

LAMPIRAN

Lampiran 1. Penjelasan Penelitian

PENJELASAN PENELITIAN

Judul Penelitian : “Pengaruh *Self Relaxound* terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023”.

1. Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya pengaruh *self relaxound* terhadap pasien yang mengalami kecemasan sebelum menjalani operasi.
2. Bapak/Ibu Saudara/I yang terpilih dan bersedia menjadi responden dimohon untuk mengisi lembar persetujuan dan kuesioner sesuai dengan pengalaman, perasaan, persepsi dan keadaan yang sebenarnya setelah diberikan penjelasan terlebih dahulu oleh peneliti.
3. Intervensi yang akan diberikan adalah *self relaxound* yaitu relaksasi yang berdasarkan konsentrasi pasif dengan menggunakan persepsi tubuh (misalnya, tangan terasa hangat dan berat) sambil menarik nafas yang difasilitasi oleh sugesti diri sendiri. Relaksasi ini bersumber dari diri sendiri dengan kalimat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi tenang dan diiringi oleh *nature sound* atau suara alam. Responden diminta untuk mengikuti petunjuk yang diberikan oleh instruktur atau peneliti. Intervensi ini akan dilakukan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur selama 15 menit.
4. Manfaat penelitian bagi responden adalah mengetahui tingkat kecemasan dan bertujuan untuk mengurangi kecemasan pada responden yang mengalami kecemasan menjelang operasi dan memberikan relaksasi yang bertujuan agar responden merasakan rileks.
5. Peneliti akan menjamin bahwa penelitian ini tidak berdampak negatif atau merugikan kesehatan responden karena tahap yang dilakukan hanya berupa menarik nafas dan hanya menggunakan kata-kata pendek seperti “Saya merasa tenang” sambil diiringi *nature sound* atau suara alam . Dalam penelitian ini bersifat gratis dan sukarela. Responden akan mendapatkan snack di akhir kegiatan. Bila selama penelitian ini responden merasa tidak nyaman maka

responden berhak untuk tidak melanjutkan partisipasi dalam penelitian ini dan tidak akan mendapat sanksi apapun.

6. Saya akan berusaha menjaga hak-hak responden dan kerahasiaan selama penelitian berlangsung dan penelitian ini telah disetujui oleh komite etika.

Setelah adanya penjelasan penelitian ini, saya sangat mengharapkan keikutsertaan Bapak/Ibu. Demikian penjelasan singkat penelitian ini saya ucapkan terima kasih.

Lampiran 2. *Informed Consent*

No. responden (diisi peneliti) :

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Menyatakan bersedia menjadi subjek penelitian :

Nama Peneliti : Sri Melati Nur Hidayah

Institusi : Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian, dengan judul “Pengaruh *Self Relaxound* terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi di RSUD. Dr. H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023” dan saya yakin tidak membahayakan bagi kesehatan dan dijamin kerahasiaannya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan.

Bandar Lampung,..... 2023

Peneliti

Menyetujui,
Responden

(Sri Melati Nur Hidayah)

.....

Lampiran 3. Standar Operasional Prosedur (SOP)

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
PELAKSANAAN *SELF RELAXOUND*

Pengertian	<i>Self relaxound</i> adalah kombinasi antara relaksasi <i>autogenic</i> dan <i>nature sound</i> yaitu salah satu teknik relaksasi yang bersumber dari diri sendiri berupa kata-kata atau kalimat pendek dengan menggunakan persepsi tubuh (misalnya, tangan merasa hangat dan berat) yang difasilitasi sugesti diri sambil mendengarkan music suara alam (misalnya, suara air mengalir, suara ombak, suara angin, dan suara burung. Intervensi ini diberikan selama 15 menit.
Tujuan	1. Relaksasi 2. Mengendalikan tekanan darah, denyut nadi dan pernafasan 3. Memberikan efek nyaman 4. Mengurangi cemas dan stress
Hal yang perlu diperhatikan	1. Pasien yang mengalami gangguan pendengaran 2. Pasien dengan tingkat gelisah atau cemas berlebih selama latihan, atau memiliki efek samping maka latihan harus dihentikan.
Alat dan bahan	<i>Speaker/Mp3</i> yang berisi <i>nature sound</i>
Prosedur Pelaksanaan	1. Fase Pra Interaksi a. Mempersiapkan <i>informed consent</i> dan <i>speaker/Mp3</i> yang berisi <i>nature sound</i> b. Memastikan identitas pasien 2. Fase Orientasi a. Memberi salam dan memperkenalkan diri kepada pasien

