

LAMPIRAN

DATA MEROKOK PRE-POST HIPNOTERAPI

1. DATA PRE HIPNOTERAPI

No	Inisial nama	Jenis kelamin	umur	Hari							
				Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumaat	Sabtu	Minggu	Total
1	BA	Laki laki	24	16	18	19	17	18	18	19	125 Berat
2	RD	Laki laki	23	17	18	19	19	17	20	18	128 Berat
3	JS	Laki laki	23	12	12	12	14	14	10	14	88 Sedang
4	RA	Laki laki	24	13	13	13	12	12	12	11	86 Sedang
5	RS	Laki laki	24	12	12	13	12	14	12	10	85 Sedang
6	H	Laki laki	23	18	18	20	17	17	14	18	122 Berat
7	AH	Laki laki	22	17	18	18	18	17	18	18	128 Berat
8	AD	Laki laki	23	14	15	14	14	14	14	13	98S edang
9	RL	Laki laki	24	15	15	15	14	13	13	14	99 Sedang
10	S	Laki laki	24	18	17	17	17	14	12	15	110 Berat
11	RK	Laki laki	22	20	16	18	14	17	15	18	118 Berat
12	JN	Laki laki	23	19	17	15	18	15	17	18	119 Berat
13	TG	Laki laki	22	20	20	19	19	19	20	18	135 Berat

14	IP	Laki laki	24	14	14	13	13	11	14	14	93 sedang
15	SA	Laki laki	24	20	18	17	17	19	18	19	128 berat
16	IA	Laki laki	23	18	18	18	19	19	17	20	129 berat
17	AN	Laki laki	24	20	20	18	18	18	20	20	134 berat
18	RP	Laki laki	24	14	14	11	13	12	12	12	88 sedang
19	IH	Laki laki	23	14	14	14	14	14	14	14	98 sedang
20	HM	Laki laki	23	14	15	11	14	13	13	13	93 sedang
21	MI	Laki laki	23	14	14	14	14	14	14	14	98 sedang
22	RI	Laki laki	22	12	12	12	12	12	12	12	84 sedang
23	MM	Laki laki	21	14	14	14	14	13	13	14	96 sedang
24	DN	Laki laki	22	14	13	13	13	14	14	13	94 sedang
25	OM	Laki laki	24	12	12	12	14	12	13	13	88 sedang
26	GI	Laki laki	22	17	16	16	16	18	18	18	119 berat
27	S	Laki laki	22	19	19	19	18	17	20	19	131 berat
28	IN	Laki laki	23	20	20	20	20	20	20	20	140 berat
29	TS	Laki laki	24	18	17	17	18	18	17	17	122 berat

30	HJ	Laki laki	23	11	14	13	12	14	13	12	89 sedang
----	----	-----------	----	----	----	----	----	----	----	----	--------------

DATA PRE HIPNOTERAPI

No	Inisial nama	Jenis kelamin	Umur	Hari							
				Senin	Selasa	Rabu	Kamis	Jumaat	Sabtu	Minggu	
1	BA	Laki laki	24	12	14	13	14	12	14	12	91 Sedang
2	RD	Laki laki	23	12	13	13	13	12	12	14	89 Sedang
3	JS	Laki laki	23	7	7	6	7	7	6	6	46 Sedang
4	RA	Laki laki	24	7	7	7	6	6	6	6	45 Sedang
5	RS	Laki laki	24	6	7	6	7	7	6	6	45 Sedang
6	H	Laki laki	23	17	17	17	16	16	16	16	115 Berat
7	AH	Laki laki	22	16	16	16	16	16	16	17	113 Berat
8	AD	Laki laki	23	7	7	7	6	6	6	7	46 Sedang
9	RL	Laki laki	24	8	8	8	7	7	7	7	52 Sedang
10	S	Laki laki	24	14	11	12	11	12	12	11	83 Sedang
11	RK	Laki laki	22	13	12	13	12	11	12	13	86 Sedang
12	JN	Laki laki	23	14	13	12	13	11	11	11	85 Sedang
13	TG	Laki laki	22	17	17	17	17	17	17	16	118 Berat
14	IP	Laki laki	24	8	8	8	6	6	6	6	48 Sedang
15	SA	Laki laki	24	14	12	12	14	14	14	14	94 Sedang
16	IA	Laki laki	23	13	13	13	13	13	14	14	93 Sedang
17	AN	Laki laki	24	16	16	16	16	16	16	16	112 Berat
18	RP	Laki laki	24	9	9	8	9	8	9	9	61 Sedang
19	IH	Laki laki	23	7	6	8	8	6	7	7	49 Sedang
20	HM	Laki laki	23	9	9	7	9	10	9	10	63 Sedang
21	MI	Laki laki	23	12	12	12	12	12	12	12	84 Sedang
22	RI	Laki laki	22	6	6	6	5	5	6	5	39 Sedang
23	MM	Laki laki	21	8	7	8	8	8	7	7	53 Sedang

Standar Operasional Prosedur (SOP)

HIPNOTERAPI

(HIPNOSIS BIASA)

1	Pengertian	Hypnotherapy adalah suatu metode dimana pasien dibimbing untuk melakukan relaksasi, dimana setelah kondisi relaksasi dalam ini tercapai maka secara alamiah gerbang pikiran bawah sadar seseorang akan terbuka lebar, sehingga yang bersangkutan cenderung lebih mudah untuk menerima sugesti penyembuhan yang diberikan
2	Tujuan	Saat ini hipnoterapi dapat digunakan untuk mengatasi masalah masalah sebagai berikut: 1. Fisik 2. Masalah Emosi 3. Masalah Perilaku
3	Indikasi	1. Meningkatkan mental klien 2. Menyembuhkan psikosomatis klien. 3. Membantu proses penyembuhan klien.
4	Kontraindikasi	1. Seseorang yang dalam kondisi tidak tenang, gaduh gelisah, misalnya pada psikosis akut sehingga tidak dapat dilakukan kontak psikis dengan subjek. 2. Seseorang yang dalam keadaan tidak mengerti apa yang akan dilakukan, misalnya pada orang imbesil atau dimensia. Pada mereka tidak dapat dilakukan hipnotis dengan cara apapun.

