

LAMPIRAN

JADWAL PENELITIAN

PERILAKU PENCEGAHAN PRIMER RUMATOID ARTHRITIS PADA
KELOMPOK PRALANSIA DIDUSUN NGARAN BALECATUR GAMPING,
SLEMAN, YOGYAKARTA

No .		Tahun 2017-2018																			
		September				Oktober				November				Desember				Januari			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Penetapan Judul																				
2	Penyusunan BAB I dan Studi Pendahuluan																				
3	Penyusunan BAB II dan BAB III																				
4	Pengumpulan Proposal																				
5	Ujian Proposal																				
6	Perbaikiakn Proposal																				
7	Penelitian																				
8	Penyusunan BAB IV, BAB V, dan BAB VI																				
9	Ujian Hasil																				

[illegible]



YAYASAN PANTI RAPIH
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANTI RAPIH

Jalan Tantular 401 Pringwulung, Condongcatur, Depok, Sleman, Yogyakarta
Telp (0274) 518977, 542744 Fax (0274) 587143
Website : www.stikespantirapih.ac.id E-mail : stikespr@stikespantirapih.ac.id



20 Oktober 2017

Nomor: 1763/STIKes-PR/B/X/2017
Hal: Permohonan studi pendahuluan

Yth. Kepala Desa Balecatur
Gamping, Sleman

Dalam rangka menyelesaikan tugas pada Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah (KTI) bagi Mahasiswa Program Pendidikan D-III Keperawatan Reguler Umum Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta Tahun Akademik 2017/2018, maka dengan ini kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini diperkenankan melakukan studi pendahuluan di Dusun Ngaran, Balecatur, Gamping, Sleman.

Adapun mahasiswa tersebut adalah:

Nama: Gregorius Bagas Setyoaji
NPM: 20151115
Judul KTI: Perilaku Pencegahan Rheumatoid pada Kelompok Pralansia di Dusun Ngaran, Balecatur, Gamping, Sleman

Atas perhatian dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



Gregorius Bagas Setyoaji, M.Kep., Ns., Sp.Kep.M.B.



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 864650, Faksimilie (0274) 864650
Website: www.slemankab.go.id, E-mail : kesbang.sleman@yahoo.com

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Kesbangpol / 3878 / 2017

TENTANG PENELITIAN

KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 32 Tahun 2017 Tentang Izin Penelitian, Izin Praktik Kerja Lapangan, Dan Izin Kuliah Kerja Nyata.
Menunjuk : Surat dari Ketua Stikes Panti Rapih Yogyakarta
Nomo : 1900/STIKES-PR/B/XI/2017
Hal : Ijin Penelitian
Tanggal : 09 Nopember 2017

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : GREGORIUS BAGAS SETYOAJI
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 201511115
Program/Tingkat : D3
Instansi/Perguruan Tinggi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Jl. Tantarul Pringwulung Condongcatur Depok Sleman
Alamat Rumah : Brontokusuman Mergangsan Yogyakarta
No. Telp / HP : 085801495116
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul
PERILAKU PENCEGAHAN PRIMER REUMATOID ARTHRITIS PADA KELOMPOK PRALANSIA DI DUSUN NGARAN BALECATUR GAMPING SLEMAN YOGYAKARTA
Lokasi : Ds. Ngaran Balecatur Gamping Sleman
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 14 Nopember 2017 s/d 13 Februari 2018

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 14 Nopember 2017

a.n. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Kesehatan Kab. Sleman
3. Camat Gamping
4. Kepala Desa Balecatur, Gamping
5. Yang Bersangkutan



Drs. Ahmad Yuno Nurkaryadi, M.M
Pembina Tingkat I, IV/b
NIP 19621002 198603 1 010



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
KECAMATAN GAMPING
KEPALA DESA BALECATUR

Jalan Wates Km. 7, Pasekan Kidul, Balecatur, Gamping, Sleman, Yogyakarta. 55295
Telepon (0274) 2820529

Balecatur, 22 November 2017

Nomor : 423.4/083

Hal : Ijin Penelitian Mahasiswa
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
Panti Rapih Yogyakarta

Kepada :

Yth. Sdr. Maridjo
Dukuh Ngaran
Ngaran

Menindaklanjuti surat dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Nomor : 070/Kesbangpol/3878/2017, tanggal 14 November 2017, Dengan ini Kepala Desa Balecatur, Kecamatan Gamping, Kabupaten Sleman, memberikan ijin kepada :

Nama : Gregorius Bagas Setyoaji
Program / Tingkat : -
Instansi/Perguruan Tinggi : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Rapih Yogyakarta

Untuk mengadakan penelitian di padukuhan Ngaran dengan judul "Perilaku Pencegahan Primer Reumatoid Arthristis pada Kelompok Pralansia di Dusun Ngaran Balecatur Gamping Sleman Yogyakarta" selama 3 bulan mulai tanggal 14 November 2017 s/d 13 Februari 2018.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon bantuan Saudara untuk dapat memberikan informasi / data yang dibutuhkan.