	b. Menjelaskan tujuan tindakan kepada pasien bahwa <i>self relaxound</i> dapat membuat tubuh rileks, mengendalikan tekanan darah, denyut nadi dan pernafasan, membuat efek nyaman sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan pada pasien c. Menjelaskan prosedur tindakan kepada pasien, yaitu pasien diminta untuk mengikuti perintah dari instruktur atau peneliti, pasien diminta untuk mengikuti delapan langkah-langkah relaksasi <i>autogenik</i> yaitu: 1. Mengatur nafas 2. Merasakan berat 3. Merasakan kehangatan 4. Merasakan denyut jantung 5. Merasakan pernafasan 6. Merasakan aliran darah di perut, 7. Merasakan dingin dikepala 8. Mengepalkan tangan dan menarik nafas lalu menghembuskan nafas secara perlahan. Latihan ini diiringi dengan <i>nature sound</i> atau suara alam untuk menblokir suara-suara bising dan pasien diminta untuk memilih posisi ternyaman serta menutup mata agar berkonsentrasi selama latihan ini berlangsung. d. Menanyakan persetujuan/kesiapan pasien untuk melakukan latihan <i>self relaxound</i>. 3. Fase Kerja a. Langkah pertama 1) Atur posisi dalam posisi pasien, tanyakan posisi yang nyaman bagi pasien (duduk/berbaring) lalu memejamkan mata 2) Putar <i>nature sound</i> untuk mengiringi relaksasi
--	--

	<i>autogenik</i> yang akan dilakukan 3) Atur napas hingga napas menjadi lebih teratur. b. Langkah kedua : merasakan berat 1) Tarik napas sekuat-kuatnya lalu buang secara perlahan-lahan sambil katakan dalam hati “saya merasa damai dan tenang”. Selanjutnya, secara perlahan-lahan bayangkan kedua lengan terasa kendur, ringan hingga terasa sangat ringan sekali sambil berkata “saya merasa damai dan tenang” 2) Lakukan hal yang sama pada bahu, punggung, leher dan kaki. c. Langkah ketiga: merasakan kehangatan 1) Bayangkan darah mengalir keseluruh tubuh dan rasakan hangatnya aliran darah, sambil mengatakan dalam diri “saya merasa hangat dan tenang” 2) Ulangi hal yang sama sebanyak tiga kali. d. Langkah keempat : merasakan denyut jantung 1) Tempelkan tangan kanan pada dada kiri dan tangan kiri pada perut. 2) Bayangkan dan rasakan jantung berdenyut dengan teratur dan tenang, sambil mengatakan “jantung saya berdenyut dengan teratur dan tenang” 3) Ulangi hal yang sama sebanyak tiga kali. e. Langkah kelima: merasakan pernapasan 1) posisi tangan tidak berubah. 2) Bayangkan nafas anda terasa sangat longgar dan teratur, sambil mengatakan dalam diri “napasku longgar dan tenang” 3) Ulangi hal yang sama sebanyak tiga kali. f. Langkah keenam : merasakan aliran darah perut
--	---

	1) Posisi tangan tidak berubah. Rasakan aliran darah dalam perut mengalir dengan teratur dan terasa hangat, sambil menatakan dalam diri “darah yang mengalir dalam perutku terasa hangat” 2) Ulangi hal yang sama sebanyak tiga kali. g. Langkah ketujuh : merasakan dingin di kepala 1) Kedua tangan kembali pada posisi awal. 2) Bayangkan kepala anda terasa sangat dingin, sambil mengatakan dalam diri “kepala saya terasa benar-benar dingin”. 3) Ulangi hal yang sama sebanyak tiga kali. h. Langkah kedelapan: akhir latihan Mengakhiri latihan relaksasi <i>autogenik</i> dengan melekatkan (mengepalkan) tangan bersamaan dengan menarik napas dalam, lalu membuang napas secara perlahan-lahan sambil membuka mata dan melepaskan kepalan tangan. 4. Fase Terminasi a. Menanyakan perasaan pasien setelah dilakukan intervensi relaksasi <i>self relaxound</i> b. Meminta pasien mempraktikkan kembali intervensi yang telah diberikan, lalu memberikan <i>feedback</i> c. Motivasi pasien untuk menerapkan intervensi dalam kehidupan sehari-hari untuk mengurangi kecemasan d. Membuat kontrak dengan pasien untuk pertemuan selanjutnya yaitu intervensi dan melakukan <i>posttest</i> e. Dokumentasikan kegiatan yang dilakukan.
--	---

Sumber : (Dewi & Rahmita, 2021, Wijayanti et al., 2018 dan dimodifikasi oleh Peneliti).

No. Responden (diisi peneliti) :

LEMBAR KUISONER

PENGARUH *SELF RELAXOUND* TERHADAP KECEMASAN PASIENT PRE OPERASI LAPARATOMI DI RSUD Dr. H. ABDUL MOELOEK PROVINSI LAMPUNG TAHUN 2023

A. Karakteristik Responden

Nama :
Usia :
Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan
Pendidikan : SD / SMP / SMA / SARJANA
Riwayat Operasi : Tidak Pernah / Pernah

B. Kuesioner kecemasan

Petunjuk pengisian : Berilah tanda checklist (✓) pada jawaban yang paling tepat sesuai dengan keadaan anda atau yang anda rasakan saat ini.

