

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah

Lampiran 1a: Contoh Formulir Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah

FORMULIR PENENTUAN JUDUL KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa: Eisa Angra Asti
 NIM : 203119201014
 Judul KTI yang diusulkan berdasarkan prioritas:

No	Bidang/departemen	Judul
1	Gecantik <i>h</i>	Penerapan kegi Exercise terhadap inkontinensia urine Pada lansia.
2	KMB	Pengaruh Sman diarah terhadap Penerapan Kadar gula darah Pada Pradentc DM tipe II.
3	Gecantik	Pengaruh terapi Relaksasi otot Progredic untuk Menurunkan Tekanan darah Pada Klien hipertensi

Usulan nama pembimbing:
 1. NS Adenny, S.Kep., M.Kep
 2. NS Masnur, SST., S.Kep., M-Biomed

Hari/Tanggal Pengumpulan Pekanbaru, 7 Februari 2024
 Pukul : 11.30
 Judul KTI yang disetujui: Penerapan latihan kegi exercise terhadap inkontinensia urine Pada lansia

Mengetahui
Kaprosdi Dit. Keabadian

[Signature]

(Idayanti, S.Pd, S.Kep., M.Kes.)
 NIP. 19631027199032002

Pekanbaru, 7 Februari 2024
 Koordinator MK KTI
 Program Studi

[Signature]

(NS Adenny, SST., S.Kep., M.Kes.)
 NIP. 197901022002122002

Lampiran 2 Formulir Kesiediaan Pembimbing 1

Lampiran 1: Contoh Formulir Pemilihan Pembimbing

FORMULIR KESEDIAAN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama : NS. Ardany, S.E.P., M.Pd
2. NIP : 1978080902001121002
3. Pangkat/golongan : IIIc
4. Jabatan : Dosen
5. Asal institusi : Poltekkes Kementerian Riau
6. Pendidikan terakhir : S2
7. Kontak person
 - a) Alamat rumah :
 - b) Telp/HP : 0813 9282 1907
 - c) Alamat kantor : Jl. Maul No 107
 - d) Telp kantor : (0761) 36 581

Menyatakan (bersedia/tidak bersedia*) menjadi pembimbing bagi mahasiswa:

- Nama : Elsa Anesa Asri
- NIM : P02119901019
- Dengan Judul : Penetapan Sistem Fisik untuk Meningkatkan Inkompatibilitas
Lutut Pada Lansia

*) coret yang tidak dipilih

Pekanbaru, 19/02/2029.

(NS. Ardany, S.E.P., M.Pd)

Lampiran 3 Formulir Kesiediaan Pembimbing 2

Lampiran 1: Contoh Formulir Pemilihan Pembimbing

FORMULIR KESEDIAAN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama : NS. Masnun, SST., SKEP., M. Biomed
2. NIP : 196912111985022003
3. Pangkat/golongan : Pansim / IVA
4. Jabatan : Kepala
5. Asal institusi : Poltekkes Komlink Riau
6. Pendidikan terakhir : S2 Kedokteran Reproduksi
7. Kontak person
 - a) Alamat rumah : Jl. Remaja Lingsi No 67 - Pekanbaru Pekanbaru
 - b) Telp/HP : 0812 - 9611-753
 - c) Alamat kantor : Jl. Mayor Nalisah, harjoseni, kas. Sukajadi KMS Pekanbaru
 - d) Telp kantor : (6761) 35581

Menyatakan (bersedia/tidak bersedia*) menjadi pembimbing bagi mahasiswa:

- Nama : Elsa Anissa Asri
- NIM : 202219501019
- Dengan Judul : Penerapan Sistem Kerja Untuk Meningkatkan Integritas Unit Pada Karies

*) coret yang tidak dipilih

Pekanbaru, 19/03/2024.


(NS. Masnun, SST., SKEP., M. Biomed.)

Lampiran 4 Lembar Konsultasi Pembimbing Utama

Lampiran 2: Contoh Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Eka Anissa ASRI
 NIM : P02211901019
 Nama Pembimbing : Ms. A. Rahmawati, S.Kep.N., KEP.



