

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Pengambilan Data Awal dari Kampus



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Kupang
Jalan Piet A. Tallo, Lilita, Oetobo
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
Telp. (088) 8805214
<https://www.poltekkeskupang.ac.id>

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/1281/2025
2025 Hal : Ijin Pengambilan Data Awal

19 Februari

Yth. Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan
Kota Kupang Jl. S. K. Lerik No.3, Kelapa Lima,
Kec. Kelapa Lima, Kota Kupang, 85228

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

Nama	: Rizha Ayu Riyanto
NIM	: PO5303201220889
Jurusan/Prodi	: Keperawatan / D-III Keperawatan
Judul Penelitian	: Gambaran tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi genggam jari (finger hold) dan nafas dalam (deep breathing) di Puskesmas Penfui
Waktu Penelitian	: Pebruari 2025

Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terimakasih.

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

Tembusan :

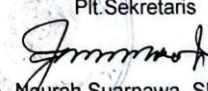
1. Kepala Puskesmas Penfui
2. Arsip

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 2. Surat Izin Pengambilan Data Awal dari Dinas Kesehatan Kota Kupang

	PEMERINTAH KOTA KUPANG DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG JL. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228 Website: www.dinkes-kotakupang.web.id , Email: dinkeskotakupang46@gmail.com KUPANG				
SURAT IZIN					
NOMOR : B-210/Dinkes.400.7.22.2/II/2025					
TENTANG					
IZIN PENGAMBILAN DATA					
Dasar	: Surat dari Direktur Poltekkes Kemenkes Kupang Nomor : PP.06.02/F.XXIX/1281/2025 tanggal 19 Februari 2025 Hal : Permohonan Izin pengambilan Data Awal, maka dengan ini :				
MEMBERI IZIN					
Kepada	:				
Nama	: Rizha Ayu Riyanto				
NIM	: PO53032011220889				
Jurusan/Prodi	: D-III Keperawatan				
Instansi/Lembaga	: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang				
Judul Penelitian	: Efektivitas teknik relaksasi genggam jari (finger hold) dan nafas dalam (deep breathing) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Penfui				
Waktu	: Februari 2025				
Lokasi	: UPTD. Puskesmas Penfui				
Demikian Izin pengambilan data ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.					
Kupang, 20 Februari 2025 Kepala Dinas Kesehatan KOTA KUPANG Plt. Sekretaris  I.G.A. Ngurah Suarnawa, SKM., M.Kes. Pembina NIP. 19691227 199303 1 007					
Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada :					
1. Kepala UPTD. Puskesmas Penfui di Tempat;					
2. Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang di Tempat.					
<table border="1" style="width: 100%;"><tr><td colspan="2" style="text-align: center;">Paraf Hierarki</td></tr><tr><td style="width: 50%;">Kasubag Umum dan Kepegawaian</td><td style="width: 50%; text-align: center;"></td></tr></table>		Paraf Hierarki		Kasubag Umum dan Kepegawaian	
Paraf Hierarki					
Kasubag Umum dan Kepegawaian					

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Kampus

	Kemenkes Poltekkes Kupang	Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Sumber Daya Manusia Kesehatan Politeknik Kesehatan Kupang Jalan Piet A. Tallo, Liliba, Oebobo Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111 (0380) 8800256 https://www.poltekkeskupang.ac.id
Nomor	: PP.06.02/F.XXIX/3578/2025	14 Mei 2025
Hal	: Permohonan Ijin Penelitian	
Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Nusa Tenggara Timur Jalan Basuki Rahmat Nomor 1 Naikolan, Kota Kupang		
Dalam rangka penyusunan Karya Tulis Ilmiah bagi Mahasiswa Tingkat III Program Studi D-III Keperawatan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2024/2025, maka dengan ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan penelitian		
Nama Peneliti	: Rizha Ayu Riyanto	
NIM	: PO5303201220856	
Jurusan/Prodi	: Keperawatan / D-III Keperawatan	
Judul	: Gambaran Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi Genggam Jari (Finger Hold) Dan Nafas Dalam (Deep Breathing) di Puskesmas Penfui	
Lokasi Penelitian	: Puskesmas Penfui	
Waktu Penelitian	: Mei - Juni 2025	
Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya diucapkan terima kasih.		
		Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang
		
