

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Lembar permohonan menjadi responden

Dengan hormat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Febrianus Nagut

NIM : PO5303201211380

Adalah mahasiswa yang berasal dari Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupan, Jurusan Keperawatan, Program Studi Diploma III Keperawatan, dengan ini meminta anda agar berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul “Penerapan Teknik Relaksasi Napsa Dalam Dengan Masalah Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa”.

Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah agar mampu menerapkan terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut yang memberi manfaat bagi pasien untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien dalam mengidentifikasi terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut.

Apabila saudara/i bersedia, mohon diminta dengan hormat untuk bertanda tangan pada lembar permohonan ini.

Demikian permohonan ini dibuat, atas perhatian dan kesedian saudara/i, saya mengucapkan terima kasih.

Kupang, Juni 2024

Mengetahui  
Responden

(.....)

**Lampiran 2 *Informed consent***

***Informed consent***

**(Persetujuan Menjadi Responden)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (inisial) :

Usian :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Bersedia ikut menjadi responden untuk penelitian yang berjudul “***Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa***”. Tujuan penelitian ini adalah agar mampu menerapkan terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut.

Bila ada unsur yang tidak di inginkan saya berhak membatalkan surat persetujuan ini. Demikian surat persetujuan ini saya buat sebagai mana mestinya, tanpa ad unsur paksaan.

Kupang, Juni 2024

Mengetahui

Responden

Peneliti

Febrianus Nagut  
PO5303201211380

(.....)

### Lampiran 3 Standar Operasional Prosedur (SOP) Relaksasi Napas Dalam

1.	Devinisi	Menggunakan teknik napas dalam untuk mengurangi tanda dan gejala ketidaknyamanan seperti nyeri, ketegangan oto, atau kecemasan
2.	Diagnosis keperawatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Ansietas</li> <li>b. Gangguan rasa nyaman</li> <li>c. Nyeri akut</li> <li>d. Nyeri kronis</li> </ul>
3.	Luaran keperawatan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Tingkat ansietas menurun</li> <li>b. Tingkat kenyamanan meningkat</li> <li>c. Tingkat nyeri menurun</li> </ul>
4.	Prosedur tindakan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Identifikasi pasien menggunakan minimal dua identitas (nama lengkap, tanggal lahir, dan atau nomor rekam medis)</li> <li>b. Jelaskan tujuan dan langkah-langkah prosedur</li> <li>c. Siapkan alat dan bahan yang diperlukan <ul style="list-style-type: none"> <li>- sarung tangan bersih, <i>jika perlu</i></li> <li>- kursi dengan sandaran, <i>jika perlu</i></li> <li>- bantal</li> </ul> </li> <li>d. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah</li> <li>e. Pasang sarung tangan, <i>jika perlu</i></li> <li>f. Tempatkan pasien ditempat yang tenang dan nyaman</li> <li>g. Ciptakan lingkungan tenang dan nyaman tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruang nyaman, <i>jika memungkinkan</i></li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>h. Berikan posisi yang nyaman (misalnya dengan duduk, bersandar atau tidur)</li> <li>i. Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi</li> <li>j. Latih melakukan teknik napas dalam <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Anjurkan tutup mata dan konsentrasi penuh</li> <li>2. Ajarkan melakukan inspirasi dengan menghirup udara melalui hidung secara perlahan</li> <li>3. Ajarkan melakukan ekspirasi dengan menghembuskan udara dengan cara mulut mencucu secara perlahan</li> <li>4. Demonstrasikan menarik nafas selama 4 detik, menahan napas selama 2 detik dan menghembuskan napas selama 8 detik</li> </ul> </li> <li>k. Monitor respons pasien selama dilakukan prosedur</li> <li>l. Rapikan pasien dan alat-alat yang digunakan</li> <li>m. Lepaskan sarung tangan</li> <li>n. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah</li> <li>o. Dokumentasikan prosedur yang telah dilakukan dan respon pasien</li> </ul>
--	--	---

**Lampiran 4 Kuisisioner pengumpulan data**

Nama responden :

Umur :

Jenis kelamin :

Alamat :

1. Pertanyaan Kebiasaan makan

a. Apakah anda teratur kalau setiap kali makan?

- Ya / tidak

b. Apakah anda suka mengkonsumsi makanan pedas?

- Ya / tidak

c. Apakah anda suka mengkonsumsi makanan yang sifatnya asam?

- Ya / tidak

Jika ya. Seberapa sering anda mengkonsumsi makanan yang rasanya asam?

- Sering / jarang

2. Pertanyaan untuk pola makan

a. Berapa kali anda makan dalam sehari?

.....  
.....

b. Bila anda terlambat makan, jenis makanan apa yang anda konsumsi sebagai makanan sampingan?

.....  
.....

c. Apakah anda sering menunda makan jika dalam keadaan lapar?

.....  
.....

d. Apa yang membuat anda terlambat makan?

.....  
.....