NO	TANGGAL	MATERI BIMBINGAN	SARAN	TANDA TANGAN
1.	19/2/2019	Pengajuan judul	Judul: Perencanaan Sistem Kegi untuk mengurangi intervensi waktu pada landin.	
2.	26/01/2019 Senin	Perbaikan bab 1-3	- Tujuan Penelitian di Bab 1	
3.	03/05/2019	Bimbingan dan Perbaikan bab 1-3	- bab 3 di buat sesuai Panduan. - Perbaiki bab 2 sesuai Panduan KTI	
4.	11/03/2019	bimbingan dan Perbaikan bab 1-3	- buat kerangka KIRKIP dan TEO II	
5.	11/03/2019	bimbingan dan Perbaikan bab 1-3	- lengkapi data = bab I	

Lampiran 5 Lembar Konsultasi Pembimbing 2

Lampiran 2: Contoh Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Eisa Anissa Asmi
NIM : 23.11990109
Nama Pembimbing : M. Masnus SST., SkSp., M- Biomed.

NO	TANGGAL	MATERI BIMBINGAN	SARAN	TANDA TANGAN
1.	19/03/2024	Bimbingan dan Revisi bab I - 3. Menganalisis Pengaruh KET	Revisi no halaman. - Perbaiki Penulisan.	
2.	15/3/2024	— — —	Acc dg. Berbaikan.	

Lampiran 6 Surat Izin Poltekkes Kemenkes Riau

Lampiran 1

Nomor : PP.0303/F.LII.1/116/2024

Tanggal : 4 Maret 2024

DAFTAR NAMA, JUDUL, DAN TEMPAT PRA PENELITIAN MAHASISWA
PRODI D.III KEPERAWATAN JURUSAN KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
TA.2023/2024

NO	NAMA / NIM	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PRA PENELITIAN
1.	Elsa Annesa Asril P032114401014	Penerapan Senam Kagel untuk Menurunkan Inkontenensia Urine pada Lansia	UPT PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau
2	Diva Rizki P032114401012	Penerapan Senam Rematik untuk Menurunkan Nyeri Rheumatoid Arthritis pada Lansia	UPT PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau
3	Yunisha Putri Armanda P032114401042	Penerapan Kompres Rebusan Air Serai untuk Menurunkan Nyeri Rheumatoid Arthritis pada Lansia	UPT PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau
4	Elsa Nvia Zuliana P032114401098	Penerapan pemberian Terapi Kompres Hangat Jahe Merah untuk mengurangi Nyeri Sendi pada Lansia di Wilayah Puskesmas Rumbai..	Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru
5	M. Taufiq Hidayat P032114401105	Penerapan Latihan Penguatan Sendi (ROM) untuk meningkatkan Rentang Gerak Sendi pada Pasien dengan Stroke.	Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru

Wakil Direktur / Poltekkes
Kemenkes Riau



Alkausyari Aziz SKM. M.Kes
NIP 197107252000031001

Lampiran 7 Surat Izin Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI RIAU DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Gedung Menara Lancang Kuning Lantai I dan II Komp. Kantor Gubernur Riau
Jl. Jend. Sudirman No. 460 Telp. (0761) 39064 Fax. (0761) 39117 PEKANBARU
Email : dpmptsp@riau.go.id

REKOMENDASI

Nomor : 503/DPMPPTSP/NON IZIN-RISET/63639
TENTANG



PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET
DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN KTI

1.04.02.01

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Pra Riset dari : **Wakil Direktur 1 Poltekkes Kemenkes Riau, Nomor : PP.0303/F.LII.1/116/2024 Tanggal 4 Maret 2024**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

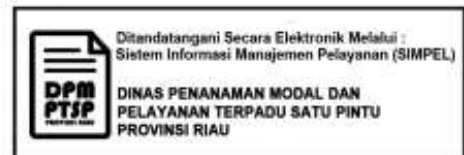
- | | |
|----------------------|--|
| 1. Nama | : ELSA ANNESASRIL |
| 2. NIM / KTP | : 032114401014 |
| 3. Program Studi | : KEPERAWATAN |
| 4. Jenjang | : DIII |
| 5. Alamat | : JL. SWAKARYA GG PADI NO 7 |
| 6. Judul Penelitian | : PENERAPAN SENAM KEGEL UNTUK MENURUNKAN INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA |
| 7. Lokasi Penelitian | : UPT PSTW KHUSNUL KHOTIMAH DINAS SOSIAL PROVINSI RIAU |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru
Pada Tanggal : 8 Maret 2024




