

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 SURAT DATA AWAL



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang

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

Nomor : DP.04.03/F.XXXVII/20.4/ 62 /2025
Hal : Permohonan Data Awal

30 Januari 2025

Yth. Direktur RSUD Waikabubak
di-

Tempat

Sehubungan dengan akan dilaksanakan penyusunan proposal karya tulis ilmiah oleh Mahasiswa D.III Keperawatan pada Program Studi Keperawatan Waikabubak Tahun Akademik 2024/2025, maka kami mohon bapak berkenan membantu mahasiswa kami (nama terlampir) dalam pengambilan data awal yang berkaitan dengan Angka Kejadian Penyakit Menular dan Penyakit Tidak Menular, ibu hamil, ibu melahirkan, bayi dan balita dalam 3 (tiga) Tahun terakhir 2021 – 2024.

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan kerja samanya disampaikan terima kasih.

Ketua Prodi D III Keperawatan Waikabubak

Uly Agustine, S.Kp., M.Kep
NIP.197508102001122001



			Anak Dengan Gangguan Kebutuhan Cairan Dan Elektrolit Di RSUD Waikabubak
13.	Jeki Weikalowo	PO5303212220333	Implementasi Cooling Gel Pads Dan Movement Mompylelogy Dalam Mengatasi Masalah Keperawatan Hipertermia Pada Pasien Demam Typoid Di RSUD Waikabubak
14	Marten Dada Wole	PO5303212220448	Implementasi Rentang Gerak Range Of Motion Pada Pasien Stroke Dengan Gangguan Mobilisasi Di RSUD Waikabubak
15	Agustina Meti Bouka	PO530321222061	Metode Bloon Blowing Vs Diaphragm Breathing Untuk Meningkatkan Fungsi Respirasi (Rr Dan Saturasi) Pada Pasien Pneumonia Di RSUD Waikabubak
16	Dewi Sriyanti Wolu	PO5303212220372	Implementasi Terapi Modalitas Singing Untuk Meningkatkan Fungsi Paru Pada Pasien Ppok Di RSUD Waikabubak
17	Yohanes Umbu Lele	PO5303212220457	Penerapan Mirror Terapi Pada Pasien Dtroke Non Hemoragik Dengan Masalah Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik
18	Lusiany Wilda Bili	PO5303212220442	Implementasi Terapi Pijat Punggung Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Nyeri
19	Florensius umbu	PO5303212220430	Implementasi Teknik Relaksasi Otot Progresif Untuk Menurunkan Nyeri Pada Pasien Gastritis
20	Dekrianus U. K. Yani	PO5303212220420	Implementasi Terapi Musik Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien Hipertensi di RSUD Waikabubak
21.	Eti Dairu Genya	PO530321222042	Implementasi Terapi Inhalasi Minyak Kayu Putih Dan Uap Air Panas Pada Pasien Pneumonia Untuk Mengatasi Bersihan Jalan Napas Tidak Efektif Di RSUD Waikabubak
22.	Ester Kadu watu	PO5303212220428	Impldmentasi Latihan Batuk Efektif Untuk Mrngencerkan Dahak Pada Pasien Tbc di RSUD Waikabubak
23	James Djami Wadoe	PO5303212220435	Penerapan Intervensi Menggunakan Sari Kurma Terhadap Peningkatan Trombosit Pada Pasien Demam Berdarah Dengue di RSUD Waikabubak
24.	Stefani Artha Lende	PO5303212220371	Implementasi Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif Untuk Meningkatkan Tingkat Kenyamanan Pada Pasien Hipertensi di RSUD

LAMPIRAN 2 SURAT IJIN PENELITIAN



PEMERINTAH KABUPATEN SUMBA BARAT
DINAS PENANAMAN MODAL
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan Weekarou Nomor : - Waikabubak
Telepon / Faks : (0387) 2525264 email : dpmpstp.sbkab@gmail.com

SURAT IZIN PENELITIAN
NOMOR : DPMPSTP.243.4/98/53.12/05/2025

Dasar :

