

LAMPIRAN

Lampiran 1



Lampiran 2



Lampiran 3

**SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Linda Wiarti
Umur : 53 Tahun
Jenis kelamin : Perempuan
Alamat : Jl. Madukoro, Kotabumi, Lampung Utara

Menyatakan bersedia menjadi responden studi kasus

Nama peneliti : Aisyah Rahma Dona
Institusi : Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang Prodi D-III
Keperawatan Kotabumi
Judul : " Penerapan terapi relaksasi Benson pada pasien dispepsia yang memiliki masalah nyeri akut di ruang fnesia lantai 4 di rumah Sakit Umum Handayani Lampung Utara"

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa adanya paksaan atau ancaman apapun.

Kotabumi, 19 Februari 2024

Mengetahui,
Peneliti


(Aisyah Rahma)
Dona

Menyetujui,
Responden/Wali Responden


(LINDA WIARTI.)


Saksi


(DITA APRIDAYANTI)

Lampiran 4

SOP (Standart Operasional Prosedur)

Terapi Distraksi Relaksasi Benson

	Standar Operasional Prosedur Pemberian Teknik Relaksasi Benson
Pengertian	Relaksasi benson adalah gabungan relaksasi nafas dalam menambahkan unsur keyakinan pasien
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> a. Memberikan perasaan nyaman b. Menurunkan intensitas nyeri c. Memberikan ketenangan d. Mengurangi ketegangan e. Menurunkan tekanan darah
Indikasi	Pasien dengan nyeri, cemas, stress, depresi, tekanan darah tinggi
Kontraindikasi	Pasien dengan gangguan mental, demensia, dan kognitif
Penerapan klien	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pastikan identitas klien 2. Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien 3. Anjurkan pasien dalam keadaan duduk santai atau berbaring 4. Atur nafas hingga nafas menjadi lebih teratur
Persiapan alat dan lingkungan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak ada alat khusus yang dibutuhkan 2. Atur lingkungan nyaman mungkin dan setenang mungkin agar klien mudah berkonsentrasi
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berikan salam, memperkenalkan diri 2. Jelaskan prosedur dan tujuan tindakan yang akan dilakukan pada klien

<p>Cara kerja</p>	<ol style="list-style-type: none"> 3. Anjurkan klien memilih tempat yang disenangi 4. Anjurkan klien mengambil posisi tidur terlentang atau duduk yang dirasakan paling nyaman 5. Anjurkan klien untuk memejamkan mata dengan pelan untuk dipaksakan sehingga tidak ada ketegangan otot sehingga tidak ada ketegangan otot sekita mata 6. Anjurkan klien untuk mengendurkan otot serileks mungkin,mulai dari kaki,betis,paha,perut dan lanjutkan kesemua otor tubuh.Lemaskan kepala,leher,dan pundak dengan memutar kepala dan mengangkat pundak perlahan lahan.Tangan dan lengan diulurkan kemudian kendurkan dan biarkan terkulai disamping tubuh dan usahakan agar tetap rileks 7. Mulai bernafas dengan lambat dan wajar, dan ucapkan dalam hati frase atau dengan kata keyakinan anda. Sebagai contoh anda dapat menggunakan frase yaaa allah. Pada saat mengambil nafas sertai dengan mengucapkan ALLAH delam hati , sambil terud melakukan kegiatan seperti nomor 7,Lemaskan seluruh tubuh disertai dengan sikap pasrah kepada allah. Sikap ini menggambarkan sikap pasif yang diperlukandalam relkasasi, dari sikap pasif akan muncul efek relaksasi, dari sikap pasif akan muncul efek relaksasi yaitu ketenangan. Kata atau kalimat yang akan diucapkan dapat diubah atau disesuaikan dengan keyakinan klien. 8. Teruskan selama 15 menit, klien diperbolehkan membuka mata untuk melihat waktu tetapi jangan menggunakan alarm. Bila sudag selesai
--------------------------	---

