yoga asana yang akan diberikan instruktur
- 5) Menganjurkan pasien untuk mengikuti yoga asana yang diberikan instruktur

2. Yoga Asana

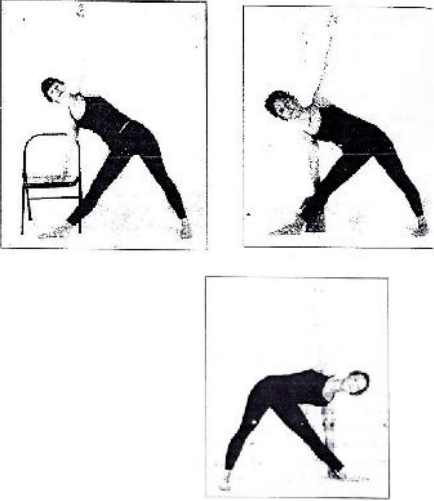
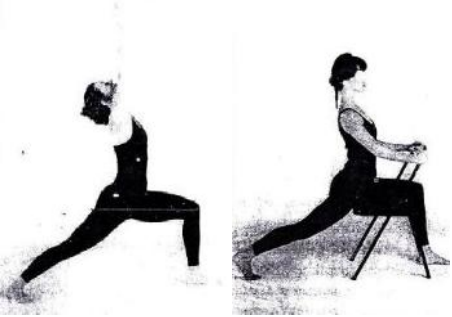
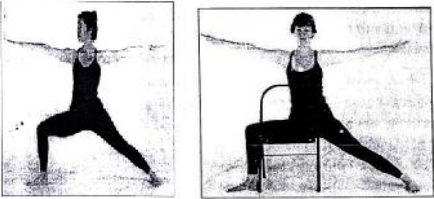
No	Yoga Asana	Gambar Yoga Asana
1	Supta Tadasana	
2	Supta Balasana	 
3	Modifikasi Supta Padangusthasana	  

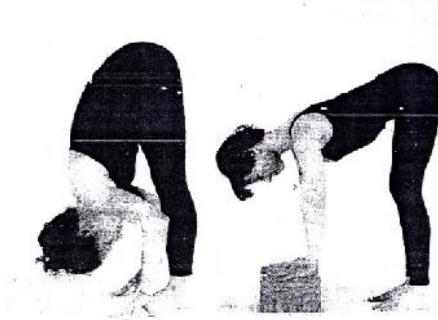
4.	Supta Baddha Konasana	
5.	Jathara Parivartanasana	
6.	Posisi Sphinx	
7.	Salabhasana Mengangkat Satu Kaki	

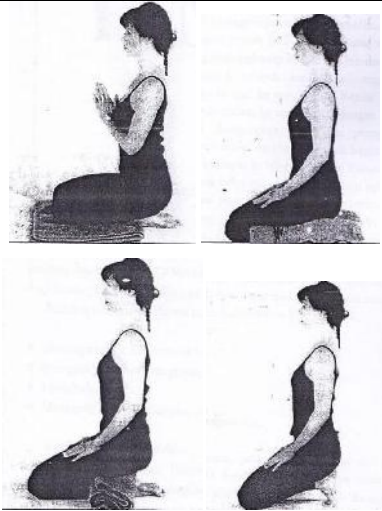
8.	Posisi Kucing-Sapi (Cat-Cow)	
9.	Balasana	
10.	Parvatasana dalam Vajrasana	

11.	Posisi Tangan Garudasana dalam Vajrasana dengan jari kaki ditekuk ke bawah	
12.	Sukhasana	
13.	Ashwa Sanchalanasana	

14.	Utkatasana		
15.	Peregangan Sisi Tubuh dengan Posisi Berdiri		
16.	Tadasana		

17.	Utthita Trikonasana	
18.	Virabhadrasana I	
19.	Virabhadrasana II	

20.	Utthita Parsvakonasana	
21.	Uttanasana	
22.	Dandasana	

23.	Vajrasana	
24.	Virasana	

3. Penutup

- 1) Memberi kesempatan pada pasien untuk bertanya apabila ada gerakan yang kurang dimengerti atau memberi saran
- 2) Ucapan terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

Indriyani, P., Supriyatno, H. & Santoso, A. (2007). *Senam aerobik terhadap penurunan kadar gula darah pada pasien DM tipe 2 di wilayah puskesmas Bukateja Purbalingga*; Media Ners.Vol.1, no 2,hal 49-99.
<ejournal.undip.ac.id/index.php/medianers/article/download/717/pdf>
diunduh tanggal 30 Agustus 2012

Rohimawati, R. (2008). *Sehat dan bahagia dengan yoga*. Jakarta : Kawan Pustaka

Worby .(2007). *Memahami segalanya tentang yoga*. Tangerang: Karisma Publishing Group.

