

Lampiran 1

Jadwal Kegiatan Penelitian Pengaruh *Yoga Asana-Pranayama* Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus

Tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023

No	Kegiatan	Waktu kegiatan (dalam minggu)																							
		Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Penyusunan proposal penelitian																								
2	Seminar proposal penelitian																								
3	Revisi proposal penelitian																								
4	Pengurusan ijin penelitian																								
5	Pengumpulan data																								
6	Pengolahan data																								
7	Analisis data																								
8	Penyusunan laporan																								
9	Sidang hasil penelitian																								
10	Revisi laporan penelitian																								
11	Pengumpulan skripsi																								

Keterangan :  : warna hitam (proses penelitian)

Lampiran 2

Realisasi Anggaran Biaya Penelitian Pengaruh *Yoga Asana-Pranayama* Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

Realisasi dana yang digunakan dalam penelitian ini dipaparkan sebagai berikut:

No	Kegiatan	Rencana Biaya
1	Tahapan Persiapan	
	a. Penyusunan proposal	Rp. 100.000,00
	b. Penggandaan proposal	Rp. 100.000,00
	c. Presentasi proposal	Rp. 100.000,00
	d. Revisi proposal	Rp. 100.000,00
2	Tahapan pelaksanaan	
	a. Pengurusan ijin penelitian	Rp. 200.000,00
	b. Uji etik	Rp. 100.000,00
	c. Penggandaan lembar dan pengumpulan data	Rp. 150.000,00
	d. Transportasi dan akomodasi	Rp. 100.000,00
	e. Konsumsi responden	Rp. 150.000,00
	f. Biaya Pengganti Narasumber	Rp. 600.000,00
3	Tahap akhir	
	a. Penyusunan laporan	Rp 100.000,00
	b. Penggandaan laporan	Rp 100.000,00
	c. Presentasi laporan	Rp 100.000,00
	d. Revisi laporan	Rp 100.000,00
	e. Biaya tak terduga	Rp 500.000,00
Jumlah		Rp 2.500.000,00

Lampiran 3

Lembar Permohonan Menjadi Responden

Kepada

Yth. Bapak/Ibu Calon Responden

Di –

Puskesmas I Denpasar Barat,

Dengan Hormat

Saya mahasiswa S.Tr Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar semester VIII bermaksud melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Yoga Asana-Pranayama* terhadap Depresi pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2023” di Denpasar Barat, sebagai persyaratan untuk menyelesaikan program studi S.Tr Keperawatan. Berkaitan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi responden yang merupakan sumber informasi bagi penelitian ini. Informasi yang Bapak/Ibu berikan akan dijaga kerahasiannya.

Demikian permohonan ini saya sampaikan dan atas partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Denpasar, 17 April 2023

Peneliti



Putu Defri Githayani

NIM. P07120219062

Lampiran 4

**PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN
(INFORMED CONSENT)
SEBAGAI PESERTA PENELITIAN**

Yang terhormat Bapak/Ibu/Saudara/i, kami meminta kesediannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

Judul	Pengaruh <i>Yoga Asana-Pranayama</i> terhadap Depresi pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2023
Peneliti Utama	Putu Defri Githayani
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar
Peneliti lain	-
Lokasi Penelitian	Puskesmas I Denpasar Barat
Sumber Pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh *Yoga Asana-Pranayama* terhadap Depresi pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat tahun 2023. Jumlah peserta sebanyak 30 orang dengan syaratnya yaitu kriteria inklusi, pasien yang didiagnosis diabetes melitus tipe 2 oleh dokter, pasien diabetes melitus tipe 2 yang mengalami depresi setelah dilakukan screening depresi dengan BDI-II, dan pasien diabetes melitus dengan usia 45-80 tahun, serta pasien diabetes melitus tipe 2 yang kooperatif. Kriteria eksklusi, pasien diabetes melitus tipe 2 yang sulit berkomunikasi dan pasien yang

sebelumnya sudah bersedia menjadi responden namun dalam perjalanan pelaksanaan terjadi kecelakaan, sakit parah, ataupun kematian yang mengakibatkan berhalangan hadir ataupun berhenti ketika mengikuti prosedur *yoga asana-pranayama*.

Kegiatan ini tidak berbahaya karena peserta akan melakukan gerakan-gerakan yang ringan dan mudah lalu dilanjutkan dengan teknik pernapasan. Kegiatan akan dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan dengan masing-masing pertemuan selama 35-45 menit.

Atas kesedian berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Kompensasi lain yaitu peneliti akan memberikan snack untuk peserta. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Bapak/Ibu/Saudara/i pada penelitian ini bersifat sukarela. Bapak/Ibu/Saudara/i dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Keputusan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk berhenti sebagai peserta penelitian tidak akan mempengaruhi mutu dan akses/ kelanjutan pengobatan yang akan diberikan.

Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Bapak/Ibu/Saudara/i diminta untuk menandatangani formulir “Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*) Sebagai Peserta Penelitian” setelah Bapak/Ibu/Saudara/i

benar-benar memahami tentang penelitian ini. Bapak/Ibu/Saudara/i akan diberi salinan persetujuan yang sudah ditandatangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Bapak/Ibu/Saudara/i. Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti : CP : Putu Defri Githayani (081933164321)

Tanda tangan Bapak/Ibu/Saudara/Adik dibawah ini menunjukkan bahwa Bapak/Ibu/Saudara/Adik telah membaca, telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta *penelitian/Wali.**

Peserta/ Subjek Penelitian,

Wali,



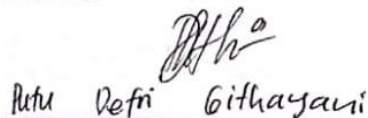
Tanggal : 17 / 04 / 2023

Tanggal : / / 2023

Hubungan dengan Peserta/ Subjek Penelitian:

(Wali dibutuhkan bila calon peserta adalah anak < 14 tahun, lansia, tuna grahita, pasien dengan kesadaran kurang – koma)

Peneliti



Tanggal : 17 / 04 / 2023

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila

- ☐ Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- ☐ Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- ☐ Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian.