1. Jawablah **tidak pernah** bila tidak pernah anda rasakan
2. Jawablah **kadang-kadang** bila anda rasakan 50% dari biasanya
3. Jawablah **sebagian waktu** bila yang anda rasakan 50-70% dari biasanya
4. Jawablah **hampir setiap waktu** bila yang anda rasakan berlangsung setiap saat

NO	PERTANYAAN	Tidak pernah	Kadang kadang	Sebagian waktu	Hampir setiap waktu
	Saat memikirkan operasi yang akan dijalani				
1	Saya merasa lebih gugup dan gelisah dari biasanya				
2	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas				
3	Saya mudah merasa marah atau merasa panik				
4	saya merasa tidak berdaya				
5	Saya merasa bahwa semuanya baik-baik saja dan tidak ada sesuatu yang buruk akan terjadi				
6	Tangan dan kaki saya gemetar akhir-akhir ini				
7	Saya merasa terganggu dengan sakit kepala,leher dan nyeri punggung				
8	Saya merasa mudah lemah dan Lelah				
9	Saya merasa tenang dan dapat duduk santai				
10	Saya merasa jantung saya berdetak lebih cepat				
11	Saya terganggu karena pusing				
12	Saya merasa seperti mau pingsan				
13	Saya dapat bernafas dengan mudah				
14	Saya merasa mati rasa dan kesemutan pada jari tangan dan kaki				
15	Saya merasa perut saya sakit				
16	Saya sering buang air kecil				
17	Tangan saya kering dan hangat				
18	Wajah saya terasa panas dan kemerahan				
19	Saya dapat tidur dengan nyenyak				
20	Saya mengalami mimpi buruk				

Skor :

Rentang Penilaian 20-80:

- | | | | | |
|----|----------------------|-----|------------|--------------------|
| 1. | Tidak pernah/sedikit | : 1 | Skor 20-44 | : kecemasan ringan |
| 2. | Kadang-kadang | : 2 | Skor 45-59 | : kecemasan sedang |
| 3. | Cukup sering | : 3 | Skor 60-74 | : kecemasan berat |
| 4. | Sering/selalu | : 4 | Skor 75-80 | : kecemasan panik |

Sumber : William W.K Zung dan dimodifikasi oleh peneliti.

Lampiran 5. Hasil Uji Statistik

Karakteristik Responden Kelompok Eksperimen

USIA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Remaja Akhir (17-25 tahun)	4	25.0	25.0	25.0
	Dewasa Awal (26-35 tahun)	5	31.3	31.3	56.3
	Dewasa Akhir (36-45 tahun)	4	25.0	25.0	81.3
	Lansia Awal (46-55 tahun)	3	18.8	18.8	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

JENIS KELAMIN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	6	37.5	37.5	37.5
	Perempuan	10	62.5	62.5	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

PENDIDIKAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	3	18.8	18.8	18.8
	SMP	2	12.5	12.5	31.3

SMA	8	50.0	50.0	81.3
SARJANA	3	18.8	18.8	100.0
Total	16	100.0	100.0	

RIWAYAT OPERASI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid TIDAK PERNAH	13	81.3	81.3	81.3
PERNAH	3	18.8	18.8	100.0
Total	16	100.0	100.0	

Karakteristik Responden Kelompok Kontrol

USIA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Remaja Akhir (17 - 25 Tahun)	3	18.8	18.8	18.8

Dewasa Awal (26 - 35 Tahun)	6	37.5	37.5	56.3
Dewasa Akhir (36 - 45 Tahun)	4	25.0	25.0	81.3
Lansia Awal (46 - 55 Tahun)	3	18.8	18.8	100.0
Total	16	100.0	100.0	

JENIS KELAMIN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Laki-laki	7	43.8	43.8	43.8
Perempuan	9	56.3	56.3	100.0
Total	16	100.0	100.0	

PENDIDIKAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SD	2	12.5	12.5	12.5
SMP	5	31.3	31.3	43.8
SMA	7	43.8	43.8	87.5
SARJANA	2	12.5	12.5	100.0
Total	16	100.0	100.0	

RIWAYAT OPERASI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK PERNAH	14	87.5	87.5	87.5
	PERNAH	2	12.5	12.5	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

KELOMPOK		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
KECEMASAN	Pretest Eksperimen	.146	16	.200*	.948	16	.459
	Posttest Eksperimen	.217	16	.043	.947	16	.446
	Pretest Kontrol	.135	16	.200*	.930	16	.240
	Posttest Kontrol	.116	16	.200*	.965	16	.755

a. Lilliefors Significance Correction

*, This is a lower bound of the true significance.

