

# LAMPIRAN

**INFORMED CONSENT ( PERNYATAAN PERSETUJUAN IKUT PENELITIAN)**

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

Telah mendapatkan keterangan secara rinci dan jelas mengenai :

1. Penelitian yang berjudul “ Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hipertensi Di Puskesmas Baumata Kabupaten Kupang”.
2. Perlakuan yang akan diterapkan pada subjek
3. Manfaat ikut sebagai subjek penelitian
4. Risiko bahaya yang akan timbul
5. Prosedur penelitian yang akan mendapat kesempatan mengajukan pertanyaan mengenai segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian tersebut.

Bersadarkan informasi tersebut saya ( **Bersedia/ Tidak Bersedia** ) menjadi subjek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dari pihak manapun.

Peneliti





Responden

Comte Da Costa Nadus Kamengmau

( ..... )





LEMBAR KONSULTASI  
 BIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA




Nama Mahasiswa : Comte D.C.N Kamengmau  
 Nim : PO5303209211434  
 Nama Pembimbing I : Domingos Gonzalves., Skep., Ns., MSc

No	Hari/Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	21, desember 2024	Cari masalah, sasaran, tujuan	
2.	23, desember 2024	Cari masalah / kasus yang sedang tren	
3.	4 januari 2025	Cari referensi judul di perpustakaan	
4.	13 januari 2025	ACC judul	
5.	14 januari 2025	Tambah kea skema dan kerangka pada Bab 1	

LEMBAR KONSULTASI  
BIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Comte D.C.N Kamengmau  
Nim : PO5303209211434  
Nama Pembimbing I : Dominggos Gonzalves, Skep., Ns., MSc

No	Hari Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Rabu, 22 Januari 2025	- Lengkapi perbanyak di Bab I dan Menyipla BAB3.	
2.	Jumat, 29-01 2025	Lengkapi BAB I dan BAB III	
3.	Senin, 10-02 2025	-Memperbaiki Bab II -Memperbaiki dan memperjelas BAB III	
4.	Selasa, 25-03- 2025	-Print keasliannya dan Print Bab III	

8 April 2025	Mengumpulkan print keaslian dan Bab III	
10 April 2025	Revisi Bab III bagian populasi dan rumus sampel	
14 April 2025	Revisi, Cover, lembar persetujuan, Margin penulisan, penulisan daftar pustaka	
17 April 2025	Revisi, Cover	

Mengetahui  
Ketua Program Studi

Yoani M. V. B Aty., Skep., Ns M, Kep  
197908052001122001

Pembimbing I

Domingos Gonzalves., Skep., Ns., MSc  
197108061992031001

LEMBAR KONSULTASI  
BIMBINGAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Comte Da Costa Nadus Kamengmau  
Nim : PO530320211434  
Nama Pembimbing II : Gadur Blasius., Skep., Ns., MSi

No	Hari/Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	Selasa, 25-02-2025	- Mencari data populasi di tempat penelitian - Menambahkan Penuis dan tahun penelitian di keaslian penelitian	Commb
2.	Selasa, 21-04-2025	- ubah Cover, Perbaiki rumusan masalah, tambahkan lokasi di tujuan khusus, tambahkan lokasi pada keaslian penelitian, Perbaiki variabel Penelitian, Pathway tidak perlu	Commb
3.	Rabu, 22-09-2025	- Revisi daftar isi	Commb

4	Jenin 28 April 2025	Asee	Gund
---	---------------------------	------	------

Mengetahui  
Ketua Program Studi

Yoani M. V. B Aty., Skep., Ns M, Kep  
197908052001122001

Pembimbing

Gadur Blasius., Skep., Ns., MSi  
196212311989031039

Nomor : PP.06.02/F.XXIX/4514/2025  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian

12 Juni 2025

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan  
Pelayanan Terpadu satu Pintu Provinsi  
Nusa Tenggara Timur  
di  
Tempat

Dalam rangka penyusunan Skripsi bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Kupang Tahun Akademik 2024/2025, maka mohon kiranya diberikan ijin untuk melakukan penelitian bagi mahasiswa :

Nama Peneliti : Comte Da Costa Nadus Kamengmau  
NIM : PO5303209211434  
Jurusan/Prodi : Keperawatan / PPN Tahap Akademik  
Judul : "Pengaruh Relaksasi Autogenik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Pasien Hipertensi Di Puskesmas Bakunase Kota Kupang"  
Tempat : Puskesmas Baumata  
Penelitian :  
Waktu Penelitian : Juni - Juli 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>"