- Undang-Undang Nomor 25 Tahun 2009 tentang Pelayanan Publik;
- Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2019 tentang Sistem Nasional Ilmu Pengetahuan dan Teknologi;
- Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian;
- Peraturan Bupati Sumba Barat Nomor 19 tahun 2019 tentang Penyelenggaraan Perizinan dan Non Perizinan di Kabupaten Sumba Barat;
- Peraturan Bupati Sumba Barat Nomor 17 Tahun 2020 tentang Pendelegasian Wewenang Bupati kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu untuk menandatangani Perizinan dan Non Perizinan Tertentu di lingkungan Pemerintah Kabupaten Sumba Barat;
- Memperhatikan :
 - Surat Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang Nomor : PP.06.02/F.XXIX.19.4/486/2025 tanggal 9 Mei 2025 perihal Permohonan Ijin Penelitian a.n. Alfredo Ricky Rawa;
 - Telah dipenuhi syarat-syarat sebagaimana yang dipersyaratkan.

MEMBERIKAN IZIN

Kepada : Nama : Alfredo Ricky Rawa
NPP : PO5303212220362
Prodi : Keperawatan
Instansi / Lembaga : Program Studi DIII Keperawatan Waikabubak Poltekkes Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : **IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH WAIKABUBAK KABUPATEN SUMBA BARAT**

Lokasi Penelitian : Rumah Sakit Umum Daerah Waikabubak Kabupaten Sumba Barat

Waktu Pelaksanaan :

- Mulai : 9 Mei 2025
- Berakhir : 15 Juni 2025

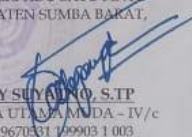
Dengan ketentuan yang harus ditaati sebagai berikut :

- Sebelum melakukan kegiatan penelitian, terlebih dahulu melaporkan kedatangannya kepada Kepala Kesbangpol Kabupaten Sumba Barat dan Kepala Wilayah Administrasi setempat yang akan dijadikan obyek penelitian;
- Mematuhi ketentuan peraturan yang berlaku di daerah / wilayah / lokus penelitian;
- Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang materinya bertentangan dengan topik / judul penelitian sebagaimana dimaksud diatas;
- Peneliti wajib melaporkan hasil penelitian kepada Bupati Sumba Barat Cq. Kepala DPMPSTP Kabupaten Sumba Barat;
- Surat Izin Penelitian dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Waikabubak, 9 Mei 2025

KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
KABUPATEN SUMBA BARAT,


DEDY SURYONO, S.TP
PEMBINA UTAMA MUDA - IV/c
NIP. 19670331 199903 1 003

PARAF HIERARKI	
ANALIS KEBIJAKAN AHLI Madya BIDANG PERIZINAN	
ANALIS KEBIJAKAN AHLI MUDA BIDANG PERIZINAN	

Tembusan :

- Bupati Sumba Barat di Waikabubak;
- Wakil Bupati Sumba Barat di Waikabubak;
- Sekretaris Daerah Kabupaten Sumba Barat di Waikabubak;
- Kepala Badan Kesbangpol Kabupaten Sumba Barat di Waikabubak;
- Pimpinan Instansi / Lembaga yang bersangkutan;

LAMPIRAN 3 LEMBAR KONSUL

BUKU KONSULTASI PROPOSAL
KARYA TULIS ILMIAH

 **Kemenkes**
Poltekkes Kupang

NAMA MAHASISWA : ALFREDO RICKY RAWA
NIM : PO5303212220362
JUDUL KTI : IMPLEMENTASI RELAKSASI OTOT PROGRESIF
UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN
GASTRITIS DI RSUD WAIKABUBAK KABUPATEN
SUMBA BARAT

DOSEN PEMBIMBING : HIRONIMUS MONE NGONGO S.Kep Ns, MH
DOSEN PENGUJI : VERAYANTI ALBERTINA BATA S.Kep Ns, MPH

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI KEPERAWATAN WAIKABUBAK
2025