Hasil Uji Dependent Sample T test

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
--	------	---	----------------	-----------------

Pair 1	Pretest Eksperimen	50.75	16	3.550	.887
	Posttest Eksperimen	45.81	16	3.507	.877
Pair 2	Pretest Kontrol	50.56	16	3.346	.837
	Posttest Kontrol	47.38	16	2.964	.741

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Pretest Eksperimen & Posttest Eksperimen	16	.291	.275
Pair 2 Pretest Kontrol & Posttest Kontrol	16	.206	.444

Paired Samples Test

		Paired Differences		
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest Eksperimen - Posttest Eksperimen	4.938	4.203	1.051
Pair 2	Pretest Kontrol - Posttest Kontrol	3.188	3.987	.997

Paired Samples Test

	Paired Differences	t
--	--------------------	---

		95% Confidence Interval of the Difference		
		Lower	Upper	
Pair 1	Pretest Eksperimen - Posttest Eksperimen	2.698	7.177	4.699
Pair 2	Pretest Kontrol - Posttest Kontrol	1.063	5.312	3.198

Paired Samples Test

		df	Sig. (2-tailed)
Pair 1	Pretest Eksperimen - Posttest Eksperimen	15	.000
Pair 2	Pretest Kontrol - Posttest Kontrol	15	.006

Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Kecemasan Pasien Pre OP	Based on Mean	.595	1	30	.447
	Based on Median	.190	1	30	.666
	Based on Median and with adjusted df	.190	1	27.677	.666
	Based on trimmed mean	.526	1	30	.474

Hasil Uji Independent Sample T test

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances	
		F	Sig.
Kecemasan Pasien Pre OP	Equal variances assumed	.595	.447
	Equal variances not assumed		

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means		
		t	df	Sig. (2-tailed)
Kecemasan Pasien Pre OP	Equal variances assumed	-1.361	30	.184
	Equal variances not assumed	-1.361	29.190	.184

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means	
		Mean Difference	Std. Error Difference
Kecemasan Pasien Pre OP	Equal variances assumed	-1.563	1.148
	Equal variances not assumed	-1.563	1.148

Independent Samples Test

		t-test for Equality of Means	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
Kecemasan Pasien Pre OP	Equal variances assumed	-3.907	.782
	Equal variances not assumed	-3.909	.784

Lampiran 6. Kaji Etik



KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.150/KEPK-TJK/II/2023

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

Peneliti utama : Sri Melati Nur Hidayah
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Tanjung Karang
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Pengaruh Relaksasi Self Relaxoud terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi"

"The Effect of Self Relaxoud Relaxation on the Anxiety of Pre-Laparotomy Patients"

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 21 Februari 2023 sampai dengan tanggal 21 Februari 2024.

This declaration of ethics applies during the period February 21, 2023 until February 21, 2024.



February 21, 2023
Professor and Chairperson,


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

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian Poltekkes Tanjungkarang



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGGARANG**

Jalan Soekarno - Hatta No.6 Bandar Lampung
Telp. : 0721 - 783 852 Faxsimile : 0721 - 773918



E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.c.id

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id>

Nomor : PP.03.01/I.1/ 094 /2023
Lampiran : Eks
Hal : Izin Penelitian

3 Februari 2023

Yang Terhormat, Direktur RSUD Dr.H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung
Di -

Bandar Lampung

Sehubungan dengan penyusunan Skripsi bagi mahasiswa Tingkat IV Program Studi Keperawatan Tanjungkarang Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang Tahun Akademik 2022/2023, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Adapun mahasiswa yang melakukan penelitian adalah sebagai berikut :

No	NAMA	JUDUL PENELITIAN	TEMPAT PENELITIAN
1	Sri Melati Nur Hidayah NIM: 1914301022	Pengaruh Relaksasi Self Relaxound terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023	RSUD Dr. H. Abdul Moeloek

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.



Dewi Purwaningsih, S.Si.T., M.Kes
NIP: 196705271988012001

Tembusan :
1.Ka.Jurusan Keperawatan
2.Ka.Bid.Diklat

Lampiran 8. Surat Izin Penelitian Rumah Sakit



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. H. ABDUL MOELOEK
BADAN LAYANAN UMUM DAERAH (BLUD)
JL. Dr. Rivai No. 6 ☎ 0721-703312, 702455 Fax.703952
BANDAR LAMPUNG 35112



Bandar Lampung, 25 Maret 2023

Nomor : 420/0738^A/VII.01/10.26/III/2023
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian DIV Keperawatan

Kepada Yth.
Direktur Poltekkes Tanjung Karang

di -
BANDAR LAMPUNG

Menjawab surat Saudara Nomor: PP.03.01/I.1/894/2023 tanggal 03 Maret 2023,
perihal tersebut pada pokok surat, atas nama :

Nama : Sri Melati Nur Hidayah
NIM : 1914301022
Prodi : DIV Keperawatan
Judul : Pengaruh relaksasi *SELF RELAXOUND* terhadap kecemasan pasien pre operasi laparatomi di RSUD.Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023

Dengan ini kami informasikan bahwa untuk kepentingan penelitian yang bersangkutan Kami izinkan untuk pengambilan data di Ruang Bedah, Ruang Delima dan Instalasi Diklat RSUD Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung dan dilakukan di Jam Kerja tanggal : 28 Maret – 28 April 2023. Dengan menggunakan APD yang Telah Ditentukan oleh masing masing ruangan / lokus Penelitian. Untuk informasi Lebih Lanjut yang bersangkutan dapat berhubungan dengan Instalasi Diklat RSUDAM.

