

LAMPIRAN

Lembar *Informed Consent*

PENJELASAN ASUHAN KEPERAWATAN

Saya mahasiswa keperawatan Poltekkes Tanjung Karang, dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam studi kasus yang berjudul “Analisis Tingkat Nyeri Pada Pasien *Post* Operasi Hemoroidektomi Dengan Intervensi Kombinasi Relaksasi Otot Progresif Dan Asmaul Husna Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2024”.

1. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa keperawatan yang diberikan surat izin dari kampus dan rumah sakit.
2. Pelaksanaan kegiatan ini di bawah pengawasan kampus dan rumah sakit. Jika perilaku mahasiswa kurang menyenangkan, maka anda dapat mengundurkan diri dari kegiatan ini dengan menghubungi nomor *handphone* (085831242011). Aduan anda akan segera ditindaklanjuti dengan mengklarifikasi perlakuan yang kurang menyenangkan tersebut, melakukan pengajuan permohonan maaf kepada anda dan memperbaiki kegiatan/memberhentikan penulis yang melakukan kegiatan yang kurang menyenangkan tersebut.
3. Manfaat bagi anda adalah meningkatkan kemampuan secara mandiri dalam mengontrol rasa nyeri *post* operasi hemoroidektomi.
4. Penulis menjamin intervensi ini tidak berdampak negatif bagi anda. Bila selama anda berpartisipasi mengalami ketidaknyamanan, maka anda berhak untuk berhenti ikut dalam kegiatan ini. Kami akan menjunjung tinggi hak-hak anda dengan menjaga kerahasiaan data yang diperoleh.

Melalui penjelasan ini, penulis mengharapkan partisipasi anda dalam asuhan keperawatan ini, atas kesadaran anda menjadi responden. Kami ucapkan terimakasih.

Mahasiswa
Monica Dewi Handayani

LEMBAR PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai studi kasus yang akan dilakukan oleh penulis dengan judul “Analisis Tingkat Nyeri Pada Pasien *Post* Operasi Hemoroidektomi Dengan Intervensi Kombinasi Relaksasi Otot Progresif Dan Asmaul Husna Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2024”.

Saya mengerti bahwa resiko yang dialami sangat kecil, saya juga berhak untuk menghentikan keikutsertaan ini kapan saja dan berhak mendapatkan jawaban yang jelas mengenai prosedur tindakan keperawatan. Saya mengerti bahwa identitas dan catatan dalam asuhan keperawatan ini akan dijamin kerahasiaannya dan hanya untuk keperluan Karya Ilmiah Akhir. Dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden, keikutsertaan saya ini secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Metro, 2024

Mengetahui,
Penulis

Yang membuat pernyataan

(Monica Dewi Handayani)


(.....)

Lampiran 3

Standar Operasional Prosedur (SOP) Kombinasi Terapi Relaksasi Otot Progresif dan Asmaul Husna	
Pengertian	Terapi relaksasi otot progresif menggunakan teknik penegangan dan peregangan otot untuk meredakan ketegangan otot, ansietas, nyeri serta meningkatkan kenyamanan, konsentrasi dan kebugaran. Terapi musik (asmaul husna) menggunakan musik untuk membantu mengubah perilaku, perasaan atau fisiologis tubuh (relaksasi, konsentrasi dan pengurangan rasa sakit).
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Meredakan ketegangan otot dan nyeri 2. Meningkatkan kenyamanan, konsentrasi dan kebugaran 3. Relaksasi dan konsentrasi 4. Pengurangan rasa sakit
Persiapan Alat	Persiapan Alat <ol style="list-style-type: none"> 1. Sarung tangan bersih, <i>jika perlu</i> 2. Kursi dengan sandaran, <i>jika perlu</i> 3. Bantal 4. Musik 5. Headset
Prosedur Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Fase Orientasi <ol style="list-style-type: none"> a. Memberi salam/menyapa klien b. Memperkenalkan diri c. Menjelaskan tujuan tindakan d. Menjelaskan langkah prosedur e. Menanyakan kesiapan klien 2. Fase Kerja <ol style="list-style-type: none"> a. Memberikan kesempatan klien untuk bertanya b. Menanyakan keluhan utama yang sedang dirasakan c. Dekatkan alat-alat ke klien d. Menjaga privasi klien e. Cuci tangan sebelum melakukan tindakan f. Memakai sarung tangan, <i>jika perlu</i> g. Periksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah dan suhu h. Tempatkan pasien di tempat yang tenang dan nyaman i. Anjurkan untuk menggunakan pakaian yang longgar dan nyaman j. Berikan posisi yang nyaman, misal dengan duduk bersandar atau tidur k. Berikan headset dan musik asmaul husna yang akan didengarkan l. Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi m. Anjurkan menegangkan otot selama 5 sampai 10 detik, kemudian anjurkan untuk merilekskan otot 20-30 detik, masing-masing 8-16 kali