		3. Pada orang yang tidak tahu atau belum mengerti tentang apa yang kita katakan, sugesti verbal tidak akan berpengaruh pada subjek. 4. Subjek yang memiliki kesulitan dengan kepercayaan dasar seperti pasien paranoid atau yang memiliki masalah pengendalian seperti obsesi kompulsif. 5. Penggunaan hipnosis oleh operator yang tidak terlatih dengan baik. 6. Penggunaan hipnosis untuk tujuan yang tidak baik.
5	Persiapan Pasien	1.Pasien sebagai subjek. 2.Terapis sebagai fasislitator 3.Bersedia dengan sukarela. 4.Memiliki kemampuan untuk fokus 5.Memahami komunikasi verbal
6	Persiapan Alat	1.Kursi 2.Bantal jika diperlukan
7	Cara Kerja	A.Pre induction 1. Klien dan penghipnotis memperkenalkan diri. 2. Menganjurkan klien untuk menceritakan keluhan yang sedang dialami. 3. Memberikan berbagai pemecahan masalah yang dapat diambil. 4. Menjelaskan hipnoterapi secara singkat, jelas, dan mudah dipahami. 5. Meminta persetujuan klien dan memberikan inform consent pada klien untuk dilakukan hipnoterapi. 6. Melakukan tes subjektifitas a. Anjurkan klien duduk dengan nyaman. b. Mengajarkan klien tarik napas dalam. c. Menganjurkan klien untuk melakukan hand clasp test yaitu dengan meminta subjek menangkupkan kedua tangan, kemudian merekatkan kedua jari telunjuk dan sugestikan bahwa pada keduatae lunjuk terdapat lem yang akan

		merekatkan jari telunjuk tersebut. Sugestikan bahwa semakin klien ingin memisahkan telunjuknya maka jari telunjuknya akan semakin lengket. Selanjutnya minta klien untuk menyatakan apakah jarinya semakin lengket atau tidak. d. Anjurkan klien untuk rileks dan menarik napas dalam. e. Lepaskan jari tangan tersebut. B.Induction 1. Pada tahap induksi hypnotherapist harus mahir dalam menyusun variasi kalimat Pacing–Leading (Physical mirroring yaitu pencerminan fisik, Match the voice yaitu penyelarasan kualitas suara, Match thebreathing yaitu penyelarasan irama nafas, Match the size of the piecesof information yaitu penyelarasan pengelompokan informasi, Matchtheir common experience yaitu penyelarasan pengalaman umum). 2. Posisikan klien lebih rileks lagi dari Normal State ke Hypnosis State(suasana sangat rileks dan sugesti). 3. Latih klien untuk nafas dalam lagi untuk merilekskan tubuh dan pikiran klien. 4. Bawa klien pada satu titik focus atau tanamkan sugesti yang berkebalikan pada masalah klien (contoh kalimat “sekarang lihat telapak tangan saya, bayangkan bahwa ditelapak tangan ini ada rokok dan rokok ini digantikan dengan petis/makanan yang tidak disukai oleh klien”). 5. Pastikan klien sudah pada posisi yang benar-benar focus dan rileks. 6. Apabila sudah, tepuk kedua tangan hypnotherapist secara cepat dan keras. C.Deepening dan dept level test 1. Pada tahap Deepening hypnotherapist akan membimbing klien untuk berimajinasi melakukan suatu kegiatan atau berada di suatu tempat yang mudah dirasakan oleh subjek untuk memasuki trance level yang lebih dalam. 2. Pastikan bahwa klien hanya mendengarkan suara hypnotherapist dengan memegang tubuh klien dan memberikan perintah untuk mendengarkan suara hypnotherapist saja.
--	--	---

		3. Pastikan bahwa klien mengerti perintah yang diberikan oleh hypnotherapist dengan memerintahkan klien untuk menggerakkan bagian tubuhnya. 4. Bimbing klien untuk berimajinasi ke suatu tempat yang nyaman untuk klien dengan menggunakan 5 tahap. a. Lima, perintahkan agar tubuh dan pikiran anda memasuki relaksasi lebih dalam, total, semakin tenang, semakin lelap. b. Empat, biarkan tubuh dan pikiran anda memasuki tidur yang lebih dalam lagi, bahkan saat ini anda dapat membayangkan berada disuatu tempat lain yang menurut anda adalah tempat yang nyaman,tempat yang indah, dimanapun itu, buatlah semakin jelas, semakin riil, semakin nyata, bahkan anda dapat merasakan detailnya, emosinya. c. Tiga, semakin lelap, lebih dalam lagi, rasakan tubuh anda semakin ringan, bahkan anda dapat melupakannya. d. Dua, masuki tidur lelap berkali lipat lebih dalam, dan rasakan suasana menjadi sangat hening, bahkan anda benar-benar tidak menghiraukan suara apapun juga, begitu tenang, fisik anda terlelap, fikiran anda bersitirahat, bahkan seluruh panca-indra anda benar-benar beristirahat. e. Satu, silakan nikmati relaksasi yang sangat luar biasa ini, silahkan anda membayangkan diri anda di suatu tempat yang nyaman dan indah, dan saat yang sama biarkan fisik dan pikiran anda beristirahat total, nyaman, tenang, damai. D.Suggestion 1. Sampaikan pada klien untuk merilekskan seluruh tubuhnya hingga merasa rileks dan nyaman. 2. Setelah pasien sudah merasa nyaman mulailah dengan rangkaian kata menjadi kalimat yang indah dan mudah dipahami klien. 3. Kemudian Sampaikan sugesti dengan rangkaian kata yang sudah biasa di dengar, agar pasien akan mudah memahami dan mudah mengimajinasikannya seperti “bayangkan oleh anda bahwa anda sedang berada di tempat yang paling
--	--	--

		nyaman” dengan kalimat ini sipasien pasti dapat dengan mudah membayangkannya, karena bahasa tersebut sudah biasa di dengar dan di lakukan. 4. Tegaskan ke klien untuk memfokuskan hanya pada perkataan terapis. Contoh “dengarkan kata-kata saya, jika anda menemui rokok anda membayangkan roko adalah petis. Sesuatu yang menjijikan”. 5. Kata-kata tersebut diulang beberapa kali sampai klien benar-benar memahami. 6. Berikan reinforcement positif pada klien. E.Termination 1. Kaji respon klien Membangun sugesti positif yang akan membuat tubuh seorang Client lebih segar dan rileks, kemudian diikuti dengan proses hitungan beberapa detik untuk membawa Client ke kondisi normal kembali. Contoh: “Kita akan mengakhiri sesi Hypnotherapy ini ... saya akan menghitung dari 1 sampai dengan 5, dan tepat pada hitungan ke 5 nanti, silakan anda bangun dalam keadaan sehat dan segar, dst. 2. Simpulkan hasil kegiatan. 3. Berikan reinforcement positif. 4. Lakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya. 5. Akhiri kegiatan dengan cara yang baik.
8	Hasil	Dokumentasikan tindakan: 1. Respon responden selama Hypnosis (respon subyektif dan obyektif). 2. Tanggal dan waktu pelaksanaan tindakan. 3. Nama dan paraf peneliti