3. Pertanyaan kebiasaan konsumsi zat kafein

- a. Apakah anda minum kopi?
  - Ya/tidak
- b. Berapa cangkir anda minum kopi setiap harinya?  
.....
- c. Apakah anda minum teh
  - Ya/tidak
- d. Berapa cangkir anda minum teh setiap harinya?  
.....
- e. Sudah berapa lama anda mengkonsumsi kopi dan teh?  
.....

4. Pertanyaan untuk konsumsi bersoda

- a. Apakah anda mengkonsumsi minuman bersoda?  
.....
- b. Berapa gelas anda minum bersoda dalam seminggu?  
.....
- c. Sejak kapan anda mengkonsumsi minuman bersoda?  
.....
- d. Apakah anda mempunyai kebiasaan mengkonsumsi bersoda sebelum mengidap gastritis?  
.....
- e. Apakah anda masih mengkonsumsi minuman bersoda sampai sekarang?  
.....

5. Pertanyaan untuk kebiasaan merokok

- a. Apakah anda merokok?
  - Ya/tidak
- b. Berapa batang anda isap rokok dalam sehari?  
.....
- c. Sejak kapan anda mempunyai kebiasaan merokok?  
.....

## Lampiran 5 Penilaian nyeri

### 1. Skala numerik



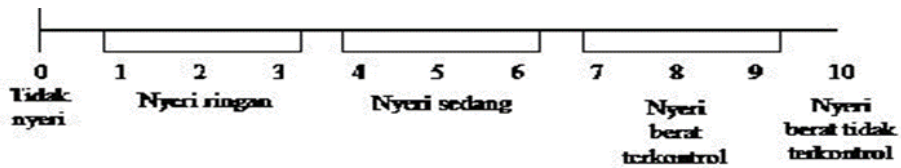
ket:

0 : tidak nyeri

5 : nyeri sedang

10 : nyeri sangat hebat

### 2. Skala deskriptif



Ket:

0: tidak nyeri

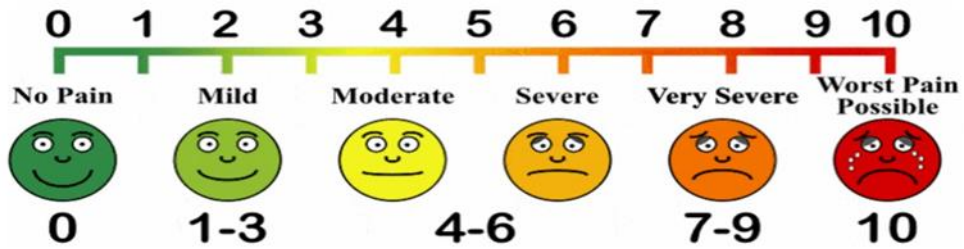
1-3: nyeri ringan

4-6: nyeri sedang

7-9: nyeri berat terkontrol

10: nyeri berat tidak terkontrol

### 3. Skala wajah (Wong-Baker Faces Pain Rating Scale)



Ket:

Ekspresi wajah 1: tidak merasa nyeri sama sekali

Ekspresi wajah 2: nyeri hanya sedikit

Ekspresi wajah 3: sedikit lebih nyeri

Ekspresi wajah 4: jauh lebih nyeri

Ekspresi wajah 5: sangat nyeri

Ekspresi wajah 6: nyeri yang luar biasa hingga penderita menangis



## Lampiran 6 Lembar observasi masalah nyeri

Nama :

Usia :

Alamat :

### 1. Pengamatan

#### Sebelum

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri			
Ekspresi wajah kesakitan			
Gelisah			
Emosi			
Meringis meneteskan air mata			
Mondar mandir			
Nafsu makan menghilang			
Mual			

#### Sesudah

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri			
Ekspresi wajah kesakitan			
Gelisah			
Emosi			
Meringis meneteskan air mata			
Mondar mandir			
Nafsu makan menghilang			
Mual			

2. Tanda vital

Nilai normal

Pernapasan : 12-20x/menit      Tekanan darah: 90/60-120/80 mmHg

Nadi : 60-100x/menit      Suhu : 36,5-37,5%

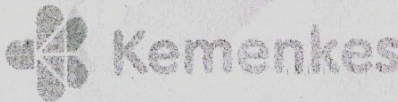
**Sebelum**

<b>Indikator yang diamati</b>	<b>Normal</b>	<b>Tidak normal</b>
Pernapasan		
Nadi		
Tekanan darah		
Suhu		

**Sesudah**

<b>Indikator yang diamati</b>	<b>Normal</b>	<b>Tidak normal</b>
Pernapasan		
Nadi		
Tekanan darah		
Suhu		

## Lampiran 7 surat permohonan data awal

 **Kemenkes**

Kementerian Kesehatan  
Poltekkes Kupang  
Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo,  
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111  
(0380) 8800256  
<https://poltekkeskupang.ac.id>

Nomer : PP.08.02/F.XXX.2010185/2024 3 Maret 2024  
Lampiran : 1 (Satu) Proposal  
Hal : Permohonan Data Awal

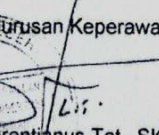
Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang  
di  
Tempat