Tembusan :

Disampaikan Kepada Yth :

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Kepala UPT.PSTW Khusnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau di Pekanbaru
3. Wakil Direktur 1 Poltekkes Kemenkes Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan

Lampiran 8 Surat Izin Penelitian dinas Sosial Provinsi Riau

**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**
DINAS SOSIAL
Jl. Jenderal Sudirman No. 239 – Pekanbaru, Kode Pos 28116
Telepon (0761) 21593, Fax. (0761) 21593
E-mail : dinassosial@riau.go.id Website : www.dinassos.riau.go.id

Pekanbaru, 7 Februari 2024

Nomor : 071/Dinsos/250
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Pelaksanaan Kegiatan Riset

Sdr. ELSA ANNESA ASRIL
di -
Pekanbaru

Menindaklanjuti Rekomendasi Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau Nomor : 503/DPMPPTSP/NON IZIN-RISET/63293 tanggal 28 Februari 2024 tentang Pelaksanaan Kegiatan Riset/Pra Riset dan Pengumpulan Data Untuk Bahan LTA, dengan ini disampaikan bahwa kami tidak keberatan dan memberi izin kepada Saudari :

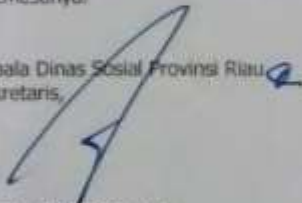
Nama : ELSA ANNESA ASRIL
NIM/KTP : 032114401014
Program Studi : Keperawatan
Jenjang : D.III
Sekolah : Politekes Kemerkes Riau
Alamat : Pekanbaru
Judul Penelitian : Penerapan Senam Kegel Untuk Menurunkan Inkontinensia Urine Pada Lansia

untuk mengadakan kegiatan riset/pras riset di lingkungan Dinas Sosial Provinsi Riau, dalam rangka penulisan dan penyusunan LTA sebagai tugas akhir dari perkuliahan.

Untuk kelancaran dan ketertiban pelaksanaan riset/pras riset diminta kepada Saudari untuk mentaati aturan dan ketentuan yang ada lokasi penelitian, dan menyerahkan laporan atau hasil riset yang telah dilaksanakan kepada Dinas Sosial Provinsi Riau.

Demikian disampaikan untuk dapat dimaklumi semestinya.

a.n. Kepala Dinas Sosial Provinsi Riau
Sekretaris,


Drs. H. Supriyadi, M.Si
Pembina Tk.I
NIP. 197009211990031003

Tembusan :
Kepala UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah

Lampiran 9 Surat Izin Penelitian UPT PSTW Husnul Khotimah

	DINAS SOSIAL PROVINSI RIAU UPT . PELAYANAN SOSIAL TRESNA WERDHA "HUSNUL KHOTIMAH" Jalan Kaharuddin Nasution Nomor : 116 Telp (0761) 674818 Kode Pos : 28284 PEKANBARU
Pekanbaru, 14 Juni 2024	
Nomor : 000.9.6/UPT. PSTW HK/VI/2024/092	Kepada Yth.
Lampiran : -	Wakil Direktur 1 Poltekkes Kemenkes Riau
Perihal : Pelaksanaan kegiatan Riset/ Pra Riset dan pengumpulan data untuk bahan Skripsi	di - Pekanbaru

Dengan hormat,

Sehubungan dengan Surat Rekomendasi Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISET/63699 Tanggal 08 Maret 2024 Perihal tersebut di atas maka dengan ini kami menerangkan bahwa

Nama :	ELSA ANNESA ASRIL
NIM/ KTP :	032114401014
Program Studi :	KEPERAWATAN
Jenjang :	DIII
Alamat :	JL. SWAKARYA GG PADI NO 7
Judul Penelitian :	PENERAPAN SENAM KEGEL UNTUK MENURUNKAN INKONTINENSI URINE PADA LANSIA
Lokasi Penelitian :	UPT. Pelayanan Sosial Tresna Werdha Husnul Khotimah Dinas Sosial Provinsi Riau.