		Irfan, SKM., M.Kes
Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silahkan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silahkan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF		
Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara		

Lampiran 4. Surat Izin Penelitian dari Penanaman Modal Satu Pintu



**PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA TIMUR
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Jalan Basuki Rahmat Nomor 1 – Naikolan
(Gedung B Lantai I, II Kompleks Kantor Gubernur Lama)
Telp. (0380) 821827, Fax. (0380) 821827 WA : 081236364466
Website : www.dpmpptsp.nttprov.id Email : dpmpptsp.nttprov@gmail.com
KUPANG 85117

SURAT IZIN PENELITIAN

NOMOR : 500.16.7.2-000.9.2/1571/DPMPPTSP/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Noldy Hosea Pellokila, S.Sos, MM
Jabatan : Plt. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu
Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Rizha Ayu Riyanto
NIM : PO5303201220889
Jurusan/Prodi : D-III keperawatan
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan KEMENKES Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : GAMBARAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI
SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN TEKNIK RELAKSASI
GENGAM JARI (FINGER HOLD) DAN NAFAS DALAM (DEEP
BREATHING) DI PUSKESMAS PENFUI
Lokasi Penelitian : Puskesmas Penfui

a. Mulai : 19 Mei 2025
b. Berakhir : 25 Mei 2025

Dengan ketentuan yang harus ditaati, sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota Cq. Kepala Kesbangpol/DPMPPTSP setempat yang akan dijadikan obyek penelitian;
2. Mematuhi ketentuan peraturan yang berlaku di daerah/wilayah/lokus penelitian;
3. Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang materinya bertentangan dengan topik/judul penelitian sebagaimana dimaksud diatas;
4. Peneliti wajib melaporkan hasil penelitian kepada Gubernur Nusa Tenggara Timur Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT;
5. Surat Izin Penelitian dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 15 Mei 2025

a.n. Gubernur Nusa Tenggara Timur
Plt. Kepala Dinas Penanaman Modal
dan PTSP Provinsi NTT,


Noldy Hosea Pellokila, S.Sos, MM
Pengguna Akun Muda
NIP. 1998031005

Tembusan :

1. Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang;
2. Wakil Gubernur Nusa Tenggara Timur di Kupang;
3. Sekretaris Daerah Provinsi Nusa Tenggara Timur di Kupang;
4. Kepala Badan Kesbangpol Provinsi NTT di Kupang;
5. Pimpinan Instansi/Lembaga yang bersangkutan.

Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Kupang



PEMERINTAH KOTA KUPANG
DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG

Jl. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228
Website: www.dinkes-kotakupang.web.id, Email: dinkeskotakupang46@gmail.com
KUPANG

SURAT IZIN

NOMOR : B-506/Dinkes.400.7.22.2/I/2025

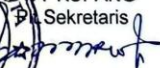
TENTANG
IZIN PENELITIAN

Dasar : Surat dari Plt. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT Nomor : 500.16.7.2-000.9.2/1571/DPMPSTP/2025 tanggal 15 Mei 2025, Hal : Surat Izin Penelitian, maka dengan ini :

MEMBERI IZIN

Kepada :
Nama : Rizha Ayu Riyanto
NIM : PO5303201220889
Jurusan/Prodi : D-III Keperawatan
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang
Judul Penelitian : "Gambaran Tekanan darah pada Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi Genggam Jari (Finger Hold) dan Nafas Dalam (Deep Breathing) di Puskesmas Penfui"
Waktu Penelitian : 19 s/d 25 Mei 2025
Lokasi Penelitian : UPTD. Puskesmas Penfui

