



KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA  
KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUNG



Jl. SoekarnoHatta No.6 Bandar Lampung

Telp : 0721-783852 Faxsimile : 0721 – 773918

Website: [ww.bppsdmk.depkes.go.id/poltekkestanjungkarang](http://ww.bppsdmk.depkes.go.id/poltekkestanjungkarang) E-mail :  
[poltekkestanjungkarang@yahoo.co.id](mailto:poltekkestanjungkarang@yahoo.co.id)

---

***INFORMED CONSENT***

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama (Inisial) :

Usia :

Jenis Kelamin :

Setelah mendapat keterangan secukupnya serta mengetahui tentang manfaat penelitian yang berjudul **“Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Aromaterapi Lavender Pada Pasien Post Prostatektomi Dengan Masalah Nyeri Akut Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2023”**

Saya menyatakan **bersedia** diikut sertakan dalam penelitian ini dan saya percaya penelitian ini tidak akan merugikan dan membayangkan bagi kesehatan saya. Saya percaya apa yang saya sampaikan ini dijamin kerahasiaannya.

Bandar Lampung, Juli 2023

Peneliti

Responden

Elda Maysari

.....

2214901013

## SURAT KETERANGAN LAIK ETIK



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN**  
**SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURING**  
Jl. Soekarno - Hatta No. 6 Bandar Lampung  
Telp : 0721 - 783 852 Faksimile : 0721 - 773 918  
Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id> E-mail : [direktorat@poltekkes-tjk.ac.id](mailto:direktorat@poltekkes-tjk.ac.id)



**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
*DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION*  
"ETHICAL EXEMPTION"

No.434/KEPK-TJK/VIII/2023

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

Peneliti utama : Elda Maysari, S.Tr.Kep  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Aromaterapi Lavender Pada Pasien Post Prostatektomi dengan Masalah Nyeri Akut Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2023"**

*"Techniques for Applying Deep Breathing Relaxation and Lavender Aromatherapy to Post Prostatectomy Patients with Acute Pain Problems at Mardi Waluyo Hospital, Metro City in 2023"*

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 01 Agustus 2023 sampai dengan tanggal 01 Agustus 2024.

*This declaration of ethics applies during the period August 01, 2023 until August 01, 2024.*



August 01, 2023  
Professor and Chairperson,

Dr. Aprina, S.Kp., M.Kes

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)**  
**TEKNIK RELAKSASI NAFAS DALAM DAN AROMATERAPI**  
**LAVENDER**

Definisi	<p>Teknik relaksasi nafas dalam adalah untuk mengurangi tanda dan gejala ketidaknyamanan seperti nyeri, ketegangan otot, atau kecemasan.</p> <p>Pada aromaterapi lavender terdapat kandungan utamanya yaitu linalyl asetat dan linalool, dimana linalyl asetat berfungsi untuk mengendorkan dan melemaskan system kerja saraf dan otot yang mengalami ketegangan sedangkan linalool berperan sebagai relaksasi dan sedative sehingga dapat menurunkan nyeri.</p>
Tujuan	Untuk mengurangi tingkat nyeri pasien post operasi bph
Kriteria	Pasien dengan kondisi sadar, dapat berkomunikasi, mengenal tempat dan waktu.
Manfaat	<p>Rileksasi</p> <p>Mempengaruhi tingkat nyeri</p> <p>Memberikan perasaan nyaman</p>
Persiapan alat dan bahan	<p>Jam/ Stopwach</p> <p>Lembar observasi</p> <p>Lembar informed consent</p> <p>Humidifier/Diffuser &amp; Minyak Aromaterapi</p> <div style="text-align: center;">  </div> <p>Air</p> <div style="text-align: center;">  </div>