Selanjutnya diinformasikan bahwa selama melakukan pengambilan data yang bersangkutan perlu memperhatikan hal – hal sebagai berikut :

1. Melapor pada Instalasi Diklat RSUD Dr.H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung.
2. Data dari hasil penelitian tidak boleh disebarluaskan/ digunakan diluar kepentingan ilmiah.
3. Memberikan laporan hasil penelitian pada Bagian Diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung.
4. Instalasi Diklat RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung berhak atas hasil penelitian untuk pengembangan kegiatan pelayanan kepada masyarakat.
5. Kegiatan tersebut dikenakan biaya sesuai Pergub No. 6 Tahun 2020 Tentang Jenis dan Tarif Layanan Kesehatan di RSUDAM.

Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih

a.n Direktur
Wakil Direktur Pendidikan
Pengembangan SDM & Hukum,
RSUD Dr. H. Abdul Moeloek
Provinsi Lampung.



dr. Elitha M. Utari, MARS
Pembina Tk.I
NIP : 19710319 200212 2 004

Lampiran 9. Tabulasi Data Penelitian

DATA TABULASI PENELITIAN PENGARUH SELF RELAXOUND TERHADAP KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI LAPARATOMI DI RSUD AM TAHUN 2020																										
PRE TEST KEL. EKSPERIMEN																										
NO	NAMA	UMUR	PEND.	J.KEL	R.OP	PERTANYAAN																				SKOR
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	NY.V	1	3	2	1	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	3	3	3	3	55
2	NY.S	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	51
3	TN.B	2	2	1	1	3	2	3	3	2	4	4	4	3	3	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	54
4	TN.Y	2	4	1	2	1	2	2	1	1	2	3	4	3	2	2	1	1	4	4	3	2	3	4	1	46
5	TN.T	3	3	1	1	3	3	2	2	1	2	3	3	3	4	4	2	2	3	2	2	1	3	2	2	50
6	NY.W	4	2	2	2	3	3	3	2	1	2	3	3	3	4	1	2	2	1	2	3	3	3	2	2	47
7	NY.S	3	4	2	1	3	2	3	3	3	1	1	2	4	3	2	1	4	4	3	2	3	4	2	3	53
8	TN.T	2	3	1	1	2	3	2	2	3	3	2	2	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	50
9	TN.D	2	2	1	1	3	2	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	2	1	1	3	3	3	58
10	NY.S	4	2	2	1	2	2	2	2	3	3	1	1	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	52
11	NY.M	1	2	2	1	3	3	2	2	2	2	3	4	1	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	55
12	TN.S	3	1	1	1	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2	2	46
13	NY.I	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	1	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	50
14	TN.S	4	1	1	1	2	2	1	3	2	3	3	3	2	1	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	48
15	NY.H	3	3	2	1	3	2	3	2	2	4	2	1	1	2	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2	47
16	NY.D	1	3	2	1	3	2	2	4	4	3	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	1	2	2	50
POST TEST EKSPERIMEN																										
NO	NAMA	UMUR	PEND.	J.KEL	R.OP	PERTANYAAN																				SKOR
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1	NY.V	1	3	2	1	3	1	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	3	3	2	2	42
2	NY.S	2	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	3	1	1	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	43
3	TN.B	2	2	1	1	3	1	2	1	2	4	4	4	3	3	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	50
4	TN.Y	2	4	1	2	1	2	2	1	1	1	2	3	3	1	1	1	3	4	4	3	2	3	4	3	45
5	TN.T	3	3	1	1	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	1	1	3	2	43
6	NY.W	4	2	2	2	3	1	3	3	1	3	3	2	3	1	2	2	2	1	2	3	3	3	3	3	47
7	NY.S	3	4	2	1	3	2	3	3	3	1	1	2	4	2	1	1	3	3	3	2	3	4	2	3	49
8	TN.T	2	3	1	1	2	3	2	2	3	3	2	1	4	2	3	2	2	1	2	1	3	2	3	1	44
9	TN.D	2	2	1	1	3	2	2	3	3	4	3	1	2	3	3	3	4	4	2	1	1	3	3	3	53
10	NY.S	4	2	2	1	2	2	2	2	3	3	1	1	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	50
11	NY.M	1	2	2	1	3	2	2	1	2	3	1	1	2	2	2	1	2	2	2	3	4	2	1	2	40
12	TN.S	3	1	1	1	3	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	3	3	2	4	3	2	2	2	1	44
13	NY.I	2	3	2	1	3	3	3	1	1	1	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	45
14	TN.S	4	1	1	1	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	3	2	3	4	3	3	2	2	2	2	44
15	NY.H	3	3	2	1	3	2	3	2	2	2	1	1	1	2	4	3	2	3	3	2	1	2	3	3	45
16	NY.D	1	3	2	1	3	2	3	4	1	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	1	2	49