Demikian atas bantuan dan kerja samanya disampaikan terima kasih.

KEPALA DESA BALECATUR
HJ. SEBRAT HARYANTI

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada yth.

Ibu/Bapak Responden

Di tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Gregorius Bagas Setyoaji

Nim : 201511115

Prodi : D-III Keperawatan STIKes Panti Rapih Yogyakarta

Pada saat ini sedang melakukan penelitian tentang “Perilaku pencegahan reumatoi arthritis pada kelompok pralansi diDusun Ngaran Balecatur, Sleman, Yogyakarta”. Berkenan dengan hal tersebut, saya bermaksud meminta kesedian ibu dan bapak untuk menjadi responden guna penelitian yang dimaksud. Saya harapkan ibu dan bapak dapat mengisi lembar koesioner yang akan saya berikan dengan sejujur-jujurnya. Hasil lembar kuesioner bersifat rahasia dan tidak akan berpengaruh terhadap ibu dan bapak serta keluarga.

Atas kerjasama yang diberikan, saya ucapkan terimakasih

Hormat saya,

Gregorius Bagas Setyoaji

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang betanda tangan di bawah ini, saya :

Nama(inisial) :

Umur :

Bersama ini saya menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang diajukan oleh Gregorius Bagas Setyoaji, mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta dengan judul “ Perilaku pencegahan reumatoid arthritis pada kelompok pralansia diDusun Ngaran Balecatur, Sleman, Yogyakarta”. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran tanpa paksaan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta,2017

Yang Menyatakan

(.....)

Koesioner perilaku pencegahan rematik pada kelompok pra lansia diDusunNgaran
Balecatur Sleman Yogyakarta.

Petunjuk : bacalah dengan teliti pertanyaan dibawah ini dengan seksama dan
berilah tanda centang ($\sqrt{}$) pada jawaban yang sesuai.

Karakteristik responden

Nama/inisial :

Usia :

Jenis Kelamin :

Pendidikan terakhir :

Berat Badan :

Tinggi Badan :

Pekerjaan :

Hasil IMT :

Pencegahan primer berdasarkan asupan makan bergizi seimbang

Angka 1 : tidak pernah

Angka 2 : kadang – kadang

Angka 3 : sering

Angka 4 : selalu

No.	Pertanyaan	1	2	3	4
1	Dalam menyediakan menu makanan, anda selalu menyediakan lauk ikan minimal seminggu 2-3 kali				
2	Untuk menjaga kesehatan anda mengkonsumsi suplemen minyak ikan atau suplemen yang mengandung omega – 3				
3	Dalam menjaga asupan makanan anda menghindari pemakain penyedap rasa dalam masakan anda.				
4	Dalam menjaga daya tahan tubuh, anda mengkonsumsi suplemen yang mengandung vitamin C				
5	Anda mengkonsumsi sayuran dan buah yang mengandung vitamin C seperti buah jeruk, jambu merah, kiwi, pepaya, dll				
6	Anda mengkonsumsi sayuran dan buah yang mengandung zat beta karoten seperti wortel, bayam, melon, labu, dll.				

7	Dalam memenuhi kabohidrat seimbang anda mengkonsumsi makanan yang mengandung kabohidrat seperti nasi, jagung, singkong, dll untuk sumber tenaga				
8	Dalam setiap kali makan anda selalu mengkonsumsi makanan mengandung protein seperti telur, daging, ikan, dll				
9	Dalam setiap kali makan anda selalu mengkonsumsi makanan sayuran hijau seperti bayam, sawi, dll				
10	Dalam meningkatkan gizi anda mengkonsumsi kedelai atau susu kedelai				
11	Dalam mengkonsumsi makanan sehat anda menghindari mengkonsumsi makanan yang mengandung lemak jenuh seperti gorengan, lemak sapi, santan kental				
12	Dalam menjaga kesehatan anda tidak mengkonsumsi minuman yang mengandung pemanis buatan.				
13	Dalam menjaga kesehatan anda mengurangi atau tidak mengkonsumsi minuman kopi secara berlebihan.				