<p>Prosedur</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Identifikasi pasien menggunakan minimal dua identifikasi (nama lengkap, tanggal lahir, dan/atau nomor rekam medis)</li> <li>2) Jelaskan tujuan dan langkah-langkah prosedur</li> <li>3) Siapkan alat dan bahan yang diperlukan:             <ol style="list-style-type: none"> <li>(a). Sarung tangan bersih, <i>jika perlu</i></li> <li>(b). Kurssi dengan sandaran, <i>jika perlu</i></li> <li>(c). Bantal</li> </ol> </li> <li>4) Lakukan kebersihan tangan 6 langkah</li> <li>5) Pasang sarung tangan, <i>jika perlu</i></li> <li>6) Tempatkan pasien ditempat yang tenang dan nyaman</li> <li>7) Ciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman, <i>jika memungkinkan</i></li> <li>8) Berikan posisi yang nyaman (missal dengan duduk bersandar atau tidur)</li> <li>9) Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi</li> <li>10) Tanyakan apakah pasien menyukai aromaterapi lavender</li> <li>11) Menyiapkan alat diffuser/humidifier dengan mengisi air bersih <math>\pm</math> 200 ml ke dalam diffuser lalu tambahkan 5 tetes minyak lavender ke dalam diffuser kemudian nyalakan.</li> <li>12) Letakkan diffuser/humidifier di dekat pasien</li> <li>13) Latih melakukan teknik napas dalam             <ol style="list-style-type: none"> <li>(a). Anjurkan tutup mata dan konsentrasi penuh</li> <li>(b). Ajarkan melakukan inspirasi dengan menghirup udara melalui hidung secara perlahan</li> <li>(c). Ajarkan melakukan ekspirasi dengan menghembuskan udara dengan cara mulut mencucu secara perlahan</li> <li>(d). Demonstrasikan menarik napas selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik dan menghembuskan napas selama 8 detik</li> <li>(e). Motivasi pasien mengulangi tindakan tersebut sampai 15 menit hingga merasa rilek dan selingi dengan istirahat setiap 5 kali pernafasan (Pangestu &amp; Novitasari, 2023)</li> </ol> </li> <li>14) Monitor respons pasien selama dilakukan prosedur</li> <li>15) Rapikan pasien dan alat-alat yang digunakan</li> <li>16) Lepaskan sarung tangan</li> <li>17) Lakukan kebersihan tangan 6 langkah</li> <li>18) Dokumentasi</li> </ol>
-----------------	--

## LEMBAR HASIL OBSERVASI

	Pasien 1		Pasien 2	
<b>Nama Responden (Inisial)</b>	Tn. N (70 tahun)		Tn. H (81 tahun)	
<b>Suku</b>	Jawa		Jawa	
<b>Riwayat Operasi</b>	Belum pernah		Belum pernah	
<b>Analgesik</b>	Iya		Iya	
	<b>Nyeri hari ke-1</b>			
<b>Jam pemberian intervensi</b>	<b>10.00 Wib</b>	<b>15.30 Wib</b>	<b>10.00 Wib</b>	<b>15.30 Wib</b>
	Sebelum: 6 Sesudah: 5	Sebelum: 5 Sesudah: 4	Sebelum: 5 Sesudah: 4	Sebelum: 5 Sesudah: 4
	<b>Nyeri hari ke-2</b>			
	Sebelum: 5 Sesudah: 4	Sebelum: 5 Sesudah: 4	Sebelum: 4 Sesudah: 3	Sebelum: 5 Sesudah: 3
	<b>Nyeri hari ke-3</b>			
	Sebelum: 4 Sesudah: 3	Pasien BLPL	Sebelum: 3 Sesudah: 2	Pasien BLPL

**Lampiran Kuisisioner Responden**

**KUISISIONER PENELITIAN**

**SKALA NYERI SEBELUM INTERVENSI DILAKUKAN**

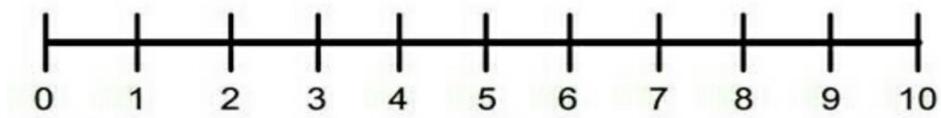
Petunjuk :

Pada skala ini diisi oleh peneliti setelah responden menunjukkan angka berapa nyeri yang dirasakan dengan menggunakan skala nyeri *Numerik Rating Scale* (0-10) yaitu:

1. 0 : Tidak nyeri
2. 1-3 : Nyeri ringan
3. 4-6 : Nyeri sedang
4. 7-10 : Nyeri berat

Tanyakan kepada responden pada angka berapa nyeri yang dirasakannya dengan menunjukkan posisi garis yang sesuai untuk menggambarkan nyeri yang dirasakan oleh responden sebelum intervensi dilakukan dengan membuat tanda ( X ) pada skala yang telah disediakan.