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](http://www.dpmpptsp.nttprov.id) Email : [pmptsp.nttprov@gmail.com](mailto:pmptsp.nttprov@gmail.com)  
KUPANG 85117

**SURAT IZIN PENELITIAN**

NOMOR : 500.16.7.2-000.9.2/2251/DPMPPTSP/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Drs. Alexander B. Koroh, MPM  
Jabatan : Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu  
Provinsi Nusa Tenggara Timur

Dengan ini memberikan Izin Penelitian kepada :

Nama : Comte Da Costa Nadus Kamengmau  
NIM : PO5303209211434

Jurusan/Prodi : Keperawatan / Pendidikan Profesi Ners  
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Untuk melaksanakan penelitian, dengan rincian sebagai berikut :

Judul Penelitian : PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP TINGKAT  
KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS  
BAUMATA KABUPATEN KUPANG

Lokasi Penelitian : Puskesmas Baumata Kabupaten Kupang

Waktu Pelaksanaan

- a. Mulai : 17 Juni 2025
- b. Berakhir : 16 Juli 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, 16 Juni 2025

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

Drs. Alexander B. Koroh, MPM  
Pembina Tk. I  
NIP. 197004271990031005

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.



**PEMERINTAH KABUPATEN KUPANG**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
**(DPM-PTSP) E-Mail dpmp2@gmail.com**  
Jln. Timor Raya Km. 36 Oelamasi

Oelamasi, 16 Juni 2025

Nomor : 074/325/DPM-PTSP/VI/2025  
Perihal : **Izin Penelitian**

Kepada  
Yth. ....  
.....  
di-  
Tempat

Menunjuk Surat Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPM-PTSP) Provinsi Nusa Tenggara Timur Nomor : 500.16.7.2-000.9.2/2251/DPMP2SP/2025, Tanggal 16 Juni 2025 Perihal Izin Penelitian dan Setelah mempelajari rencana kegiatan / Proposal yang diajukan, maka dapat diberikan Izin Penelitian kepada:

Nama : Comte Da Costa Nadus Kamengmau  
NIM : PO5303209211434  
Jurusan/Prodi : Keperawatan/ Pendidikan Profesi Ners  
Instansi/Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang

Untuk melakukan penelitian dengan Judul :

**“PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS BAUMATA KABUPATEN KUPANG”**


Lokasi : Puskesmas Baumata Kabupaten Kupang  
Lama Penelitian : 17 Juni s/d 16 Juli 2025

Peneliti berkewajiban untuk menghormati/mentaati Peraturan dan Tata Tertib yang berlaku di daerah setempat dan wajib melapor hasil Penelitian kepada Bupati Kupang Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Kupang.

Demikian Surat Izin Penelitian ini dikeluarkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya atas kerjasama yang baik disampaikan terima kasih.

An. Kepala DPM-PTSP Kabupaten Kupang  
Sekretaris.

Ub. Analisis Kebijakan Muda,

  
**ORİYANTIA. N. MONE, SE**  
NIP : 19821011 201101 2 019

Tembusan :

- 1 Bupati Kupang di Oelamasi (Sebagai Laporan);
- 2 Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi NTT di Kupang;
- 3 Kepala Badan Kesbangpol Kabupaten Kupang di Oelamasi;



PEMERINTAH KABUPATEN KUPANG  
**DINAS KESEHATAN**  
Jalan Timor Raya KM. 36 Oelamasi

SURAT IZIN PENELITIAN  
Nomor : 800/ 266 /TU-UP/ VI /2025

Menindaklanjuti surat dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPM-PTSP) Pemerintah Kabupaten Kupang Nomor : 074/325/DPM-PTSP/VI/2025, Tanggal 16 Juni 2025, Perihal : Izin Penelitian, maka dapat diberikan Izin Penelitian Kepada :


Nama : Comte Da Costa Nadus Kamengmau  
NIM : PO5303209211434  
Kebangsaan : Indonesia  
Jurusan / Prodi : Keperawatan / Profesi Ners  
Instansi / Lembaga : Politeknik Kesehatan Kemenkes Kupang  
Lokasi Penelitian : UPTD Puskesmas Baumata  
Lama Penelitian : 17 Juni 2025 s/d 16 Juli 2025




Diberikan Izin Penelitian dengan judul :

**“PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN  
PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS BAUMATA KABUPATEN  
KUPANG”**

Demikian surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Oelamasi, 18 Juni 2025  
Kepala Dinas Kesehatan  
Kabupaten Kupang,