Telah selesai melaksanakan Riset/Pra Riset dan pengumpulan data untuk bahan Skripsi sesuai dengan jadwal yang diberikan yakni 6 (enam) bulan sejak di keluarkannya rekomendasi.

Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih

KEPALA UPT. PELAYANAN SOSIAL
TRESNA WERDHA HUSNUL KHOTIMAH



NG. KURNIA S.Sos
Korwil II.1
NIP. 19681212 199103 1 007

Tembusan, Kepada Yth :

- Sdr. Elsa Annesa Asril, di Pekanbaru,
- Arsip

Lampiran 10 Pernyataan Persetujuan Responden


Subyek I

PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Dengan hormat, Saya yang bertanda tangan dibawah ini, Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau :

Nama : Elsa Annesa Asril
Nim : P032114401014

Peneliti



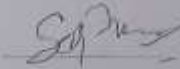
Elsa Annesa asril

Bermaksud melakukan penelitian dengan Judul "Penerapan senam kegel untuk menurunkan inkontinensia urine pada lansia di UPT PSTW Husnul Khotimah". Untuk terlaksananya kegiatan tersebut, saya mohon kesediaan Bapak/ibu untuk menjadi responden penelitian dan bersedia mengisi kuesioner. Apabila Bapak/Tbu berkenan, saya memohon Bapak/ibu untuk terlebih dahulu bersedia menandatangani lembar persetujuan menjadi responden (informed consent). Demikianlah permohonan saya, atas perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih

Nama : Ny. S
Alamat : PSTW Husnul Khotimah

Pekanbaru, ^{24 April}.....2024

Responden


Ny. S

Subyek II

PERNYATAAN PERSETUJUAN RESPONDEN

Dengan hormat, Saya yang bertanda tangan dibawah ini, Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau :

Nama : Elsa Annesa Asril

Nim : P032114401014

Peneliti



Elsa Annesa asril

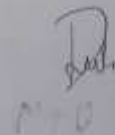
Bermaksud melakukan penelitian dengan Judul "Penerapan senam kegel untuk menurunkan inkontinensia urine pada lansia di UPT PSTW Husnul Khotimah". Untuk terlaksananya kegiatan tersebut, saya mohon kesediaan Bapak/ibu untuk menjadi responden penelitian dan bersedia mengisi kuesioner. Apabila Bapak/ibu berkenan, saya memohon Bapak/ibu untuk terlebih dahulu bersedia menandatangani lembar persetujuan menjadi responden (informed consent). Demikianlah permohonan saya, atas perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih

Nama : Ngl)

Alamat : PSTW Husnul Khotimah

Pekanbaru, ^{20 April}.....2024

Responden



M=0

Lampiran 11 Lembar Observasi

TABEL OBSERVASI POLA ELIMINASI URINE

Hari	Pasien 1		Pasien 2	
	Frekuensi		Frekuensi	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
1	12	11	10	10
2	11	11	10	10
3	11	11	10	9
4	11	10	9	9
5	10	10	9	9
6	10	10	9	9
7	10	10	10	10
8	10	9	10	9
9	9	9	10	10
10	9	9	10	9
11	9	8	9	10
12	8	8	10	9
13	8	8	9	9
14	8	7	9	8
15	8	7	8	8

Lampiran 12 Kusisioner

Nama : Ny.S

Umur : 77 tahun

Subyek 1

Pertanyaan	TP	J	KK	S	SW
Apakah anda mengalami kebocoran urine					
1. Ketika anda batuk/bersin ?	✓				
2. Ketika anda membungkuk atau mengangkat sesuatu?			✓		
3. Ketika anda berjalan cepat, jogging atau latihan fisik?			✓		
4. Ketika anda melepas pakaian untuk menggunakan toilet?			✓		
5. Ketika anda merasakan keinginan kuat untuk buang air kecil apakah urine keluar				✓	

sebelum kekamar mandi atau sudah mengompol ?					
6. Apakah anda harus bergegas ke kamar mandi, karena anda merasakan dorongan kuat untuk buang air kecil?					✓