LEMBAR PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH

NO	Hari/tanggal	Materi konsultasi	Saran yang diberikan	Nama & paraf pembimbing
1.	12 / 01 / 2025	Konsul Judul	Ganti Judul	
2.	13 / 01 / 2025	Konsul Judul	Acce Judul	
3.	15 / 01 / 2025	Konsul BAB 1	Tambahkan bagian kronologi	
4.	17 / 01 / 2025	Revisi BAB 1	tambahkan data penelitian (NIT)	
5.	21 / 01 / 2025	Revisi BAB 1	tambahkan bagian selanjutnya	

6.	24/01/2025	Konsur BAB II	Tambahkan SOP	J
7.	01/02/2025	Konsur BAB III	Perbaiki huruf dan rapikan untuk penempatan ketera	J
8.	19/02/2025	Acc proposal	Ujian proposal	J
9.				
10.				

BUKU KONSULTASI
KARYA TULIS ILMIAH



NAMA MAHASISWA : Alfredo Ricky Rawa
NIM : PO5303212220362
JUDUL KTI : Implementasi Relaksasi Otot Progresif Untuk
Menurunkan Nyeri Pada Pasien Gastritis Di RSUD
Waikabubak Kabupaten Sumba Barat
DOSEN PEMBIMBING : Hironimus Mone Ngongo, S.Kep.,Ns.MH
DOSEN PENGUJI : Verayanti Albertina Bata, S.Kep.,Ns.MPH

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
PRODI KEPERAWATAN WAIKABUBAK

2025

No	Hari/Tanggal	Materi konsultasi	Saran yang diberikan	Nama dan paraf pembimbing
1.	Senin 2/06/25	Konsul Bab IV	lengkapi Pembahasan	
2.	Rabu 4/06/25	Konsul IV Bab	Perbaiki Pembahasan	
3.	Kamis 5/06/25	Konsul IV Bab	perbaiki Pembahasan + Opini + Sumber	
4.	Senin 9/06/25	Konsul IV Bab	perbaiki Implementasi	
5.	Selasa 10/06/25	Konsul IV Bab	lengkapi Pembahasan lanjut BAB V	
6.	Rabu 11/06/25	Konsul BAB V	Perbaiki kesimpulan	
7.	Kamis 12/06/25	Konsul BAB V	lengkapi kesimpulan ABC, Ratakan sesuai urutan	
8.	Jumat 13/06/ 2025	Acc Bab IV, V	lanjut uraian	
9.				
10.				

LAMPIRAN 4 INFORMED CONSENT

PASIEN

PERSETUJUAN MENJADI PARTISIPAN
(INFORM CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tn. Y.R
Umur : 65 th
Jenis kelamin : L
Pekerjaan : petani
Alamat : Dengga Mawar

Setelah mendapat keterangan secukupnya serta mengetahui manfaat dan resiko penelitian yang berjudul "Implementasi relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis di RSUD Waikabubak" menyatakan SETUJU/TIDAK SETUJU diikuti sertakan dalam penelitian, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Saya jamin informasi yang saya berikan dijamin kerahasiaannya.

Waikabubak, 2025

Responden


Tn. Y.R

PASIEN 2

PERSETUJUAN MENJADI PARTISIPAN (INFORM CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

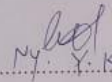
Nama : Ny. Y K
Umur : 60
Jenis kelamin : r
Pekerjaan : petani
Alamat : desa kerfana

Setelah mendapat keterangan secukupnya serta mengetahui manfaat dan resiko penelitian yang berjudul "Implementasi relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis di RSUD Waikabubak" menyatakan SETUJU/TIDAK SETUJU diikut sertakan dalam penelitian, dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam bentuk apapun berhak membatalkan persetujuan ini. Saya jamin informasi yang saya berikan dijamin kerahasiaannya.

Waikabubak,

2025

Responden


Ny. Y. K.