PRE TEST KEL. KONTROL																											
NO	NAMA	UMUR	PEND.	J.KEL	R.OP	PERTANYAAN																				SKOR	
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
1	TN.F	1	3	1	1	3	2	4	3	3	1	2	3	4	3	2	2	3	1	1	2	3	4	3	3	2	51
2	TN.A	1	3	1	2	2	4	3	4	4	3	3	3	2	3	1	2	3	4	4	1	2	3	4	4	59	
3	NY.Y	2	2	2	1	4	3	2	1	1	2	3	2	2	2	3	4	4	3	2	1	1	2	3	4	49	
4	TN.R	3	1	1	1	2	3	1	1	2	3	4	4	2	3	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	46	
5	TN.S	2	3	1	1	3	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2	1	2	3	1	1	4	4	3	3	53	
6	NY.D	1	4	2	1	4	3	2	2	2	1	3	4	4	2	3	2	3	4	1	2	2	2	3	2	51	
7	TN.A	2	3	1	1	3	2	3	3	3	1	1	2	4	3	2	1	4	4	3	2	3	4	2	3	53	
8	NY.M	4	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	4	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	2	2	50	
9	NY.K	4	2	2	1	2	2	1	1	2	3	4	3	2	2	1	1	4	4	3	2	3	4	1	2	47	
10	NY.H	2	3	2	2	3	3	3	1	2	3	3	3	4	1	1	1	2	1	2	3	3	3	2	2	46	
11	NY.H	3	1	2	1	3	3	3	2	4	1	1	2	3	4	3	2	1	2	3	2	4	3	4	2	52	
12	TN.T	1	3	1	1	3	3	2	1	2	3	3	3	4	1	2	2	2	1	2	3	3	3	2	2	47	
13	NY.E	3	3	2	1	2	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	1	4	4	3	3	2	2	2	2	54	
14	NY.A	2	4	2	1	3	3	2	2	1	2	3	3	3	4	4	3	2	3	2	2	2	1	3	2	50	
15	NY.Y	3	3	2	1	3	2	3	4	3	2	2	1	2	2	3	3	3	2	1	2	3	3	3	3	50	
16	NY.R	4	1	2	1	3	3	2	1	3	2	3	3	3	2	1	1	3	4	4	3	3	2	3	2	51	
POST TEST KEL. KONTROL																											
NO	NAMA	UMUR	PEND.	J.KEL	R.OP	PERTANYAAN																				SKOR	
						1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20		
1	TN.F	1	3	1	1	1	2	1	1	3	3	4	3	3	2	3	1	4	3	2	1	1	4	2	2	46	
2	TN.A	1	3	1	2	2	2	2	1	1	3	2	4	2	3	1	1	4	2	2	4	2	3	2	2	45	
3	NY.Y	2	2	2	1	3	1	2	2	2	3	2	1	2	3	3	3	3	3	4	1	3	3	4	1	49	
4	TN.R	3	1	1	1	2	3	2	3	1	2	3	4	1	1	4	1	4	3	1	3	3	1	3	2	47	
5	TN.S	2	3	1	1	2	2	3	2	1	2	2	3	2	1	4	2	3	3	3	3	2	2	4	2	48	
6	NY.D	1	4	2	1	1	3	2	2	1	4	1	2	3	2	3	1	3	1	4	4	2	4	3	3	49	
7	TN.A	2	3	1	1	1	3	2	3	2	4	2	4	3	2	1	3	2	2	3	2	3	4	4	2	52	
8	NY.M	4	4	2	2	2	3	1	3	1	2	1	4	4	2	2	3	4	3	2	3	3	4	2	1	50	
9	NY.K	4	2	2	1	2	1	3	3	1	2	1	3	2	3	2	2	3	4	1	3	3	1	2	2	44	
10	NY.H	2	3	2	2	1	1	1	2	4	1	3	2	1	3	2	3	2	2	4	3	2	4	2	4	47	
11	NY.H	3	1	2	1	1	3	3	3	2	3	1	1	2	3	4	3	2	1	2	3	3	4	3	4	51	
12	TN.T	1	3	1	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	4	1	4	1	2	46	
13	NY.E	3	3	2	1	1	3	3	4	1	3	1	2	3	2	4	3	1	3	1	3	4	3	4	3	52	
14	NY.A	2	4	2	1	1	3	4	2	2	1	1	2	3	2	1	1	4	3	2	1	4	2	2	3	44	
15	NY.Y	3	3	2	1	3	3	2	4	2	2	4	3	1	1	3	2	2	2	4	1	3	1	2	1	46	
16	NY.R	4	1	2	1	1	2	4	3	2	2	3	3	2	2	1	3	1	3	1	2	2	3	1	1	42	

