

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Lembar Ceklis Berisi Standar Operasional Prosedur

No	Aspek Yang Dinilai	Dilakukan
<b>A. Fase Pre Interaksi</b>		
1	Memeriksa catatan keperawatan	
2	Jam tangan dengan penghitung detik	
3	Alat tulis	
<b>B. Fase Interaksi</b>		
1	Mengucapkan salam terapeutik	
2	Melakukan evaluasi/ validasi	
3	Melakukan kontrak (waktu, tempat, topic)	
4	Menjelaskan tujuan tindakan	
5	Menjaga privacy subjek penelitian	
<b>C. Fase Kerja</b>		
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.	
<b>D. Fase Terminasi</b>		
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	
<b>E. Penampilan Profesional</b>		
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