Sehubungan dengan penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI) bagi mahasiswa Program Studi D III Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang, maka bersama ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan pengambilan data awal kepada:


Nama : Febrianus Nagut  
NIM : PO5303201211380  
Jurusan/Prodi : Keperawatan / D III  
Judul Penelitian : "Penerapan teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Nyeri Pada Pasien Gastritis"

Waktu Penelitian : Maret-April 2024

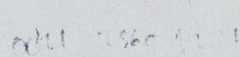
Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Kupang  
  
DR: Florentianus Tat, SKp, MKes  
NIP: 196911281993031005

**Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan . Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman**




Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN



CS Dipinda dengan CamScanner

## Lampiran 8 surat izin penelitian

**PEMERINTAH KOTA KUPANG**  
**DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG**  
Jl. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228  
Website: [www.dinkes-kotakupang.web.id](http://www.dinkes-kotakupang.web.id), Email: [dinkeskotakupang46@gmail.com](mailto:dinkeskotakupang46@gmail.com)  
KUPANG

---

**SURAT IZIN**  
**NOMOR : B-383/Dinkes.400.7.22.2/VI/2024**  
**TENTANG**  
**PENELITIAN**


**Dasar** : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang Nomor : PP.08.02/F.XXX.20/0807/2024 tanggal 29 Mei 2024, Hal : Ijin Penelitian

**MEMBERI IZIN**

**Kepada** :  
**Nama** : Febrianus Nagut  
**NIM** : PO5303201211380  
**Jurusan/Prodi** : D-III Keperawatan  
**Instansi/Lembaga** : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang  
**Judul Penelitian** : Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Nyeri Pada Pasien Gastritis  
**Waktu Penelitian** : Juni - Juli 2024  
**Lokasi Penelitian** : UPTD. Puskesmas Oesapa

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.


Kupang, 3 Juni 2024  
**KEPALA DINAS KESEHATAN  
KOTA KUPANG**



drg. Retnowati, M.Kes.  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19670513 199212 2 002

**Tembusan** : disampaikan dengan hormat kepada :  
1. Kepala UPTD. Puskesmas Oesapa di Tempat  
2. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes di Tempat

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik yang diterbitkan oleh Balai Sertifikasi Elektronik (BSrE), BSSN

 Dokumen dengan Creative Commons

## Lampiran 9 surat permohonan menjadi responde Tn. D

### LAMPIRAN

#### Lampiran 1 Lembar permohonan menjadi responden

Dengan hormat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Febrianus Nagut

NIM : PO5303201211380

Adalah mahasiswa yang berasal dari Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupan, Jurusan Keperawatan, Program Studi Diploma III Keperawatan, dengan ini meminta anda agar berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Teknik Relaksasi Napsa Dalam Dengan Masalah Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa".

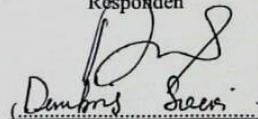
Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah agar mampu menerapkan terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut yang memberi manfaat bagi pasien untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien dalam mengidentifikasi terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut.

Apabila saudara/i bersedia, mohon diminta dengan hormat untuk bertanda tangan pada lembar permohonan ini.

Demikian permohonan ini dibuat, atas perhatian dan kesediaan saudara/i, saya mengucapkan terima kasih.

Kupang, 10 Juni 2024

Mengetahui  
Responden

  
(Dambas Saeni)

## Lampiran 10 informed consen Tn.D

### Lampiran 2 Informed consent

#### Informed consent

#### (Persetujuan Menjadi Responden)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (inisial) : Tn. D  
Usian : 28  
Jenis Kelamin : L  
Alamat : kel. Oesapa barat, kec. Karama Lima, jln bunga  
seti, RT/Rw: 13/05

Bersedia ikut menjadi responden untuk penelitian yang berjudul "*Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa*". Tujuan penelitian ini adalah agar mampu menerapkan terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut.

Bila ada unsur yang tidak di inginkan saya berhak membatalkan surat persetujuan ini. Demikian surat persetujuan ini saya buat sebagai mana mestinya, tanpa ad unsur paksaan.

Kupang, 10 Juni 2024

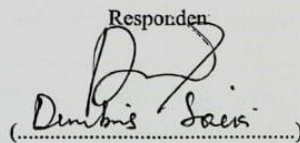
Mengetahui

Responden

Peneliti



Febrianus Nagut  
PO5303201211380



(.....)

## Lampiran 11 kuisisioner pengumpulan data Tn.D

**Lampiran 4 Kuisisioner pengumpulan data**

Nama responden : Tn.D  
Umur : 28  
Jenis kelamin : L  
Alamat :

1. Pertanyaan Kebiasaan makan

a. Apakah anda teratur kalau setiap kali makan?  
 Ya / tidak

b. Apakah anda suka mengkonsumsi makanan pedas?  
 Ya / tidak

c. Apakah anda suka mengkonsumsi makanan yang sifatnya asam?  
 Ya / tidak

Jika ya. Seberapa sering anda mengkonsumsi makanan yang rasanya asam?  
 Sering / jarang

2. Pertanyaan untuk pola makan

a. Berapa kali anda makan dalam sehari?  
.....kadang 3 x, kadang 2 kali.....

b. Bila anda terlambat makan, jenis makanan apa yang anda konsumsi sebagai makanan sampingan?  
.....Makan Roti Sebagai makan Sampingan.....

c. Apakah anda sering menunda makan jika dalam keadaan lapar?  
.....Pada saat lapar sering menunda makan.....

d. Apa yang membuat anda terlambat makan?  
.....Pakajiaan.....