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 15 Mei 2025
Kepala Dinas Kesehatan
Kota Kupang
Sekretaris

Nuran Suamawa, SKM., M.Kes.
Pembina
NIP. 19691227 199303 1 007

Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada :

1. Kepala UPTD. Puskesmas Penfui di Tempat;
2. Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang di Tempat .

Paraf Hierarki	
Kasubag Umum dan Kepegawaian	2

Lampiran 6. Surat Keterangan Selesai Penelitian dari Puskesmas Penfui



**PEMERINTAH KOTA KUPANG
DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG
UPTD PUSKESMAS PENFUI**

Jln. Taebenu – Penfui, Kode Pos 85148

Telp. (0380) 8552770

Website : puskpnf.dinkes-kotakupang.web.id, Email : puskesmaspenfui96@gmail.com

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : B- 1509 /PUSK.PNF.400.7.22/ VI/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan :

Nama : RIZHA AYU RIYANTO
NIM : PO5303201220889
Fakultas/Jurusan : DIII KEPERAWATAN
Universitas / Akademi : POLTEKKES KEMENKES KUPANG

Yang bersangkutan telah selesai melakukan Penelitian pada tanggal 19 s/d 25 Mei 2025 di UPTD Puskesmas Penfui, dengan judul :

“GAMBARAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI (FINGER HOLD) DAN NAFAS DALAM (DEEP BREATHING) DI PUSKESMAS PENFUI”

Demikian Surat Keterangan selesai penelitian ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 11 Juni 2025

KEPALA UPTD PUSKESMAS PENFUI



drg. Hariyono

NIP. 197609022011011002

Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada :

1. Ketua Jurusan Keperawatan
- ② Yang bersangkutan
3. Arsip

Paraf Hirarki	
PJ Penatausahaan Administrasi	<i>k</i>

Lampiran 7. Lembar Konsultasi



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

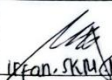
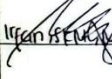
LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

Nama : Rizha Ayu Riyanto
NIM : D053032012208809
Judul : Gambaran Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum dan Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi Genggaman jari (Finger Hold) dan Nafas Dalam (Peep Breathing) di Puskesmas Pongau

No.	Materi Bimbingan	Tanggal	Paraf Pembimbing
1.	Konsultasi Judul	Rabu, 17 Januari 2025	Irfan, SKM, M.KES
2.	Konsultasi judul	Selasa, 21 Januari 2025	Irfan, SKM, M.KES
3.	Konsultasi judul + ACC (Efektivitas teknik Relaksasi Genggaman jari (Finger Hold) dan Nafas Dalam (Peep Breathing) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Pongau)	Kamis, 13 Februari 2025	Irfan, SKM, M.KES
4.	Konsultasi bab 1, 2, 3	Jumat, 14 Februari 2025	Irfan, SKM, M.KES
5.	Konsultasi bab 1 dan 3 revisi judul bab 1 rubah bagian tujuan khusus & umum, bab 3 rubah definisi operasional	Jumat, 28 Februari 2025	Irfan, SKM, M.KES
6.	Konsultasi bab 3 revisi, judul ACC rubah bagian instrumen & metode penelitian	Selasa, 4 Maret 2025	Irfan, SKM, M.KES
7.	Konsultasi revisi tujuan bab 1	Kamis, 6 Maret 2025	Irfan, SKM, M.KES
8.	ACC proposal	Selasa, 11 Maret 2025	Irfan, SKM, M.KES
9.	ACC Revisi proposal, lanjut penelitian	Selasa, 22 April 2025	Irfan, SKM, M.KES

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI

Nama : Rizha Ayu Riyanto
 NIM : 205303201220889
 Judul : Gambaran Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum Dan Setelah
 Diherikan Teknik Relaksasi Benggung Jari (Finger Hold) Dan Napas Dalam
 (Deep Breathing) Di Puskesmas Renfui