9	Hal Hal Yang Perlu Di Perhatikan	1.Klien bersedia untuk dilakukan hypnosis 2.Pastikan klien benar-benar focus saat dilakukannya hypnosis
---	--	--

Standar Operasional Prosedur (SOP)		
HIPNOTERAPI		
(EXTENDED PROGRESSIVE RELAXATION)		
1	Pengertian	Extended progressive relaxation adalah teknik induksi hipnosis yang dibawakan dengan cara relaksasi. Artinya secara bertahap tapi pasti, hipnoterapis membimbing klien masuk ke dalam kondisi hipnosis yang jauh lebih dalam. Progressive Relaxation adalah salah satu teknik relaksasi yang menggunakan induksi otot syaraf.
2	Tujuan	1. Memperdalam kondisi hipnosis klien yang bersugestivitas mudah, sedang sampai yang sulit. 2. Meningkatkan relaksasi. 3. Mengurangi stress psikis dan fisik.
3	Indikasi	1.Klien yang mengalami kesulitan untuk memasuki relaksasi. 2.Klien yang mengalami ketegangan psikis. 3.Klien yang mengalami ketegangan fisik fisik.
4	Kontraindikasi	1.Tidak diperbolehkan untuk pasien penderita penyakit syaraf. 2.klien tidak mengalami gangguan jiwa.
5	Persiapan Pasien	1.Pastikan identitas klien. 2.Kaji kondisi klien.

		3. Beritahu dan jelaskan pada klien/keluarganya tindakan yang dilakukan. 4. Posisikan klien senyaman mungkin.
6	Persiapan Alat	1. Kursi 2. Bantal (jika diperlukan)
7	Cara Kerja	1. Klien dan penghipnotis memperkenalkan diri. 2. Menganjurkan klien untuk menceritakan keluhan yang sedang dialami. 3. Memberikan berbagai pemecahan masalah yang dapat diambil. 4. Menjelaskan tentang Extended Progressive Relaxation (EPR) secara singkat, jelas, dan mudah dipahami. 5. Meminta persetujuan klien dan memberikan inform consent pada klien untuk dilakukan Extended Progressive Relaxation. 6. Anjurkan klien dalam posisi yang nyaman. 7. Mengajarkan klien teknik tarik napas dalam agar klien lebih rileks. 8. Menganjurkan klien untuk menutup mata, melemaskan bagian kelopak mata, dahi, kening, dan seluruh wajah menjadi rileks, malas dan sangat lemas. Berikan penjelasan kepada klien bahwa. a. Dikarenakan oleh kondisi yang rileks, ketika klien mencoba untuk menggerakkan kelopak mata, bahkan mata anda benar-benar tidak mau bergerak karena malas dan lemasnya. Semakin klien mencoba untuk membuka mata, maka mata klien justru akan tertarik memasuki relaksasi yang lebih dalam dan lebih sempurna. 9. Bagi petugas kesehatan: Pada tahapan ini, amati apakah mata klien sudah benar-benar lemas ? Jika klien masih dapat membuka matanya dengan mudah, maka segeralah minta klien untuk menutup kembali, dan ulangi mulai langkah no. 8 yang memandu klien untuk menutup mata. 10. Anjurkan pada klien mempertahankan matanya tertutup dan melemaskan kelopak matanya, memberikan pernyataan pada klien bahwa klien dapat mengendalikan bagian tubuh klien.

		11. Menganjurkan klien untuk merasakan adanya getaran relaksasi yang turun secara halus dan perlahan ke daerah leher dan membuat bagian leher menjadi benar-benar nyaman. 12. Menganjurkan klien untuk memusatkan perhatiannya ke daerah leher dan menganjurkan klien untuk memerintahkan bagian lehernya memasuki relaksasi sempurna sehingga leher akan menjadi sangat lemas dan malas. 13. Menganjurkan klien untuk memerintahkan leher dengan mengatakan : “wahai leher.. aku perintahkan saat ini juga engkau memasuki relaksasi sempurna, sehingga saat ini juga engkau menjadi sangat malas, sangat lemas, dan benar-benar engkau beristirahat secara sempurna, benar-benar malas dan sangat malas” 14. Berikan pernyataan pada klien bahwa saat ini leher klien benar-benar lemas dan sangat lunglai seakan-akan tulang-tulangnya menghilang sehingga tidak mampu untuk menyangga kepala. 15. Berikan pernyataan pada klien bahwa semakin klien ingin menggerakkan lehernya maka klien semakin tertarik memasuki relaksasi yang lebih dalam lagi, lebih sempurna, lebih sempurna, lebih nyaman dan lelap. 16. Perintahkan pada klien untuk mencoba menggerakkan lehernya. Pada tahap ini, petugas kesehatan amati apakah leher klien benar-benar lemas. Jika klien masih dapat menggerakkan lehernya dengan mudah, maka ulang bagian script yang memandu klien untuk memerintahkan lehernya agar menjadi benar-benar lemas tanpa daya.. 17. Anjurkan klien untuk tetap merilekskan lehernya dan perintahkan klien untuk merasakan getaran relaksasi turun secara halus dan perlahan ke daerah bahu, punggung belakang, kemudian dada dan tentu saja membuat bagian-bagian yang terlewati getaran tersebut menjadi benar-benar nyaman dan sangat rileks. 18. Perintahkan klien untuk merasakan relaksasi melewati kedua belah tangan mulai dari lengan atas, siku, pergelangan dan akhirnya mengalir ke jari-
--	--	--