Lembar Observasi Skala *Intermittent Claudication* (0-10)

No	Kode Responden	Skala <i>Intermittent Claudication</i> (0-10)	
		Sebelum	Sesudah

REKAPITULASI DATA UMUM PENELITIAN

Kode Responden	Jenis Kelamin	Umur (tahun)	Pekerjaan	Agama	Status Perkawinan	Pendidikan	Riwayat Kesehatan	Lama mengalami <i>Intermittent Claudication</i> (Bulan)	Tindakan Saat Mengalami <i>Intermittent Claudication</i>
001	Perempuan	63	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SD	Hipertensi	12	Istirahat Minum obat
002	Perempuan	64	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SD	Hipertensi DM Hiperkolest erol	36	Istirahat Minum obat
003	Perempuan	63	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SMA	Hipertensi	3	Istirahat Minum obat Pijat
004	Perempuan	54	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SD	Hipertensi	12	Istirahat
005	Perempuan	60	Ibu Rumah Tangga	Islam	Janda	SD	Hipertensi DM	84	Istirahat Minum obat
006	Perempuan	60	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SD	Hipertensi	12	Istirahat Minum obat
007	Perempuan	47	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SMA	Hipertensi	4	Istirahat Minum obat
008	Perempuan	50	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SD	Hipertensi Hiperkolest reol	12	Istirahat Minum obat
009	Perempuan	60	Pedagang	Islam	Menikah	Tidak sekolah	Hiperkolete rol	36	Istirahat Minum obat

010	Perempuan	46	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SMA	Hiperkolest erol	6	Istirahat Minum obat
011	Perempuan	45	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menkah	SMA	Hiperkolest erol	2	Istirahat Pijat
012	Perempuan	55	Ibu Rumah Tangga	Katolik	Menikah	SD	Hipertensi	12	Istirahat Minum obat
013	Perempuan	36	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SD	Hiperkolest erol	12	Istirahat Minum obat Digosok minyak
014	Perempuan	59	Ibu Rumah Tangga	Islam	Tidak menikah	SD	-	12	Istirahat Minum obat
015	Perempuan	57	Ibu Rumah Tangga	Islam	Menikah	SMP	-	12	Istirahat

HASIL PENGUKURAN ABI

Kode Responde	ABI (mmHg)			
	Pre		Post	
	Sistol lengan	Sistol kaki	Sistol lengan	Sistol kaki
001	148	102	128	100
002	162	100	148	110
003	132	100	128	104
004	126	100	120	98
005	130	98	122	100
006	140	100	126	100
007	130	100	122	98
008	140	106	132	112
009	126	100	120	100
010	150	118	132	112
011	128	100	124	104
012	132	100	120	98
013	142	112	130	110
014	118	90	120	100
015	138	100	122	102

HASIL PENILAIAN SKALA *INTERMITTEN CLAUDICATION*

Kode Respond	Skala <i>intermitten claudication</i> (0-10)			
	Sebelum Yoga Asana		Sesudah Yoga Asana	
	Tanggal	Hasil	Tanggal	Hasil
001	5 April 2013	7	13 Mei 2013	4
002	5 April 2013	8	13 Mei 2013	5
003	5 April 2013	5	13 Mei 2013	2
004	5 April 2013	4	13 Mei 2013	1
005	5 April 2013	5	13 Mei 2013	1
006	5 April 2013	6	13 Mei 2013	4
007	5 April 2013	4	13 Mei 2013	1
008	5 April 2013	5	13 Mei 2013	2
009	5 April 2013	4	13 Mei 2013	1
010	5 April 2013	6	13 Mei 2013	3
011	5 April 2013	6	13 Mei 2013	2
012	5 April 2013	5	13 Mei 2013	2
013	5 April 2013	4	13 Mei 2013	1
014	5 April 2013	5	13 Mei 2013	3
015	5 April 2013	5	13 Mei 2013	2

Hasil Uji t-test Sampel Berpasangan

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum	5.2667	15	1.16292	.30026
	Sesudah	2.2667	15	1.27988	.33046

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Sebelum & Sesudah	15	.909	.000

Paired Samples Test

Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
			Lower	Upper			
3.00000	.53452	.13801	2.70399	3.29601	21.737	14	.000

Gambar Pelaksanaan Yoga Asana Bersama *Pasien Periphal Arterial Disease (PAD)* di Balai RW III Kelurahan Keputran Kecamatan Tegalsari Surabaya

