

# **LAMPIRAN**



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



Jl. Soekarno Hatta No.6 Bandar Lampung  
Telp : 0721-783852 Faxsimile : 0721 – 773918

Website: [www.bppsdmk.depkes.go.id/poltekkestanjungkarang](http://www.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 asuhan keperawatan yang berjudul “**Analisis Tingkat Nyeri Pasien Post Operasi Hernioraphy Dengan Intervensi Terapi Musik Dan Teknik Relaksasi Napas Dalam di RS Urip Sumoharjo Provinsi Lampung 2025**” Saya menyatakan **bersedia** diikutsertakan dalam penelitian ini dan saya percaya penelitian ini tidak akan merugikan dan membahayakan bagi kesehatan saya. Saya percaya apa yang saya sampaikan ini dijamin kerahasiaannya.

Bandar Lampung,

2025

Peneliti

Responden

Najwa Nabilla Salma

.....

NIM. 2414901094

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)  
RELAKSASI NAFAS DALAM dan TERAPI MUSIK ALAM UNTUK  
MENURUNKAN TINGKAT NYERI PADA PASIEN POST OPERASI**

<b>Definisi :Relaksasi nafas dalam</b> ialah teknik bernapas dalam, dan rileks, yang dapat memberikan respon relaksasi. Selain itu, terapi musik alam dengan ciri musik tempo pelan dapat membuat relaksasi pada tubuh dan dapat memicu pengeluaran hormon endorfin atau hormon analgesik alami dari tubuh.		
<b>Tujuan :</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengurangi stres</li> <li>• Mengurangi ketegangan otot</li> <li>• Mengurangi nyeri pada post operasi</li> </ul>		
<b>Indikasi :</b> pasien dengan kecemasan dan ketegangan.		
<b>STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SPO) RELAKSASI NAFAS DALAM dan TERAPI MUSIK ALAM UNTUK MENURUNKAN NYERI POST OPERASI</b>	<b>Iya</b>	<b>Tidak</b>
Tahap persiapan :		
<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Persiapan Alat : Standar Operasional Prosedur</li> <li>5. Persiapan pasien : Kontrak topik, waktu, tempat dan tujuan dilakukan pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik alam</li> <li>6. Persiapan lingkungan: Ciptakan lingkungan yang nyaman bagi pasien dan jaga privacy pasien.</li> </ol>		
Tahap Pelaksanaan :		
<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Tahap Pra Interaksi           <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Melakukan verifikasi tindakan pemberian teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik alam</li> <li>f. Mengucapkan salam dan menyapa pasien</li> <li>g. Mengatur lingkungan yang tenang dan nyaman</li> <li>h. Menjelaskan maksud dan tujuan tindakan yang akan dilakukan pada pasien</li> <li>i. Menanyakan kesiapan pasien sebelum kegiatan dilakukan</li> <li>j. Memberi kesempatan bertanya pada pasien sebelum tindakan</li> </ol> </li> </ol>		
<ol style="list-style-type: none"> <li>3. Tahap kerja           <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mencuci tangan sebelum melakukan tindakan.</li> <li>b. Melakukan pengaturan posisi pasien</li> <li>c. Mengkaji skala nyeri pasien.</li> <li>d. Mempratekkan teknik relaksasi nafas dalam dan terapi musik alam:               <p>Langkah 1: Posisi untuk Latihan Pernapasan</p> <p>Posisikan tubuh Anda tegak di kursi atau setengah bersandar dengan bagasi Anda ditopang dengan baik. Latihan pernapasan dalam paling efektif saat Anda tegak dibandingkan dengan berbaring karena posisi tegak memberi ruang bagi paru-paru Anda untuk mengembang.</p> <p>Langkah 2 : Teknik Pernapasan Hidung</p> <p>Tarik napas melalui hidung jika memungkinkan selama latihan ini. Pernapasan hidung meningkatkan relaksasi di pusat otak.</p> <p>Langkah 3: Kecepatan Pernapasan</p> <p>Perlambat kecepatan pernapasan Anda. Pernapasan cepat dangkal dan terkait dengan kecemasan dan stres. Penelitian (1) menyarankan pernapasan pada 9-10 napas per menit adalah tingkat</p> </li> </ol> </li> </ol>		

