

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar *Informed Consent*

**LEMBAR PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)
PELAKSANAAN STUDI KASUS ASUHAN KEBIDANAN PADA AKSEPTOR
KONTRASEPSI *DEPO MEDROKSI PROGESTERON ASETAT* (DMPA) DENGAN
EFEK SAMPING KENAIKAN BERAT BADAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : H
Usia : 34
Pekerjaan : *pelekas*
Alamat : *Desa Tanjung Jati*

Menyatakan dengan sesungguhnya BERSEDIA menjadi klien dalam pelaksanaan asuhan kebidanan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan dengan efek samping kenaikan berat badan meliputi wawancara dan pemeriksaan fisik yang akan disusun sebagai sebuah Laporan Tugas Akhir (LTA) Mahasiswa Program Studi DIII Kebidanan Bangkalan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Surabaya.

Demikian lembar persetujuan ini dibuat untuk dipergunakan semestinya.

Bangkalan, *30 April*, 20*24*

Mahasiswa

Klien




Novie Sepya Adji
P27824321039

H

Lampiran 2 Surat Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN BANGKALAN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 JL. SOEKARNO HATTA NO. 37 TELP/FAX. (031) 3091577
 B A N G K A L A N

REKOMENDASI PENELITIAN
NOMOR : 00.9.2 / 157 / 433.207 / 2024

- DASAR :**
1. Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan, dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi;
 2. Permendagri Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian;
 3. Permendagri Nomor 20 Tahun 2011 tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kemendagri dan Pemerintah Daerah.

Menunjuk Surat : Kementerian Kesehatan Poltekkes Surabaya
 Nomor : DP.04.03/F.XXIV.11.3/0278/2024
 Tanggal : 5 April 2024

Memberikan Rekomendasi Penelitian/ Survey/ Research/ PKL/ Magang/ KKN kepada :

- a. Nama : **NOVIE SEPYA ADJI**
- b. Alamat : Perum Permata Selong Blok D 25 Gunung Sekar Sampang
- c. No. Hp/WA : 082338529007
- d. Pekerjaan / Jabatan : Mahasiswa
- e. Instansi/Civitas/ Organisasi : Poltekkes Surabaya
- f. Kebangsaan : Indonesia
- g. Judul : Studi kasus asuhan Kebidanan pada akseptor Kontrasepsi suntik 3 bulan dengan efek samping kenaikan berat badan di Puskesmas Kamal Tahun 2024.
- h. Bidang Penelitian : Kebidanan
- i. Tujuan Penelitian : Survey , penelitian, mengambil data, wawancara
- j. Dosen Pembimbing / Penanggungjawab : Sri Wayanti, S.SiT., M.PH
- k. Peserta : -
- l. Waktu : 5 April 2024 s/d 31 Mei 2024
- m. Lokasi : Puskesmas Kamal Kecamatan Kamal Kabupaten Bangkalan

Sehubungan dengan hal tersebut, diharapkan dukungan dan kerjasama pihak terkait untuk memberikan bantuan yang diperlukan. Adapun kepada peneliti agar memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Berkewajiban menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib yang berlaku di lokasi penelitian/survey/research;
2. Pelaksanaan penelitian/survey/research agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan, keamanan dan ketertiban di lokasi penelitian/survey/research;
3. Melaporkan hasil penelitian dan sejenisnya kepada Bakesbangpol Kabupaten Bangkalan.

Bangkalan, 5 April 2024
an. Plt. KEPALA BADAN KESBANG DAN POLITIK
KABUPATEN BANGKALAN
KABID HAL



Tembusan :

- Yth. 1. Bapak Bupati Bangkalan
(sebagai laporan)
2. Sdr. Ka. Dinkes Kab. Bangkalan
3. Yang bersangkutan
4. Arsip



PEMERINTAH KABUPATEN BANGKALAN
DINAS KESEHATAN

JALAN RAYA KETENGAN KEC. BURNEH KABUPATEN BANGKALAN TELP (031) 3095381

Bangkalan, 22 April 2024

Nomor : 000.9.2/897 /433.102/2024
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Hal : Ijin Penelitian/ Survey/ Data

K e p a d a
 Yth. Kepala UPT Dinas Kesehatan
 Kab. Bangkalan,
 Puskesmas Kamal

Di

B A N G K A L A N

Menindaklanjuti Surat dari Badan Kesatuan bangsa Dan Politik Kabupaten Bangkalan Nomor 0009.2/230/433..207/ 2024 Tanggal 18 April 2024. Perihal Permohonan Data , maka bersama ini kami sampaikan bahwa :


Nama : **NOVIE SEPYA ADJI**
 Tema/judul : studi kasus asuhan kebidanan pada akseptor
 Penelitian : kontrasepsi suntik 3 bulan dengan efek samping
 kenaikan berat badan di puskesmas kamal tahun
 2024
 Instansi : Poltekes Surabaya
 Waktu : 5 April 2024 S/d 31 Mei 2024

Sehubungan dengan hal tersebut di atas di harapkan saudara untuk membantu Sepenuhnya demi kelancaran pelaksanaan penelitian / survey dimaksud. Dengan ketentuan:

1. Menghormati dan mentaati peraturan dan tata tertib di daerah setempat / lokasi penelitian / survey.
2. Pelaksanaan penelitian / survey agar tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan keamanan dan ketertiban di daerah setempat / lokasi penelitian / survey.
3. Melaporkan hasil penelitian dan sejenisnya kepada Dinas Kesehatan Kabupaten Bangkalan Bagian Sumber Daya Kesehatan (Seksi SDM).