Saksi:

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

Nama dan Tanda tangan saksi

Tanggal : / / 2023

(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)

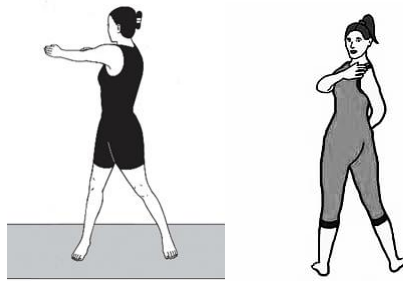
* coret yang tidak perlu

Lampiran 5

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR YOGA ASANA-PRANAYAMA

	POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR JURUSAN KEPERAWATAN STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SPO) LABORATORIUM	
YOGA ASANA-PRANAYAMA		
Pengertian	suatu rangkaian latihan fisik yang diawali dari mengambil pose/ sikap sambil memusatkan pikiran lalu dilanjutkan dengan teknik pengendalian napas yang seimbang.	
Tujuan	untuk kebugaran fisik, fleksibilitas fungsi muskuloskeletal, mengoptimalkan jumlah oksigen yang masuk, melatih otot-otot pernafasan sehingga metabolisme seimbang, menimbulkan rasa tenang dan rileks.	
Prosedur: Persiapan alat	Matras	
Preinteraksi	1. Siapkan alat-alat yang diperlukan 2. Cuci tangan	
Tahap Orientasi	1. Beri salam dan perkenalkan diri 2. Menjelaskan tujuan, materi latihan, dan manfaat 3. Ciptakan lingkungan yang tenang untuk meningkatkan konsentrasi	
Tahap Kerja	Peneliti mengajarkan latihan fisik <i>asana-pranayama</i> pada responden, kemudian responden melakukan latihan fisik tersebut yang diobservasi oleh peneliti 1. Melakukan pemanasan ringan	

2. Kati Chakrasana



- a) Berdiri dengan kedua kaki terpisah.
- b) Sambil menarik napas, angkat kedua tangan ke depan setinggi bahu, dengan kedua telapak tangan saling berhadapan. Lalu menggerakkan badan ke kanan sambil menghembuskan napas.
- c) Putar kembali tubuh ke depan sambil menarik napas. Lalu menggerakkan badan ke kiri sambil menghembuskan napas.
- d) Kembali ke posisi awal.
- e) Sambil menarik nafas, rentangkan tangan setinggi bahu.
- f) Menggerakkan badan ke kanan, sambil menghembuskan napas. Dekatkan telapak tangan kiri menyentuh bahu kanan dan tangan kanan menyentuh pinggang.
- g) Pertahankan posisi dan atur napas.
- h) Setelah beberapa saat, tarik napas sambil kembali ke posisi semula. Kemudian hembuskan napas dan ulangi di sisi kanan.
- i) Lakukan 7 putaran

3. *Vakrasana*



- a) Duduk dengan posisi merentangkan kaki ke depan
- b) Sambil menarik nafas, tekuk kaki kanan dan letakkan di samping lutut kiri.
- c) Saat menghembuskan nafas, menggerakkan badan ke kanan. Taruh lengan kiri di sekitar paha kanan dan tempatkan telapak tangan kiri di samping kaki kanan.
- d) Bawa tangan kanan ke belakang dan pertahankan telapak tangan menyentuh matras/tanah dengan punggung lurus.
- e) Pertahankan posisi selama 10 detik dengan pernapasan normal dan rileks.
- f) Kembali ke posisi semula.
- g) Ulangi gerakan yang sama pada sisi lain lakukan selama 2 menit.

4. *Nadi Shuddhi Pranayama*



	a) Duduk pada salah satu posisi yoga atau duduk di kursi dengan mata tertutup. b) Posisi tangan kiri di atas lutut kiri dalam <i>Jnana mudra</i> (arahkan ujung jari telunjuk ke arah ujung ibu jari) dan tangan kanan dalam <i>Visnha mudra</i> (jari telunjuk dan jari tengah dilipat). c) Tutup lubang hidung kanan dengan ibu jari dan tarik napas dalam melalui hidung kiri selama 4 hitungan. d) Tutup lubang hidung kiri dengan jari manis dan kelingking dan tahan napas selama yang bisa dilakukan (4 hitungan) h) Lepaskan ibu jari dari hidung kanan, lalu hembuskan napas melalui lubang hidung kanan perlahan selama 8 hitungan. i) Tarik napas melalui lubang hidung kanan dengan lubang hidung kiri yang tertutup, tutup lubang hidung kanan, tahan nafas selama yang bisa dilakukan (4 hitungan) j) Buka lubang hidung kiri dan hembuskan melalui itu secara perlahan selama 8 hitungan. k) Ulangi hingga 5 putaran.
Tahap Terminasi	1. Evaluasi pasien 2. Berikan umpan balik positif 3. Membersihkan alat 4. Cuci tangan

Lampiran 6

INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA

Judul penelitian : Pengaruh *Yoga Asana-Pranayama* Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023

Waktu pengambilan :

Nama responden :

--	--	--

Kode Responden :

Petunjuk Pengisian Data :

1. Dalam Kuesioner berikut telah disediakan 21 kelompok pernyataan. Dalam setiap pernyataan tersebut, terdapat beberapa pilihan yang disediakan.
2. Anda diharapkan membaca dahulu pertanyaan dengan saksama, kemudian pilihlah 1 pernyataan dari setiap nomor yang sesuai dengan keadaan dan perasaan anda dengan mencentang (✓) kotak pada pernyataan.
3. Jika ingin mengganti jawaban, berilah tanda sama silang (X) pada jawaban yang salah dan centang kotak pada pernyataan yang anda pilih.

A. Data singkat responden

1. Tempat Tanggal Lahir :

2. Usia :.....tahun

3. Jenis Kelamin : L/P

4. Alamat/no hp :

5. Pendidikan terakhir

☐

Tidak sekolah

☐

SMA

☐

SD

☐

Perguruan Tinggi

☐

SMP

6. Pekerjaan

☐

Tidak bekerja

☐

Petani

☐

Karyawan swasta

☐

Buruh

☐

Pedagang

☐

Lain-lain sebutkan.....