No.	Materi Bimbingan	Tanggal	Paraf Pembimbing
1.	Konsultasi Bab 4 dan 5 setelah pengamatan	4 juni 2025	
2.	Revisi Bab 4 di bagian pembahasan	16 juni 2025	
3.	ACC Bab 4, 5, abstrak, urutan jadwal ujian	26 juni 2025	

Lampiran 8. Surat Keterangan 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

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama : Rizha Ayu Riyanto
Nomor Induk Mahasiswa : PO5303201220889
Dosen Pembimbing : Irfan, SKM.,M.Kes
Dosen Penguji : Dr. Aemilianus Mau, S.Kep,Ns,M.Kep
Jurusan : Program Studi DIII Keperawatan
Judul Karya Ilmiah : **Gambaran Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi Genggam Jari (*Finger Hold*) Dan Nafas Dalam (*Deep Breathing*) Di Puskesmas Penfui.** Karya Tulis Ilmiah yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar **29,38%** Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 21 Agustus 2025

Admin Strike Plagiarism

Murry Jermias Kale SST
NIP.19850704201012100



Lampiran 9. Penjelasan Sebelum Penelitian

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, Rizha Ayu Riyanto, peneliti dari Poltekkes Kemenkes Kupang Jurusan D-III Keperawatan, bermaksud memohon kesedian Bapak/Ibu/Saudara untuk menjadi partisipan secara sukarela dalam penelitian yang berjudul “Gambaran Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Sebelum Dan Sesudah Diberikan Teknik Relaksasi Genggam Jari (*Finger Hold*) Dan Nafas Dalam (*Deep Breathing*) Di Puskesmas Penfui”.

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus yang akan dilaksanakan selama 1 minggu, dimulai sejak kontrak awal dengan partisipan hingga hari terakhir penelitian. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui gambaran tekanan darah pada penderita hipertensi sebelum dan sesudah diberikan teknik relaksasi genggam jari (*finger hold*) dan nafas dalam (*deep breathing*).

Peneliti menjamin bahwa partisipasi pada penelitian ini tidak akan memberikan dampak merugikan bagi Bapak/Ibu/Saudara. Jika ditengah proses penelitian partisipan tidak nyaman, partisipasi dapat dihentikan sewaktu-waktu tanpa konsekuensi apa pun. Seluruh data pribadi akan dijaga kerahasiaannya dan digunakan hanya untuk kepentingan penelitian.

Saya sangat menghargai perhatian serta kesediaan Bapak/Ibu/Saudara untuk ikut serta dalam penelitian ini. Untuk informasi lebih lanjut, saya dapat dihubungi melalui no Hp : 081212354079

Hormat saya,

Rizha Ayu Riyanto

Peneliti

Lampiran 10. *Informed Consent* Responden 1

Lampiran 2

Lembar Persetujuan Responden

INFORMED CONSENT

(Persetujuan menjadi Responden)

Saya yang bertandatangan dibawah ini

Nama : Ny. Yuliana Suban
Umur/Tanggal Lahir : 21 Juli 1972 (52 tahun)
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : RT 08 RW 09 Kelurahan Penfui
Agama : Kristen Katolik
Suku Bangsa : Flores
Pendidikan : SMA

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Prodi D-III Keperawatan atas nama Rizha Ayu Riyanto, NIM : PO5303201220889 dengan judul **GAMBARAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI (*FINGER HOLD*) DAN NAFAS DALAM (*DEEP BREATHING*) DI PUSKESMAS PENFUI.**

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Kupang, Senin, 19 Mei 2025



Yang membuat pernyataan

Lampiran 11. *Informed Consent* Responden 2

Lampiran 2

Lembar Persetujuan Responden

INFORMED CONSENT

(Persetujuan menjadi Responden)

Saya yang bertandatangan dibawah ini

Nama : Tn. Andreas Sai
Umur/Tanggal Lahir : 5 Mei 1960 (65 tahun)
Jenis Kelamin : Laki-laki
Alamat : Penfui, Nusa Tenggara Timur, 17/8 Penfui Mawlapu Kotu
Agama : Katolik
Suku Bangsa : Flores
Pendidikan : S1

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang, Prodi D-III Keperawatan atas nama Rizha Ayu Riyanto, NIM : PO5303201220889 dengan judul **GAMBARAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI (FINGER HOLD) DAN NAFAS DALAM (DEEP BREATHING) DI PUSKESMAS PENFUI.**

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa sanksi apapun.