	jemari. Perintahkan klien untuk merasakan seluruh bagian tangan benar-benar menjadi sangat rileks, nyaman dan santai. 19. Anjurkan klien untuk memerintahkan kedua tangannya dan kesepuluh jari-jemarinya untuk memasuki relaksasi, anjurkan klien untuk memerintahkan tangan dan jari jemarinya: “wahai tangan dan jari jemari, aku perintahkan saat ini engkau memasuki relaksasi sempurna, sehingga saat ini juga engkau menjadi sangat malas, sangat lemas, dan benar-benar engkau beristirahat secara sempurna, benar-benar malas dan sangat lemas”. 20. Berikan pernyataan pada klien bahwa saat ini tangan klien benar-benar merasakan relaksasi yang sangat dalam di kedua tangannya sehingga kedua tangannya tidak berminat untuk bergerak, semakin klien menggerakkan tangannya maka klien semakin memasuki rileksasi sempurna. 21. Perintahkan klien untuk mencoba menggerakkan tangannya. 22. Pada tahap ini, petugas kesehatan mengamati apakah tangan klien benar-benar lemas, jika klien masih dapat menggerakkan tangannya dengan mudah, maka segera ulangi bagian skript yang memandu client untuk memerintahkan tangan dan jari jemarinya agar menjadi benar-benar lemas dan tanpa daya. 23. Anjurkan kepada klien untuk melepaskan kedua tangan dan jari-jemari. 24. Anjurkan klien merasakan getaran relaksasi turun secara halus ke daerah pinggang kemudian perut, turun ke paha, lutut, betis dan kemudian menjalar ke telapak kaki. 25. Anjurkan klien untuk memerintahkan kedua kaki memasuki relaksasi dengan mengatakan “Wahai kaki aku perintahkan saat ini juga engkau memasuki relaksasi sempurna, sehingga saat ini juga engkau menjadi sangat malas, sangat lemas, dan benar-benar kau beristirahat secara sempurna, benar-benar malas dan sangat lemas”. 26. Berikan pernyataan pada klien bahwa saat ini kedua kaki klien benar-benar lemas dan sangat lunglai seakan-akan tulang-tulangnya menghilang sehingga tidak mampu untuk menggerakkan kedua kakinya.
--	---

	27. Berikan pernyataan pada klien bahwa semakin klien ingin menggerakkan kedua kakinya maka klien semakin tertarik memasuki relaksasi yang lebih dalam lagi, lebih sempurna, lebih sempurna, lebih nyaman dan lelap. 28. Perintahkan pada klien untuk mencoba menggerakkan kedua kakinya. Pada tahap ini, petugas kesehatan amati apakah kedua kaki klien benar-benar lemas. Jika klien masih dapat menggerakkan kedua kakinya dengan mudah, maka ulang bagian script yang memandu klien untuk memerintahkan kedua kakinya agar menjadi benar-benar lemas tanpa daya. 29. Anjurkan kepada klien untuk melemaskan seluruh tubuhnya. 30. Anjurkan klien untuk memerintahkan tubuhnya memasuki relaksasi dengan mengatakan “Wahai tubuh dari ujung kepala sampai dengan ujung kakiaku perintahkan saat ini juga engkau memasuki relaksasi sempurna, sehingga saat ini juga engkau jadi sangat malas, sangat lemas, dan benar-benar engkau beristirahat secara sempurna, benar-benar malas dan sangat lemas”. 31. Berikan pernyataan pada klien bahwa saat ini tubuh klien benar-benar lemas dan sangat lunglai seakan-akan tulang-tulangnya menghilang sehingga tidak mampu untuk menggerakkan bagian dari tubuhnya. 32. Berikan pernyataan pada klien bahwa semakin klien ingin menggerakkan tubuhnya maka klien semakin tertarik memasuki relaksasi yang lebih dalam lagi, lebih sempurna, lebih sempurna, lebih nyaman dan lelap. 33. Perintahkan pada klien untuk menoba menggerakkan tubuhnya. Pada tahap ini, petugas kesehatan amati apakah tubuh klien benar-benar lemas. Jika klien masih dapat menggerakkan tubuhnya dengan mudah, maka ulang bagian script yang memandu klien untuk memerintahkan tubuhnya agar menjadi benar-benar lemas tanpa daya. 34. Sampaikan pada klien untuk merilekskan seluruh tubuhnya hingga sangat rileks dan nyaman. 35. Minta klien untuk benar-benar beristirahat dengan melemaskan seluruh tubuh hingga terasa ringan.
--	--

		36. Minta klien untuk merasakan setiap hembusan nafasnya. Setiap hembusan nafas akan menarik klien memasuki relaksasi yang lebih dalam sehingga semakin merasa tenang, damai, dan nyaman sekali. 37. Sugestikan pada klien untuk memerintahkan pikiran dan otaknya untuk beristirahat. 38. Berikan aba-aba kepada klien untuk mengatakan dalam hati kepada pikiran dan otak untuk memasuki alam relaksasi yang sempurna 39. Beri reinforcement positif pada klien dan dukung klien untuk semakin rileks dan mulai memasuki penghayatan rasa - Dalam suasana yang semakin nyaman, sugestikan pada klien agar memerintahkan agar tubuh fisik dan juga otaknya benar-benar memasuki istirahat yang sangat total, bahkan hingga tertidur. - Beritahukan pada klien bahwa yang tidur hanya tubuh fisik dan pikiran, sedangkan alam bawah sadar akan tetap terjaga - Tuntun klien memerintahkan tubuh dan pikirannya untuk beristirahat lebih dalam. - Beri aba-aba pada klien bahwa tindakan akan segera dilakukan. - Mulailah menuntun klien hingga beristirahat total dengan 5 hitungan mundur. - Hitungan Lima, perintahkan klien untuk relaksasi dalam, tenang, dan lelap. - Hitungan Empat, minta klien membayangkan sedang berada di suatu tempat yang tenang. .Hitungan Tiga, Minta klien untuk merasakan tubuhnya melairing. - Hitungan Dua, Perintahkan klien untuk memasuki tidur yang semakin lelap dan merasakan suasana yang hening. - Hitungan Satu, Biarkan klien menikmati relaksasi yang sangat luar biasa, tertidur dengan nyaman dan indah
--	--	---

		f. Untuk mengakhiri katakan pada klien bahwa dalam hitungan 1-5 pada hitungan ke 5 klien akan bangun membuka mata dalam keadaan segar, sehat, dan positif
8	Hasil	Dokumentasikan tindakan: 1. Respon responden selama Hypnosis (respon subyektif dan obyektif). 2. Tanggal dan waktu pelaksanaan tindakan. 3. Nama dan paraf peneliti.
9	Hal Hal Yang Perlu Di Perhatikan	1. Klien bersedia untuk dilakukan hypnosis 2. Pastikan klien benar-benar focus saat dilakukannya hypnosis

Sugesti Untuk Klien

“ Alasan Anda ada disini adalah bahwa Anda telah membuat keputusan. Anda telah membuat keputusan akhir untuk berhenti merokok sepenuhnya Dan Anda telah memutuskan untuk menghentikan merokok sekarang bukan besok bukan minggu depan bukan bulan depan dan bukan tahun depan, melainkan saat ini... Anda tidak akan mengizinkan pengecualian terhadap keputusan ini. karena Anda jujur dan benar-benar ingin berhenti merokok sepenuhnya dan selamanya... Mengapa keinginan Anda berhenti merokok begitu kuat?

Sekarang ketika Anda semakin dalam dan lebih santai, lebih jauh dan jauh ke bawah alam sadar semua suara hilang kedalam kejauhan dan Anda hanya memperhatikan suara saya. Anda mendengarkan dengan seksama suara saya untuk semua saran yang akan saya berikan. Anda mengendalikan sepenuhnya atas tubuh pikiran dan jiwa Anda.

Nikotin adalah racun, ini adalah salah satu racun paling akurat di muka bumi, yang bahkan dalam jumlah kecil akan mampu untuk membunuh seekor kuda, apalagi manusia, Anda merokok hanya untuk mengambil racun, Anda masih mengambil racun setiap kali Anda menghisap rokok.

Anda akan melakukan hal-hal positif dari sekarang ada banyak hal positif yang dapat Anda lakukan, Anda dapat berolahraga cukup dan nyaman, Anda dapat berjalan cepat, Anda dapat bersantai dan menikmati waktu bagi Anda sendiri, ada jutaan hal yang dapat Anda lakukan untuk mempertahankan kondisi yang santai, damai, tenang tanpa ada yang mengambil racun, faktanya racun tidak membuat Anda benar-benar tenang dan damai, racun itu hanya membuat Anda semakin gugup.

Bahkan membawa Anda lebih dekat dengan kematian, racun sama sekali tidak baik untuk orang-orang, ini hanya baik untuk hal-hal yang ingin kita matikan, seperti hama tikus, kecuali

Anda berpikir tentang diri Anda sebagai tikus, maka Anda mencoba bunuh diri dan Anda perlu racun, salah satunya dikandung rokok, jika Anda berpikir tentang diri Anda seperti itu, Anda seperti menghukum diri sendiri, Anda tidak melakukan kesalahan, Anda tidak perlu menghukum diri sendiri, sekarang Anda harus menghapuskan pikiran tersebut, pikiran akan kebutuhan racun dan Anda tidak harus berpikir tentang hal itu lagi dan semuanya hilang kebutuhan racun yang Anda pikirkan kini telah hilang.

Anda akan membiarkan seluruhnya hanyut, Anda tidak perlu semua itu, Anda tidak memerlukan racun, baik rokok, tidak perlu pil atau alcohol berlebihan atau semua itu, apa yang Anda butuhkan adalah relaksasi, rasa nyaman dan relaks.

Sekarang, Anda akan semakin masuk ke alam bawah sadar Anda lebih dalam dan lebih dalam, Anda lebih rileks dan lebih nyaman, Anda menikmati hidup lebih dan lebih, Anda merasa lebih dan lebih nyaman dalam segala hal dan Anda mulai kehilangan keinginan untuk mengisap tembakau, untuk mulai meninggalkan rokok, Anda akan terkejut dan takjub dengan mengetahui bahwa anda tidak lagi memerlukan tembakau dalam bentuk apapun, dan Anda menolak racun dari segala bentuk, salah satunya rokok.

Sekarang ketika Anda akan merasa semakin rileks dan lebih santai, semua suara disekitar akan memudar, Anda hanya memperhatikan suara saya, Sekarang setiap orang yang menghisap rokok di masa lalu telah terhubung dengan kegiatan lainnya, Beberapa orang tersebut merasa bahwa mereka harus merokok ketika mereka pertama kali membuka mata mereka saat pagi hari, ketika mereka ingin tidur di malam hari, segera setelah makan malam, ketika mereka mengemudi di mobil, ketika di tempat kerja, ketika tidak di tempat kerja, ketika menonton TV, atau ketika tidak menonton TV, dan dalam situasi lain. Mereka menghubungkan rokok dengan beberapa kegiatan atau dengan sesuatu yang lain yang mereka lakukan.

Karena hal lain terjadi, itu memicu mekanisme yang menyebabkan seseorang meraih sebatang rokok, Sekarang kita melanggar semua mekanisme tersebut, kita menghancurkan mekanisme itu sekarang. Jika Anda salah satu dari orang-orang yang merokok saat pertama kali bangun di pagi hari, semua akan berubah mulai sekarang, Akan muncul keinginan secangkir kopi hitam atau segelas jus jeruk dipagi hari, itu akan menjadi suatu keharusan untuk Anda, Jika untuk pengganti tersebut yang tidak memuaskan Anda, karena mungkin Anda menderita diabetes atau alergi terhadap kopi atau sesuatu lainnya.

Anda dapat memilih apa pun saran yang Anda inginkan, apa pun itu, tetapi Anda akan berpikir bahwa merokok di pagi hari akan menjadi hal yang paling mengerikan. Rasanya mengerikan, sangat menjijikkan untuk Anda pikirkan bahwa Anda menaruh racun dalam mulut Anda saat bangun di pagi hari, merokok setelah makan malam bahkan lebih buruk. Imajinasikan makan malam yang indah, kemudian membunuh seluruh rasa makan malam dengan rokok. Tidak ada yang bisa lebih buruk dari itu.

Anda ingin membawa keluar rasa itu. Mungkin dengan secangkir kopi, mungkin dengan segelas susu, apa pun. Tetapi satu hal yang Anda tidak ingin adalah rokok yang pasti. Anda tidak pernah merokok di tempat tidur. Semua orang tahu bagaimana berbahaya itu. Merokok setiap saat adalah kegiatan berbahaya. Ini berbahaya untuk kesehatan Anda, berbahaya bagi paru-paru Anda dan jika ada kemungkinan penghargaan untuk hidup berbahaya pula. Anda tidak mendapatkan medali untuk merokok.

Sebaliknya, Anda tidak hanya tidak menginginkannya. Anda bahkan tidak menyukainya. Apa pun situasi khusus berhubungan dengan rokok atau tembakau dalam bentuk apa pun dalam masa lalu Anda, sekarang sepenuhnya direvisi. Rokok bagi Anda adalah hal di masa lalu. Tidak ada situasi khusus, baik makan malam, setelah makan malam, ketika bekerja. ketika tidak

bekerja, ketika santai, saat tegang, ketika marah, ketika tenang, ketika di pagi hari. di malam hari. Tidak ada situasi panggilan untuk Rokok.

Ada sejuta cara untuk menenangkan diri, jika Anda sedang tegang. Ada sejuta cara untuk menikmati tenang bila Anda inginkan. Ketika Anda sedang bekerja, rokok hanya akan mencuri waktu serta konsentrasi dari pekerjaan Anda. Dan ketika santai, mereka juga mencuri pikiran Anda dari perasaan santai.