**Sebelum dilakukan tindakan (intervensi)**



**SKALA NYERI SETELAH INTERVENSI DILAKUKAN**

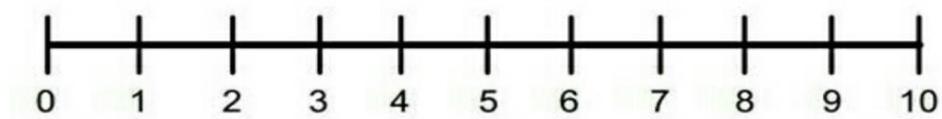
Petunjuk :

Pada skala ini diisi oleh peneliti setelah responden menunjukkan angka berapa nyeri yang dirasakan dengan menggunakan skala nyeri *Numerik Rating Scale* (0-10) yaitu:

1. 0 : Tidak nyeri
2. 1-3 : Nyeri ringan
3. 4-6 : Nyeri sedang
4. 7-10 : Nyeri berat

Tanyakan kepada responden pada angka berapa nyeri yang dirasakannya dengan menunjukkan posisi garis yang sesuai untuk menggambarkan nyeri yang dirasakan oleh responden sebelum intervensi dilakukan dengan membuat tanda (X) pada skala yang telah disediakan.

**Setelah dilakukan tindakan (intervensi)**



**DOKUMENTASI**



	<b>POLTEKKES TANJUNGGARANG</b> <b>PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS</b>	Kode	TA/PKTjk/J.Kep./03.2/1/2022	
		Tanggal	1 Oktober 2022	
	<b>Formulir</b>		Revisi	0
	Konsultasi Karya Ilmiah Akhir NERS		Halaman	.....dari....halaman

**LEMBAR KONSULTASI**

Nama Mahasiswa : Elda Maysari  
 NIM : 2214901013  
 Nama Pembimbing I : Kodri, S.Kp.,M.Kes  
 Judul Laporan : Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Aromaterapi Lavender Pada Pasien Post Prostatektomi Dengan Masalah Nyeri Akut Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2023

No	Tanggal	Hasil Konsultasi	Paraf
1	16 Februari 2023	Konsultasi judul	
2	06 Maret 2023	Konsultasi BAB 1 Latar Belakang	
3	03 Mei 2023	Konsultasi bab 1, 2 dan 3	
4	15 Mei 2023	Konsultasi Bab 1,2,3, judul di spesifikasikan dan daftar pustaka	
5	17 Mei 2023	Lanjut bimbingan ke pembimbing 2	
6	25 Juni 2023	Acc Sidang Proposal	
7	13 Juli 2023	Bimbingan Bab 4 hasil dan pembahasan	
8	15 Juli 2023	Bimbingan 4 hasil	
9	24 Juli 2023	Bimbingan BAB 4 dan 5	
10	26 Juli 2023	Acc ke pembimbing 2 dan Seminar Hasil	
11	11 Agustus 2023	Konsultasi Hasil seminar	
12	12 september 2023	ACC cetak	

Mengetahui  
 Ketua Prodi Profesi Ners



Dwi Agustanti,SKp.,M.Kep.,Sp.,Kom  
 197108111994022001

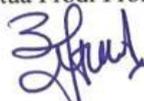
	<b>POLTEKKES TANJUNGGARANG</b> <b>PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS</b>	Kode	TA/PKTjk/J.Kep./03.2/1/2022
		Tanggal	1 Oktober 2022
	<b>Formulir</b> Konsultasi Karya Ilmiah Akhir NERS	Revisi	0
		Halaman	.....dari....halaman

**LEMBAR KONSULTASI**

Nama Mahasiswa : Elda Maysari  
 NIM : 2214901013  
 Nama Pembimbing II : El Rahmayati, S.Kp.,M.Kes  
 Judul Laporan : Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Aromaterapi Lavender Pada Pasien Post Prostatektomi Dengan Masalah Nyeri Akut Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Kota Metro Tahun 2023

No	Tanggal	Hasil Konsultasi	Paraf
1	02 Mei 2023	Konsultasi judul KIA	
2	12 Juni 2023	Bimbingan penulisan Bab 1,2,3 dan daftar pustaka	
3	15 Juni 2023	Bimbingan revisi Bab 1,2,3, dan daftar pustaka	
4	19 Juni 2023	Bimbingan penulisan tabel dan daftar pustaka	
5	22 Juni 2023	Bimbingan revisi tabel dan daftar pustaka	
6	23 Juni 2023	Acc untuk seminar proposal	
7	01 Agustus 2023	Bimbingan penulisan Bab 4, 5	
8	08 Agustus 2023	Bimbingan perbaikan penulisan bab 4 dan abstrak	
9	09 Agustus 2023	Acc sidang hasil	
10	12 September 2023	Bimbingan perbaikan penulisan Kia setelah seminar hasil	
11	13 September 2023	Bimbingan perbaikan abstrak, saran, daftar pustaka	
12	14 September 2023	ACC cetak	

Mengetahui  
Ketua Prodi Profesi Ners



Dwi Agustanti, S.Kp., M.Kep., Sp., Kom  
197108111994022001