Demikian untuk mendapat perhatian sepenuhnya, terimakasih.

An. KEPALA DINAS KESEHATAN
 KABUPATEN BANGKALAN
 Kepala Bidang SDK


INDAH WAHYUNI, SE., M.MKes
 Pembina
 NIP. 197609162001122002



PEMERINTAH KABUPATEN BANGKALAN
DINAS KESEHATAN
PUSKESMAS KECAMATAN KAMAL
Jalan Kusuma Bangsa No. 23 Email : pkmkamal17@gmail.com

Kamal, 01 Mei 2024

SURAT KETERANGAN
Nomor :400.7.22.1/310/433.106.5/2024

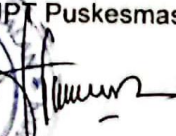
Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : KHADIJAH S.Keb
NIP : 19820712 200604 2028
Pangkat/golongan : Penata /III-D
Jabatan : Kepala UPT Puskesmas Kamal

Dengan ini menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : NOVIE SEPYA ADJI
Tema/Judul Penelitian : Studi kasus asuhan kebidanan pada akseptor kontrasepsi suntik 3 bulan dengan efek samping kenaikan berat badan di Puskesmas Kamal tahun 2024
Waktu : 05 April 2024 s/d 31 Mei 204
Instansi : Poltekes Kemenkes Surabaya

Telah melakukan studi kasus dengan judul penelitian dengan tersebut di atas
Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yang Membuat
Kepala UPT Puskesmas Kamal

KHADIJAH S.Keb
Nip. 19820712 200604 2028



Lampiran 3 *Etical Clearence*



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
Jl. Pucang Jajar Tengah No.56 Surabaya-60282
Telp (031) 5027058, Fax (031) 5028141
Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id
Email : komisietiklitkes@poltekkesdepkes-sby.ac.id



KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.EA/2812 /KEPK-Poltekkes_Sby/V/2024

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : NOVIE SEPYA ADJI
Principal In Investigator

Nama Institusi : POLTEKKES KEMENKES
SURABAYA

Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"STUDI KASUS ASUHAN KEBIDANAN PADA AKSEPTOR KONTRASEPSI SUNTIK DEPO
MEDROXYPROGESTERONE ACETATE (DMPA) DENGAN EFEK SAMPING KENAIKAN BERAT BADAN DI
PUKESMAS KAMAL"**

**"CASE STUDY OF MIDWIFERY CARE IN DEPO MEDROXYPROGESTERONE ACETATE (DMPA) INJECTIVE
CONTRACEPTION ACCEPTORS WITH WEIGHT INCREASE SIDE EFFECTS AT KAMAL COMMUNITY HEALTH
CENTER"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 09 Agustus 2024 sampai dengan tanggal 09 Agustus 2025.

This declaration of ethics applies during the period August 09, 2024 until August 09, 2024

Professor and Chairperson,



Dr. Triwiyanto, S.Si, MT

Anggota Peneliti : SRI WAYANTI, S.SiT., MPH

Lampiran 5 Leaflet

Senam aerobik

Gerakan senam aerobik di rumah

BY NOVIE SEPYA ADJI

GERAK JALAN KAKI DI TEMPAT



1

gerakan yang simple dengan berjalan kaki di tempat selama 45 detik setelah itu istirahat selama 15 detik

SQUAT SIDE TAP



2

Gerakan dengan menarik tangan ke atas secara bergantian tangan satunya berada di pinggang selama 45 detik lalu istirahat selama 15 detik

LUNGES TUCK



3

Gerakan dengan mengangkat kaki kanan ke atas dengan tangan di arahkan ke depan dan kebelakang lalu bergantian. Lakukan selama 45 detik dan istirahat selama 15 detik

BIKE CRUCH



4

letakkan kedua tangan di kepala lalu kaki kanan diangkat ke atas bergantian dengan kaki kiri

ROLL STRETCH



5

putar kedua tangan diikuti tubuh sebanyak 360° searah jarum jam selama 45 detik lalu ditengah waktu berganti arah, setelah itu istirahat 15 detik

SIDE SHOULDER



6

buka tutup kedua tangan ke arah samping lakukan selama 45 detik lalu istirahat selama 15 detik



PANDUAN MAKAN UNTUK DIET



KARBOHIDRAT

Nasi putih
Nasi merah
 kentang
 ubi
 Pasta
 bihun/soun
 oatmeal



SERAT

Brokoli
 Bayam
 wortel
 pakcoy
 tomat
 selada
 kembang kol



PROTEIN

dada ayam
 lkan laut
 tahu
 tempe
 telur
 jamur
 seafood

DOKUMENTASI