3. Pertanyaan kebiasaan konsumsi zat kafein

- a. Apakah anda minum kopi?  
 Ya/~~tidak~~
- b. Berapa cangkir anda minum kopi setiap harinya?  
..... 1-2 cangkir dalam satu hari .....
- c. Apakah anda minum teh  
 Ya/~~tidak~~
- d. Berapa cangkir anda minum teh setiap harinya?  
..... 1 cangkir .....
- e. Sudah berapa lama anda mengkonsumsi kopi dan teh?  
..... dari kecil .....

4. Pertanyaan untuk konsumsi bersoda

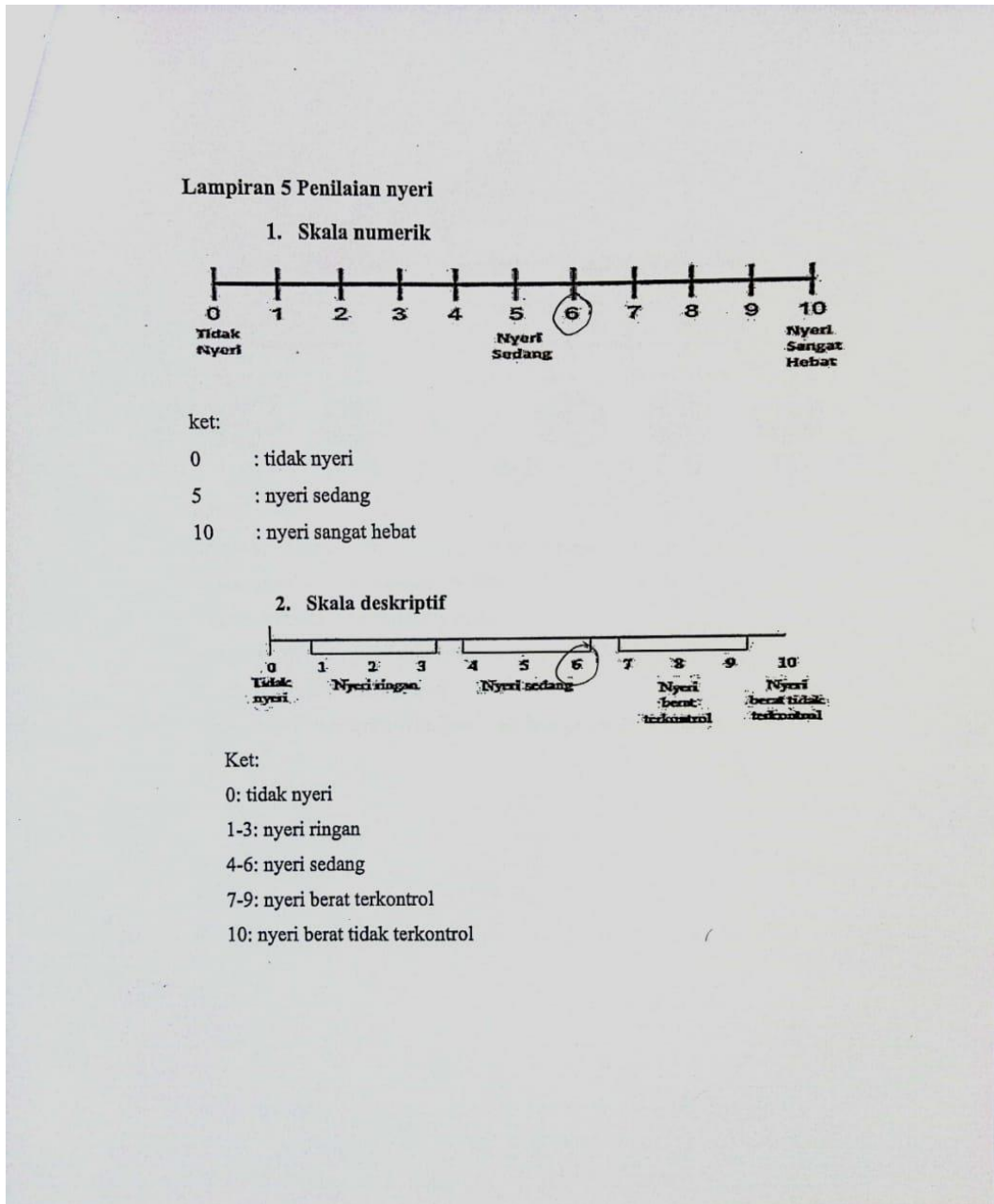
- a. Apakah anda mengkonsumsi minuman bersoda?  
..... Ya tapi kurang .....
- b. Berapa gelas anda minum bersoda dalam seminggu?  
..... .....
- c. Sejak kapan anda mengkonsumsi minuman bersoda?  
..... dari SMP .....
- d. Apakah anda mempunyai kebiasaan mengkonsumsi bersoda sebelum mengidap gastritis?  
..... Ya .....
- e. Apakah anda masih mengkonsumsi minuman bersoda sampai sekarang?  
..... tidak .....