☐

PNS

7. Status Perkawinan

☐

belum kawin

☐

Cerai hidup

☐

kawin

☐

Cerai mati

TES BECK DEPRESSION INVENTORY(BDI-II)

(Pilihlah salah satu pernyataan yang sesuai dengan diri anda seminggu terakhir,
dengan mencentang (✓) kotak di depan pernyataan yang dipilih)

Contoh

1.pernyataan 1

☐

(0) Saya tidak merasa sedih

☐

(1) Saya merasa sedih

☒

(2) Saya merasa sedih sepanjang waktu dan saya tidak dapat
menghilangkannya

☐

(3) Saya begitu sedih sehingga saya merasa tak tahan lagi

PERNYATAAN

Setelah saya menderita diabetes melitus

1. Pernyataan 1

☐

(0) Saya tidak merasa sedih

☐

(1) Saya merasa sedih

☐

(2) Saya merasa sedih sepanjang waktu dan saya tidak dapat
menghilangkannya

☐

(3) Saya begitu sedih sehingga saya merasa tak tahan lagi

2. Pernyataan 2

- ☐ (0) Saya tidak berkecil hati/yakin terhadap masa depan saya
- ☐ (1) Saya merasa berkecil hati terhadap masa depan saya
- ☐ (2) Saya merasa tidak ada sesuatu yang saya nantikan
- ☐ (3) Saya merasa bahwa tidak ada harapan dimasa depan, segala sesuatu tidak dapat diperbaiki

3. Pernyataan 3

- ☐ (0) Saya tidak merasa gagal
- ☐ (1) Saya merasa bahwa saya telah gagal melebihi kebanyakan orang
- ☐ (2) Saat saya mengingat masa lalu, yang teringat adalah kegagalan
- ☐ (3) Saya merasa bahwa saya adalah orang yang gagal total

4. Pernyataan 4

- ☐ (0) Saya memperoleh kepuasan atas segala sesuatu seperti biasanya
- ☐ (1) Saya tak lagi mendapat kepuasan dan hal yang biasa saya lakukan
- ☐ (2) Saya tidak mendapat kepuasan dari apapun lagi
- ☐ (3) Saya tmerasa tidak puas atau bosan dengan segalanya

5. Pernyataan 5

- ☐ (0) Saya tidak merasa bersalah
- ☐ (1) Saya cukup sering merasa bersalah
- ☐ (2) Saya sering merasa sangat bersalah
- ☐ (3) Saya merasa bersalah sepanjang waktu

6. Pernyataan 6

- ☐ (0) Saya tidak merasa bahwa saya sedang dihukum
- ☐ (1) Saya merasa bahwa saya mungkin dihukum

☐ (2) Saya mengharapkan agar dihukum

☐ (3) Saya merasa bahwa saya sedang dihukum

7. Pernyataan 7

☐ (0) Saya tidak merasa kecewa pada diri sendiri

☐ (1) Saya merasa kecewa terhadap diri saya sendiri

☐ (2) Saya merasa jijik terhadap diri sendiri

☐ (3) Saya membenci diri saya sendiri

☐ (4) Saya benci diri saya

8. Pernyataan 8

☐ (0) Saya tidak merasa bahwa saya lebih buruk daripada orang lain

☐ (1) Saya selalu mencela diri saya sendiri karena kelemahan atau kekeliruan
saya

☐ (2) Saya menyalahkan diri saya sepanjang waktu atas kesalahan saya

☐ (3) Saya menyalahkan diri saya sendiri atas semua hal yang terjadi

9. Pernyataan 9

☐ (0) Saya tidak mempunyai pikiran untuk bunuh diri

☐ (1) Saya mempunyai pikiran untuk bunuh diri, tetapi saya tidak akan
melaksanakannya

☐ (2) Saya ingin bunuh diri

☐ (3) Saya ingin bunuh diri kalau ada kesempatan

10. Pernyataan 10

☐ (0) Saya tidak menangis lebih dari biasanya

☐ (1) Sekarang saya lebih banyak menangis daripada biasanya

☐ (2) Saya hampir selalu menangis terhadap hal-hal kecil

☐ (3) Saya merasa ingin menangis tapi tidak bisa

11. Pernyataan 11

☐ (0) Sekarang saya tidak merasa lebih gelisah dari sebelumnya

☐ (1) Saya lebih mudah gelisah daripada biasanya

☐ (2) Saya sekarang merasa gelisah sepanjang waktu

☐ (3) Saya selalu merasa gelisah sehingga menyembunyikan diri.

12. Pernyataan 12

☐ (0) Saya masih tetap senang bergaul dengan orang lain

☐ (1) Saya kurang berminat terhadap orang lain dibanding biasanya

☐ (2) Saya kehilangan sebagian besar minat saya terhadap orang lain dan sedikit peduli dengan orang lain

☐ (3) Saya telah kehilangan seluruh minat saya terhadap orang lain dan tidak peduli dengan orang lain

13. Pernyataan 13

☐ (0) Saya mengambil keputusan sama baiknya dengan sebelumnya

☐ (1) Saya lebih banyak menunda keputusan dari biasanya

☐ (2) Saya mempunyai kesulitan yang lebih besar dalam mengambil keputusan daripada sebelumnya

☐ (3) Saya sama sekali tidak dapat mengambil keputusan apapun

14. Pernyataan 14

☐ (0) Saya tidak merasa saya kelihatan lebih jelek daripada biasanya

☐ (1) Saya merasa cemas jangan-jangan saya tua dan tidak menarik

☐ (2) Saya merasa ada perubahan - perubahan tetap pada penampilan saya
yang membuat saya tidak menarik

☐ (3) Saya yakin bahwa saya kelihatan jelek

15. Pernyataan 15

☐ (0) Saya dapat bekerja dengan baik seperti sebelumnya

☐ (1) Saya membutuhkan tenaga ekstra untuk mulai mengerjakan sesuatu

☐ (2) Saya merasa memaksa diri saya untuk mengerjakan sesuatu

☐ (3) Saya sama sekali tidak dapat mengerjakan apa-apa

16. Pernyataan 16

☐ (0) Saya dapat tidur nyenyak seperti biasanya

☐ (1) Saya tiak dapat tidur nyenyak seperti biasanya

☐ (2) Saya bangun 2-3 jam lebih awal dari biasanya dan sukar tidur kembali

☐ (3) Saya bangun beberapa jam lebih awal dari biasanya dan tidak dapat
tidur kembali.

