

LAMPIRAN

Lampiran 1

Standar Operasional Prosedur

Tahap	Tindakan
Pengertian	Relaksasi genggam jari adalah sebuah teknik relaksasi yang sangat sederhana dan mudah dilakukan oleh siapapun yang berhubungan dengan jari tangan serta aliran energy di dalam tubuh kita.
Tujuan	Teknik relaksasi dapat membuat pasien mampu mengontrol diri mereka saat merasa nyeri, stress fisik dan ketidaknyamanan (potter & Perry, 2005).
Tindakan	1. Posisikan klien pada posisi berbaring, serta anjurkan pasien untuk mengatur nafas dan merileksasikan semua otot 2. Perawat duduk disamping pasien, relaksasi dimulai dengan menggenggam ibu jari pasien dengan tekanan lembut, genggam sampai nadi pasien terasa berdenyut 3. Anjurkan pasien untuk mengatur pola napas dengan hitungan teratu
	
	5. Genggam ibu jari kurang lebih selama 3-5 menit dengan tambahan nafas dalam, kemudian dilanjutkan ke jari-jari yang lain satu persatu dengan durasi yang sama. 6. Setelah kurang lebih 15 menit, lakukan relaksasi genggam jari ke jari tangan yang lain
Terminasi	7. Setelah selesai, tanyakan bagaimana respon pasien terhadap nyeri yang dirasaka 8. Rapikan pasien dan tempat tidur kembali

Sumber : Henderson (2007)

Lampiran 2

Informed Consent

LAMPIRAN 1

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI SUBYEK STUDI KASUS (INFORMED CONSENT)

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : SRI LESTARI

Umur : 54 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Sukajadi, Bumi Raya, Abung selatan

Dengan ini menyatakan bahwa SETUJU dan BERSEDIA untuk menjadi subjek studi kasus berjudul "Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari dan Napas Dalam Yang Mengalami Masalah Keperawatan Nyeri Kronis Pada Hipertensi Diwilayah Kerja Puskesmas KaliBalangan"

Nama Peneliti : Tiara Isma Sabrina

Nim : 2214471084

Institusi : Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang Prodi DII
Keperawatan Kotabumi

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa adanya paksaan atau ancaman apapun.

Mengetahui, Peneliti

Kotabumi, maret 2025

Menyetujui,

Responden

()
Sri Lestari

()
Tiara Isma Sabrina

Saksi

()
Limas

Lampiran 3

Numeric Rating Scale



Sumber : (Syokumawena *et al.*, 2021)

Lampiran 4

DOKUMENTASI

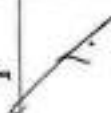


Lampiran 5

Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1

Nama : Tiara Isma Sabrina
 Nim : 2214471084
 Program studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari dan Napas Dalam untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Ny. S yang Mengalami Masalah Nyeri Kronis di Wilayah Kerja Puskesmas KaliBalangan
 Pembimbing 1 : Ns. Rina Mariani, S.Kep., M.Kes

No	Tanggal	Materi	Paraf
1.	10 / 04 2025	- Perbaiki Goals 1 - Rapikan data, tambahkan data pemeriksaan	
2.	22 / 04 2025	- Perbaiki data lampung - Tambahkan data hipertensi	
3.	28 / 04 2025	- Tambahkan tanda dan gejala menurut SBT - Rapikan urutan dan tujuan	
4.	02 / 05 2025	- Tambahkan jurnal yang berkaitan dengan penelitian - Perbaiki Bab 5	
5.	08 / 05 2025	- Perbaiki data operasional - Rapikan tabel - Tambahkan data suplementasi	

6.	07 / 05 2025	- Lengkapi pengumpulan - Tambahkan foto yang berkaitan - Perbaiki tulisan dan data	
7.	12 / 05 2025	- Tambahkan jurnal-jurnal yang terkait - Tambahkan data-data penelitian agar lebih komprehensif - Perbaiki Bab 5. - Buat kesimpulan yang menjawab tujuan belajar dan saran.	
8.	19 / 5 - 2025	BAB 1 - V cek lagi isi yg → bila OK: ACC Abstrak revisi lg. Konsul Kuliah Jam 16.15 → ACC Silang LTA.	

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2

Nama : Tiara Isma Sabrina
 Nim : 2214471084
 Program studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Genggam Jari dan Napas Dalam untuk Menurunkan Tekanan Darah pada Ny. S yang Mengalami Masalah Nyeri Kronis di Wilayah Kerja Puskesmas KaliBalangan
 Pembimbing 2 : Hasti Primadilla K, S.Kp., MKM

No	Tanggal	Materi	Paraf
1.	23 / 04 / 2025	Bab 1-2 - Perhatikan spasi antar paragraf - Letakkan aking dicatole miring - Perhatikan penulisan sitasi - lakukan parafrase	f
2.	28 / 04 / 2025	Bab 1-3 - lakukan parafrase - Letakkan aking dicatole miring - perhatikan spasi	f
3.	05 / 05 / 2025	- perhatikan spasi, penomoran, daftar isi dan bab 1	f
4.	08 / 05 / 2025	- cek penulisan kapital - ukuran huruf, jarak tulisan	f
5.	14 / 05 / 2025	- perhatikan paragraf, rapikan - atur spasi tulisan	f
6.	16 / 05 / 2025	- cek daftar isi, rapikan - cek daftar pustaka	f
7.	21 / 05 / 2025	- parafrase tulisan - perhatikan abstrak, penulisan letakkan aking dicatole miring	f
8.	22 / 05 / 2025	ACC	f

Lembar Dokumentasin Keperawatan

POLTEKES KEMENKES TANJUNGPINANG
LABORATORIUM HOMEKARE PRODI KEPERAWATAN KOTABUMI
 Jl. Abizar No. 12 Kelurahan Kotaalam Kecamatan Kotabumi Selatan

LEMBAR RENCANA DAN IMPLEMENTASI ASUHAN KEPERAWATAN

Nama : <u>Fitri S</u> Tanggal : <u>05/05/1970</u>		Jenis Kelamin : <u>♀</u> Umur : <u>55</u> tahun		TANGGAL KUNJUNGAN					
DATA SUBJEKTIF/IDENTIF				11/05/25	12/05/25	13/05/25	14/05/25	15/05/25	
DO :				OBSERVASI PERAWATAN					
- klien mengatakan nyeri pada bahu kiri bahu				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan pinggang				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan tidak nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri				✓	✓	✓	✓	✓	
- klien mengatakan nyeri									