Lampiran 10. Dokumentasi *Informed Consent* Responden

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : T A Y R I K I N

Menyatakan bersedia menjadi subjek penelitian :

Nama Peneliti : Sri Melati Nur Hidayah

Institusi : Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian, dengan judul "Pengaruh Relaksasi *Self Relaxound* terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi di RSUD. Dr. H.Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023" dan saya yakin tidak membahayakan bagi kesehatan dan dijamin kerahasiaannya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan.

Bandar Lampung, 3 APRIL 2023

Peneliti


(Sri Melati Nur Hidayah)

Menyetujui,
Responden


.....

No. Responden (diisi peneliti) :

LEMBAR KUESIONER

PENGARUH RELAKSASI SELF RELAXOUND TERHADAP

KECEMAS

ABD

Kuesioner Kecemasan Zung Self-Rating Anxiety Scale

A. Karak

Nomor

Nama

Usia

Jenis l

Pendi

Riway

B. Kuesi

Petun

palin

ini.

1. Jawab

2. Jawab

3. Jawab

4. Jawab

saat

No	Pernyataan	Tidak pernah	Kadang kadang	Sebagian waktu	Hampir setiap waktu
	Saat memikirkan operasi yang akan dijalani saya merasakan :				
1	Saya merasa lebih gugup dan gelisah dari biasanya		✓		
2	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas			✓	
3	Saya mudah merasa marah atau merasa panik		✓		
4	Saya merasa tidak berdaya		✓		
5	Saya merasa bahwa semuanya baik-baik saja dan tidak ada sesuatu yang buruk akan terjadi			✓	
6	Tangan dan kaki saya gemetar akhir-akhir ini			✓	
7	Saya merasa terganggu dengan sakit kepala, leher dan nyeri punggung		✓		
8	Saya merasa mudah lemah dan Lelah	✓			
9	Saya merasa tenang dan dapat duduk santai				✓
10	Saya merasa jantung saya berdetak lebih cepat		✓		
11	Saya terganggu karena pusing			✓	
12	Saya merasa seperti mau pingsan		✓		
13	Saya dapat bernafas dengan mudah		✓		
14	Saya merasa mati rasa dan kesemutan pada jari tangan dan kaki	✓			
15	Saya merasa perut saya sakit		✓		
16	Saya sering buang air kecil	✓			
17	Tangan saya kering dan hangat			✓	
18	Wajah saya terasa panas dan kemerahan		✓		
19	Saya dapat tidur dengan nyenyak			✓	
20	Saya mengalami mimpi buruk	✓			

Kuesioner Kecemasan *Zung Self-Rating Anxiety Scale*

No	Pernyataan	Tidak pernah	Kadang kadang	Sebagian waktu	Hampir setiap waktu
	Saat memikirkan operasi yang akan dijalani saya merasakan :				
1	Saya merasa lebih gugup dan gelisah dari biasanya		✓		
2	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas			✓	
3	Saya mudah merasa marah atau merasa panik		✓		
4	Saya merasa tidak berdaya		✓		
5	Saya merasa bahwa semuanya baik-baik saja dan tidak ada sesuatu yang buruk akan terjadi			✓	
6	Tangan dan kaki saya gemetar akhir-akhir ini			✓	
7	Saya merasa terganggu dengan sakit kepala, leher dan nyeri punggung		✓		

No. Responden (diisi peneliti) : 2

INFORMED CONSENT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : *Suryati*

Menyatakan bersedia menjadi subjek penelitian :

Nama Peneliti : Sri Melati Nur Hidayah

Institusi : Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian, dengan judul "Pengaruh Relaksasi *Self Relaxound* terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi di RSUD. Dr. H.Abdul Moelock Provinsi Lampung Tahun 2023" dan saya yakin tidak membahayakan bagi kesehatan dan dijamin kerahasiaannya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa paksaan.

Bandar Lampung, *29 Maret* 2023

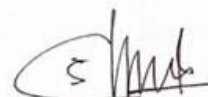
Menyetujui,

Responden

Peneliti



(Sri Melati Nur Hidayah)



.....

No. Responden (diisi peneliti) :

LEMBAR KUESIONER

**PENGARUH RELAKSASI *SELF RELAXOUND* TERHADAP
KECEMASAN PASIEN PRE OPERASI LAPARATOMI DI RSUD Dr. H.
ABDUL MOELOEK PROVINSI LAMPUNG TAHUN 2023**

A. Karakteristik Responden

Nomor responden (diisi oleh peneliti) : 1

Nama : Sliryati

Usia : 33

Jenis kelamin : Laki-laki/Perempuan

Pendidikan : SD / SMP / SMA / SARJANA

Riwayat operasi : Tidak Pernah / Pernah

B. Kuesioner kecemasan

Petunjuk pengisian : Berilah tanda checklist (✓) pada jawaban yang paling tepat sesuai dengan keadaan anda atau yang anda rasakan saat ini.