Mulai saat ini, tidak ada aktivitas lain yang terjadi dalam hidup Anda yang membutuhkan kegiatan merokok. Tidak ada kegiatan lain dalam hidup Anda yang berjalan lebih baik dengan rokok. Mulai saat ini pada setiap kegiatan lainnya dalam hidup Anda, apakah itu bangun tidur, bekerja atau bermain, makan malam atau minum, pesta atau bersantai Anda konsisten tanpa merokok. Anda memilih hidup lebih baik dengan paru-paru penuh dengan udara yang segar dan bersih. Demi suplai darah yang baik tanpa batuk dan masalah paru-paru dan demi kesehatan Anda.

Semuanya berjalan lebih baik dengan tubuh yang sehat. Jadi semua koneksi yang rusak dan sambungan terbaru dibuat Dan saat ini. Anda menjadi sangat mudah untuk kehilangan keinginan mengisap tembakau dalam bentuk apa pun, kapan saja, di setiap tempat, di bawah setiap kondisi, dan dalam situasi apa pun.

Sekarang ketika Anda semakin rileks lebih dalam dan lebih santai, semua suara lainnya memudar. Anda tidak memperhatikan suara apa pun selain suara saya dan Anda tenggelam lebih dalam, lebih dalam, lebih dalam, lebih dalam, dan lebih dalam. Anda tahu bahwa Anda tidak hanya dapat berhenti merokok. Anda konsisten dan hanya peduli kesehatan Anda. Tidak ada bagi Anda perdebatan tentang hal itu. Anda tidak akan merokok. Anda tidak akan merokok tidak peduli seberapa keras Anda mencoba. Hal ini sudah ditetapkan bahwa Anda tidak akan merokok.

Anda benci rokok, bahkan, Anda keras kepala menolak untuk merokok, Anda keras kepala menolak untuk merokok tidak peduli apa yang mendesak, tidak peduli apa perasaan muncul, tidak peduli apa hal yang mungkin terjadi, tidak peduli apa perasaan muncul, tidak peduli apa kegugupan atau hal lain terjadi. Anda mengatasi masalah Anda sangat efektif. Anda menangani semua masalah Anda secara efektif apa adanya dan tanpa menghisap rokok.

Bahkan, tidak ada situasi yang mungkin bisa muncul dalam hidup Anda yang bisa mematahkan penolakan keras kepala Anda untuk merokok. Sangat baik buat Anda dengan ketika anda sangat bersikeras dalam menolak rokok. Anda telah membuat keputusan Anda dan Anda konsisten untuk itu. Anda keras kepala dan menolak untuk mengubah pikiran Anda dalam kondisi apa pun. Anda memiliki pikiran Anda sendiri dan Anda telah mengatur itu. Dan Anda konsisten untuk menghentikan mengisap tembakau dalam bentuk apa pun. Anda membencinya, Itu kotor. Itu kotor. Bahkan mahal, Anda tidak menyukainya.

Anda tidak membutuhkannya. Anda tidak menginginkannya dan Anda keras kepala menolak untuk merokok. Tidak ada yang bisa menggoda Anda. Tidak ada yang bisa mengubah Anda. Tidak ada debat karena Anda telah mengatur itu. Bebas rokok adalah cara baru hidup Anda yang indah. Ini tidak hanya dapat diterima, juga membuat Anda merasa lebih baik dan menikmati hidup Anda.

Waktu yang Anda pakai untuk meracuni diri dengan tembakau sekarang adalah milikmu. Anda telah menyerah pada racun dan bersikap keras kepala menolak untuk mengambil kembali kondisi apa pun. Anda sekarang akan menggunakan waktu yang produktif, dengan cara apa pun yang Anda pilih, Anda belum pernah merasa lebih baik ketika merokok namun sekarang Anda akan merasa lebih lebih baik lagi, paru-paru Anda sehat.

Udara lebih bersih dan tubuh Anda lebih kuat dan Anda dapat menyingkirkan semua racun tembakau dan tidak ada seorang pun yang dapat membuat Anda kembali karena Anda cukup,

keras kepala menolaknya. Anda sudah selesai dengan racun. Anda membencinya, Anda benar-benar selalu membencinya karena kotor dan membuat Anda sakit. Saya ingin Anda mengimajinasikan bahwa Anda sedang berdiri di jalan bercabang itu, Ketika Anda melihat ke jalan yang mengarah ke kiri. Anda melihat bahwa itu adalah jalan yang tidak ramah, gersang.

Langit gerimis suram dan suhu yang kering kerontang. Sebuah angin bertiup dingin kabut dan gerimis. Ini adalah tempat mati. Ini adalah jalan perokok. Jalan ini menyebabkan rasa sakit, penderitaan dan kematian dini. Ini jalan sedih, Itu dingin, tak bernyawa dan mati, Ketika Anda berbalik dan jalan itu dan melihat ke kanan jalan. Anda melihat jalannya indah. Matahari bersinar cerah di langit yang berwarna biru cerah. Pohon-pohon penuh dengan daun dan rumput yang subur dan hijau. Ini adalah jalan non-perokok. Dan ketika Anda mulai berjalan menyusuri jalan ini Anda merasakan angin lembut yang hangat bermain di rambut Anda.

Dengan setiap langkah Anda merasa diri Anda semakin sehat, kuat dan lebih kuat. Ini jalan mengarah ke hidup, sehat. lagi bahagia. Dengan setiap langkah Anda merasa lebih dan lebih hidup dan semakin yakin bahwa tidak ada yang bisa lagi membuat Anda kembali ke jalan yang lain, dingin, suram, jalan mematikan bagi perokok. Anda memilih hidup panjang, sehat kuat dan tidak ada yang bisa mengubahnya. Selamat Anda sekarang adalah non-perokok. Katakan pada diri Anda sendiri kalau perlu dengan suara keras, bahwa. Aku (nama klien) bukan perokok dan tetap tidak merokok seumur sisa hidup saya. Dan Anda mengulangi sedikitnya 15 kali.”

LEMBAR INFORMED CONSENT

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan sampainya surat ini saya ingin memberitahukan bahwa saya sedang menjalani penelitian untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan di STIKes Bhakti Kencana Bandung. Adapun saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Regi Trizadhifa G.
NIM : AK.1.15.085
Institusi : Universitas Bhakti Kencana Bandung
Judul Penelitian : tentang “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Frekuensi Merokok Pada Usia Dewasa Awal Di Wilayah Panyileukan Kelurahan Cipadung Kidul Kota Bandung ”

Saya bermaksud memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini. Penelitian ini bersifat sukarela dan tidak memberikan dampak yang membahayakan. Semua informasi yang digunakan dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya jika dilakukan publikasi penelitian. Penelitian yang dilakukan yaitu dengan meneliti tentang “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Frekuensi Merokok Pada Usia Dewasa Awal Di Wilayah Panyileukan Kelurahan Cipadung Kidul Kota Bandung ”. Oleh sebab itu, saya sangat mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Demikian informasi ini saya sampaikan. Atas bantuan, partisipasi dan kesediaan waktunya saya mengucapkan terimakasih.