LAMPIRAN 5

SATUAN ACARA PENULUHAN (SAP)

(Implementasi Teknik relaksasi otot progresif

Untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis)

A. Identitas Mata kuliah

Pokok Bahasan : implementasi teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis

Sub Bahasan : 1. Pengertian gastritis
2. Gejala utama gastritis
3. Pengertian Teknik relaksasi otot progresif
4. Manfaat teknik relaksasi otot progresif
5. Cara melakukan teknik relaksasi otot progresif
6. Tips tambahan untuk mengurangi nyeri gastritis

Hari / Tanggal : -

Waktu : -

Tempat : -

Sasaran : pasien gastritis

B. Tujuan Umum

Untuk mengimplementasikan teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan

Nyeri pada pasien gastritis

C. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penjelasan diharapkan sasaran dapat mengetahui dan mengerti tentang :

1. Pengertian gastritis
2. Gejala utama gastritis
3. Pengertian Teknik relaksasi otot progresif
4. Manfaat teknik relaksasi otot progresif
5. Cara melakukan teknik relaksasi otot progresif
6. Tips tambahan untuk mengurangi nyeri gastritis

D. Materi

1. Pengertian gastritis

Gastritis adalah peradangan pada lapisan lambung yang bisa disebabkan oleh infeksi bakteri, stres, konsumsi obat-obatan tertentu, atau pola makan yang tidak teratur

2. Gejala utama gastritis

- a. Nyeri ulu hati
- b. Mual dan muntah
- c. Kembung
- d. Sensasi terbakar di perut

3. Pengertian Teknik relaksasi otot progresif
Relaksasi otot progresif (Progressive Muscle Relaxation/PMR) adalah teknik yang membantu meredakan stres dan nyeri dengan cara menegangkan dan mengendurkan kelompok otot tertentu secara sistematis.
4. Manfaat teknik relaksasi otot progresif
 - a. Mengurangi ketegangan otot akibat stres
 - b. Menurunkan rasa nyeri dan ketidaknyamanan di perut
 - c. Meningkatkan kualitas tidur
 - d. Membantu tubuh lebih rileks dan nyaman
5. Tips tambahan untuk mengurangi nyeri gastritis
 - a. Cari Tempat yang Nyaman
Duduk atau berbaring di tempat yang tenang.
 - b. Tarik Napas Dalam-dalam
Tarik napas perlahan melalui hidung, tahan sebentar, lalu hembuskan melalui mulut.
 - c. Tegang dan Rilekskan Otot
 - Mulai dari ujung kaki, kencangkan otot selama 5 detik, lalu lepaskan perlahan.
 - Lanjutkan kebetis, paha, perut, lengan, hingga wajah.
 - d. Lakukan Selama 10–15 Menit
Ulangi teknik ini setiap hari, terutama saat merasakan nyeri atau stres.
6. Tips tambahan untuk mengurangi nyeri gastritis
 - a. Hindari makanan pedas, asam, dan berlemak
 - b. Makan dalam porsi kecil tapi sering
 - c. Hindari stres berlebihan
 - d. Perbanyak konsumsi air putih

E. Metode

1. Ceramah
2. Diskusi (tanya jawab)

F. Media

1. Leaflet

G. Evaluasi

- a) Evaluasi Struktur
 - a. Sasaran hadir ditempat penyuluhan sesuai waktu yang dijadwalkan.
 - b. Pengorganisasian penyelenggaraan dilaksanakan sebelumnya
- b) Evaluasi Proses
 - a. Sasaran antusias terhadap materi penyuluhan
 - b. Tidak ada sasaran yang meninggalkan tempat penyuluhan sampai acara berakhir
 - c. Sasaran mengajukan pertanyaan dan dapat menyimpulkan hasil penyuluhan

c) Evaluasi Hasil

kegiatan ini adalah penyuluhan kesehatan yang bertemakan “Implementasi Teknik relaksasi otot progresif untuk menurunkan nyeri pada pasien gastritis ” pada pasien gastritis jika mengalami nyeri yang sangat sakit bisa melakukan langkah-langkah Teknik relaksasi otot progresif

H. Kegiatan

No	Waktu	Kegiatan Penyuluhan	Respon Peserta
1.	Pembukaan (5 menit)	1. Memberi salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menjelaskan tujuan penyuluhan 4. Membuat kontrak waktu	1. Menjawab salam 2. Mendengarkan 3. Memperhatikan 4. Menyetujui kontrak waktu
2.	Kegiatan Inti (35 menit)	1. Pengertian gastritis 2. Gejala utama gastritis 3. Pengertian Teknik relaksasi otot progresif 4. Manfaat teknik relaksasi otot progresif 5. Cara melakukan teknik relaksasi otot progresif 6. Tips tambahan untuk mengurangi nyeri gastritis	1. Mendengarkan dan memperhatikan
3.	Evaluasi (15 menit)	1. Memberikan kesempatan pada peserta untuk bertanya 2. Menanyakan kembali pada peserta tentang materi yang disampaikan	1. Bertanya 2. Menjawab
4.	Penutup (5 menit)	1. Menyimpulkan materi 2. Membagikan leaflet 3. Memberi salam	1. Mendengarkan 2. Menerima leaflet dengan antusias 3. Menjawab salam

LAMPIRAN 6

DOKUMENTASI PELAKSANAAN STUDI KASUS

PASIEN 1



PASIEN 2



LAMPIRAN 7 FORMAT PENGKAJIAN



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**

**POLITEKNIK KESEHATAN KUPANG PRODI KEPERAWATAN
WAIKABUBAK**



Direktorat : Jl. Piet A. Talo – Kupang Telp. (0380) 881880;881881 Fax : (0380)
8553418

Website/Email: www.poltekkeskupang.ac.id/poltekkeskupang@yahoo.com

FORMAT ASUHAN KEPERAWATAN KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH

A. PENGKAJIAN KEPERAWATAN

a. Biodata Klien

Nama :
.....

Umur :
.....

Jenis Kelamin :
.....

Agama :
.....

Alamat :
.....

Pendidikan :
.....

Pekerjaan :
.....

Diagnose Medis :
.....

Tgl MRS : Jam:

Tanggal Pengkajian : Jam:

Nomor Register :

.....

Sumber Informasi :

.....

b. Riwayat Kesehatan

- d) Keluhan Utama (Keluhan yang paling dirasa mengganggu saat dikaji)

.....
.....

- e) Riwayat Penyakit Sekarang (kronologis mulai sakit – MRS – tindakan apa yang sudah diupayakan / dilakukan sebelum MRS sampai saat di rumah sakit – kondisi saat pengkajian)

.....
.....

- f) Riwayat Penyakit Dahulu (riwayat penyakit yang pernah atau masih dirasakan, khususnya yang ada hubungannya dengan penyakit / keluhan yang dirasakan sekarang. Kapan, bagaimana dan time onsetnya serta perilaku / tindakan untuk mengatasinya)

.....
.....

- g) Riwayat Penyakit Keluarga (riwayat penyakit yang diderita anggota keluarga yang berhubungan dengan penyakit yang diderita klien, keturunan atau menular, kapan, time onset dan tindakan / perilaku untuk mengatasinya)

.....
.....

- h) Genogram (minimal 3 generasi)

.....
.....

- i) Keadaan, penampilan dan kesan umum klien (kesan secara umum yang dapat dilihat saat mengkaji termasuk status kesadaran)

.....
.....

c. Riwayat Keperawatan

a) Pola Penatalaksanaan Kesehatan – Persepsi Sehat

(pola hidup sehat dan sejahtera, pengetahuan tentang gaya hidup yang berhubungan dengan sehat, pengetahuan tentang upaya preventif, ketaatan pada ketentuan medis dan keperawatan)

.....
.....

b) Pola Nutrisi – Metabolisme (di rumah dan di rumah sakit)

(pola makan dan minum yang meliputi: jenis; porsi; frekuensi; jadwal; sediaan; kebiasaan; kesukaan dan yang tidak disukai; nafsu makan dan minum, pola diet, pengetahuan tentang nutrisi dan cairan, type makanan dan minuman, intake dan output makanan dan minuman, pilihan makanan dan minuman, pantangan makanan dan minuman, hambatan / gangguan / keluhan dalam pemenuhan nutrisi dan cairan, BB saat ini, BB 3 bulan yang lalu, BB ideal)

.....
.....

c) Pola Eliminasi (di rumah dan di rumah sakit)

(a) Pola Eliminasi Uri (di rumah dan di rumah sakit)

(jumlah, warna, bau, waktu, frekuensi, kemampuan dan masalah pengontrolan pengeluaran urine, riwayat toilet training, penggunaan kateter/kondom kateter/urinal, penggunaan obat pelancar urene)

(jika muncul masalah eliminasi, kaji: keluhan, awitan dan durasi, gambaran, frekuensi, hal yang memperingan dan memperburuk masalah)

.....
.....

(b) Pola eliminasi Alvi (di rumah dan rumah sakit)

(jumlah, warna,bau, waktu, frekuensikonsistensi, kemampuan dan masalah pengontrolan pengeluaran feses, riwayat toilet training,penggunaan obat pencahar/laxan)

(jika muncul masalah eliminasi ,kaji :keluhan, awitan dan durasi, gambaran ,frekuensi, pencetus,hal yang memperingan dan memperburuk masalah)

.....
.....

d) Pola Aktivitas (di rumah dan di rumah sakit)

(Pola latihan, aktivitas, mobilisasi, ketenangan, rekreasi, kemampuan pemenuhan Activity Daily Living)

.....
.....

e) Pola Istirahat – Tidur (di rumah dan di rumah sakit)

(Pola tidur, istirahat, persepsi tentang istirahat – tidur, kualitas dan kuantitas istirahat tidur, waktu, keluhan saat istirahat – tidur, kebiasaan yang menunjang dan mengganggu istirahat – tidur)

.....
.....

f) Pola Kognitif – Perseptual

(panca indra, belajar, kemampuan bahasa, ingatan, kemampuan membuat keputusan)

.....
.....

g) Pola Persepsi Diri – Konsep Diri

(gambaran diri, ideal diri, sikap diri, persepsi terhadap kemampuan, pola emosional, identitas diri)

.....
.....

- h) Pola Peran – Hubungan (di rumah dan di rumah sakit)
 (pola hubungan, peran tanggung jawab di rumah dan pekerjaan, kepuasan hubungan dan tanggung jawab, masalah yang dialami)

- i) Pola Sexual – Reproduksi
 (kebutuhan sexual, pengetahuan dan persepsi tentang sexual, riwayat reproduksi, kepuasan hubungan sexual, identitas sexual, gangguan reproduksi)

- j) Pola Koping – Toleransi Stres
 (kemampuan mengendalikan stress, upaya mengendalikan stress, bantuan; alat atau sarana yang digunakan untuk mengendalikan stress, pengetahuan tentang toleransi stress, sumber yang mendukung)

- k) Pola Nilai – Keyakinan
 (nilai, tujuan, keyakinan, praktik spiritual, kebiasaan beribadah di rumah dan di rumah sakit, sumber pendukung)

d. Pemeriksaan Fisik per Sistem (Inspeksi, Palpasi, Perkusi dan Auskultasi)

a) Tanda-tanda Vital

Tekanan darah	:	/	mmHg, kekuatan:	irama:
Nadi	:		x/mnt, kekuatan:	irama:
Respiration Rate	:		x/mnt,	irama:
Suhu	:		⁰ C	

b) Sistem Pernafasan

(bentuk dada, pergerakan dada, kelainan di dada, rabaan/palpasi dada, fremitus, pantulan suara, suara perkusi dada, suara nafas, frekuensi nafas, irama nafas, temuan-temuan kelainan di dada / pernafasan)

.....
.....

c) Sistem Peredaran Darah dan Sirkulasi

(jumlah: frekuensi; kekuatan dan irama nadi, tekanan darah; kekuatan dan iramanya, capiler refille, pitting oedema, clubbing finger, suara jantung, keluhan atau temuan kelainan di sistem peredaran darah, input cairan, sirkulasi cairan, tanda-tanda dehidrasi, anemia, dll.....