<p>pernapasan yang paling efektif untuk menghilangkan stres dan meningkatkan relaksasi.</p> <p>C. Tarik napas perlahan - Teknik Pernapasan Diafragma Letakkan tangan Anda di sekitar bagian bawah tulang rusuk dan perut bagian atas dengan ujung jari ke-3 bersentuhan. Tarik napas perlahan sehingga tulang rusuk Anda melebar ke luar dan ujung jari Anda menjauh. Tarik napas perlahan dan dalam untuk mendapatkan udara ke dasar paru-paru tempat pertukaran udara terjadi.</p> <p>D. Menghembuskan napas Untuk menghembuskan napas biarkan udara secara pasif meninggalkan paru-paru Anda. Menghembuskan napas melibatkan recoil pasif tulang rusuk dan paru-paru. Rasakan tubuh Anda rileks saat Anda mengeluarkan napas. Prosedur tersebut di kombinasikan dengan mendengarkan terapi musik alam dengan menggunakan headset.</p>		
<p>4. Tahap Terminasi:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Evaluasi hasil tindakan.</li> <li>b. Dokumentasikan tindakan dalam lembar catatan keperawatan</li> <li>c. Mengucapkan selamat tinggal</li> </ol>		

**Sumber : Potter dan Perry 2010**

**LEMBAR OBSERVASI SKALA NYERI**

---

**I. Identitas Pasien**

Nama (inisial) :  
 Umur / Jenis kelamin :  
 Pendidikan :  
 Pekerjaan :  
 Alamat :

**II. Petunjuk pengisian**

Silakan lingkari angka dibawah ini yang menunjukkan intensitas nyeri yang dirasakan oleh anda saat ini dari 0 (tidak nyeri) sampai 10 (sangat nyeri)

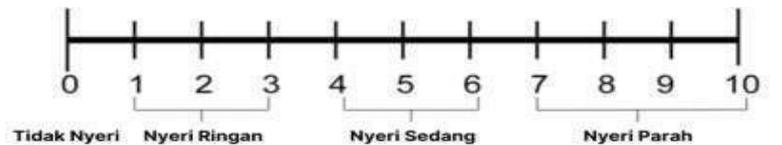
Pre intervensi

Tanggal /jam:



Post Intervensi

Tanggal/jam :



Keterangan:

- 0 : Tidak nyeri (tidak ada keluhan nyeri)
- 1-3 : nyeri ringan (ada rasa nyeri, mulai terasa tapi masih dapat ditahan)
- 4-6 : nyeri sedang (ada rasa nyeri, terasa mengganggu dan dengan melakukan usaha yang cukup kuat untuk menahannya)
- 7-10 : nyeri berat (ada rasa nyeri, terasa sangat mengganggu atau tidak tertahankan sehingga harus meringis, menjerit bahkan berteriak)

Lampiran 4

DOKUMENTASI



## Lampiran 5

### SURAT KETERANGAN

Yang Bertanda-tangan di bawah ini, Pembimbing Lahan/Preseptor:

Nama : Endah W, S.Kep., Ns  
Instansi RS : RS Urip Sumoharjo  
Ruang : Pesona Alam 1

Dengan ini menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa berikut:

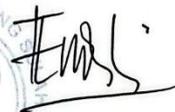
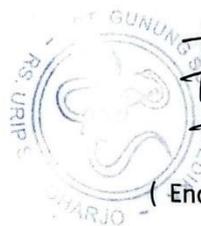
Nama : Najwa Nabilla Salma  
NIM : 2414901094  
Jurusan : Keperawatan  
Prodi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul : Analisis Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi Hernioraphy Dengan Intervensi Terapi Musik Klasik Dan Relaksasi Nafas Dalam Di RS Urip Sumoharjo Provinsi Lampung Tahun 2025.

Menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah melaksanakan asuhan keperawatan pada tanggal 17 Februari 2025 sampai 22 Februari 2025 untuk kepentingan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN).