Kupang, Senin, 19 Mei 2025



Yang membuat pernyataan

Lampiran 12. Lembar Kuisisioner Riwayat Hipertensi Partisipan 1

Lampiran 3

Lembar Kuisisioner

LEMBAR KUISISIONER

Hari/tanggal wawancara : Senin, 19 Mei 2024

Waktu wawancara : 09.00

I. IDENTITAS KLIEN

Inisial : Ny. Y
Umur : 52 tahun
Agama : Kristen Katolik
Suku : Flores
Jenis Kelamin : Perempuan
Pendidikan : SMA
Pekerjaan : Penjual kue
Status pernikahan : Menikah

II. RIWAYAT HIPERTENSI

1. Sejak kapan didiagnosa tekanan darah tinggi? (riwayat hipertensi, tanda gejala) tidak ada riwayat hipertensi dari keluarga. Ny. Y dinyatakan hipertensi sejak tahun 2019 saat mengecek di puskesmas dikarenakan stres dan terlalu memikirkan suaminya yg meninggal di rumah sakit. Ny. Y menjadi trauma, hatinya leher bungkut kanan terasa tegang.
2. Bagaimana perilaku gaya hidup dan pola kesehatan yang dialami sehingga terjadi peningkatan tekanan darah tinggi? Ny. Y mengatakan makan makanan seperti tahu, tempe, ikan dan keluarga selalu mengingatkan jika ada acara pesta untuk tidak makan makanan yg bisa membuat tekanan darah naik seperti daging, keluarga mengingatkan untuk jangan sering marah-marah, Ny. Y kadang minum obat 1 hari 3 gelas.
3. Selama ini melakukan kontrol tekanan darah, pengobatan dan dokter menyarankan apa untuk mengontrol tekanan darah?
Ny. Y jarang sekali minum obat anti hipertensi karena takut penyakit lain muncul dan tidak mau pusing.

4. Setelah berobat apakah ada perubahan tekanan darah menjadi lebih terkontrol atau tidak?

Kurang terkontrol karena Ny. Y kurang minum obat dan Ny. Y merasa sering lidat ada pusing/pusing, selalu aktif dalam melakukan aktivitas sehari-hari, sering mengantuk kegelisahan pikiran dan sering di pusingkan pusing

5. Apa yang dilakukan jika tidak ada perubahan tekanan darah bila memakai obat-obatan? (memakai obat herbal, teknik alternatif)

Ny. Y mengatakan biasanya memakan timun, kadang-kadang membuat irisan timun yg dimasukkan dalam botol kemudian diberi air & di simpan selama 5 jam

III. FISIK

1. Keadaan Umum :

Baik, kesadaran compos mentis, Ny. Y dapat merespon pertanyaan, pengamplukan bersih, gemuk, rambut hitam, lidat ada sesat

2. Tanda Vital :

a. Tekanan darah : 145 / 90 mmHg
b. Suhu : 36,5° C
c. Pernapasan : 20 x / menit
d. Nadi : 88 x / menit
e. BB : 78 kg
f. TB : 158 cm

3. Keluhan pasien sebelum intervensi

Jelaskan :

Batuk, pagi hari terasa menggigil kemudian pergi ke puskesmas. Pusing untuk cek kesehatan lalu pulang mendapat obat