		<p>Langkah 1 :Melatih otot tangan</p>  <p>Buat kepalan yang sangat kuat agar merasakan sensasi ketegangan. Saat kepalan dilepaskan, rasakan relaksasi selama 10 detik.</p>	<p>Langkah 2: Melatih otot tangan bagian belakang</p>  <p>Tekuk kedua lengan ke belakang pada pergelangan tangan sehingga otot tangan dibagian belakang dan lengan bawah menegang, jari-jari menghadap langit-langit. Pada saat ketegangan dilepaskan, rasakan relaksasi selama 10 detik.</p>
		<p>Langkah 3: Melatih otot bisep</p>  <p>Genggam kedua telapak tangan dengan membentuk kepalan. Bawa kedua kepalan kearah pundak sehingga otot bisep akan menjadi tegang. Saat ketegangan dilepaskan, rasakan relaksasi selama 10 detik.</p>	<p>Langkah 4: Melatih otot bahu</p>  <p>Angkat kedua bahu setinggi-tingginya seakan-akan menyentuh telinga dan fokuskan perhatian gerakan pada bahu, punggung atas, dan leher yang mengalami ketegangan. Saat ketegangan dilepaskan, rasakan relaksasi selama 10 detik.</p>
		<p>Langkah 5: Melatih otot wajah</p>  <p>Gerakan otot dahi dengan cara mengerutkan dahi dan alis sampai otot terasa kulitnya keriput. Tutup keras-keras mata sehingga dapat dirasakan ketegangan di sekitar mata dan otot-otot yang mengendalikan</p>	<p>Langkah 6: Melatih otot rahang</p>  <p>Katubkan rahang, diikuti dengan menggigit gigi sehingga terjadi ketegangan di sekitar otot rahang. Pada saat ketegangan di lepaskan, rasakan relaksasi selama 10 detik.</p>

	<p><u>gerakan mata</u></p> <p>Langkah 7: Melatih otot mulut</p>  <p>Gerakan memoncongkan bibir sekuat-kuatnya hingga merasakan ketegangan di sekitar mulut.</p>	<p>Langkah 8: Melatih otot leher bagian belakang</p>  <p>Letakkan kepala sehingga dapat beristirahat. Tekan kepala pada permukaan bantalan kursi sehingga merasakan ketegangan dibagian belakang leher dan punggung.</p>
	<p>Langkah 9: Melatih otot leher bagian depan</p>  <p>Gerakan membawa kepala ke muka dan benamkan dagu ke dada sehingga merasakan ketegangan di daerah leher bagian muka.</p>	<p>Langkah 10: Melatih otot punggung</p>  <p>Angkat tubuh dari sandaran tempat tidur, punggung di lengkungkan. Busungkan dada, tahan kondisi tegang, kemudian relaks. Setelah relaks letakkan tubuh kembali ke tempat tidur sambil melemaskan otot.</p>
	<p>Langkah 11: Melatih otot dada</p>  <p>Tarik napas panjang, diamkan beberapa saat sambil merasakan ketegangan dibagian dada sampai turun ke perut kemudian lepaskan dan lakukan napas normal dengan lega.</p>	<p>Langkah 12: Melatih otot perut</p>  <p>Tarik perut dengan kuat ke dalam, tahan sampai menjadi kencang dan keras kemudian lepaskan.</p>

