

LAMPIRAN

Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan

No	Kegiatan	Tanggal		
		17/03/2025	18/03/2025	19/03/2025
1	Menanyakan ke perawat ruangat terkait pasien dengan diagnosa medis Hipertensi	✓		
2	Melihat data rekam medis pasien Ny.M	✓		
3	Melakukan wawancara dengan Ny. M	✓		
4	Informed Consent	✓		
5	Melakukan pengkajia dan observasi pada Tn. R	✓		
6	Melakukan evaluasi penerapan Terapi relaksasi benson pada Tn. R	✓	✓	✓
7	Melakukan Implementasi penerapan Terapi Relaksasi Benson pada Tn. R	✓	✓	✓
8	Melakukan dokumentasi	✓	✓	✓

Lampiran 2 : informasi dan pernyataan persetujuan (*inform consent*)

INFORM CONSENT
SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rohmat
Jenis Kelamin : Laki-Laki
Usia : 77 Tahun
Alamat : JL.H Mashur Gedung Ketapang Sungkai Selatan,
Gedung Ketapang, Sungkai Selatan, Kab.
Lampung Utara

Dengan ini menyatakan bahwa SETUJU dan BERSEDIA untuk menjadi subjek studi kasus berjudul **“Penetapan Terapi Relaksasi Benson Untuk Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi ”**.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa:

1. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur – jujur.
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan dirahasiakan dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum.
3. Saya menyetujui adanya perekaman selama studi kasus berlangsung.
4. Guna menunjang kelancaran studi kasus yang akan dilakukan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, saya tidak ada paksaan dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti studi kasus ini sampai selesai.

Kotabumi, 18 Maret 2025

Mengetahui

Peneliti



Ulia Salsabila

Partisipan



Rohmat

Lampiran 3 : Instrumen studi kasus

	Terapi Relaksasi Benson		
STANDAR OPRASIONAL PROSEDUR			
PENGERTIAN	Relaksasi Benson adalah gabungan relaksasi nafas dalam dengan memasukan faktor keyakinan.		
TUJUAN	a. Memberikan perasaan nyaman b. Menurunkan tekanan darah. c. Memberikan ketenangan. d. Mengurangi ketegangan		
INDIKASI	Pada pasien dengan Nyeri, Cemas, Depresi , Tekanan Darah Tinggi.		
KONTRA INDIKASI	Pasien dengan gangguan mental, demensia, dan kognitif.		
PERALATAN	Bantal dan guling		
PROSEDURE PLAKSANAAN	Tahap pra Intraksi a. Melakukan verifikasi program pengelolaan klien b. Mencuci tangan Tahap Orientasi a. Memberikan salam sebagai pendekatan therapeutic b. Menjelaskan tujuan dan procedure tindakan pada klien/keluarga c. Menanyakan persetujuan dan kesiapan klien sebelum kegiatan dilakukan Tahap Kerja a. Menjaga privasi klien b. Posisikan pasien pada posisi duduk yang paling nyaman c. Memberikan arahan pada pasien untuk memilih kata/doa yang menenangkan. d. Instruksikan pasien memejamkan mata dan instruksikan pasien agar tenang dan mengendorkan otot – otot tubuh dari ujung kaki sampai dengan otot wajah dan rasakan rileks.		

	e. Instruksikan agar pasien menarik nafas dalam lewat hidung, tahan 3 detik lalu hembuskan lewat mulut disertai dengan mengucapkan doa atau kata yang sudah dipilih f. Instruksikan pasien membuang pikiran negatif dan tetap fokus pada nafas dalam dan doa atau kata-kata yang di ucapkan. g. Lakukan selama kurang lebih 10 menit h. Instruksikan pasien mengakhiri relaksasi dengan tetap menutup mata 1-2 menit lalu membuka dengan perlahan. Tahap Terminasi a. Mengevaluasi hasil tindakan dengan menanyakan perasaan klien dan mengukur kembali tekanan darah klien. b. Berpamitan dengan pasien/keluarga c. Menginformasikan untuk mengulang kembali 2x dalam sehari. d. Mencuci tangan e. Mencatat kegiatan dalam lembar catatan keperawatan
--	---

sumber: (Benson and Proctor,2010 dalam Malisa, Kusman dan Mardiah 2016)

Lampiran 4 : Lembar Konsul

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1

Nama : Ulia Salsabila
 NIM : 2114471000
 Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Pemurunan Tekanan Darah
 Pembimbing 1 : Sono, S.Kp., M.Kep.

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
	25 Maret 2025	- latar belakang berisi justifikasi dan judul - Data kasus terbaru - Definisi secara umum	f
	26 Maret 2025	- Rumusan masalah berisi pernyataan mengenai kasus yang diambil sebelum kalimat pernyataan - pemilihan judul	f
	27 Maret 2025	- memberikan pernyataan sebuah kerangka - Ganti grafik menjadi grafik scatter - Paragraf ke 2 dan ke 3 harus ada keseimbangan	f
	10 April 2025	- memberikan alasan penulisan dengan membandingkan antara teori dengan praktek - tambahkan referensi	f
	12 April 2025	- lanjut bab 2 - pengkajian berdasarkan masalah - Terapi farmakologi	f
	14 April 2025	- masukan definisi ke nonfarmakologi - masukan jurnal yang sejalan dan tidak sejalan	f
		- tambahkan referensi lain di kliping dan evaluasi - tambahkan penyebab dan tanda gejala di diagnosa - lanjut bab 3	f

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1

Nama : Ulia Salsabila
 NIM : 2114471095
 Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Pemurunan Tekanan Darah
 Pembimbing 1 : Sono, S.Kp., M.Kep.

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
	02 April 2023	- definisi operasional berisi pengertian Terapi Benson - pada definisi harus berisi tindakan SOP	f
		- Lanjut bab 4.	f
	24 April 2023	- untuk pembahasan, berikan alasan ilmiahnya misal pasien mengalami dispnea, mengapa bisa dispnea, what teori fisiologi.	f
	28 April 2023	- Lengkapi fisiologi dipembahasan - Jelaskan tahap Terapi Benson di implementasi - Lanjut bab 6	f
	29 April 2023	- kesimpulan dan saran semakin pada Tujuan Awal - Lanjut ke pembimbing 2.	f

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2

Nama : Ulia Salsabila
 Nim : 2214471022
 Program Studi : Program Studi Diploma III Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Benson Terhadap Penurunan Tekanan Darah
 Diruang Fresia Rumah Sakit Umum Handayani
 Pembimbing 2 : Ns. Heni Apriyani, M.Kep., Sp.KMB

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
	13 april 2025	Konsultasi Bab I - Membuat judul dengan pemengsaan yang sesuai makna	
	15 april 2025	- memben pengantar sebelum grafik - membenarkan istilah asing dengan tanda cetak miring	
	16 april 2025	Konsultasi Bab II sampai III - Perbaiki kalimat setiap Paragraf - Acc bab I.	
	24 april 2025	Konsultasi Bab II sampai III - Bab II Acc - Revisi bab III metode pengumpulan data, observasi : tambahkan studi kasus	
	25 april 2025	Konsultasi Bab III dan IV - Perbaiki tanda baca - Hasil lab di bold	
	30 april 2025	- Acc bab III, IV, V. - Perbaiki nama jurnal.	
	1 Mei	- Perbaiki Abstrak - Perbaiki daftar isi	
	2 Mei	- Acc	

Lampiran 5 : Foto Kegiatan Studi Kasus