14	Dalam menjaga kesehatan anda mengkonsumsi air putih tidak kurang dari 8 gelas perhari				
15	Dalam menjaga kesehatan anda menghindari makan kalengan dan cepat saji				

Pencegahan primer berdasarkan asupan kalsium dan Vitamin D

Angka 1 : tidak pernah

Angka 2 : kadang – kadang

Angka 3 : sering

Angka 4 : selalu

No	Pertanyaan	1	2	3	4
1.	Agar membantu penyerapan vitamin D dan kalsium anda melakukan berjemur dibawah sinar matahari dibawah pukul 09.00 minimal tiga kali seminggu				
2	Dalam menjaga kesehatan anda tidak mengkonsumsi minuman yang mengandung soda yang dapat merusak kepadatan tulang dan sendi				
3	Dalam menjaga tulang dan sendi anda mengkonsumsi makanan dan minuman yang mengandung vitamin D seperti sereal, udang, DLL				

4	Dalam menjaga tulang dan sendi anda mengkonsumsi makana atau minuman yang mengandung tinggi kalsium seperti susu sapi minimal 2 kali seminggu.				
5	Dalam menjaga tulang dan sendi anda mengkonsumsi suplemen yang mengandung kalsium dan vitamin D				

Pencegahan primer berdasarkan aktivitas olahraga

Angka 1 : tidak pernah

Angka 2 : kadang – kadang

Angka 3 : sering

Angka 4 : selalu

No	Pertanyaan	1	2	3	4
1	Dalam menjaga kesehatan anda melakukan olahraga ringan dan teratur seperti jalan pagi, bersepeda.				
2	Dalam menjaga kesehatan anda tidak melakukan olahraga yang memiliki resiko tinggi cedera terlebih pada perendian seperti aerobik, parkur, dll				
3	Dalam melakukan aktivitas sehari-hari anda tidak melakukan kegiatan tulang dan sendi yang berlebihan.				

4	Dalam mencegah cedera pada saat olahraga anda selalu melakukan pemanasan sebelum olahraga				
5	Dalam melakukan olahraga anda selalu mentitik beratkan pada kelenturan otot dan sendi				

Pencegahan primer berdasarkan gaya hidup yang lain

Angka 1 : tidak pernah

Angka 2 : kadang – kadang

Angka 3 : sering

Angka 4 : selalu

No.	Pertanyaaan	1	2	3	4
1	Dalam menjaga kesehatan anda mengatur waktu istirahat dengan tepat.				
2	Dalam meningkatkan kesehatan anda menjaga pola istirahat dengan pola tidur tidak kurang dari 8 jam sehari.				
3	Dalam menjaga kesehatan anda memulai waktu tidur tidak lebih dari pukul 23.00.				
4	Untuk menjaga kesehatan anda selalu mengontrol berat badan secara teratur				
5	Dalam upaya mencapai berat badan seimbang pernah				

	mengonsumsi suplemen untuk menurunkan berat badan atau meningkatkan berat badan untuk mendapatkan berat badan normal				
6	Untuk menghindari stress anda melakukan rekreasi 2 kali dalam 1 bulan				
7	Dalam aktivitas keseharian anda, anda lebih menghindari paparan asap rokok				
8	Untuk menjaga kesehatan anda mengurangi mengonsumsi rokok/ berhenti mengonsumsi merokok				
9	Untuk menjaga kesehatan anda memilih pengobatan alami dengan tanaman herbal dan mengurangi penggunaan obat-obatan kimia.				
10	Dalam menjaga kesehatan anda tidak mengonsumsi minuman yang mengandung alkohol				