LEMBAR INFORMED CONSENT

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan sampainya surat ini saya ingin memberitahukan bahwa saya sedang menjalani penelitian untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan di STIKes Bhakti Kencana Bandung. Adapun saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Regi Trizadhifa G.
NIM : AK.1.15.085
Institusi : Universitas Bhakti Kencana Bandung
Judul Penelitian : tentang “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Frekuensi Merokok Pada Usia Dewasa Awal Di Wilayah Panyileukan Kelurahan Cipadung Kidul Kota Bandung ”

Saya bermaksud memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini. Penelitian ini bersifat sukarela dan tidak memberikan dampak yang

membahayakan. Semua informasi yang digunakan dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya jika dilakukan publikasi penelitian. Penelitian yang dilakukan yaitu dengan meneliti tentang “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Frekuensi Merokok Pada Usia Dewasa Awal Di Wilayah Panyileukan Kelurahan Cipadung Kidul Kota Bandung ”. Oleh sebab itu, saya sangat mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Demikian informasi ini saya sampaikan. Atas bantuan, partisipasi dan kesediaan waktunya saya mengucapkan terimakasih.

Peneliti

REGI TRIZADHIFA G.

NIM : AK.1.15.085

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Dengan Hormat

Sehubungan dengan akan diadakannya penelitian yang akan dilakukan oleh Regi Trizadhifa Gahara (Peneliti). Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Inisial Nama :

Jenis Kelamin :

Umur :

Saya bermaksud memberikan pernyataan bahwa saya **BERSEDIA** untuk menjadi responden dalam penelitian yang akan dilakukan oleh Regi Trizadhifa G (Peneliti) Mahasiswa Universitas Bhakti Kencana Bandung. Yang mana judul penelitian yang akan dilakukan yaitu tentang “Pengaruh Hipnoterapi Terhadap Penurunan Frekuensi Merokok Pada Usia Dewasa Awal Di Wilayah Panyileukan Kelurahan Cipadung Kidul Kota Bandung ”

Demikian surat pernyataan ini saya sampaikan. Atas perhatiannya saya mengucapkan terimakasih.

Bandung ,Juni 2019

Responden

INISIAL NAMA

LAMPIRAN SPSS

Frequencies

Statistics		Pre Hipnoterapi	Post Hipnoterapi
N	Valid	30	30
	Missing	0	0
Mean		2,53	2,20
Std. Deviation		,507	,407

Frequency Table

		Pre Hipnoterapi			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Merokok Sedang	14	46,7	46,7	46,7
	Merokok Berat	16	53,3	53,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

		Post Hipnoterapi			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Merokok Sedang	24	80,0	80,0	80,0
	Merokok Berat	6	20,0	20,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Explore

Case Processing Summary		
	Pre Hipnoterapi	Cases

		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Post Hipnoterapi	Merokok Sedang	14	100,0%	0	0,0%	14	100,0%
	Merokok Berat	16	100,0%	0	0,0%	16	100,0%

Descriptives

		Pre Hipnoterapi	Statistic	Std. Error
Post Hipnoterapi	Merokok Sedang	Mean	2,00	,000
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	2,00
			Upper Bound	2,00
		5% Trimmed Mean	2,00	
		Median	2,00	
		Variance	,000	
		Std. Deviation	,000	
		Minimum	2	
		Maximum	2	
		Range	0	
		Interquartile Range	0	
		Skewness	.	.
		Kurtosis	.	.
	Merokok Berat	Mean	2,38	,125
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	2,11
			Upper Bound	2,64
		5% Trimmed Mean	2,36	
		Median	2,00	
		Variance	,250	
		Std. Deviation	,500	
		Minimum	2	
		Maximum	3	
		Range	1	
		Interquartile Range	1	
		Skewness	,571	,564
		Kurtosis	-1,934	1,091

Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Pre Hipnoterapi	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Post Hipnoterapi	Merokok Sedang	.	14	.	.	14	.
	Merokok Berat	,398	16	,000	,621	16	,000

a. Lilliefors Significance Correction

NPar Tests

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Hipnoterapi - Pre Hipnoterapi	Negative Ranks	10 ^a	5,50	55,00
	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	20 ^c		
	Total	30		

a. Post Hipnoterapi < Pre Hipnoterapi

b. Post Hipnoterapi > Pre Hipnoterapi

c. Post Hipnoterapi = Pre Hipnoterapi

Test Statistics^a

Post Hipnoterapi - Pre Hipnoterapi	
Z	-3,162 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	,002

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

SURAT IJIN PENELITIAN



PEMERINTAH KOTA BANDUNG
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Wastukencana No 2 Telp. 022-4230097 Bandung

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

NOMOR : 070/1796/V-2019/BKBP

- Dasar :
1. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2008 tentang Keterbukaan Informasi Publik
 2. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2009 tentang Pelayanan Publik
 3. Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2016 tentang Perangkat Daerah
 4. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian
 5. Peraturan Daerah Kota Bandung Nomor 08 Tahun 2016 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Kota Bandung
- Menimbang : Surat dari Rektor Universitas Bhakti Kencana Nomor : 182/03.FKP-LPPM/UBK/VIII/2019 Tanggal 27 Agustus 2019 Perihal Penelitian

MEMBERITAHUKAN BAHWA :

- a. Nama : **REGI TRIZADHIFA GAHARA**
- b. Alamat Lengkap : Kp. Mariuk Kel. Cidadap Kec. Simpenan Kab. Sukabumi
- No. Identitas, Hp : NIM. AK.115085, Hp. 085862743040
- c. Untuk :
- 1) Melakukan Penelitian , Dengan Judul "Pengaruh Hypnoterapi Terhadap Perilaku Merokok Pada Dewasa Awal Di Wilayah Panyileukan Kota Bandung"
 - 2) Lokasi : Dinas Kesehatan, Upt Puskesmas Panyileukan Kota Bandung
 - 3) Anggota Tim : -
 - 4) Bidang Penelitian : -
 - 5) Status Penelitian : Baru
 - 6) Waktu Pelaksanaan : 28 Agustus 2019 s.d 28 Februari 2020
- d. Melaporkan hasil Penelitian kepada WaliKota Bandung c.q Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bandung, paling lambat 1 minggu setelah selesai.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk digunakan seperlunya.