  
Yoel Midel Laitabun, S.Si., M.Kes  
Pembina Tk. I / IV.b  
NIP. 19770227 199703 1 0020

Paraf Hierarki	
Sekretaris Dinas	
Plt. Kasubag UP	
Pengolah Data dan Informasi	

**Koesioner Kecemasan Zung Self-rating Anxiety Scale (SAS)**

No	Pertanyaan	Jawaban			
1	Saya merasa lebih gelisah atau gugup dan cemas dari biasanya	1	2	3	4
2	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas	1	2	3	4
3	Saya merasa seakan tubuh saya berantakan atau hancur	1	2	3	4
4	Saya mudah marah, tersinggung atau Panik	1	2	3	4
5	Saya selalu merasa kesulitan mengerjakan segala sesuatu atau merasa sesuatu yang jelek akan terjadi	1	2	3	4
6	Kedua tangan dan kaki saya sering Gemetar	1	2	3	4
7	Saya sering terganggu oleh sakit kepala, nyeri leher atau nyeri otot	1	2	3	4
8	Saya merasa badan saya lemah dan mudah Lelah	1	2	3	4
9	Saya tidak dapat istirahat dan duduk dengan tenang	1	2	3	4
10	Saya merasa jantung saya berdebar-debar dengan keras dan cepat	1	2	3	4
11	Saya sering mengalami pusing	1	2	3	4

12	Saya sering pingsan atau merasa seperti ingin pingsan	1	2	3	4
13	Saya mudah sesak nafas tersengal-sengal	1	2	3	4
14	Saya merasa kaku atau mati rasa dan kesemutan pada jari-jari saya	1	2	3	4
15	Saya merasa sakit perut atau gangguan Pencernaan	1	2	3	4
16	Saya sering kencing dari biasanya	1	2	3	4
17	Saya merasa tangan saya dingin dan sering basah oleh keringat	1	2	3	4
18	Wajah saya terasa panas dan kemerahan	1	2	3	4
19	Saya sulit tidur dan tidak dapat istirahat Malam	1	2	3	4
20	Saya mengalami mimpi-mimpi buruk	1	2	3	4

Total dari skor pada tiap pertanyaan maksimal 80 dan minimal 20, skor yang tinggi mengindikasikan tingkat kecemasan yang tinggi. Rentang penilaian 20-80, dengan pengelompokan antara lain:

- 1) Skor 20-44: kecemasan ringan,
- 2) Skor 45-59: kecemasan sedang,
- 3) Skor 60-74: kecemasan berat,
- 4) Skor 75-80: kecemasan panik.

**SOP Relaksasi Autogenik**

<b>No</b>	<b>Langkah Kerja</b>
1.	<b>Langkah 1: Persiapan sebelum memulai latihan</b> <ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="435 489 1395 527">1. Tubuh berbaring, kepala disangga dengan bantal, dan mata terpejam</li><li data-bbox="435 541 1395 579">2. Atur nafas hingga nafas menjadi lebih teratur</li><li data-bbox="435 594 1395 743">3. Tarik nafas sekuat-kuatnya lalu buang secara perlahan-lahan sambil katakan dalam hati “aku merasa damai dan tenang”. Lakukan sebanyak 3 x dengan hitungan 1 sampai 3.</li></ol>
2	<b>Langkah 2: Merasakan berat</b> <ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="477 852 1395 1052">1. Fokuskan perhatian pada lengan dan bayangkan kedua lengan terasa berat. Selanjutnya, secara perlahan-lahan bayangkan kedua lengan terasa kendur, ringan hingga terasa sangat ringan sekali sambil katakan “saya merasa damai dan tenang sepenuhnya”.</li><li data-bbox="477 1087 1395 1125">2. Lakukan hal yang sama pada bahu, punggung, leher dan kaki</li></ol>
3	<b>Langkah 3: Merasakan hangat</b> <ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="435 1245 1395 1394">1. Bayangkan darah mengalir keseluruh tubuh dan rasakan bahwa hangatnya aliran darah, seperti merasakan minuman yang hangat, sambil mengatakan dalam diri “saya merasa senang dan hangat”</li><li data-bbox="435 1430 1395 1467">2. Ulangi 6 kali.</li><li data-bbox="435 1503 1395 1541">3. katakan dalam hati “saya merasa damai dan tenang</li></ol>

