

LAMPIRAN

Lampiran 1: Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap	: Nashaulia Fadlina Syahbani
NIM	: 201FK03028
Tempat, Tanggal Lahir	: Karawang, 02 November 2001
Alamat	: Kp. Jatirawa 001/006 Desa Serang, Kecamatan Cikarang Selatan, Kabupaten Bekasi
E-mail	: 201fk03028@bku.ac.id
No. HP	: 087745561116

Riwayat Pendidikan :

- | | |
|-------------------------------|-----------------------|
| 1. SD IT-ALUTHFAH | : Tahun 2008-2014 |
| 2. MTS SERBA BAKTI SURYALA | : Tahun 2014-2017 |
| 3. SMAN 2 CIKARANG SELATAN | : Tahun 2017-2020 |
| 4. Universitas Bhakti Kencana | |
| Program Sarjana Keperawatan | : Tahun 2020-sekarang |

Lampiran 2: Lembar Bimbingan Pembimbing Utama

Nama Mahasiswa : Nashaulia Fadlina Syahbani
 NIM : 201FK03028
 Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi dan Tresna Werdha Pakutandang Bandung
 Pembimbing Utama : Nur Intan H.H.K., Kep., Ners.M.Kep
 Pembimbing :
 Pendamping :

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Senin, 16 Januari 2024	- Perbaiki dan lengkapi hasil studi pendahuluan - Perbaiki Judul Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Lansia Hipertensi di ubah menjadi engaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi	
2.	Kamis, 18 Januari 2024	- Perbaiki Variabel - Hasil analisis jurnal - Lengkapi data survei lapangan	
3.	Rabu, 28 Februari 2024	- Lanjutkan & lengkapi draft bab 1-3 - Lengkapi Justifikasi - Apa urgency nya - Lengkapi dan Perbaiki Analisis	
4.	Kamis, 14 Maret 2024	- Jurnal → Pengaruh nya apa?, Intervensi?, Proses mekanisme?, Kerangka Konseptual - Lengkapi bab 1 tentang kronologi hipertensi seperti apa? - Perbaiki urgency - Kenapa lansia? - Kenapa memilih tempat tersebut	
5.	Selasa, 26 Maret 2024	- Cara penelitian nya seperti apa - Analisis data univariat dan bivariat nya di perbaiki - Sampel perbaiki	

SIDANG PRROPOSAL			
6.	Rabu, 10 Juli 2024	- Lengkapi kata pengantar secara menyusun “ucapan terimakasih” - Lengkapi daftar isi, daftar gambar, daftar tabel, daftar lampiran - Bagian saran harus ada temuan dari peneliti - Kesimpulan perbaiki pada hasil signifikan nya seperti apa - Perbaiki pada tabel pengaruh intervensinya	
7.	Juma’at, 19 Juli 2024	- Perbaiki bab 1 untuk justifikasi di akhir tidak lagi teori - Dibagian khusus jelaskan “perbedaan?pengaruh” - Cantumkan sumber bagian klasifikasi hipertensi	
8.	Senin, 22 Juli 2024	- Waktu penelitian diperbaiki - Hipotesis jawaban nya (perbaiki) - Instrumen menggunakan tensimeter apa? (cantumkan dan jelaskan instrumen valid) - Persentase sesuai kategori bagian analisis data univariat	
9.	Jum’at 26 Juli 2024	- Membahas variabel penting nya tekanan darah ini turun/masalah utama hipertensi - Intervensinya kenapa penting? Tekniknya bagaimana? - Sampel kebalik - Analisis bivariat, alasan kenapa wilcoxon? - Terkniknya bahasa hasil jangan bahasa rencana (bivariat) - Memperjelas saran di bagian insitusi (dirubah menjadi panti) - Menambahkan tehnik relaksasi terhadap terhadap tekanan darah untuk mekanisme nya dan bagaimana prosesnya - Menambahkan “halaman” dibagian daftar pustaka	

Lampiran 3: Lembar bimbingan pembimbing pendamping

Nama Mahasiswa : Nashaulia Fadlina Syahbani
 NIM : 201FK03028
 Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi dan Tresna Werdha Pakutandang Bandung
 Pembimbing Utama :
 Pembimbing Pendamping : Sumbara, S.Kep.,Ners.,M.Kep

No	Hari/ Tanggal	Catatan Pembimbing	Paraf Pembimbing
1.	Jum'at, 12 Januari 2024	- Coba narasikan data hasil studi observasi dan wawancara terhadap semua pihak - Coba cari yang populasinya minimal 50 orang - Data menurut sendiri dan urgency dalam penelitian nanti kedepan nya	
2.	Jum'at, 2 Februari 2024	- Cari data kembali ke panti werdha ciparay - Cari kembali sesuai data permasalahan	
3.	Jum'at, 22 Februari 2024	- Perbaiki manfaat penelitian - Perbaiki penulisan	
4.	Jum'at, 5 April 2024	- Perbaikan penyusunan sesuaikan dengan format yang ada - Perbaikan urgency - Kenapa lansia? - Kenapa memilih tempat tersebut - Cara penelitian nya seperti apa SIDANG PRROPOSAL	
5.	Sabtu, 13 Juli 2024	- Skor tekanan darah (pengolahan data coding) - Dipersentasikan analisa univariat menggunakan kriteria	

		- Instrumen	
6.	Senin, 22 Juli 2024	- Kesimpulan perbaiki pada hasil signifikan nya seperti apa - Perbaiki pada tabel (tabel terbuka)	
7.	Juma'at, 19 Juli 2024	- Perbaiki format abstrak - Cek ulang hal 3 - SOP ganti Oprasional Prosedur + tulis referensi	

Lampiran 4: Lembar Prosedur Oprasional Tekanan Darah

Menurut Hasibuan (2022) yang berjudul Pengaruh Terapi Genggam Jari Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia (IPI) Medan Tahun 2022.

PROSEDUR OPRASIONAL PENGUKURAN TEKANAN DARAH

UNIVERSITAS IMELDA MEDAN (UIM)	MENGUKUR TEKANAN DARAH		RSU IPI MEDAN
	PO	PO TEKANAN DARAH	
		No. Revisi 0	
		Tanggal terbit : 12 Juni 2022	
		Halaman : 2 Halaman	
1. Pengertian	Mengukur tekanan systole dan tekanan diastole pada dinding arteri		
2. Tujuan	1. Untuk mengetahui kerja jantung 2. Untuk menentukan tekanan darah diastole dan sistole 3. Untuk menentukan langkah-langkah keperawatan		
3. Prosedur	1. Persiapan Alat a. Tensimeter Digital b. Buku catatan dan bolpoint 2. Persiapan pasien Pasien dijelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan dan mengatur posisi pasien sesuai kebutuhan.		
4. Langkah – langkah	1. Siapkan tensimeter digital dan manset. 2. Pastikan duduk dengan posisi kaki tidak menyilang dan kedua telapak kaki menapak pada lantai. 3. Singsingkan pakaian yang menutupi lengan kanan hingga sekitar 2 sentimeter di atas garis siku.		

	4. