

LAMPIRAN

Lampiran 1 lembar konsultasi

Pembimbing 1

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
Direktorat: Jln. Pita A. Talla Liliha - Kupang, Telp: (0380) 8800256;
Fax (0380) 8800256; Email: poltekkeskupang@rshs.go.id

LEMBAR KONSULTASI KIA

Nama Mahasiswa : Atma Aranci Thij
Nim : P05303211231460

No	Haritanggal	Topik Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	19 Mei 2024	Program Judul KIA As. Judul -	<i>[Signature]</i>
2	24 Juni 2024	Konsultasi Bab 1-3	<i>[Signature]</i>
3	24 Juni 2024	Konsultasi Bab 1-4	<i>[Signature]</i>
4	1 Juli 2024	Konsultasi Bab 4-5	<i>[Signature]</i>
5	2 Juli 2024	Konsultasi Bab 4-5	<i>[Signature]</i>

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
Direktorat: Jln. Pita A. Talla Liliha - Kupang, Telp: (0380) 8800256;
Fax (0380) 8800256; Email: poltekkeskupang@rshs.go.id

LEMBAR KONSULTASI KIA

Nama Mahasiswa : Atma Aranci Thij
Nim : P05303211231460

No	Haritanggal	Topik Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	19 Mei 2024	Konsultasi Bab 1-3	<i>[Signature]</i>
2	24 Juni 2024	Konsultasi Bab 4-5	<i>[Signature]</i>
3			
4			
5			

Kupang, 2 Juli 2024
Mengetahui:

Pembimbing 1
[Signature]
Tjefrona Setiawan S.Pd, Ns, M.Kes
NIP.197710192001122001

Pembimbing 2

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
Direktori: Jln. Pte A. Tallo Lilla - Kupang, Telp: (0380) 8802256;
Fax (0380) 8802256, Email: poltekkeskupang@pdh.kemkes.go.id

LEMBAR KONSULTASI KIA

Nama Mahasiswa : Aina Annel Thij
Nim : P0530212121460

No	Harf/hanggal	Topik Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	24 Juni 2024	Mengenal dan memahami Bab 1-5	
2	26 Juni 2024	Mengenal dan memahami Bab 1-5	
3	27 Juni 2024	Mengenal dan memahami Bab 1-5	
4	28 Juni 2024	Mengenal dan memahami Bab 1-5	
5	29 Juni 2024	Mengenal dan memahami Bab 1-5	

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG
Direktori: Jln. Pte A. Tallo Lilla - Kupang, Telp: (0380) 8802256;
Fax (0380) 8802256, Email: poltekkeskupang@pdh.kemkes.go.id

LEMBAR KONSULTASI KIA

Nama Mahasiswa : Aina Annel Thij
Nim : P0530212121460

No	Harf/hanggal	Topik Konsultasi	Tanda Tangan Pembimbing
1	24 Juni 2024	Mengenal dan memahami Bab 1-5	
2	26 Juni 2024	Mengenal dan memahami Bab 1-5	
3			
4			
5			

Kupang, 5 Juli 2024

Mengantar:

Pembimbing 2

[Signature]
NIP. 1973032119972330001

Lampiran 2 Lembar Informed Consent

Lembar Consent

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. Y. O
 Alamat : Panti Tresna Werda Budi Agung

Menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian dari:

Nama : Atma A. Tbij S.Tr.Kep
 NIM : PO5303211231460
 Prodi : Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan
 Kemenkes Kupang
 Judul : "Efektivitas Terapi Hipnosis Lima Jari Dalam Mengatasi Kecemasan
 Pada Pasien Hipertensi Di Panti Tresna Werda Budi Agung Kota
 Kupang"

Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan risiko apapun pada subjek penelitian. Peneliti sudah memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, yaitu sebagai kepentingan menyelesaikan tugas akhir sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang. Saya telah diberi kesempatan untuk bertanya mengenai hal yang belum dimengerti dan saya telah mendapatkan jawaban dengan sejas-jelasnya. Peneliti akan menjaga kerahasiaan mengenai identitas, pertanyaan, dan jawaban yang sudah saya berikan.

Maka dengan ini saya menyatakan, saya bersedia untuk ikut serta sebagai subjek dalam penelitian ini dengan sadar dan tanpa paksaan, serta bersedia menjawab semua pertanyaan yang diajukan kepada saya dengan sebenar-benarnya sesuai dengan kondisi saya.

Kupang, 24 Juni 2024

(Ny. Y. O)

Lembar Consent

PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. T. N
 Alamat : Panti Tresna Werda Budi Agung

Menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian dari:

Nama : Atma A. Tbij S.Tr.Kep
 NIM : PO5303211231460
 Prodi : Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan
 Kemenkes Kupang
 Judul : "Efektivitas Terapi Hipnosis Lima Jari Dengan Masalah Kecemasan Pada
 Pasien Hipertensi Di Panti Tresna Werda Kota Kupang"

Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan risiko apapun pada subjek penelitian. Peneliti sudah memberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, yaitu sebagai kepentingan menyelesaikan tugas akhir sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang. Saya telah diberi kesempatan untuk bertanya mengenai hal yang belum dimengerti dan saya telah mendapatkan jawaban dengan sejas-jelasnya. Peneliti akan menjaga kerahasiaan mengenai identitas, pertanyaan, dan jawaban yang sudah saya berikan.

Maka dengan ini saya menyatakan, saya bersedia untuk ikut serta sebagai subjek dalam penelitian ini dengan sadar dan tanpa paksaan, serta bersedia menjawab semua pertanyaan yang diajukan kepada saya dengan sebenar-benarnya sesuai dengan kondisi saya.

Kupang, 24 Juni 2024

(Ny. T. N)

Lampiran 3 Kuesioner

Ny. T.N

WAWANCARA PENGISIAN KUISIONER

- 0 : Tidak ada atau tidak pernah
1 : Sesuai dengan yang dialami sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang
2 : Sering
3 : Sangat sesuai dengan yang dialami, atau hampir setiap saat.

No.	Aspek Penilaian	0	1	2	3
1.	Menjadi marah karena hal-hal kecil/sepele				
2.	Mulut terasa kering				3
3.	Tidak dapat melihat hal yang positif dari suatu Kejadian				
4.	Merasakan gangguan dalam bernapas (napas cepat, sulit bernapas)	0			
5.	Merasa seperti tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan				
6.	Cenderung bereaksi berlebihan pada situasi				
7.	Kelemahan pada anggota tubuh		1		
8.	Kesulitan untuk relaksasi/bersantai				
9.	Cemas yang berlebihan dalam suatu situasi namun bisa lega jika hal/situasi itu berakhir		1		
10.	Pesimis				
11.	Mudah merasa kesal				
12.	Merasa banyak menghabiskan energi karena cemas				
13.	Merasa sedih dan depresi				
14.	Tidak sabar				
15.	Kelelahan				2
16.	Kehilangan minat pada banyak hal (misal: makan, ambulasi, sosialisasi)				

No.	Aspek Penilaian	0	1	2	3
17.	Merasa diri tidak layak				
18.	Mudah tersinggung				
19.	Berkeringat (misal: tangan berkeringat) tanpa stimulasi oleh cuaca maupun latihan fisik			2	
20.	Ketakutan tanpa alasan yang jelas	0			
21.	Merasa hidup tidak berharga				
22.	Sulit untuk beristirahat				
23.	Kesulitan dalam menelan	0			
24.	Tidak dapat menikmati hal-hal yang saya lakukan				
25.	Perubahan kegiatan jantung dan denyut nadi tanpa stimulasi oleh latihan fisik	0			
26.	Merasa hilang harapan dan putus asa				
27.	Mudah marah				
28.	Mudah panik			2	
29.	Kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu				
30.	Takut diri terhambat oleh tugas-tugas yang tidak biasa dilakukan	0			
31.	Sulit untuk antusias pada banyak hal				
32.	Sulit mentoleransi gangguan-gangguan terhadap hal yang sedang dilakukan				
33.	Berada pada keadaan tegang				
34.	Merasa tidak berharga				
35.	Tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi anda untuk menyelesaikan hal yang sedang Anda lakukan				
36.	Ketakutan	0			
37.	Tidak ada harapan untuk masa depan				
38.	Merasa hidup tidak berarti				

No.	Aspek Penilaian	0	1	2	3
39.	Mudah gelisah				
40.	Khawatir dengan situasi saat diri Anda mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri		1		
41.	Gemetar			2	
42.	Sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu				

- Skala depresi : 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21, 24, 26, 31, 34, 37, 38, 42. =
- Skala kecemasan : 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20, 23, 25, 28, 30, 36, 40, 41. = 14
- Skala stress : 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 32, 33, 35, 39. =

Indikator penilaian

Tingkat	Depresi	Kecemasan	Stress
Normal	0 - 9	0 - 7	0 - 14
Ringan	10 - 13	8 - 9	15 - 18
Sedang	14 - 20	10 - 14	19 - 25
Parah	21 - 27	15 - 19	26 - 33
Sangat parah	> 28	> 20	> 34

Kesimpulan dari hasil wawancara adalah :

Depresi	kecemasan	Stress
	Sedang	

Klien dalam keadaan :

1. Depresi :
2. Kecemasan : Sedang.
3. Stress :

H. Setelah

Ng. T. M.