3	<p><b>Langkah 3: Merasakan hangat</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bayangkan darah mengalir keseluruh tubuh dan rasakan bahwa hangatnya aliran darah, seperti merasakan minuman yang hangat, sambil mengatakan dalam diri “saya merasa senang dan hangat”</li> <li>2. Ulangi 6 kali.</li> <li>3. katakan dalam hati “saya merasa damai dan tenang</li> </ol>
4	<p><b>Langkah 4: Merasakan denyut jantung teratur</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tempelkan tangan kanan pada dada kiri dan tangan kiri pada perut.</li> <li>2. Bayangkan dan rasakan jantung berdenyut dengan teratur dan tenang. Sambil katakan “jantungku berdenyut denga teratur dan tenang”</li> <li>3. Ulangi 6 kali.</li> <li>4. Katakan dalam hati “saya merasa tenang dan damai”</li> </ol>
5	<p><b>Langkah 5: Merasakan rileks pada pernafasan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi kedua tangan tidak berubah.</li> <li>2. Katakan dalam diri “nafasku longgar dan tenang”.</li> <li>3. Ulangi 6 kali</li> <li>4. Katakan dalam hati “saya merasa damai dan tenang”.</li> </ol>

6	<p><b>Langkah 6: Merasakan hangat pada abdomen</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisi kedua tangan tidak berubah.</li> <li>2. Rasakan pembuluh darah dalam perut mengalir dengan teratur dan terasa hangat.</li> <li>3. Katakan dalam diri “darah yang mengalir dalam perutku terasa hangat”.</li> <li>4. Ulangi 6 kali, Katakan dalam hati “saya merasa tenang dan damai”</li> </ol>
7	<p><b>Langkah 7: Merasakan dingin pada kepala</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kedua tangan kembali pada posisi awal.</li> <li>2. Katakan dalam hati “kepala saya terasa benar-benar dingin”.</li> <li>3. Ulangi 6 kali Katakan dalam hati “saya merasa tenang dan damai”</li> </ol>
8	<p><b>Langkah 8: Akhir latihan</b>  Mengakhiri latihan relaksasi autogenik dengan melekatkan (mengepalkan) tangan bersamaan dengan nafas dalam, lalu buang nafas pelan-pelan sambil membuka mata.</p>

### Data Umum Responden

No. Responden

1. Nama ( inisial ) :
2. Usia :
3. TB :
4. BB :
5. Jenis kelamin :
6. Pendidikan :
7. Pekerjaan :
8. Apakah ada riwayat hipetensi :
9. Riwayat konsumsi alkohol :
10. Riwayat merokok ?  
Jika ya, berapa lama :  
Jumlah/hari : batang
11. Jenis obat yang di konsumsi :
12. Berapa dosis obatnya :
13. Lama menderita hipertensi :
14. Jenis olahraga apa yang sampai sekarang  
masih dilakukan : Teratur/ tidak  
Berapa lama setiap olahraga : menit/jam  
Berapa kali dalam seminggu : kali
15. Apakah pola tidur teratur/tidak :  
Berapa jam :
16. Sehari konsumsi garam berapa sendok :
17. Keluhan yang dirasakan :

### Lembar Observasi

No	Nama Responden	Umur	Jenis Kelamin	Keluhan	Tekanan Darah		Tingkat Kecemasan	
					Sistolik	Diastolik	Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi

## Hasil Pengelolaan Data

### Statistics

	JENIS_KELAMIN	UMUR	PENDIDIKAN	PEKERJAAN	LAMA_MENDER ITA	PRE	POST
N	Valid	30	30	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0	0	0

### JENIS\_KELAMIN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
LAKI-LAKI	7	23.3	23.3	23.3
Valid PEREMPUAN	23	76.7	76.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

### UMUR

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
50-59 TAHUN	9	30.0	30.0	30.0
60-69 TAHUN	13	43.3	43.3	73.3
Valid 70-79 TAHUN	6	20.0	20.0	93.3
80-89 TAHUN	2	6.7	6.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

PENDIDIKAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
SD	19	63.3	63.3	63.3
SMP	8	26.7	26.7	90.0
Valid SMA	2	6.7	6.7	96.7
S1	1	3.3	3.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

PEKERJAAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
PETANI	21	70.0	70.0	70.0
PEDAGANG	8	26.7	26.7	96.7
Valid PENSIUNAN	1	3.3	3.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

LAMA\_MENDERITA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1-5 TAHUN	21	70.0	70.0	70.0
6-10 TAHUN	7	23.3	23.3	93.3
Valid > 11 TAHUN	2	6.7	6.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

PRE

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid KECEMASAN SEDANG	29	96.7	96.7	96.7
Valid KECEMASAN BERAT	1	3.3	3.3	100.0
Total	30	100.0	100.0	