5. Pertanyaan untuk kebiasaan merokok

- a. Apakah anda merokok?  
 Ya/~~tidak~~
- b. Berapa batang anda isap rokok dalam sehari?  
..... .....
- c. Sejak kapan anda mempunyai kebiasaan merokok?  
..... .....



## Lampiran 12 penilaian nyeri hari 1 Tn.D



**Lampiran 13 lembar observasi masalah nyeri hari 1 Tn.D**

**Lampiran 6 Lembar observasi masalah nyeri**

Nama : Tn. D

Usia : 20

Alamat : kal. asafa barat, kec kalapa Lima, jkr bunga sakti

1. Pengamatan RT/Rw: 13/05

**Sebelum**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah	✓		
Emosi	✓		
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang		✓	
Mual	✓		

**Sesudah**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah	✓		
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang		✓	
Mual	✓		

2. Tanda vital

Nilai normal

Pernapasan : 12-20x/menit      Tekanan darah: 90/60-120/80 mmHg

Nadi : 60-100x/menit      Suhu : 36,5-37,5%

**Sebelum**

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	20	
Nadi	90	
Tekanan darah	115/90 mmHg	
Suhu	36,5	

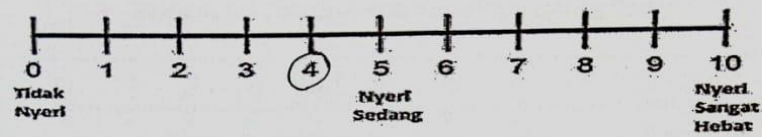
**Sesudah**

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	20	
Nadi	90	
Tekanan darah	115/90	
Suhu	36,5	

## Lampiran 14 lembar penilaian nyeri hari ke 2 Tn.D

### Lampiran 5 Penilaian nyeri

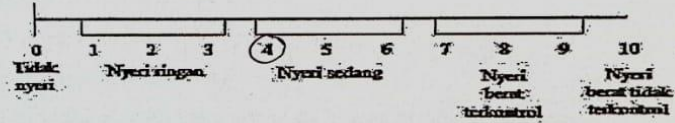
#### 1. Skala numerik



ket:

- 0 : tidak nyeri
- 5 : nyeri sedang
- 10 : nyeri sangat hebat

#### 2. Skala deskriptif



Ket:

- 0: tidak nyeri
- 1-3: nyeri ringan
- 4-6: nyeri sedang
- 7-9: nyeri berat terkontrol
- 10: nyeri berat tidak terkontrol

**Lampiran 15 lembar observasi masalah nyeri hari ke 2 Tn. D**

**Lampiran 6 Lembar observasi masalah nyeri**

Nama : Tn. D

Usia : 28 tahun

Alamat : kel. Dasasabur barat, kec. Kalakur Cipra, Jkt. Tengah  
 RT/Rw : 13/05

1. Pengamatan

**Sebelum**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah	✓		
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang		✓	
Mual	✓		

**Sesudah**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah		✓	
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang		✓	
Mual		✓	

## 2. Tanda vital

Nilai normal

Pernapasan : 12-20x/menit      Tekanan darah: 90/60-120/80 mmHg

Nadi : 60-100x/menit      Suhu : 36,5-37,5%

### Sebelum

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	19	
Nadi	88	
Tekanan darah	100/80 mmHg	
Suhu	36	

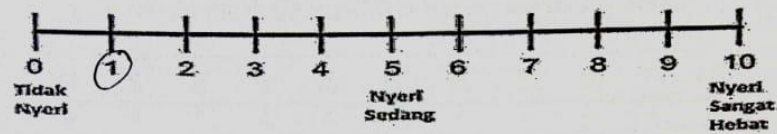
### Sesudah

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	19	
Nadi	88	
Tekanan darah	100/80 mmHg	
Suhu	36	

## Lampiran 16 lembar penilaian nyeri hari ke 3 Tn.D

### Lampiran 5 Penilaian nyeri

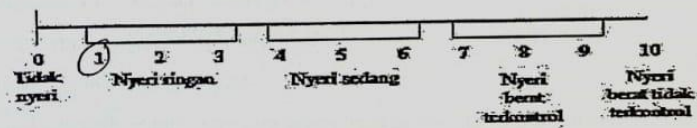
#### 1. Skala numerik



ket:

- 0 : tidak nyeri
- 5 : nyeri sedang
- 10 : nyeri sangat hebat

#### 2. Skala deskriptif



Ket:

- 0: tidak nyeri
- 1-3: nyeri ringan
- 4-6: nyeri sedang
- 7-9: nyeri berat terkontrol
- 10: nyeri berat tidak terkontrol

