

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Ijin Penelitian



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/5011/2025
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

30 Juni 2025

Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Ngada
Jl. Gajah Mada No.2 Kisanata,
Bajawa, Kabupaten Ngada,
Nusa Tenggara Timur. 86411

Sehubungan dengan penulisan Karya Ilmiah Akhir bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Kelas RPL Kab. Ngada Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2024/2025, maka dengan ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan penelitian kepada :

Nama Peneliti : Daniel Watu
NIM : PO5303211241571
Jurusan/Prodi : Keperawatan / Program Studi Pendidikan Profesi Ners Kelas Rekognisi Pembelajaran Lampau (RPL) Kab. Ngada
Judul : **Penerapan Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif di UPTD Puskesmas Koeloda Kabupaten Ngada**
Lokasi Penelitian : UPTD Puskesmas Koeloda
Waktu Penelitian : Bulan Juli 2025

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

Direktur Politeknik Kesehatan
Kementerian Kesehatan Kupang



Irfan, SKM., M.Kes

Tembusan:

1. Kepala UPTD Puskesmas Koeloda

"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 Permohonan Menjadi Responden

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

Kepada Yth.

Ibu.....

Di

Tempat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Daniel Watu
NIM : PO53030211241592
Prodi : Profesi Ners
Institusi : Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kupang

Dengan ini memohon kesediaan Ibu untuk menjadi responden dalam penelitian saya yang berjudul:

“Penerapan Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di UPTD Puskesmas Koeloda-Kabupaten Ngada”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik relaksasi napas dalam dalam membantu mengurangi nyeri yang dirasakan selama proses persalinan tahap awal (kala I fase aktif). Partisipasi Ibu sangat penting untuk keberhasilan penelitian ini. Segala informasi yang diberikan akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah. Apabila Ibu bersedia, kami akan meminta Ibu mengikuti sesi relaksasi napas dalam yang akan dipandu langsung oleh peneliti dan/atau tenaga kesehatan yang mendampingi.

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kesediaan Ibu, kami ucapkan banyak terima kasih.

Koeloda, 2025

Hormat Saya

Peneliti

Daniel Watu

Lampiran 3 Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)

PENJELASAN SEBELUM PENELITIAN (PSP)

- 1) Kami adalah Peneliti berasal dari institusi/jurusan/program studi Pendidikan Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul **“Penerapan Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di UPTD Puskesmas Koeloda-Kabupaten Ngada”**.
- 2) Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah Untuk mengetahui pengaruh teknik relaksasi napas dalam untuk mengurangi nyeri persalinan kala I fase aktif yang dapat memberi manfaat berupa mendukung efektivitas intervensi teknik relaksasi napas dalam dalam menurunkan persepsi nyeri kala I fase aktif. Penelitian ini akan berlangsung selama 3 kali pertemuan.
- 3) Prosedur pengambilan bahan data dengan cara wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung lebih kurang 15-20 menit. Cara ini mungkin menyebabkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan/ pelayanan keperawatan.
- 4) Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah Anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan / tindakan yang diberikan.
- 5) Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
- 6) Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silakan menghubungi peneliti pada nomor Hp: +62 812-3611-6693

Peneliti

Daniel Watu

Lampiran 4 Persetujuan Menjadi Responden

INFORMED CONSENT
(Persetujuan menjadi Responden)

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswa profesi Ners atas nama **Daniel Watu** dengan judul “**Penerapan Relaksasi Napas Dalam Untuk Mengatasi Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Di UPTD Puskesmas Koeloda-Kabupaten Ngada**”.

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 tanpasanksi apapun.

Kupang, Juli 2025

Saksi

Yang Memberikan Persetujuan

.....

.....

Peneliti

Daniel Watu

Lampiran 5 Lembar Kuisisioner Pengkajian

LEMBAR PENGKAJIAN

**PENERAPAN RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENGATASI
NYERI PERSALINAN KALA 1 FASE AKTIF DI UPTD PUSKESMAS
KOELODA-KABUPATEN NGADA**

A. IDENTITAS RESPONDEN

No Responden	
Nama	
Usia	
Agama	
Pendidikan	
Pekerjaan	
Alamat	
No.Hp	

B. DATA KEHAMILAN DAN PERSALINAN

GPA	
HPHT	
Usia Kehamilan	
Pembukaan	
HIS	
Pendamping Persalinan	

C. SKALA NYERI PERSALINAN

<p>Petunjuk Pengisian: Responden hanya menunjuk angka berdasarkan skala nyeri 0-10 yang menggambarkan tingkat nyeri yang dirasakan saat fase Kala 1.</p>	
Pretest/Sebelum intervensi	
Posttest/Setelah Intervensi	
<p>Keterangan angka:</p>	
0	Tidak Nyeri
1-3	Nyeri ringan
4-6	Nyeri sedang
7-9	Nyeri berat terkontrol
10	Nyeri berat tidak terkontrol

Sumber: (Jannatiah, 2020)

Lampiran 6 SOP Teknik Relaksasi Napas Dalam

SOP TEKNIK RELAKSASI NAPAS DALAM

Standar Operasional Prosedur (SOP)	Teknik Relaksasi Napas Dalam
Pengertian	Teknik relaksasi pernapasan dalam adalah bentuk terapi yang mengajarkan klien cara melakukan pernapasan dalam, pernapasan lambat (menahan inspirasi secara optimal) dan cara mengeluarkan nafas dengan perlahan.
Tujuan	Melakukan teknik pernapasan relaksasi dalam selama fase aktif 1 sebagai persiapan untuk melahirkan dan mengontrol nyeri dengan mengurangi aktivitas simpatik dalam sistem saraf otonom.
Kebijakan	Ibu yang terpilih sebagai responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi untuk melakukan teknik relaksasi pernapasan dalam.
Persiapan Alat	Bantal, skala NRS
Persiapan Klien	<ol style="list-style-type: none"> 1) Menginformasikan ibu (Persetujuan yang Diberikan) tentang prosedur yang akan dilaksanakan dan tujuannya. 2) Mengajarkan ibu cara menentukan skala nyeri 3) Menyiapkan posisi yang nyaman untuk ibu setengah duduk atau dalam posisi tidur di ranjang atau kursi dengan sebuah bantal. 4) Memberi kesempatan kepada ibu untuk bertanya jika ada yang tidak jelas.
Prosedur	<ol style="list-style-type: none"> 1) Menilai intensitas nyeri persalinan sebelum ibu menerapkan teknik relaksasi pernapasan dalam dengan meminta ibu untuk menunjukkan pada gambar skala NRS bagian pretest sesuai dengan tingkat nyeri yang dirasakannya, yang telah tercantum dalam lembar kuesioner. 2) Membengkokkan lutut dapat membantu merilekskan otot perut. 3) Menempatkan satu atau dua tangan ibu tepat di bawah tulang rusuk. 4) Minta ibu untuk menghirup napas dalam-dalam melalui hidung, sambil tetap menutup mulut. Hitung saat bernapas masuk. 5) Minta ibu untuk fokus dan merasakan pergerakan naiknya perut sejauh mungkin, sambil tetap rileks dan menghindari lengkungan pada punggung. Apabila mengalami kesulitan mengangkat

Standar Operasional Prosedur (SOP)	Teknik Relaksasi Napas Dalam
	<p>abdomen, tarik napas dalam-dalam, lalu hembuskan napas kuat melalui hidung.</p> <ol style="list-style-type: none"> 6) Meminta ibu untuk mengeluarkan udara melalui bibir, mirip dengan cara meniup, dan lakukan secara perlahan serta kuat sehingga suara hembusan terdengar tanpa membengkakkan pipi; teknik pernapasan bibir tersumpal ini menciptakan hambatan pada pengeluaran udara dari paru-paru, meningkatkan tekanan di bronkus (saluran napas utama) dan mengurangi kemungkinan kolapsnya saluran napas yang sempit. 7) Meminta kepada ibu untuk fokus dan merasakan penurunan perut saat mengeluarkan napas. Hitung hingga 7 saat menghembuskan napas. 8) Menganjurkan ibu untuk menggunakan Teknik ini dan meningkatkannya secara bertahap 5-10 menit. 9) Melaksanakan penilaian tingkat nyeri persalinan setelah ibu menerapkan Teknik relaksasi pernapasan dalam dengan meminta ibu untuk menunjukkan pada gambar skala NRS bagian posttest sesuai dengan tingkat nyeri yang dirasakan ibu yang tercantum dalam lembar kuisioner.