.....

d) Sistem Persyarafan

(pemeriksaan saraf cranial lengkap, reflex babinski, troseaux, schovteks, brudzinski I dan II, GCS, kepekaan terhadap stimulasi, tanda dan gejala TIK, dll)

.....
.....

e) Sistem Pencernaan

(bentuk; ukuran; kekenyalan abdomen, hepar, lien, peristaltic, bising, acties, suara perkusi abdomen, kelainan yang ditemukan, fases: bau; bentuk; konsistensi; warna, dll)

.....
.....

f) Sistem Perkemihan

(urine: jumlah, bau, warna, kandungan, frekuensi, pemeriksaan ginjal, tanda infeksi, dll)

.....
.....
g) Sistem Reproduksi

(bentuk; ukuran dan kelainan pada payudara, penis, skrotum, vagina, siklus menstruasi, kepemilikan anak, fungsi seksual, dll)

.....
.....
h) Sistem Endokrin

(bentuk dan ukurann anggota/organ tubuh berhubungan dengan pertumbuhan membesar atau mengecil ,pembesaran klenjar thyroid,tanda-tanda perubahan metabolic pada tubuh dll)

.....
.....
i) Sistem Muskoulokeletal

(Bentuk dan ukuran muskulus dan skeletal,ROM/pergerakan skeletal dan sendi,kelainan pada ekstremitas atas dan bawah,kekuatan dan kekenyalanotot, dll)

.....
.....
j) Sistem Integumen

(kelembaban, warna, penyebaran warna, turgor, kelainan pada kulit, dll)

.....
.....
k) Sistem Panca Indera

(a) Mata

(jumlah, bentuk, posisi, pupil, konjungtiva, reflex cahaya dan stimulasi lain, sclera, air mata, lakrimasi, kotoran, perubahan warna, tajam penglihatan, TIO / Tekanan Indra Okuler, bulu mata, palpebra, dll)

(b) Telinga

(bentuk, kelainan bentuk, ukuran, kotoran, kebersihan, tajam pendengaran, kebiasaan perawatan telinga, penggunaan alat bantu pendengaran, tes garputala, tes audiometric, dll)

.....
.....

(c) Lidah dan mulut

(bentuk dan ukuran, kemampuan merasa, konsistensi, kelainan, dll)

.....
.....

(d) Peraba (reflex terhadap stimulasi panas, dingin, tajam, tumpul, dll)

.....
.....

(e) Hidung (kemampuan menghidung, bentuk, kotoran, ukuran, kelainan, dll)

.....
.....

e. Pemeriksaan Penunjang

.....
.....

f. TERAPI MEDIS:

.....
.....

g. Pengelompokan Data:

DS:.....

.....

DO:.....

.....

h. Analisa Data

NO	DATA (S)	PENYEBAB (P)	MASALAH (E)
1			
2			
3			

B. DiagnosaKeperawatan

Diagnosis keperawatanadalahjenispenkajiankeperawatan yang berkaitan dengan bagaimanapasiend bereaksi terhadap masalah kesehatan ataup erkembangan masalah kesehatan yang ada ataupotensial.

Diagnosakeperawatanyaituuntukmenentukandengante patreaksi setiap klien, keluarga, dan komunitas terhadap keadaan terkait kesehatan tertentu. (Tim Pokja SDKI DPP PPNI,2017).

a.

b.

c.

C. Intervensi keperawatan

NO	DIAGNOSA KEPERAWATAN	TUJUAN DAN KRITERIA HASIL	INTERVENSI
	SDKI	SLKI	SIKI
1			
2			
3			

D. Implementasi keperawatan

NO	Diagnosa Keperawatan	Tujuan Dan Kriteria Hasil	Hari/Tanggal	Implementasi
1				
2				
3				

E. Evaluasi keperawatan

Tanggal :.....s/d.....