Subyek 2

Nama : Ny.D

Umur : 83 tahun

Pertanyaan	TP	J	KK	S	SW
Apakah anda mengalami kebocoran urine					
1. Ketika anda batuk/bersin ?	✓				
2. Ketika anda membungkuk atau mengangkat sesuatu?	✓				
3. Ketika anda berjalan cepat, jogging atau latihan fisik?	✓				
4. Ketika anda melepas pakaian untuk menggunakan toilet?			✓		
5. Ketika anda merasakan keinginan kuat untuk buang air kecil apakah urine (meski hanya beberapa beberapa			✓		

tetes saja) atau keluar sebelum kekamar mandi atau sudah mengompol ?					
6. Apakah anda harus bergegas ke kamar mandi, karena anda merasakan dorongan kuat untuk buang air kecil?					✓

Keterangan:

- TP : tidak pernah
- J : jarang
- KK : kadang – kadang
- S : sering
- SW : setiap waktu

Lampiran 9 Lembar standar operasional prosedur

SOP (Standar Operasional Prosedur) SENAM KEGEL

1. Pengertian	Senam kegel adalah senam untuk menguatkan otot panggul atau senam yang bertujuan untuk memperkuat otot-otot dasar panggul terutama otot <i>pubococcygeal</i> sehingga seorang dapat memperkuat otot-otot saluran kemih. (Elsa, Resmi, Jemaulana. Vol 1. No.3. 2021).
2. Tujuan	<ul style="list-style-type: none">• Menguatkan otot-otot yang mengontrol pengeluaran urine.• Untuk mengatasi inkontinensia urine.• Lansia dapat mengontrol berkemih.• Menghindari resiko jatuh pada lansia akibat urin yang bercecer.
3. Indikasi	Klien lansia yang mengalami masalah miksi dalam pengontrolan otot dasar panggul.
4. Persiapan alat	<ul style="list-style-type: none">• Arloji \ jam• Ruang yang nyaman dan tenang
5. Persiapan klien	<ul style="list-style-type: none">• Berikan salam, perkenalkan diri anda.• Panggil klien dengan nama kesukaan klien.• Bina hubungan saling percaya.• Jelaskan pada klien tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan.• Beri kesempatan pada klien untuk bertanya.
6. Tahap kerja	<ol style="list-style-type: none">1. Pemanasan :<ol style="list-style-type: none">1) Arahkan klien untuk mengatur posisi yang nyaman dan anjurkan pasien rileks dengan nafas dalam .<ul style="list-style-type: none">❖ Lakukan nafas dalam dengan menarik nafas melalui hidung dan tahan selama 5 detik dan hembuskan melalui mulut seperti meniup balon2) mengencangkan otot perut dengan kecepatan Gerakan 1 detik pada tiap kontraksi dan diikuti 1 detik lepaskan kontraksi.<ul style="list-style-type: none">❖ Gerakan ini dilakukan selama 3 menit dengan melakukan Gerakan tegang-lepas❖ Gerakan ini dilakukan sebanyak 3 sesi dengan fase istirahat sekitar 30 detik setiap waktunya

	<p>2. Gerakan inti :</p> <p>1) Mengencangkan otot bagian panggul dengan cara seperti menahankencing, menahan otot uretra/meremas otot anus dilakukan sebanyak 3 kali.</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Jika klien sudah menemukan cara yang tepat untuk mengkontraksi otot dalam hitungan (1-10) selanjutnya rileks regangan 5 detik. ❖ Lakukan Gerakan ini sampai 5-10 kali persesi <p>3. pendinginan: relaksasi Lakukan nafas dalam dengan menarik nafas melalui hidung dan tahan selama 5 detik dan hembuskan melalui mulut seperti meniup balon</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Ulangi sebanyak 3 kali.
	<p>4. Evaluasi Dokumentasi : hari, tanggal, jam, dan hasil latihan</p>
7. Hasil	<ul style="list-style-type: none"> • Lansia mampu mengontrol berkemih <p>Lansia tidak beresiko jatuh akibat urine yang tidak terkontrol.</p>

Lampiran 14 Dokumentasi