	<p>Langkah 13: Melatih otot kaki</p> <p>Luruskan kedua telapak kaki sehingga otot paha terasa tegang, lanjutkan mengunci lutut sehingga ketegangan pindah ke otot betis. Tahan posisi tegang kemudian lepaskan.</p> 	
<ul style="list-style-type: none"> n. Anjurkan menegangkan otot kaki selama tidak lebih dari 5 detik untuk menghindari kram o. Anjurkan fokus pada sensasi otot yang menegang atau otot yang rileks p. Anjurkan bernapas dalam dan perlahan q. Periksa ketegangan otot, frekuensi nadi, tekanan darah dan suhu r. Rapikan klien dan alat-alat yang digunakan <p>3. Fase Terminasi</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Melakukan evaluasi tindakan yang dilakukan b. Menanyakan pada klien apa yang dirasakan setelah dilakukan tindakan c. Menyimpulkan hasil prosedur yang dilakukan d. Melakukan kontrak waktu untuk tindakan selanjutnya e. Berikan reinforcement positif sesuai dengan kemampuan klien f. Mengakhiri kegiatan, memberi salam dan berpamitan pada responden g. Lepaskan sarung tangan dan mencuci tangan h. Dokumentasikan prosedur yang telah dilakukan 		

(Tim Pokja Pedoman SPO DPP PPNI, 2021)

LEMBAR OBSERVASI

**Analisis Tingkat Nyeri Pada Pasien *Post Operasi Hemoroidektomi*
Dengan Intervensi Kombinasi Relaksasi Otot Progresif Dan Asmaul Husna
Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2024**

I. Identitas Responden

Nama Responden :

Umur :

Jenis Kelamin :

II. Pengkajian Pasien

Pemberian Intervensi Hari Ke :

Kesadaran :

Tekanan Darah :

Nadi :

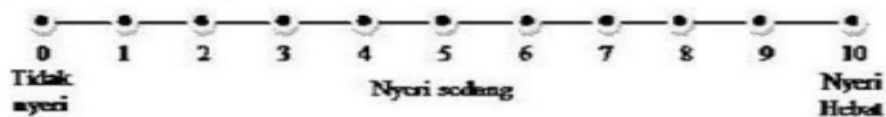
Pernapasan :

Suhu :

Saturasi Oksigen :

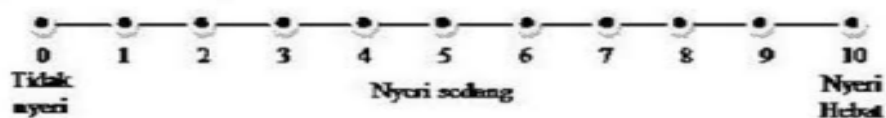
INSTRUMEN NYERI *POST OPERASI*

Sebelum melakukan relaksasi otot progresif dan asmaul husna



Skala nyeri :.....

Sesudah melakukan relaksasi otot progresif dan asmaul husna



Skala nyeri :.....

Keterangan :

0 (tidak nyeri)	Aktivitas normal, bahagia
1-3 (nyeri ringan)	Ekspresi netral, mau bermain dan berbicara
4-6 (nyeri sedang)	Melindungi daerah yang sakit, mengurangi gerakan (diam), mengeluh nyeri
7-9 (nyeri berat)	Tidak bergerak, terlihat takut, sangat diam
10 (nyeri paling hebat)	Gelisah, mengeluh sangat nyeri, menangis terus

Sumber : Potter & Perry (2010)

Lampiran 5

SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan di bawah ini Pembimbing Lahan di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro, menyatakan bahwa:

Nama : Sugeng Haryadi, s.kep.,Ns.,M.kep
NIP / NIKY : 00.88.0036

Dengan ini menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa berikut:

Nama : Monica Dewi Handayani
NIM : 2314901041
Prodi : Profesi Ners
Jurusan : Keperawatan
Judul : Analisis Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Hemoroidektomi Dengan Intervensi Kombinasi Relaksasi Otot Progresif Dan Asmaul Husna Di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro Tahun 2024

Memang benar mahasiswa tersebut di atas telah melaksanakan pengambilan data pasien pada tanggal 6 Mei 2024 – 11 Mei 2024 untuk kepentingan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners di Rumah Sakit Mardi Waluyo Metro

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Metro, 10 Mei 2024
Pembimbing Lahan

Sugeng Haryadi, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIP/NIKY : 00.88.0036