Diagnosa	Jam	Hari I	Jam	Hari II	Jam	Hari III
1						
2						
3						

LAMPIRAN 8

		Kementerian Kesehatan Poltekkes Kupang Jalan Piet A. Talla, Lila, Dobofo, Kupang 74054 Telp. 05111 00801 8902256 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 <table border="0"><tr><td>Nama</td><td>: Alfredo Ricky Rawa</td></tr><tr><td>Nomor Induk Mahasiswa</td><td>: PO5303212220362</td></tr><tr><td>Dosen Pembimbing</td><td>: Hironimus Mone Ngongo, S.Kep. Ns, M.H</td></tr><tr><td>Dosen Penguji</td><td>: Verayanti A. Bata, S.Kep. Ns, MPH</td></tr><tr><td>Jurusan</td><td>: Program Studi DIII Keperawatan Waikabubak</td></tr><tr><td>Judul Karya Ilmiah</td><td>: IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS</td></tr></table>			Nama	: Alfredo Ricky Rawa	Nomor Induk Mahasiswa	: PO5303212220362	Dosen Pembimbing	: Hironimus Mone Ngongo, S.Kep. Ns, M.H	Dosen Penguji	: Verayanti A. Bata, S.Kep. Ns, MPH	Jurusan	: Program Studi DIII Keperawatan Waikabubak	Judul Karya Ilmiah	: IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS
Nama	: Alfredo Ricky Rawa													
Nomor Induk Mahasiswa	: PO5303212220362													
Dosen Pembimbing	: Hironimus Mone Ngongo, S.Kep. Ns, M.H													
Dosen Penguji	: Verayanti A. Bata, S.Kep. Ns, MPH													
Jurusan	: Program Studi DIII Keperawatan Waikabubak													
Judul Karya Ilmiah	: IMPLEMENTASI TEKNIK RELAKSASI OTOT PROGRESIF UNTUK MENURUNKAN NYERI PADA PASIEN GASTRITIS													
Laporan Tugas Akhir yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 26%%. Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.														
Kupang, 29 Agustus 2025 Admin Strike Plagiarism  Murry Vernias Kale SST NIP. 19850704201012100														

LAMPIRAN 9 SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

 **PEMERINTAH KABUPATEN SUMBA BARAT**
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH WAIKABUBAK
Jl. Adyaksa KM 3 - Waikabubak - Provinsi Nusa Tenggara Timur
Telp./Fax (0387) 21701 email : rsudwkb@gmail.com 

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN
NOMOR : P. 1613 /RSUD 445/53.12/08/2025

Yang bertandatangan dibawah ini:
Nama : dr. Japendi R.P. Saragih, Sp.A., M.Biomed
NIP : 19761113 200501 1 005
Pangkat/Gol. Ruang : Pembina - IV/a
Jabatan : Direktur
Unit Kerja : RSUD Waikabubak

Menerangkan dengan sebenarnya bahwa:
Nama : Alfredo Ricky Rawa
NIM : PO5303212220362
Pekerjaan : Mahasiswa
Jurusan / Prodi : Keperawatan
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang

Benar bahwa yang bersangkutan telah selesai melakukan Izin Penelitian
"Implementasi Relaksasi Otot Progresif untuk menurunkan nyeri pada Pasien
Gastritis" terhitung sejak tanggal 09 Mei - 15 Juni 2025.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya, untuk dipergunakan
sebagaimana mestinya.

Waikabubak, 14 Agustus 2025
DIREKTUR RSUD WAIKABUBAK,

dr. JAPENDI. R. P. SARAGIH, Sp.A., M.Biomed
PEMBINA - IV/a
NIP.19761113 200501 1 005

Paraf Hirarki	
PtL. Kepala Bagian Tata Usaha	
Kasubag Kepegawaian dan umum	
Staf Pelaksana	