17. Pernyataan 17

☐ (1) Saya tidak lebih mudah tersinggung/ marah dari biasanya

☐ (2) Saya lebih mudah tersinggung/marah dari biasanya

☐ (3) Saya hampir selalu tersinggung/marah dari biasanya

☐ (4) Saya merasa begitu sedih hingga tak tahan lagi

18. Pernyataan 18

☐ (0) Nafsu makan saya masih seperti biasanya

☐ (1) Nafsu makan saya tidak seperti biasanya

☐ (2) Sekarang nafsu makan saya jauh lebih berkurang

☐ (3) Saya tidak mempunyai nafsu makan sama sekali

19. Pernyataan 19

- ☐ (0) Saya dapat berkonsentrasi seperti biasanya
- ☐ (1) Saya tidak dapat berkonsentrasi sebaik seperti biasanya
- ☐ (2) Saya tidak dapat berkonsentrasi dalam jangka waktu lama
- ☐ (3) Saya sama sekali tidak dapat berkonsentrasi

20. Pernyataan 20

- ☐ (0) Saya tidak lebih mudah lelah dari biasanya
- ☐ (1) Saya menjadi lebih mudah lelah dibandingkan dari biasanya
- ☐ (2) Saya teralalu lelah untuk melakukan sesuatu dibandingkan dulu
- ☐ (3) Saya terlalu lelah melakukan sebagian pekerjaan dibandingkan dulu

21. Pernyataan 21

- ☐ (0) Saya merasa tidak ada perubahan dalam minat saya terhadap seks
akhir- akhir ini
- ☐ (1) Saya kurang berminat terhadap seks kalau dibandingkan dengan
sebelumnya
- ☐ (2) Sekarang saya sangat kurang berminat terhadap seks
- ☐ (3) Saya sama sekali kehilangan minat terhadap seks

Terimakasih atas partisipasi anda

Lampiran 7

Master Tabel

Pengaruh Yoga Asana-Pranayama Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023

Kode Subjek Penelitian	Usia (th)	Jenis kelamin	Tingkat pendidikan	Pekerjaan	Status perkawinan	Tingkat Depresi	
						Pre - test	Post-test
1	4	2	2	1	2	3	2
2	3	1	4	2	2	2	1
3	2	2	2	1	2	2	2
4	1	1	4	2	2	2	1
5	2	1	3	2	2	2	1
6	4	2	2	1	4	3	3
7	2	1	3	2	2	2	1
8	4	2	4	1	2	3	3
9	3	2	2	1	2	3	2
10	2	1	3	2	2	2	1
11	2	1	3	2	2	2	1
12	4	2	2	1	2	2	2
13	3	1	2	1	2	2	2
14	2	2	2	2	2	2	2
15	3	2	2	1	2	3	2
16	4	2	2	1	2	3	3
17	2	2	3	2	2	2	1
18	4	2	2	1	4	2	2
19	4	2	2	1	2	3	2
20	4	2	2	1	4	2	2
21	4	2	2	1	4	3	3
22	1	2	3	2	2	2	1
23	3	2	3	1	2	2	2
24	3	1	4	2	2	2	1
25	2	1	3	2	2	2	1
26	4	1	2	1	2	2	2
27	4	2	2	1	2	3	2
28	3	2	2	1	2	2	2
29	2	2	3	2	2	2	1
30	3	2	2	1	2	2	1

Keterangan:**Umur**

- 1 = Dewasa awal (20-30 tahun)
- 2 = Dewasa madya (31-59 tahun)
- 3 = Dewasa akhir (≥ 60 tahun)

Pekerjaan

- 1 = Tidak bekerja
- 2 = Bekerja

Jenis Kelamin

- 1 = Laki - laki
- 2 = Perempuan

Status Perkawinan

- 1 = belum kawin
- 2 = kawin
- 3 = cerai hidup (janda/duda)
- 4 = cerai mati (janda/duda)

Pendidikan

- 1 = Tidak sekolah
- 2 = Pendidikan dasar
- 3 = Pendidikan menengah
- 4 = Pendidikan tinggi

Tingkat Depresi

- 1 = 0 – 13 (normal)
- 2 = 14 – 19 (depresi ringan)
- 3 = 20 – 28 (depresi sedang)
- 4 = 29 – 63 (depresi berat)

Lampiran 8

HASIL UJI STATISTIK DATA PENGARUH YOGA ASANA-PRANAYAMA TERHADAP PENURUNAN DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI UPDT PUSKESMAS I DENPASAR BARAT TAHUN 2023

Statistics								
		usia	Jenis kelamin	Tingkat pendidikan	Pekerjaan	Status perkawinan	Pre-test Depresi	Post-test Depresi
N	Valid	30	30	30	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0	0	0	0
Mean		2.57	1.67	2.57	1.40	2.27	2.30	1.73
Std. Error of Mean		.092	.088	.133	.091	.126	.085	.126
Median		3.00	2.00	2.00	1.00	2.00	2.00	2.00
Mode		3	2	2	1	2	2	2
Std. Deviation		.504	.479	.728	.498	.691	.466	.691
Variance		.254	.230	.530	.248	.478	.217	.478
Range		1	1	2	1	2	1	2
Minimum		2	1	2	1	2	2	1
Maximum		3	2	4	2	4	3	3
Sum		77	50	77	42	68	69	52

A. Distribusi Frekuensi

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Madya (31-59)	13	43.3	43.3	43.3
	Dewasa akhir (>60)	17	56.7	56.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Jenis kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	10	33.3	33.3	33.3
	Perempuan	20	66.7	66.7	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Tingkat pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Pendidikan dasar	17	56.7	56.7	56.7
	Pendidikan menengah	9	30.0	30.0	86.7
	Pendidikan tinggi	4	13.3	13.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak bekerja	18	60.0	60.0	60.0
	Bekerja	12	40.0	40.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Status perkawinan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kawin	26	86.7	86.7	86.7
	Cerai mati (Janda)	4	13.3	13.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Pre-test Depresi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Depresi ringan	21	70.0	70.0	70.0
	Depresi sedang	9	30.0	30.0	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

Post-test Depresi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	12	40.0	40.0	40.0
	Depresi ringan	14	46.7	46.7	86.7
	Depresi sedang	4	13.3	13.3	100.0
	Total	30	100.0	100.0	

B. Hasil Analisa Data Hubungan Antara Karakteristik Subjek Penelitian (Usia, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan, Pekerjaan dan Status Perkawinan) Terhadap Depresi