**Lampiran 17 lembar observasi nyeri hari ke 3 Tn.D**

**Lampiran 6 Lembar observasi masalah nyeri**

Nama : Tn.D

Usia : 28 tahun

Alamat : ka. osaka barat, kec. kalapa Lima, km bunga  
Jati RT/Rw: 13/05

1. Pengamatan

**Sebelum**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah		✓	
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang		✓	
Mual		✓	

**Sesudah**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan		✓	
Gelisah		✓	
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang		✓	
Mual		✓	



2. Tanda vital

Nilai normal

Pernapasan : 12-20x/menit      Tekanan darah: 90/60-120/80 mmHg

Nadi : 60-100x/menit      Suhu : 36,5-37,5%

Sebelum

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	19	
Nadi	87	
Tekanan darah	100/70 mmHg	
Suhu	36,5	

Sesudah

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	19	
Nadi	87	
Tekanan darah	100/70 mmHg	
Suhu	36	

## Lampiran 18 lembar permohonan menjadi responden Tn.Y

### LAMPIRAN

#### Lampiran 1 Lembar permohonan menjadi responden

Dengan hormat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Febrianus Nagut

NIM : PO5303201211380

Adalah mahasiswa yang berasal dari Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupan, Jurusan Keperawatan, Program Studi Diploma III Keperawatan, dengan ini meminta anda agar berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Teknik Relaksasi Napsa Dalam Dengan Masalah Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa".

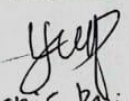
Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah agar mampu menerapkan terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut yang memberi manfaat bagi pasien untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pasien dalam mengidentifikasi terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut.

Apabila saudara/i bersedia, mohon diminta dengan hormat untuk bertanda tangan pada lembar permohonan ini.

Demikian permohonan ini dibuat, atas perhatian dan kesediaan saudara/i, saya mengucapkan terima kasih.

Kupang, 13 Juni 2024

Mengetahui  
Responden

  
(Yohannis Paliou)

## Lampiran 19 informed consent Tn.Y

### Lampiran 2 *Informed consent*

#### *Informed consent*

#### (Persetujuan Menjadi Responden)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (inisial) : Tn.Y  
Usian : 19 tahun  
Jenis Kelamin : laki-laki  
Alamat : Oesapa

Bersedia ikut menjadi responden untuk penelitian yang berjudul "*Penerapan Teknik Relaksasi Napas Dalam Dengan Masalah Nyeri Pada Pasien Gastritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa*". Tujuan penelitian ini adalah agar mampu menerapkan terapi relaksasi napas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis akut.

Bila ada unsur yang tidak di inginkan saya berhak membatalkan surat persetujuan ini. Demikian surat persetujuan ini saya buat sebagai mana mestinya, tanpa ad unsur paksaan.

Kupang, 13 Juni 2024


Mengetahui

Responden

Peneliti



Febrianus Nagut  
PO5303201211380

  
(.....Comanis Patiou.....)

## Lampiran 20 kuisisioner pengumpulan data Tn.Y

### Lampiran 4 Kuisisioner pengumpulan data

Nama responden : Yohannis Panidu

Umur : 18

Jenis kelamin : Laki-laki

Alamat : Oesapa

#### 1. Pertanyaan Kebiasaan makan

a. Apakah anda teratur kalau setiap kali makan?

Ya /  tidak

b. Apakah anda suka mengkonsumsi makanan pedas?

Ya /  tidak

c. Apakah anda suka mengkonsumsi makanan yang sifatnya asam?

Ya /  tidak

Jika ya. Seberapa sering anda mengkonsumsi makanan yang rasanya asam?

Sering /  jarang

#### 2. Pertanyaan untuk pola makan

a. Berapa kali anda makan dalam sehari?

1x

b. Bila anda terlambat makan, jenis makanan apa yang anda konsumsi sebagai makanan sampingan?

Mi instan

c. Apakah anda sering menunda makan jika dalam keadaan lapar?

Sering

d. Apa yang membuat anda terlambat makan?

Kulit sampai sore

3. Pertanyaan kebiasaan konsumsi zat kafein

a. Apakah anda minum kopi?

o Ya/~~tidak~~

b. Berapa cangkir anda minum kopi setiap harinya?

.....

c. Apakah anda minum teh

o Ya/~~tidak~~

d. Berapa cangkir anda minum teh setiap harinya?

1 cangkir dalam sehari

e. Sudah berapa lama anda mengkonsumsi kopi dan teh?

dari kecil

4. Pertanyaan untuk konsumsi bersoda

a. Apakah anda mengkonsumsi minuman bersoda?

Ya

b. Berapa gelas anda minum bersoda dalam seminggu?

10 gelas

c. Sejak kapan anda mengkonsumsi minuman bersoda?

Sejak SMA tahun 2021

d. Apakah anda mempunyai kebiasaan mengkonsumsi bersoda sebelum mengidap gastritis?

Minum

e. Apakah anda masih mengkonsumsi minuman bersoda sampai sekarang?

Masi

5. Pertanyaan untuk kebiasaan merokok

a. Apakah anda merokok?

o Ya/~~tidak~~

b. Berapa batang anda isap rokok dalam sehari?