A. PENGERTIAN

Depression Anxiety and Stress Scales (DASS) merupakan salah satu alat ukur yang dapat digunakan untuk tingkat keparahan ketiga gangguan tersebut. DASS dengan jumlah item atau gejala sebanyak 42 item dikenal sebagai DASS-42

B. TUJUAN

Untuk membantu dalam hal mengukur tingkat keparahan Depresi, cemas dan Stress.

14. Gometer

Skala Kecemasan : 0 g

Indikator penilaian

Tingkat	Kecemasan
Normal	0 - 7
Ringan	8 - 9
Sedang	10 - 14
Parah	15 - 19
Sangat parah	> 20

Kesimpulan dari hasil wawancara adalah :

kecemasan Ringan

Klien dalam keadaan :

1. Kecemasan: Sedang Ringan

WAWANCARA PENGISIAN KUISIONER

0 : Tidak ada atau tidak pernah

1 : Sesuai dengan yang dialami sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang

2 : Sering

3 : Sangat sesuai dengan yang dialami, atau hampir setiap saat.

No.	Aspek Penilaian	0	1	2	3
1.	Mulut terasa kering				3
2.	Merasakan gangguan dalam bernapas (napas cepat, sulit bernapas)	0			
3.	Kelemahan pada anggota tubuh	0			
4.	Cemas yang berlebihan dalam suatu situasi namun bisa lega jika hal/situasi itu berakhir		1		
5.	Kelelahan		1		
6.	Berkeringat (misal: tangan berkeringat) tanpa stimulasi oleh cuaca maupun latihan fisik		1		
7.	Ketakutan tanpa alasan yang jelas	0			
8.	Kesulitan dalam menelan	0			
9.	Perubahan kegiatan jantung dan denyut nadi tanpa stimulasi oleh latihan fisik	0			
10.	Mudah panik		1		
11.	Takut diri terhambat oleh tugas-tugas yang tidak biasa dilakukan	0			
12.	Ketakutan	0			
13.	Khawatir dengan situasi saat diri Anda mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri				2

Lampiran 4 SOP

Pengertian	Relaksasi adalah suatu kegiatan yang dirujukan untuk menghilangkan ketegangan otot-otot tubuh maupun pikiran sehingga memberikan rasa nyaman. Sedangkan relaksasi lima jari adalah salah satu teknik relaksasi dengan metode pembayangan atau imajinasi yang menggunakan 5 jari sebagai alat bantu
Tujuan	a. Mengurangi ansietas b. Memberikan relaksasi c. Melancarkan sirkulasi darah d. Merelaksasikan otot-otot tubuh
Indikasi	Terapi ini diindikasikan bagi klien dengan cemas
Kontra indikasi	Klien dengan depresi
Persiapan pasien	a. Kontrak waktu, topik dan tempat dengan pasien b. Klien diberikan penjelasan tentang hal-hal yang akan dilakukan c. Jaga privasi klien d. Atur posisi klien nyaman mungkin
Persiapan alat	a. Modifikasi lingkungan nyaman mungkin bagi pasien termasuk pengontrolan suasana ruangan agar jauh terhindar dari kebisingan saat melakukan teknik relaksasi lima jari
Cara kerja	a. atur posisi pasien nyaman mungkin b. Instruksikan kepada klien untuk memejamkan mata c. Tarik nafas Hembuskan nafas perlahan- lahan Lakukan sebanyak 3 kali d. Tautkan ibu jari kepada jari telunjuk, intruksikan kepada klien untuk membayangkan tubuh anda begitu sehat e. Tautkan ibu jari kepada jari tengah, intruksikan kepada klien untuk membayangkan orang yang disayang f. Tautkan ibu jari kepada jari manis, intruksikan kepada klien untuk

	membayangkan ketika anda mendapat penghargaan g. Tautkan ibu jari kepada jari kelingking, intruksikan kepada klien untuk membayangkan ketika anda mendapatkan suatu penghargaan h. Instruksikan kepada klien untuk tarik nafas, hembuskan perlahan, dan lakukan selama 3 kali i. Instruksikan klien untuk membuka mata secara perlahan-lahan.
--	---

Lampiran 5 Dokumentasi