1. Usia

usia * Pre-test Depresi Crosstabulation

			Pre-test Depresi		Total
			Depresi ringan	Depresi sedang	
usia	Madya (31-59)	Count	13	0	13
		Expected Count	9.1	3.9	13.0
		% of total	43.3%	0.0%	43.3%
	Dewasa akhir (>60)	Count	8	9	17
		Expected Count	11.9	5.1	17.0
		% of total	26.7%	30.0%	56.7%
Total		Count	21	9	30
		Expected Count	21.0	9.0	30.0
		% of total	70.0%	30.0%	100.0%

Correlations

			usia	Pre-test Depresi
Spearman's rho	usia	Correlation Coefficient	1.000	.572**
		Sig. (2-tailed)	.	.001
		N	30	30
	Pre-test Depresi	Correlation Coefficient	.572**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.001	.
		N	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

2. Jenis kelamin

Jenis kelamin * Pre-test Depresi Crosstabulation

			Pre-test Depresi		Total
			Depresi ringan	Depresi sedang	
Jenis kelamin	Laki-laki	Count	10	0	10
		Expected Count	7.0	3.0	10.0
		% of total	33.3%	0.0%	33.3%
	Perempuan	Count	11	9	20
		Expected Count	14.0	6.0	20.0
		% of total	36.7%	30.0%	66.7%
Total		Count	21	9	30
		Expected Count	21.0	9.0	30.0
		% of total	70.0%	30.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6.429 ^a	1	.011		
Continuity Correction ^b	4.464	1	.035		
Likelihood Ratio	9.126	1	.003		
Fisher's Exact Test				.013	.012
Linear-by-Linear Association	6.214	1	.013		
N of Valid Cases	30				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.00.

b. Computed only for a 2x2 table

3. Tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan * Pre-test Depresi Crosstabulation

			Pre-test Depresi		Total
			Depresi ringan	Depresi sedang	
Tingkat pendidikan	Pendidikan dasar	Count	9	8	17
		Expected Count	11.9	5.1	17.0
		% of total	30.0%	26.7%	56.7%
	Pendidikan menengah	Count	9	0	9
		Expected Count	6.3	2.7	9.0
		% of total	30.0%	0.0%	30.0%
	Pendidikan tinggi	Count	3	1	4
		Expected Count	2.8	1.2	4.0
		% of total	10.0%	3.3%	13.3%
Total		Count	21	9	30
		Expected Count	21.0	9.0	30.0
		% of total	70.0%	30.0%	100.0%

Correlations

			Tingkat pendidikan	Pre-test Depresi
Spearman's rho	Tingkat pendidikan	Correlation Coefficient	1.000	-.369*
		Sig. (2-tailed)	.	.045
		N	30	30
	Pre-test Depresi	Correlation Coefficient	-.369*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.045	.
		N	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

4. Pekerjaan

Pekerjaan * Pre-test Depresi Crosstabulation

			Pre-test Depresi		Total
			Depresi ringan	Depresi sedang	
Pekerjaan	Tidak bekerja	Count	9	9	18
		Expected Count	12.6	5.4	18.0
		% of total	30.0%	30.0%	60.0%
	Bekerja	Count	12	0	12
		Expected Count	8.4	3.6	12.0
		% of total	40.0%	0.0%	40.0%
Total		Count	21	9	30
		Expected Count	21.0	9.0	30.0
		% of total	70.0%	30.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	8.571 ^a	1	.003		
Continuity Correction ^b	6.356	1	.012		
Likelihood Ratio	11.699	1	.001		
Fisher's Exact Test				.004	.003
Linear-by-Linear Association	8.286	1	.004		
N of Valid Cases	30				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 3.60.

b. Computed only for a 2x2 table

5. Status Perkawinan

Status perkawinan * Pre-test Depresi Crosstabulation

			Pre-test Depresi		Total
			Depresi ringan	Depresi sedang	
Status perkawinan	Kawin	Count	19	7	26
		Expected Count	18.2	7.8	26.0
		% of total	63.3%	23.3%	86.7%
	Cerai mati (Janda)	Count	2	2	4
		Expected Count	2.8	1.2	4.0
		% of total	6.7%	6.7%	13.3%
Total		Count	21	9	30
		Expected Count	21.0	9.0	30.0
		% of total	70%	30%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.879 ^a	1	.348		
Continuity Correction ^b	.124	1	.725		
Likelihood Ratio	.817	1	.366		
Fisher's Exact Test				.563	.345
Linear-by-Linear Association	.850	1	.357		
N of Valid Cases	30				

a. 2 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.20.

b. Computed only for a 2x2 table

C. Hasil Uji Normalitas Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Sebelum dan Setelah Perlakuan *Yoga Asana-Pranayama* di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

Descriptives				
			Statistic	Std. Error
Pre-test Depresi	Mean		17.67	.638
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	16.36	
		Upper Bound	18.97	
	5% Trimmed Mean		17.41	
	Median		16.50	
	Variance		12.230	
	Std. Deviation		3.497	
	Minimum		14	
	Maximum		27	
	Range		13	
	Interquartile Range		5	
	Skewness		.957	.427
	Kurtosis		.312	.833
Post-test Depresi	Mean		15.27	.711
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	13.81	
		Upper Bound	16.72	
	5% Trimmed Mean		15.04	
	Median		14.00	
	Variance		15.168	
	Std. Deviation		3.895	
	Minimum		10	
	Maximum		25	
	Range		15	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.824	.427
	Kurtosis		.033	.833

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-test Depresi	.183	30	.012	.891	30	.005
Post-test Depresi	.161	30	.046	.927	30	.040

a. Lilliefors Significance Correction

D. Hasil Analisa Data Tingkat Depresi Pasien Diabetes Melitus Sebelum dan Setelah Yoga Asana-Pranayama di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-test Depresi - Pre-test Depresi	Negative Ranks	30 ^a	15.50	465.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	30		

a. Post-test Depresi < Pre-test Depresi

b. Post-test Depresi > Pre-test Depresi

c. Post-test Depresi = Pre-test Depresi

Test Statistics^a

	Post-test Depresi - Pre-test Depresi
Z	-4.827 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 9

Surat Ijin Pengambilan Studi Pendahuluan



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>

Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id



Nomor : KH.03.02/020/ **0682** /2023

24 Februari 2023

Hal : Mohon ijin Pengambilan Data studi pendahuluan

Yth.

Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar

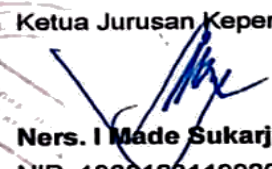
di-

Tempat

Sehubungan dengan pembuatan tugas akhir mahasiswa semester VIII Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin pengambilan data pendukung/ studi pendahuluan penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

NAMA	NIM	DATA YANG DIAMBIL
1. Putu Defri Githayani	P07120219062	1. Data angka kejadian kasus diabetes melitus tahun 2019 – 2023 di Kabupaten Denpasar 2. Data angka kejadian kasus diabetes melitus tipe 2 Tahun 2019-2023 di Kabupaten Denpasar 3. Data angka kejadian kasus Diabetes Melitus Tahun 2019-2023 di Puskesmas Denpasar Barat I 4. Data angka kejadian kasus Diabetes Melitus tipe 2 Tahun 2019-2023 di Puskesmas Denpasar Barat I

Demikian kami sampaikan atas perkenannya kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Ners. I Made Sukarja, S.Kep, M.Kep
NIP. 196812311992031020

Tembusan :

1. Yth. Kepala UPTD Puskesmas I Denpasar Barat
2. Arsip



PEMERINTAH KOTA DENPASAR

DINAS KESEHATAN

Jl. Maruti No. 8 Denpasar, Kode Pos 80111
Telepon (0361) 424801, Fax (0361) 425369
www.denpasarkota.go.id email: kesehatan@denpasarkota.go.id

No. Surat : 070 / 1448 / Dikes
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : **Mohon Ijin Pengambilan
Data Studi Pendahuluan**

Denpasar, 1 Maret 2023
Kepada
Yth Kepala UPTD Puskesmas I
Dinas Kesehatan
Kec. Denpasar Barat

Di
Tempat

Menindaklanjuti surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Denpasar Nomor: KH.03.02/020/0682/2023 tanggal 24 Februari 2023, perihal mohon ijin pengambilan data studi pendahuluan dalam rangka penyusunan tugas akhir mahasiswa, atas nama :

Nama : Putu Defri Githayani
NIM : P07120219062

Maka dengan ini kami sampaikan agar saudara Kepala UPTD Puskesmas dapat membantu dan memfasilitasi penelitian dimaksud sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian disampaikan, atas kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar

dr. Anak Agung Ayu Candrawati, M.Kes

Pembina

NIP. 196709151998032003

Tembusan Disampaikan Kepada :

1. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekes Kemenkes Denpasar
2. Yang bersangkutan
3. Arsip



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>

Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id



Nomor : PP.08.02/020/ 0767 /2023

Denpasar, 5 April 2023

Lampiran : 1 (satu) gabung

Hal : Mohon izin Penelitian

Yth :

Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar

di-

Tempat

Schubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar tahun akademik 2022-2023, kami mohon perkenannya untuk memberikan izin penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

Nama : Putu Defri Githayani

Nim : P07120219062

Judul penelitian : Pengaruh *Yoga Asana-Pranayama* Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023

Lokasi penelitian : UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

Waktu penelitian : April – Mei 2023

Atas perkenannya kami ucapkan terima kasih



Ketua Jurusan Keperawatan

Ners. I Made Sukarja, S.Kep, M.Kep

NIP : 196812311992031020

Tembusan :

1. Yth. Kepala Puskesmas I Denpasar Barat
2. Arsip



PEMERINTAH KOTA DENPASAR

DINAS KESEHATAN

Jl. Maruti No. 8 Denpasar, Kode Pos 80111
Telepon (0361) 424801, Fax (0361) 425369
www.denpasarkota.go.id email: kesehatan@denpasarkota.go.id

No. Surat : 070 / 2790 / Dikes
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : **Mohon Ijin Penelitian**

Denpasar, 13 April 2023
Kepada
Yth. Kepala UPTD Puskesmas I
Dinas Kesehatan
Kec. Denpasar Barat
Di
Tempat

Menindaklanjuti surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar Nomor: PP.08.02/020/0767/2023 tanggal 5 April 2023, perihal mohon ijin penelitian dalam rangka penyusunan tugas akhir mahasiswa, atas nama :

Nama : Putu Defri Githayani
NIM : P07120219062

Maka dengan ini kami sampaikan agar saudara Kepala UPTD Puskesmas dapat membantu dan memfasilitasi penelitian dimaksud sesuai ketentuan yang berlaku. Demikian disampaikan, atas kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik oleh:
Kepala Dinas Kesehatan Kota Denpasar



dr. Anak Agung Ayu Agung Candrawati, M.Kes
Pembina
NIP. 196709151998032003

Tembusan Disampaikan Kepada :

1. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar
2. Yang bersangkutan
3. Arsip



Balai
Sertifikasi
Elektronik



Dokumen ini ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE. Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan digital yang resmi dan sah yang keabsahannya dapat diakses di alamat:
https://tnde.denpasarkota.go.id/files/tte/tnde_surat_keluar_sign/tte-001298-SRT-0420231_conv.pdf



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)

Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan
Telp : (0361) 710447 Faximili : (0361) 710448
Laman (website) : www.poltekkes-denpasar.ac.id



PERSETUJUAN ETIK / ETHICAL APPROVAL

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0482 /2023

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

Pengaruh Yoga Asana-Pranayama Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/Peneliti Utama :

Putu Defri Githayani

LAIK ETIK. Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Denpasar, 11 Mei 2023

Ketua,



Dr. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)

Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan

Telp : (0361) 710447 Faximili : (0361) 710448

Laman (website) : www.poltekkes-denpasar.ac.id



Lampiran Ethical Approval No : LB.02.03/EA/KEPK/ 0482 /2023

SARAN REVIEWER

Nama Peneliti	Judul	Saran Tindak lanjut	
		Reviewer 1	Reviewer 2
Putu Githayani	Pengaruh Yoga Asana-Pranayama Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023	Penelitian dapat dilanjutkan	Perjelas teknis dalam melakukan intervensi, intervensi akan dilakukan setiap berapa hari, dimana lokasi dan siapa yang melatih yoga. Post test apakah dilakukan setiap sehabis melakukan yoga atau hanya sekali diakhir penelitian? Berikan kompensasi pengganti waktu bagi responden setiap dilakukan latihan yoga

Denpasar, 11 Mei 2023

Ketua,



Dr. Mi Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes

Lampiran 12

Surat Bukti Penyelesaian Administrasi



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>

Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id



BUKTI PENYELESAIAN ADMINISTRASI SEBAGAI PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN POLTEKKES DENPASAR

Nama Mahasiswa : Putu Defri Githayani

NIM : P07120219062

NO	JENIS	TGL	PENANGGUNG JAWAB	
			TANDA TANGAN	NAMA TERANG
1	Akademik	25 / 5. 23		Eviyana
2	Perpustakaan	25 5 23		Dewa Tevijaya
3	Laboratorium	25 5 23		Ari Kresna Ganti
4	HMJ	25 5 23		Suryanika
5	Keuangan	25 5 23		L. A Suabdi
6	Administrasiumum/ perlengkapan	25 5 23		L. A Kt Alit

Keterangan:

Mahasiswa dapat mengikuti Ujian Skripsi jika seluruh persyaratan diatas terpenuhi.