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, 22 Februari 2025

Pembimbing Lahan/Preseptor

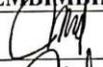
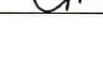
( Endah W, S.Kep., Ns )

Lampiran 6

	<b>POLTEKKES TANJUNGGARANG</b> <b>PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS</b> <b>POLTEKKES TANJUNGGARANG</b>	Kode	TA/PKTjk/J.Kep./03.2/1/2025
		Tanggal	
	<b>Formulir Kesiediaan Menguji Sidang</b>	Revisi	0
		Halaman	....dari ... halaman

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Najwa Nabilla Salma  
 NIM : 2414901094  
 Nama Pembimbing : Ns.Faidana Yaumul Syifa,S.Kep.,M.Kep  
 Judul : Analisis Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Herniarophy* Dengan Intervensi Terapi Musik Klasik Dan Teknik Relaksasi Napas Dalam di RS Urip Sumoharjo Provinsi Lampung Tahun 2025

NO	HARI/TANGGAL	MATERI BIMBINGAN	MASUKAN	PARAF MHS	PARAF PEMBIMBING
1	03/02/2025	Pengajuan judul	konsultasi judul kian	Maji	
2	05/02/2025	Pengajuan judul	Acc judul kian	Maji	
3	02/05/2025	Bab I	Perbaikan latar belakang, tujuan, ruang lingkup.	Maji	
4	07/05/2025	Bab II & III	Penambahan materi Perbaikan kata anng.	Maji	
5	09/05/2025	Bab IV	Perbaikan data penunjang	Maji	
6	14/05/2025	Bab V	Perbaikan kesimpulan dan saran	Maji	
7	18/05/2025	Bab V	Perbaikan Daftar pustaka	Maji.	
8	22/05/2025	Bab I, II, III	Acc Bab I, II, III	Maji	
9	24/05/2025	Bab I, II, III, IV, V	Acc Bab I, II, III, IV, V	Maji	
10	26/05/2025	Bab I, II, III, IV, V	Acc sidang Hasil	Maji.	
11	12/06/2025	Perbaikan sidang seminar hasil	Perbaikan Abstrak	Maji	
12	12/06/2025	Perbaikan abstrak.	Acc cetak.	Maji	

Mengetahui  
 Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Tanjungkarang

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

Lampiran 7

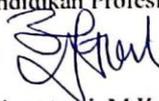
	<b>POLTEKES TANJUNGGARANG</b> <b>PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS</b> <b>POLTEKES TANJUNGGARANG</b>	Kode	TA/PK1jk/J.Kep./03.2/1/2025
		Tanggal	
	<b>Formulir Kesiadaan Menguji Sidang</b>	Revisi	0
		Halaman	....dari....halaman

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Najwa Nabilla Salma  
 NIM : 2414901094  
 Nama Pembimbing : Ns.Efa Trisna, S.Kep.,M.Kep  
 Judul : Analisis Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Operasi *Hernioraphy* Dengan Intervensi Terapi Musik Klasik Dan Teknik Relaksasi Napas Dalam di RS Urip Sumoharjo Provinsi Lampung Tahun 2025

NO	HARI/TANGGAL	MATERI BIMBINGAN	MASUKAN	PARAF MHS	PARAF PEMBIMBING
1	09/05/2025	BAB I	Perbaiki penulisan delatar Belakang	Najwa	3p
2	14/05/2025	BAB II	Perbaiki sitasi dan gunakan Tahun Terbaru	Najwa	3p
3	16/05/2025	BAB III & IV	Perbaiki bagian tabel dan gambar sesuai panduan	Najwa	3p
4	19/05/2025	BAB IV	Perbaiki Ukuran Penulisan	Najwa	3p
5	20/05/2025	BAB V	Perbaiki Penulisan Abstrak	Najwa	3p
6	22/05/2025	BAB V	Perbaiki daftar pustaka	Najwa	3p
7	26/05/2025	BAB I, II, III, IV, V	Perbaiki Penulisan kata asing	Najwa	3p
8	27/05/2025		Acc Seminar Hasil	Najwa	3p
9	13/06/2025	Perbaiki Sediaan seminar hasil	Perbaiki data, tujuan	Najwa	3p
10	13/06/2025		Acc 4 cetak	Najwa	3p
11					
12					

Mengetahui  
 Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners Tanjungkarang

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