	<p>tetap berbaring atau duduk dengan tenang selama beberapa menit, mula-mula mata terpejam dan setelah itu mata dibuka.</p> <p>9. Beri tahu klien tindakan telah selesai dilakukan</p> <p>10. Evaluasi tindakan</p> <p>11. Berikan reinforcement positif dan lakukan kontrak selanjutnya</p> <p>12. Akhiri kegiatan dengan cara yang baik</p>
Hasil	Dokumentasi tindakan
	<p>1. Respon klien selama tindakan (respon subjektif dan objektif</p> <p>Respon verbal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Klien mengatakan rileks 2. Klien mengatakan wajah klien tampak tegang 3. Klien mengatakan sudah merasa nyaman <p>Respon nonverbal</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Klien tampak tenang 2. Ekspresi wajah klien tidak tampak tegang 3. Klien dapat melanjutkan pekerjaannya kembali <p>2. kaji tingkat stress klien</p> <p>3. tanggal dan waktu pelaksanaan tindakan</p> <p>4. nama dan paraf perawat</p> <p>Hal – hal yang perlu diperhatikan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pelaksanaan relaksasi benson dilakukan dua kali sehari 2. Kata atau kalimat yang diucapkan dapat diubah sesuai dengan kepercayaan klien 3. Pelaksanaan dilakukan diruangan yang nyaman dan tenang

Sumber Benson dalam (Datak 2015)

Lampiran 5

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1





Nama : Aisyah Rahma Dona
 Nim : 2114471024
 Program Studi : D III Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Benson Pada Pasien Dispepsia Yang Memiliki Masalah Nyeri Akut Di Ruang Fresia Lantai 4 Di Rumah Sakit Handayani Lampung Utara
 Pembimbing 1 : Sono, S. Kp., M. Kep

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1.	27/02/2024	Alasan yang perlu ditulis pada latar belakang harus sesuai dengan judul terkait dengan relaksasi Benson, sehingga diawali dengan apa itu relaksasi Benson	f
2.	1/03/2024	Tambahan kalimat di latar belakang BAB. 1, cari teori fisiologinya dan alasan apakah semua penderita dispepsia	f
3.	7/03/2024	BAB I ac. Bab 2 tinjauan teori diawali dengan teori intervensi benson, mulai dari pengertian, tujuan baru teori tgg dispepsia.	f
4.	19/03/2024	BAB II. Berikan penelitian terkait dengan teknik relaksasi Benson	f
5.	25/08/2024	Bab II ac. Bab III definisi operasional tidak sama dengan teori, jadi definisi operasional adalah deskripsi dari tindakan yang dilakukan sehingga dapat diukur	f
6.	16/04/2024	Bab III ac. Bab IV tambahan tabel distribusi frekuensi pada implementasi	f
7.	20/04/2024	Tambahan tabel distribusi frekuensi untuk nyeri akut dan pelaksanaan relaksasi Benson.	f

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
8.	27. /04/2024	Bab IV acc	f
9.	3/05/2024	Bab V sesuai dengan kesimpulan dengan tujuan yang ada di bab I	f
10.	4/05/2024	Bab V, kesimpulan diubah dengan kata efektif dan langsung menceritakan inti	f
11.	8/05/2024	Acc	A

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2

Nama : Aisyah Rahma Dona
 Nim : 2114471024
 Program Studi : D III Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Benson Pada Pasien Dispepsia Yang Memiliki Masalah Nyeri Akut Di Ruang Fresia Lantai 4 Di Rumah Sakit Handayani Lampung Utara
 Pembimbing 2 : Ns. Ihsan Taufiq, S. Kep., M. Kep

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1.	18/04/2024	Bab 1 - Bahasa asing ditanyakan - sesuaikan penomoran - Beri paragraf pada bagian latar belakang	
2.	24/04/2024	Bab 2 - masukan ke dalam margin - sesuaikan penomoran	
3.	3/05/2024	Bab 3 - sesuaikan penomoran - tabel diberikan judul dan posisi tulis pada tabel berada ditengah	
4.	6/05/2024	Bab 4 - tabel 4.3. 4.4. 4.5 harus sejajar - perbaiki penomoran Bab 5 - perbaiki penomoran	
5.	7/05/2024	- cover - daftar pustaka - Bab 5	