1. Jawablah **tidak pernah** bila tidak pernah anda rasakan
2. Jawablah **kadang-kadang** bila anda rasakan 50% dari biasanya
3. Jawablah **sebagian waktu** bila yang anda rasakan 50-70% dari biasanya
4. Jawablah **hampir setiap waktu** bila yang anda rasakan berlangsung setiap saat

lang lang	Sebagian waktu	Hampir setiap waktu
/		
	✓	
,		
.		
'		
	✓	
	✓	
	✓	
	✓	
	✓	
	✓	
	✓	
	✓	
	✓	
	✓	
	✓	

Kuesioner Kecemasan Zung *Self-Rating Anxiety Scale*

No	Pernyataan	Tidak pernah	Kadang kadang	Sebagian waktu	Hampir setiap waktu
	Saat memikirkan operasi yang akan dijalani saya merasakan :				
1	Saya merasa lebih gugup dan gelisah dari biasanya		✓		
2	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas			✓	
3	Saya mudah merasa marah atau merasa panik		✓		
4	Saya merasa tidak berdaya		✓		
5	Saya merasa bahwa semuanya baik-baik saja dan tidak ada sesuatu yang buruk akan terjadi		✓		
6	Tangan dan kaki saya gemetar akhir-akhir ini			✓	
7	Saya merasa terganggu dengan sakit kepala, leher dan nyeri punggung		✓		
8	Saya merasa mudah lelah dan Lelah			✓	
9	Saya merasa tenang dan dapat duduk santai	✓			
10	Saya merasa jantung saya berdetak lebih cepat	✓			
11	Saya terganggu karena pusing			✓	
12	Saya merasa seperti mau pingsan		✓		
13	Saya dapat bernafas dengan mudah		✓		
14	Saya merasa mati rasa dan kesemutan pada jari tangan dan kaki		✓		
15	Saya merasa perut saya sakit		✓		
16	Saya sering buang air kecil			✓	
17	Tangan saya kering dan hangat			✓	
18	Wajah saya terasa panas dan kemerahan		✓		
19	Saya dapat tidur dengan nyenyak	✓			
20	Saya mengalami mimpi buruk		✓		

Lampiran 11. Lembar Konsultasi

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TANJUNGPUR
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
LEMBAR CATATAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Sri Melati Nur Hidayah
 NIM : 1914301022
 Judul : Pengaruh *Self Relaxound* terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Tahun 2023
 Pembimbing I : Anita Puri, S.Kep.,M.M

NO	TANGGAL	HASIL KONSULTASI	PARAF
1	16 – 11 – 2022	ACC Judul Skripsi	<i>AN</i>

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES TANJUNGPUR
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
LEMBAR CATATAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Sri Melati Nur Hidayah
 NIM : 1914301022
 Judul : Pengaruh *Self Relaxound* terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi Laparatomi di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung Tahun 2023
 Pembimbing II : Ns. Sulastri, M.Kep.,Sp.Jiwa

NO	TANGGAL	HASIL KONSULTASI	PARAF
1	17 – 11 – 2022	ACC Judul Skripsi	<i>[Signature]</i>
2	21 – 12 – 2023	Perbaikan BAB I Latar Belakang	<i>[Signature]</i>
3	28 – 12 – 2023	Perbaikan BAB II Kerangka Teori dan Konsep	<i>[Signature]</i>
4	05 – 04 – 2023	Perbaikan Penulisan Kutipan dan Tabel	<i>[Signature]</i>
5	07 – 01 – 2023	Perbaikan Penulisan Sampel Dan Daftar Pustaka	<i>[Signature]</i>
6	10 – 01 – 2023	ACC Seminar Proposal	<i>[Signature]</i>
7	20 – 01 – 2023	Perbaikan Seminar Proposal	<i>[Signature]</i>
8	12 – 02 – 2023	Pengajuan Kaji Etik	<i>[Signature]</i>
9	28 – 03 – 2023	Penelitian dan Pengumpulan Data	<i>[Signature]</i>
10	10 – 05 – 2023	Perbaikan Penulisan BAB IV Dan BAB V	<i>[Signature]</i>
11	13 – 05 – 2023	Perbaikan Penulisan	<i>[Signature]</i>
12	17 – 05 – 2023	ACC Seminar Hasil	<i>[Signature]</i>
13	26 – 06 - 2023	Perbaikan Seminar Hasil	<i>[Signature]</i>
14	28 – 06 - 2023	ACC cetak	<i>[Signature]</i>

Mengetahui,
 Ketua Prodi Sarjana Terapan Keperawatan
 Tanjungkarang

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