10 batang maksimal

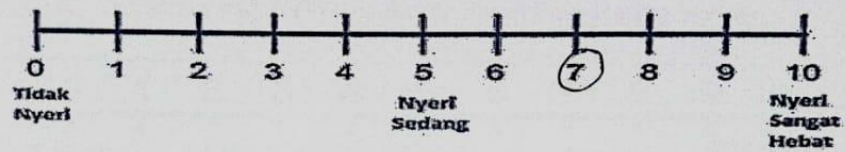
c. Sejak kapan anda mempunyai kebiasaan merokok?

Sejak 2020

## Lampiran 21 penilaian nyeri hari 1 Tn.Y

### Lampiran 5 Penilaian nyeri

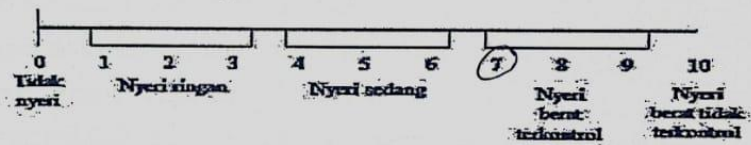
#### 1. Skala numerik



ket:

- 0 : tidak nyeri
- 5 : nyeri sedang
- 10 : nyeri sangat hebat

#### 2. Skala deskriptif



Ket:

- 0: tidak nyeri
- 1-3: nyeri ringan
- 4-6: nyeri sedang
- 7-9: nyeri berat terkontrol
- 10: nyeri berat tidak terkontrol

**Lampiran 22 lembar observasi masalah nyeri hari 1 Tn.Y**

**Lampiran 6 Lembar observasi masalah nyeri**

Nama : Tn.Y  
 Usia : 19 tahun  
 Alamat : Sasapa

1. Pengamatan

**Sebelum**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah	✓		
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata	✓		
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang	✓		
Mual	✓		

**Sesudah**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah	✓		
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata	✓		
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang	✓		
Mual	✓		

## 2. Tanda vital

Nilai normal

Pernapasan : 12-20x/menit      Tekanan darah: 90/60-120/80 mmHg

Nadi : 60-100x/menit      Suhu : 36,5-37,5%

### Sebelum

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	20	
Nadi	92	
Tekanan darah	110/80 mmHg	
Suhu	36,7	

### Sesudah

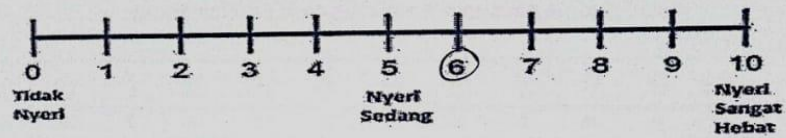
Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	20	
Nadi	91	
Tekanan darah	110/80 mmHg	
Suhu	36,7	



## Lampiran 23 penilaian nyeri hari 2 Tn.Y

### Lampiran 5 Penilaian nyeri

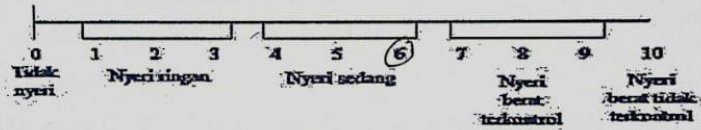
#### 1. Skala numerik



ket:

- 0 : tidak nyeri
- 5 : nyeri sedang
- 10 : nyeri sangat hebat

#### 2. Skala deskriptif



Ket:

- 0: tidak nyeri
- 1-3: nyeri ringan
- 4-6: nyeri sedang
- 7-9: nyeri berat terkontrol
- 10: nyeri berat tidak terkontrol

**Lampiran 24 lembar observasi masalah nyeri hari 2 Tn.Y**

**Lampiran 6 Lembar observasi masalah nyeri**

Nama : Tn.Y  
 Usia : 19 tahun  
 Alamat : Desa Pa.

1. Pengamatan

**Sebelum**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah		✓	
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang	✓		
Mual	✓		

**Sesudah**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah		✓	
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang	✓		
Mual		✓	

2. Tanda vital

Nilai normal

Pernapasan : 12-20x/menit      Tekanan darah: 90/60-120/80 mmHg

Nadi : 60-100x/menit      Suhu : 36,5-37,5%

**Sebelum**

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	19	
Nadi	90	
Tekanan darah	115/90 mmHg	
Suhu	36,5	

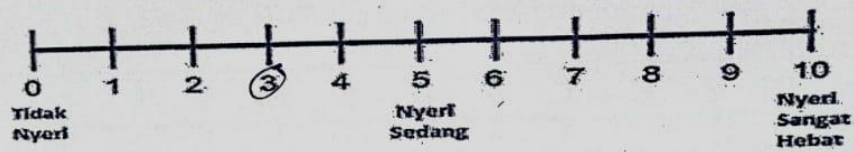
**Sesudah**

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	19	
Nadi	89	
Tekanan darah	115/90 mmHg	
Suhu	36	