Denpasar, 25 Mei 2023
Ketua Jurusan Keperawatan,

Ners. I Made Sukarja. S.Kep. M.Kep.
NIP. 196812311992031020

Lampiran 13

Lembar Bimbingan



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>

Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id



BLANKO BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA MAHASISWA : Putu Defni Githayani

NIM : P07120219062

PROGRAM STUDI : S.Tr. Keperawatan

JUDUL SKRIPSI

Pengaruh Yoga Asana-Pranayama Terhadap Depresi Pada Pasien
Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat Tahun 2023

PEMBIMBING I : I. Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., Msi

No	HARI TANGGAL	MATERI	HASIL BIMBINGAN	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1.	Kabu, 17 Mei 2023	Bab V Hasil Penelitian	- perbaiki karakteristik subjek penelitian - perbaiki tabel - tambahkan sitasi pada kaidah analisa data	
2.	Selasa, 23 Mei 2023	Bab V Hasil Penelitian	- tambahkan alasan memilih analisa data - perbaiki tata penulisan	
3.	Jumat, 26 Mei 2023	Bab V Pembahasan	- tambahkan teori yang berkaitan dengan hasil penelitian - minimal 2 jurnal - perbaiki kelemahan penelitian	
4.	Rabu, 31 Mei 2023	Bab VI Simpulan dan Saran	- sesuai dengan hasil penelitian - perbaiki tata penulisan - perbaiki kalimat sesuai dengan SPK	
5.	Selasa, 6 Juni 2023	Lampiran	- perbaiki tabel anggaran	

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA****DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id**BLANKO BIMBINGAN SKRIPSI**

NAMA MAHASISWA : Putu Defri Githayani

NIM : 10.71202.19062

PROGRAM STUDI : S.Tr. Keperawatan

JUDUL SKRIPSI

Pengaruh Yoga Asana - Pranayama Terhadap Depresi Pada Pasien
Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD Puskesmas 5 Denpasar Barat Tahun 2023

PEMBIMBING I : I. Wayan Candra, S.Pd., S.Kep., Ns., Msi.

No	HARI TANGGAL	MATERI	HASIL BIMBINGAN	TANDA TANGAN PEMBIMBING
6.	Rabu, 7 Juni 2023	Abstrak dan Ringkasan penelitian	- perbaiki abstrak sesuai Panduan - perbaiki ringkasan penelitian	
7.	Jumat, 9 Juni 2023	Skripsi keseluruhan	- perbaiki tata tulis <i>Assalamu alaihi wa rahmatullahi wa barakatuh</i>	

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA****DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN****POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR**

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id**BLANKO BIMBINGAN SKRIPSI**

NAMA MAHASISWA : Putu Delfi Githayans

NIM : 107120219062

PROGRAM STUDI : S.Tr. Keperawatan

JUDUL SKRIPSI

Pengaruh Yoga Asana - Pranayama Terhadap Tingkat
Depresi pada pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Barat

PEMBIMBING II

: I Nengah Sumirta SST, S.Kep, Ns. M.Ker

No	HARI TANGGAL	MATERI	HASIL BIMBINGAN	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1.	Selasa, 16 Mei 2023.	Bimbingan Bab V	Penulis perlu uji statistik lebih menganalisis Hubung	(Reny)
2.	Kamis, 25 Mei 2023	Bimbingan Bab V dan Bab VI	-perbaiki tata tulis sesuai pedoman. - tambahkan penelitian yang mendukung.	(Reny)
3	Jumat, 26 Mei 2023	Bimbingan Bab V dan Bab VI	- tambahkan teori yang men- dukung penelitian - perbaiki tata tulis sesuai pedoman	(Reny)
4.	Selasa, 30 Mei 2023	Bimbingan Bab V dan Bab VI	- simpulan dan saran sesuaikan dengan hasil penelitian - perbaiki kelemahan penelitian	(Reny)

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA****DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN****POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR**

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>Email : info@poltekkes-denpasar.ac.id**BLANKO BIMBINGAN SKRIPSI**

NAMA MAHASISWA : Putu Defi Coithayani

NIM : 101120219062

PROGRAM STUDI : S.Tr. Keperawatan

JUDUL SKRIPSI

Pengaruh Yoga Asana-Pranayama Terhadap Representasi
pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

PEMBIMBING II : I. Nengah Sumirta S.ST, S.Kep, Ns. M.Kes

No	HARI TANGGAL	MATERI	HASIL BIMBINGAN	TANDA TANGAN PEMBIMBING
5	Rabu, 7 Juni 2023.	Bimbingan bab V dan Bab VI Abstrak Ringkasan penelitian	- sesuaikan abstrak dengan panduan - lengkapi skripsi keseluruhan.	
6.	Jumat, 8 Juni 2023	Bimbingan skripsi lengkap.		



