

LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Ceklis Berisi Standar Operasional Prosedur

| No | Aspek Yang Dinilai | Dilakukan |
|----------------------------------|--|-----------|
| A. Fase Pre Interaksi | | |
| 1 | Memeriksa catatan keperawatan | |
| 2 | Jam tangan dengan penghitung detik | |
| 3 | Alat tulis | |
| B. Fase Interaksi | | |
| 1 | Mengucapkan salam terapeutik | |
| 2 | Melakukan evaluasi/ validasi | |
| 3 | Melakukan kontrak (waktu, tempat, topic) | |
| 4 | Menjelaskan tujuan tindakan | |
| 5 | Menjaga privacy subjek penelitian | |
| C. Fase Kerja | | |
| 1 | Mencuci tangan | |
| 2 | Mengatur posisi nyaman subjek penelitian: duduk, semi fowler atau sesuai kenyamanan subjek penelitian | |
| 3 | Menjelaskan cara melakukan latihan nafas dalam: Bernafas sedalam-dalamnya secara perlahan-lahan dari hidung dengan mulut ditutup (3-5 detik) sambil merasakan mengembangnya abdomen, tahan nafas beberapa detik (2-3 detik) lalu hembuskan secara perlahan melalui mulut seperti meniup sambil merasakan mengempisnya abdomen. Setelah abdomen benar-benar kempis mulai lagi dari awal menghirup udara dalam dalam secara perlahan . | |
| 4 | Mencontohkan cara melakukan latihan nafas dalam | |
| 5 | Membimbing subjek penelitian melakukan latihan nafas dalam dengan memberikan arahan | |
| 6 | Mendorong subjek penelitian melakukan latihan nafas dalam secara mandiri. Perawat memperhatikan latihan yang dilakukan subjek penelitian. | |
| D. Fase Terminasi | | |
| 1 | Menjelaskan bahwa tindakan telah selesai | |
| 2 | Memberikan pujian atas kerjasama subjek penelitian selama prosedur dilakukan | |
| 3 | Mengevaluasi respon subjek penelitian: tekanan darah | |
| 4 | Melakukan kontrak yang akan datang | |
| 5 | Mencuci tangan | |
| 6 | Mendokumentasikan tindakan | |
| E. Penampilan Profesional | | |
| 1 | Bekerja secara berurutan | |
| 2 | Menunjukkan sikap caring: komunikasi terapeutik, memperhatikan respon subjek penelitian dan memberikan respon dengan tepat | |

Lampiran 2 Lembar Observasi Tekanan Darah

| Tekanan darah | Waktu | | | | | |
|---------------|--------------|-------------|------------|-------------|-------------|------------|
| | Hari pertama | | | Hari kedua | | |
| | Sebelum | Sesudah | Selisih | Sebelum | Sesudah | Selisih |
| Sistol | 170 mmHg | 150 mmHg | 20 mmHg | 140 mmHg | 130 mmHg | 10 mmHg |
| Diastol | 90 mmHg | 90 mmHg | 0 | 100 mmHg | 90 mmHg | 10 mmHg |

Lampiran 3 Foto Kegiatan Studi Kasus



Lampiran 4 Lembar Konsultasi Pembimbing 1

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1

Nama : Melita Ayu Dhella A.
 NIM : 2114471037
 Program Studi : DIII Keperawatan kotabumi
 Judul KTI : Penerapan teknik relaksasi napas dalam untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi
 Pembimbing : Ns Heni Apriyani, M. Kep., Sp. KMB

| No. | Tanggal | Materi Bimbingan | Paraf |
|-----|---------|--|-------|
| 1. | 15/1/24 | Konsultasi judul LTA Teknik relaksasi napas dalam untuk menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi | |
| 2. | 23/2/24 | Revisi Bab 4 bagian Hasil Penyusunan hasil pengkajian | |
| 3. | 25/2/24 | Revisi Bab 1 penulisan, konsul Bab 2 dan 3 Penyusunan paragraf. | |
| 4. | 1/4/24 | Revisi Bab 2, melengkapi pathway dan tinjauan teori asuhan keperawatan. | |
| 5. | 22/4/24 | Revisi Bab 4, bagian pembahasan, penyusunan hasil pengkajian dan teori | |
| 6. | 25/4/24 | Revisi Bab 2 penambahan referensi pada bagian perencanaan. | |
| 7. | 26/4/24 | Revisi Bab 4 pada bagian Pembahasan Implementasi | |
| 8. | 29/4/24 | Konsul revisi Bab 4 dan Bab 5 Acc. | |
| | | | |

Lampiran 5 Lembar Konsultasi Pembimbing 2

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2

Nama : Melita Ayu Dhella Asmitha
 NIM : 2114471037
 Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Rumah sakit Handayani
 Pembimbing2 : Hasti Primadilla, S.Kp. MKM

| No. | Tanggal | MateriBimbingan | Paraf |
|-----|---------------|--|-------|
| 1 | 30 April 2024 | Perbaiki penulisan judul, bahasa asing, paragraf, ukuran logo dan spasi. | f |
| 2 | 3 mei 2024 | Perbaiki penutupian referensi, penomoran, cek typo. | f |
| 3 | 6 mei 2024 | tabel diberi judul, font dalam tabel 10, penggunaan imbuhan "di" | f |
| 4 | 7 mei 2024 | Definisi operasional menurut peneliti, cek lagi buku panduan | f |
| 5 | 8 mei 2024 | SOP pindah ke lampiran, tambah tabel observasi Tekanan darah | f |
| 6 | 13 mei 2024 | ukuran margin, membuat daftar isi dan abstrak | f |
| 7 | 14 mei 2024 | Sesuai dengan daftar isi dengan panduan, perbaiki abstrak | f |
| 8 | 17 mei 2024 | Perbaiki kesimpulan dan saran, sesuaikan daftar pustaka. acc | f |

Lampiran 6 *Informed Consent*

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

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Juliana
Umur : 36 tahun
Jenis kelamin : Perempuan
Alamat : Tanjung aman

Menyatakan bersedia menjadi responden studi kasus

Nama peneliti : Melita Ayu Dhella Acmitra
Institusi : Poltekkes Tanjungkarang
Judul : penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam pada Pasien Hipertensi untuk Menurunkan Tekanan Darah

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

Kotabumi, 10 Februari 2024

Mengetahui,
Peneliti



Melita Ayu Dhella A.

Menyetujui,
Responden/Wali
Responden



Juliana.

Saksi



FITRI