LEMBAR OBSERVASI

No	Hari/Tanggal	Partisipan	Metode	Tekanan darah sebelum intervensi	Tekanan darah sesudah intervensi	Perubahan tekanan darah
1.	Senin, 19 Mei 2018	Ny. Y	Benggam dan napsu dalam	145 / 90 mmHg	140 / 90 mmHg	5 mmHg
2.	Selasa, 20 Mei 2018	Ny. Y		140 / 90 mmHg	130 / 90 mmHg	10 mmHg
3.	Rabu, 21 Mei 2018	Ny. Y		130 / 90 mmHg	130 / 85 mmHg	5 mmHg
4.	Kamis, 22 Mei 2018	Ny. Y		130 / 80 mmHg	125 / 80 mmHg	5 mmHg
5.	Jum'at, 23 Mei 2018	Ny. Y		80 / 90 mmHg	120 / 80 mmHg	10 mmHg 10 mmHg
6.	Sabtu, 24 Mei 2018	Ny. Y		125 / 90 mmHg	120 / 90 mmHg	5 mmHg
7.	Minggu, 25 Mei 2018	Ny. Y		120 / 90 mmHg	120 / 80 mmHg	10 mmHg

4. Setelah berobat apakah ada perubahan tekanan darah menjadi lebih terkontrol atau tidak?

Tn. A mengatakan tekanan darah mulai menurun walaupun kadang-kadang kurang stabil

5. Apa yang dilakukan jika tidak ada perubahan tekanan darah bila memakai obat-obatan? (memakai obat herbal, teknik alternatif)

Tidak mengonsumsi obat herbal ataupun teknik alternatif lain untuk mengurangi tekanan darah

III. FISIK

1. Keadaan Umum :

Baik, kesadaran compos mentis, Tn. A dapat merespon pertanyaan, penampilan kiner, gemuk, kulit coklat, tampak rapi dan bersih, rambut warna putih, tidak merasa sesak

2. Tanda Vital :

a. Tekanan darah : 140/90 mmHg
b. Suhu : 36,5 °C
c. Pernapasan : 20 x/menit
d. Nadi : 89 x/menit
e. BB : 75 kg
f. TB : 166 cm

3. Keluhan pasien sebelum intervensi

Jelaskan :

Tn. A mengeluh bahu sebelah kiri terasa nyeri, tidak puning, tidak mual dan tidak demam

LEMBAR OBSERVASI

No	Hari/Tanggal	Partisipan	Metode	Tekanan darah sebelum intervensi	Tekanan darah sesudah intervensi	Perubahan tekanan darah
1.	Senin, 19 Mei 2021	Tn. A	Berayun jalan dan nafas dalam	140/90 mmHg	110/80 mmHg	30 mmHg & 10 mmHg
2.	Selasa, 20 Mei 2021	Tn. A		130/90 mmHg	110/80 mmHg	20 mmHg & 10 mmHg
3.	Rabu, 21 Mei 2021	Tn. A		140/90 mmHg	130/90 mmHg	10 mmHg
4.	Kamis, 22 Mei 2021	Tn. A		130/90 mmHg	120/90 mmHg	10 mmHg
5.	Jumat, 23 Mei 2021	Tn. A		120/90 mmHg	120/80 mmHg	10 mmHg
6.	Sabtu, 24 Mei 2021	Tn. A		120/90 mmHg	120/80 mmHg	10 mmHg
7.	Minggu, 25 Mei 2021	Tn. A		120/90 mmHg	120/80 mmHg	10 mmHg

Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian

Sabtu, 17 Mei 2025

Pasien Ny. Y



Pasien Tn. A



Minggu, 18 Mei 2025

Pasien Ny. Y



Pasien Tn. A



Senin, 19 Mei 2025

Pasien Ny. Y



Pasien Tn. A



Selasa, 20 Mei 2025

Pasien Ny. Y



Pasien Tn. A



Rabu, 21 Mei 2025

Pasien Ny. Y



Pasien Tn. A



Kamis, 22 Mei 2025

Pasien Ny. Y



Pasien Tn.A



Jum'at, 23 Mei 2025

Pasien Ny. Y



Pasien Tn. A