Portal

Perkuliahan

Perkuliahan (mhs)

Laporan (Mhs)

Yudisium (Mhs)

SISTEM INFORMASI MANAJEMEN
AKADEMIK

Data Skripsi Mahasiswa

N I M P07120219062

Nama Mahasiswa Putu Defri Githayani

Info Akademik

Fakultas : Jurusan Keperawatan - Jurusan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan
+ Profesi Ners
Semester : 8

Skripsi Bimbingan Jurnal Ilmiah Seminar Proposal Syarat Sidang

Bimbingan

No	Dosen	Topik	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen
1	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Pengajuan judul 1. Pengaruh Massage terhadap stres pada pasien hipertensi. 2. Pengaruh Meditasi Om terhadap stres hipertensi	9 Jan 2023	✓
2	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Pengajuan judul 1. Pengaruh spiritual mindfulness based on breathing exercise terhadap stres pada DM tipe 2	12 Jan 2023	✓
3	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Pengajuan judul 1. Pengaruh tai chi for diabetes terhadap depresi pada DM. 2. Pengaruh Sudarshan Kriya Yoga terhadap depresi pada DM tipe 2	20 Feb 2023	✓
4	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	ACC judul: Pengaruh yoga asana-pranayama terhadap depresi pada pasien DM tipe 2 (lanjut bab I)	21 Feb 2023	✓
5	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan Bab I (tambahkan kronologi masalah, perbaiki manfaat, tata cara penulisan, lanjut Bab II)	27 Feb 2023	✓
6	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan Bab II (perbaiki tata cara penulisan, tambahkan materi lebih spesifik tentang yoga dan depresi)	1 Mar 2023	✓
7	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan Bab III (Perbaiki isi definisi operasional, hipotesis, daftar pustaka, lanjut bab IV)	3 Mar 2023	✓
8	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan revisi bab I-III dan bimbingan bab IV (tambahkan sampel dan perbaiki kriteria inklusi serta eksklusi)	8 Mar 2023	✓
9	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	ACC seminar (siapkan PPT yang singkat, admin seminar, kumpulan laporan Ujian seminar proposal tanggal 28 Maret 2023)	27 Mar 2023	✓
10	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	ACC judul: Pengaruh yoga asana- pranayama terhadap depresi pada pasien DM tipe 2 (lanjut bab I)	21 Feb 2023	✓
11	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Bab I (perbaiki tata cara penulisan dan perbaiki sitasi)	27 Feb 2023	✓
12	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan bab I dan II (Perbaiki tata cara penulisan, daftar pustaka, dan definisi operasional)	6 Mar 2023	✓
13	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Revisi bab I dan II serta bimbingan bab III (perbaiki tata cara penulisan tabel, daftar pustaka, cetak miring)	8 Mar 2023	✓
14	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Revisi bab I,II,III dan bimbingan bab IV (perbaiki tata cara penulisan, alur penelitian, kriteria inklusi, dan teknik analisa data)	10 Mar 2023	✓
15	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	ACC seminar (siapkan PPT, admin seminar, kumpulan laporan Ujian seminar proposal tanggal 28 Maret 2023)	14 Mar 2023	✓
16	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan Bab V (Perbaiki karakteristik subjek penelitian dan tabel serta tambahkan sitasi pada kaidah analisa data)	17 Mei 2023	✓
17	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan Bab V (tambahkan alasan memilih analisa data dan perbaiki tata penulisan)	23 Mei 2023	✓
18	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan Bab V (tambahkan teori yang berkaitan dengan hasil penelitian, minimal 2 jurnal, dan perbaiki kelemahan penelitian)	26 Mei 2023	✓
19	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan Bab VI (sesuai dengan hasil penelitian, perbaiki tata tulis, perbaiki kalimat sesuai SP0K)	31 Mei 2023	✓
20	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Lampiran (perbaiki tabel anggaran)	6 Jun 2023	✓
21	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Bimbingan Abstrak dan Ringkasan Penelitian (perbaiki abstrak sesuai panduan dan perbaiki ringkasan penelitian)	7 Jun 2023	✓
22	196510081986031001 - I WAYAN CANDRA, S.Pd, M.Si	Skripsi Keseluruhan (Acc, siapkan ujian sidang skripsi)	9 Jun 2023	✓
23	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Bab V (perhatikan metode uji statistik ketika menganalisis hubungan)	17 Mei 2023	✓
24	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Bab V (perbaiki tata tulis, tambahkan penelitian yang mendukung)	25 Mei 2023	✓
25	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Bab V (tambahkan teori yang mendukung penelitian, perbaiki tata tulis)	26 Mei 2023	✓
26	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Bab V dan Bab VI (simpulan dan saran sesuaikan dengan hasil penelitian, perbaiki kelemahan penelitian)	30 Mei 2023	✓
27	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan abstrak dan ringkasan penelitian (sesuaikan abstrak dengan panduan, lengkapi skripsi keseluruhan)	7 Jun 2023	✓
28	196502251986031002 - I NENGGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan skripsi keseluruhan (Acc, siapkan ujian sidang skripsi)	9 Jun 2023	✓

Lampiran 14

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Putu Defri Githayani
NIM : P07120219062
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2023
Alamat : Br. Dinas Kaja, Busungbiu, Buleleng
Nomor HP/Email : 081933164321/ defrigitha@gmail.com

Dengan ini menyerahkan skripsi berupa tugas akhir dengan judul:

Pengaruh *Yoga Asana-Pranayama* Terhadap Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di UPTD I Denpasar Barat Tahun 2023

1. Dan menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialih mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan publikasinya di internet atau di media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam skripsi ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dengan surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 10 Juli 2023

Yang menyatakan



Putu Defri Githayani
P07120219062

PENGARUH YOGA ASANA-PRANAYAMA TERHADAP DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR BARAT TAHUN 2023

by Putu Defri Githayani

Submission date: 11-Jun-2023 09:55AM (UTC-0500)

Submission ID: 2113619501

File name: PENGARUH YOGA ASANA-PRANAYAMA TERHADAP DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR BARAT TAHUN 2023.doc (1.69M)

Word count: 16199

Character count: 100475

PENGARUH YOGA ASANA-PRANAYAMA TERHADAP DEPRESI PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI UPTD PUSKESMAS I DENPASAR BARAT TAHUN 2023

ORIGINALITY REPORT

26% SIMILARITY INDEX	26% INTERNET SOURCES	12% PUBLICATIONS	8% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

1	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	13%
2	ejournal.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	3%
3	eprints.undip.ac.id Internet Source	1%
4	repository.itekes-bali.ac.id Internet Source	1%
5	www.scribd.com Internet Source	1%
6	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1%
7	repository.ub.ac.id Internet Source	<1%
8	Yani Nurhayani, Titin Supriatin. "Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pemberdayaan Diri dalam Mengontrol Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes Melitus di Desa Mundu Pesisir Kec. Mundu Kab. Cirebon", MalahayatiNursing Journal, 2021 Publication	<1%