Bandung, 28 Agustus 2019
a.n. KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA
DAN POLITIK
Sekretaris, t

Dra. LUSI SUSILAYANI, M.Si
Pembina TK. I
NIP. 19641210 198503 2 009



PEMERINTAH KOTA BANDUNG
DINAS KESEHATAN

Jalan Supratman Nomor 73 Telp. 022-87244572 Bandung

SURAT KETERANGAN

Nomor: 070/ 17027 - Dinkes

1. Yang bertanda tangan dibawah ini:
 - a. Nama : **ANIHAR HADIAN, SKM**
 - b. Jabatan : Sekretaris Dinas Kesehatan Kota BandungDengan ini menerangkan bahwa:
 - a. Nama : **REGI TRIZADHIFA GAHARA**
 - b. Alamat : Kp. Mariuk Kel. Cidadap Kec. Simpenan Kab. Sukabumi
 - c. Maksud : Permohonan Penelitian "Pengaruh Hypnoterapi Terhadap Perilaku Merokok Pada Dewasa Awal di Wilayah Panyileukan Kota Bandung"
 - d. Waktu Pelaksanaan : Terhitung Mulai tanggal 30 Agustus 2019 s.d 01 Maret 2020
2. Surat Keterangan ini dibuat atas dasar:
 - a. Surat pengantar dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (BKBP) Nomor: 070/1796/V-2019/BKBP tanggal 28 Agustus 2019
 - b. Surat permohonan dari: Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Nomor: 183/03.FKP-LPPM/UBK/VIII/2019 tanggal 27 Agustus 2019
3. Berhubung dengan maksud bersangkutan, diminta agar unit kerja yang terkait memberikan bantuan serta fasilitas seperlunya sepanjang tidak mengganggu kelancaran dan menyangkut rahasia jabatan.

Bandung, 30 Agustus 2019
a.n KEPALA DINAS KESEHATAN
KOTA BANDUNG
Sekretaris



CATATAN

- Agar membuat laporan hasil kegiatan melalui Kepala Sub Bagian Umum dan Kepegawaian Dinas Kesehatan Kota Bandung.

Tembusan, disampaikan kepada Yth :

1. Kepala Dinas Kesehatan Kota Bandung (Sebagai Laporan)
2. Kepala Bidang Pelayanan Kesehatan
3. Kepala Bidang P2P
4. Kepala Bidang Kesmas
5. Kepala Bidang SDK
6. Kepala UPT Puskesmas Panyileukan.



PEMERINTAH KOTA BANDUNG
DINAS KESEHATAN
UPT PUSKESMAS PANYILEUKAN
Jl. Raya Panyileukan A-4 Bandung

SURAT KETERANGAN

Nomor : 445 / 188 - UPTPKmPnylkn

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Pria Kartikasari, SKM
NIP : 197410052000032004
Jabatan : Kasubag TU UPT Puskesmas Panyileukan

Dengan ini menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Regi Trizadhifa Gahara
NIM : AK.115085

Adalah benar telah melakukan penelitian dan pengambilan sampel data untuk skripsi berjudul Pengaruh Hypnoterapi terhadap perilaku merokok pada dewasa awal di wilayah kerja UPT Puskesmas Panyileukan terhitung mulai 28 Agustus 2019 s.d 28 Februari 2020.

Bandung, 12 September 2019
A.n Kepala UPT Puskesmas Panyileukan
Kasubag TU



Pria Kartikasari, SKM
NIP 19741005 200003 2004

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : RICH TRIZADHIFA G
 NIM : AK.L15.085
 Nama Pembimbing : YANYAN MULYANI, SST, M.Ed

NO	Tanggal	Saran & Pertimbangan Pembimbing	Tanda Tangan
	19 Feb -19	Bab I, II	
	11/3 -19	Bab I, II Perbaiki data Bab I Bab II perbaiki 1 km per terbaru Bab III cepai u/ dikonsultasi	
	30/4 -19	Bab I, II perbaiki	
	23/5 -19	perbaiki Bab I s/d III lampiran : SOP hyper	
	17/7 -19	Perbaiki Bab I dan SOP	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : REGI TRIZADHIFA G
 NIM : AK.1.15.085
 Nama Pembimbing : DENNI FRANSISKA S.Kp., M.Kep

NO	Tanggal	Saran & Pertimbangan Pembimbing	Tanda Tangan
	07/7/2019	- Perbaiki Kurisider & Daftar Pustaka	
	17/7/2019	- ACC Sidang UP.	
	27/8/2019	- Benarkan pasca sidang UP - Perbaiki sesuai masukan dr penelaah a) Perbaiki BAB I - II b) buat pengisian penelitian	
	16/08/2020	- Tujuan penelitian - jumlah sample minimal 30, tidak boleh 12	
	23/08/2020	- Cari buku yang terbaru min 10 bln - Pembahasan dan kesimpulan berdasarkan tujuan penelitian bab I - Tujuan penelitian diperbaiki	
	27/08/2020	- Lengkapi draft sesuai dgn Juknis	
	31/08/2020	- Lengkapi file yang belum ada, lihat buku Panduan penyusunan tugas akhir - ACC Sidang akhir	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : REXI TRIZADHIFA G
 NIM : AK.1.15.085
 Nama Pembimbing : DENNI FRANSISKA S.Kp., M.Kep

NO	Tanggal	Saran & Pertimbangan Pembimbing	Tanda Tangan
	11/3/2019	- Perhatikan teknik penulisan - Cari jurnal & sumber yang mendukung - Teori keperawatan - kerangka teori	
	11/4/2019	- Stopen lebih lanjut - Cari teori tentang konsep variabel penelitian di pendalaman	
	26/4/2019	- Perbaiki tulisan perhatikan EYD - konsep Hypnoterapi di pahami - kerangka konsep perbaiki - buat BAB III	
	22/5/2019	- BAB I → Tujuan khusus - BAB II → Konsep pelaksanaan Hipno (SOP) - BAB III → DO & Anamnesis data	
	27/6/2019	- Lengkapi Draf - Buat kuisioner - Daftar Pustaka	

RIWAYAT HIDUP (CURICULLUM VITAE)



Nama : Regi Trizadhifa Gahara

NIM : AK.1.15.085

Tempat, Tanggal Lahir : Sukabumi, 29 Agustus 1997

Alamat : Kp. Mariuk Rt 03 Rw 01 Desa Cidadap Kecamatan Simpenan
Kabupaten Sukabumi

Pendidikan :

1. SDN 02 Palabuhanratu : 2003 – 2009
2. SMPN 01 Palabuhanratu : 2009 – 2012
3. SMAN 01 Palabuhanratu : 2012 – 2015
4. Universitas Bhakti Kencana Bandung : 2014 – Sekarang