POST

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid KECEMASAN RINGAN	25	83.3	83.3	83.3
Valid KECEMASAN SEDANG	5	16.7	16.7	100.0
Total	30	100.0	100.0	

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
POST - PRE Negative Ranks	26 <sup>a</sup>	13.50	351.00
POST - PRE Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
POST - PRE Ties	4 <sup>c</sup>		
POST - PRE Total	30		

a. POST < PRE

b. POST > PRE

c. POST = PRE


Test Statistics<sup>a</sup>

	POST - PRE
Z	-5.099 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

# Parafrase


**Kemenkes**  
 Kementerian Kesehatan  
 Patihkara Kupang  
 Jalan Prof. A. Fala Uliha, Omboko  
 Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111  
 01880 880256  
 info@poltekkeskupang.ac.id

**PERPUSTAKAAN TERPADU**  
<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/> ; e-mail: [perpustakaanterpadu1@gmail.com](mailto:perpustakaanterpadu1@gmail.com)


SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama : Comte Da Costa Nadas Kamengmau  
 Nomor Induk Mahasiswa : POS303209211434  
 Dosen Pembimbing : Domingos Gonzalves, S.Kep.,Ns.,MSc  
 Dosen Penguji : Domlanus Namuwali, S.Kep.,Ns., M.Kep  
 Jurusan : Program Studi PPN

Judul Karya Ilmiah : **PENGARUH RELAKSASI AUTOGENIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA PASIEN HIPERTENSI DI PUSKESMAS BAUMATA KABUPATEN KUPANG**

Proposal Skripsi yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 24% Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 06 Oktober 2025  
 Admin Strike Plagiarism  
  
 Murry James Kale SST  
 NIP. 19850704201012100

Turnitin

ORIGINALITY REPORT

<b>24%</b>	<b>24%</b>	<b>13%</b>	<b>14%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	www.scribd.com Internet Source	2%
2	repository.bku.ac.id Internet Source	2%
3	journal.um-surabaya.ac.id Internet Source	2%
4	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part V Student Paper	2%
5	repository.poltekkeskupang.ac.id Internet Source	1%
6	repository.stikeshangtuh-sby.ac.id Internet Source	1%
7	www.jurnal.stikescendekiautamakudus.ac.id Internet Source	1%
8	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	1%
9	journal.piksi.ac.id Internet Source	1%
10	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet Source	1%
	repository.poltekkes-tjk.ac.id	

11	Internet Source	1%
12	repo.stikesicme-jbg.ac.id Internet Source	1%
13	repository.unair.ac.id Internet Source	1%
14	repository.stikes-bhm.ac.id Internet Source	1%
15	digilibadmin.unismuh.ac.id Internet Source	1%
16	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	1%
17	repository.itekes-bali.ac.id Internet Source	1%
18	jptam.org Internet Source	1%
19	repo.stikesperintis.ac.id Internet Source	1%
20	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	1%
21	jurnal.stikes-ibnusina.ac.id Internet Source	1%
22	ejurnal.poltekkesjakarta3.ac.id Internet Source	1%
23	repository.unhas.ac.id Internet Source	< 1%

24	Risky Waruwu. "Aplikasi Asuhan Keperawatan Psikososial Pada Ny. M Dengan Masalah Kecemasan", Open Science Framework, 2021 Publication	< 1%
25	eprints.stikeshamzar.ac.id Internet Source	< 1%
26	es.scribd.com Internet Source	< 1%
27	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur III Student Paper	< 1%
28	jurnal.fkunisa.ac.id Internet Source	< 1%

Exclude quotes  Off  
 Exclude bibliography  On  
 Exclude matches  Off

Dokumentasi

Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test



Gambar : Pre Test





*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*

*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*

*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*





Gambar : Pre Test

Gambar : Pre Test

Gambar : Pre Test



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*



*Gambar : Pre Test*

Intervensi  
Relaksasi Autogenik



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



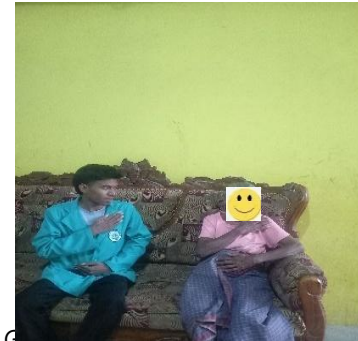
Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi



Gamabar : Intervensi





*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*

*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*

*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gambar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*

*Gamabar : Intervensi*

*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*



*Gamabar : Intervensi*

Post Test



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*

*Gambar : Post Test*

*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*



*Gambar : Post Test*