## Lampiran 25 penilaian nyeri hari ke 3 Tn.Y

### Lampiran 5 Penilaian nyeri

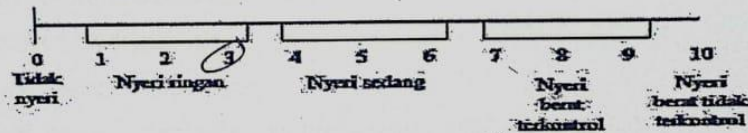
#### 1. Skala numerik



ket:

- 0 : tidak nyeri
- 5 : nyeri sedang
- 10 : nyeri sangat hebat

#### 2. Skala deskriptif



Ket:

- 0: tidak nyeri
- 1-3: nyeri ringan
- 4-6: nyeri sedang
- 7-9: nyeri berat terkontrol
- 10: nyeri berat tidak terkontrol

**Lampiran 26 lembar observasi masalah nyeri hari ke 3 Tn.Y**

**Lampiran 6 Lembar observasi masalah nyeri**

Nama : Tn.Y  
Usia : 19 tahun  
Alamat : Oasapa'

1. Pengamatan

**Sebelum**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan	✓		
Gelisah		✓	
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang		✓	
Mual		✓	

**Sesudah**

Indikator yang diamati	Ya	Tidak	Ket
Melaporkan nyeri	✓		
Ekspresi wajah kesakitan		✓	
Gelisah		✓	
Emosi		✓	
Meringis meneteskan air mata		✓	
Mondar mandir		✓	
Nafsu makan menghilang		✓	
Mual		✓	

2. Tanda vital

Nilai normal

Pernapasan : 12-20x/menit      Tekanan darah: 90/60-120/80 mmHg  
Nadi : 60-100x/menit      Suhu : 36,5-37,5%

Sebelum

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	19	
Nadi	87	
Tekanan darah	100/70 mmHg	
Suhu	36	

Sesudah

Indikator yang diamati	Normal	Tidak normal
Pernapasan	19	
Nadi	87	
Tekanan darah	100/70 mmHg	
Suhu	36	

## Lampiran 27 dokumentasi pada Tn. D dan Tn.Y

### 1. Dokumentasi Tn.D



### 2. Dokumentasi Tn.Y



## Lampiran 28 lembar konsultasi KTI



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN  
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG**



Direktorat : Jln. Piet A. Tallo Liliba – Kupang, Telp : (0380) 881880 ; 880880  
Fax (0380) 8553418 ; email : poltekkeskupang@yahoo.com

### LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

Nama : Febranus Nagut

NIM : PO5303201211380

Judul : Penerapan Terapi Teknik Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien  
Gastroitus Heut

Dosen Pembimbing : Roswita V. R Roku, S.Kep,Ns, MSN

NO.	TANGGAL BIMBINGAN	MATERI BIMBINGAN	PARAF PEMBIMBING
1.	28/11/2023	konsul judul KTI	ye
2.	13/11/2023	konsul BAB 1	ye
3.	11/01/2024	konsul Revisi BAB1 dan konsul BAB1 dan 2	ye
4.	11/01/2024	konsul Revisi BAB 1,2,3	ye



5.	15/01/2024	konsul Revisi BAB 1, BAB 3	15e
6.	17/01/2024	konsul Revisi BAB 1, BAB 3	15e
7.	18/01/2024	konsul Revisi, + mata di BAB 1, 2, 3	15e
8.	23/01/2024	konsul Revisi, BAB 1, 3, Semua Lampiran	15e
9.	24/01/2024	konsul Revisi kerangka konsep, lembar observasi	15e
10	20/03/2024	konsul Revisi kitab ujian Seminar Proposal	15e
11	25/05/2024	konsul Revisi	15e
12.	10/06/2024	konsul BAB 4 - BAB 5	15e
13.	18/06/2024	konsul Revisi BAB 4 - BAB 5	15e

14.	13/06/24	Konsum Revisi BAB 4-BAB 5	150
15.	21/06/24	Konsum Revisi BAB 4-BAB 5	150

## Lampiran 29 Surat bebas plagiat



**Kementerian Kesehatan**  
Poltekkes Kupang

Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo,  
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111  
(0380) 8800256  
<https://poltekkeskupang.ac.id>

### PERPUSTAKAAN TERPADU

<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/> ; e-mail: [perpustakaanterpadu61@gmail.com](mailto:perpustakaanterpadu61@gmail.com)

### SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama : Febrianus Nagut  
Nomor Induk Mahasiswa : PO 5303201211380  
Dosen Pembimbing : Roswita Victoria Rambu Roku,S.Kep,Ns.MSN  
Dosen Penguji : Febtian C. Nugroho,S.Kep.,Ns.MSN  
Jurusan : Program Studi Pendidikan DIII Keperawatan  
Judul Karya Ilmiah : penerapan teknik relaksasi nafas dalam dengan masalah nyeri pada pasien gastritis di wilayah kerja puskesmas oesapa

KTI yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 29,67 % Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 18 September 2024

Admin Strike Plagiarism



Murris Jermias Kale SST  
NIP. 198507042010121002