Sumber: (Jannatiah, 2020)

Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian



Lampiran 8 Lembar Bimbingan dan Konsultasi KIAN

Lampiran 8 Lembar Bimbingan dan Konsultasi KIAN





KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES KUPANG
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR
MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Daniel Watu
NIM : PO5303211241592
Nama Pembimbing : Yuliana Dafroyati, S.Kep.,Ns.,M.Sc.
Status Pembimbing : Pembimbing Utama

No	Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	19 Mei 2025	Konsultasi Judul KIA (Masalah yang mau diteliti)	
2	5 Juni 2025	Konsultasi Bab 1-3 (penulisan KIA harus mengacu pada pedoman penulisan KIA)	
3	5 Juli 2025	Dalam penulisan latar belakang : alinea 1: masalah; alinea 2: skala masalah; alinea 3 : kronolog dan alinea 4 : solusi atau upaya interensi yang dilakukan.	
4	14 Juli 2025	Konsul bab 1 Sampai bab 5 (Tambahkan Konsep askep dan askep dari pengkajian, rumusan masalah, perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi)	
5	15 Juli 2025	Askep harus sesuai 3S, Kesimpulan menjawab tujuan umum	
6	22 Juli 2025	Tambahkan proses terjadinya nyeri persalinan pada kala 1 fase aktif sampai tindakan yang ditawarkan untuk atasi nyeri termasuk tindakan atau intervensi relaksasi napas dalam di latar belakang Perbaiki konsep teori Perbaiki gambaran lokasi penelitian	
7	25 Juli 2025	Tambahkan gambar pada prosedur pemberian teknik relaksasi napas dalam Perbaiki pembahasan	

No	Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
8	28 Juli 2025	Perbaiki tujuan khusus dan tata penulisan	
9	30 juli 2025	ACC	

Mengetahui
Ketua Prodi Pendidikan Profesi Ners




Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.Ns. M.Kep
NIP. 19720527 199803 1 001

Mengetahui
Pembimbing



Yuliana Dafroyati, S.Kep.,Ns.,M.Sc
NIP. 19720218 199703 2 001

Lampiran 9 Surat Keterangan Bebas Plagiasi

 **Kemenkes**

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang

Jalan Piet A. Tallo, Lilla, Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
03801 8800254
<https://poltekkeskupang.ac.id>

PERPUSTAKAAN TERPADU
<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/> ; e-mail: perpustakaanterpadu61@gmail.com

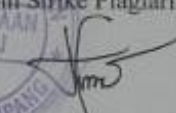
SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Daniel Watu, S.Tr.Kep
NIM : PO5303211241592
Dosen Pembimbing 1 : Yuliana Dafroyati, S.Kep,Ns.M.Sc
Dosen Pembimbing 2 : Riny Pujiyanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
Dosen Penguji : Ns. Kori Limbong, S.Kep,M.Kep
Jurusan : Keperawatan
Prodi : Profesi Ners
Judul Karya Ilmiah : **PENERAPAN RELAKSASI NAPAS DALAM UNTUK MENGATASI NYERI PERSALINAN KALA I FASE AKTIF DI UPTD PUSKESMAS KOELODA-KABUPATEN NGADA.**

Laporan karya ilmiah akhir yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 28 %. Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 11 September 2025
Admin Strike Plagiarism


Murry Jermias Kale, SST
NIP. 19850704201012100