Hasil Jawaban Koesioner Responden

NO	Skor Pencegahan primer		Skor Pencegahan berdasarkan asupan makanan bergizi seimbang		Skor Pencegahan berdasarkan asupan kalsium dan vitamin D		Skor Pencegahan berdasarkan aktivitas olahraga		Skor Pencegahan berdasarkan gaya hidup lainnya	
1	50	sedang	23	Sedang	6	Sedang	6	Sedang	15	Sedang
2	63	Sedang	28	Sedang	7	Sedang	13	Baik	15	Sedang
3	69	Sedang	30	Sedang	7	Sedang	11	Baik	21	Baik
4	55	Sedang	32	Baik	5	Kurang	5	Kurang	13	Sedang
5	57	Sedang	32	Baik	5	Kurang	5	Kurang	15	Sedang
6	54	Sedang	23	Sedang	7	Sedang	10	Sedang	14	Sedang
7	49	Sedang	22	Sedang	5	Kurang	8	Sedang	14	Sedang
8	56	Sedang	34	Baik	2	Kurang	6	Sedang	14	Sedang
9	68	Sedang	30	Sedang	8	Sedang	15	Baik	16	Sedang
10	75	Baik	35	Baik	6	Sedang	11	Baik	23	Baik
11	47	Sedang	23	Sedang	5	Kurang	4	Kurang	15	Sedang
12	68	Sedang	31	Baik	6	Sedang	14	Baik	17	Sedang
13	79	Baik	36	Baik	7	Sedang	12	Baik	24	Baik
14	56	Sedang	25	Sedang	6	Sedang	5	Kurang	20	Sedang
15	38	Sedang	17	Sedang	2	Kurang	3	Kurang	16	Sedang
16	41	Sedang	23	Sedang	5	Kurang	4	Kurang	9	Kurang
17	38	Sedang	20	Sedang	6	Sedang	6	Sedang	6	Kurang
18	74	Baik	33	Baik	6	Sedang	14	Baik	21	Baik
19	52	Sedang	23	Sedang	5	Kurang	5	Kurang	19	Sedang

20	69	Sedang	32	Baik	8	Sedang	12	Baik	17	Sedang
21	50	Sedang	22	Sedang	5	Kurang	6	Sedang	17	Sedang
22	40	Sedang	26	Sedang	3	Kurang	6	Sedang	5	Kurang
23	55	Sedang	29	Sedang	5	Kurang	7	Sedang	14	Sedang
24	59	Sedang	29	Sedang	7	Sedang	7	Sedang	16	Sedang
25	51	Sedang	28	Sedang	5	Kurang	5	Kurang	13	Sedang
26	56	Sedang	23	Sedang	7	Sedang	9	Sedang	17	Sedang
27	49	Sedang	22	Sedang	3	Kurang	3	Kurang	21	Baik
28	73	Baik	32	Baik	8	Sedang	7	Sedang	26	Baik
29	66	Sedang	32	Baik	7	Sedang	7	Sedang	20	Sedang
30	57	Sedang	29	Sedang	7	Sedang	6	Sedang	15	Sedang

Sumber : Data Primer, 2017

Karakteristik Responden

No	Usia	Jenis kelamin	Pendidikan	Pekerjaan	Hasil IMT	
1	54	Pria	S-I	Pegawai Swata	23,5	Ideal
2	45	Wanita	SMA/SMK	IRT	23,1	Ideal
3	52	Pria	SMA/SMK	Pegawai Swasta	29,3	Berlebih
4	49	Pria	SMP	Wirausaha	20,3	Ideal
5	41	Wanita	SMA/SMK	IRT	26,6	Berlebih
6	55	Wanita	SD	Wirausaha	29,1	Berlebih
7	56	Pria	SD	Wirausaha	22,2	Ideal
8	44	Pria	SMP	Buruh	21,0	Ideal
9	49	Pria	SMA/SMK	Pegawai Swasta	25,9	Berlebih
10	53	Pria	SMP	Pegawai Swasta	17,0	Kurang
11	51	Pria	SMA/SMK	Pegawai Swasta	20,2	Ideal
12	49	Wanita	D-III	Pegawai Swasta	22,8	Ideal
13	46	Wanita	SD	Wirausaha	27,3	Berlebih
14	50	Wanita	D-I	Pegawai Swasta	22,3	Ideal
15	49	Wanita	SMA/SMK	IRT	25,3	Berlebih
16	49	Wanita	SMA/SMK	IRT	27,3	Berlebih
17	46	Pria	D-III	Pegawai Swasta	23,7	Ideal
18	51	Pria	D-III	Pegawai Swasta	24,0	Ideal
19	48	Wanita	D-II	Pegawai Swasta	21,3	Ideal
20	46	Wanita	SMP	IRT	24,9	Ideal
21	44	Pria	SMA/SMK	Pegawai Swasta	24,9	Ideal
22	41	Pria	SMA/SMK	Pegawai Swasta	17,9	Kurang
23	42	Wanita	SMP	IRT	27,8	Berlebih
24	47	Pria	SMP	Supir	24,2	Ideal
25	44	Pria	SMA/SMK	Pegawai Swasta	23,0	Ideal
26	51	Wanita	SMA/SMK	Wirausaha	22,7	Ideal
27	47	Wanita	SMA/SMK	Pegawai Swasta	24,4	Ideal
28	51	Wanita	S-I	Guru (PNS)	34,1	Gemuk
29	47	Pria	S-I	Pensiunan	23,4	Ideal
30	44	Wanita	SMA/SMK	Wirausaha	25,4	Berlebih

Data sumber 2017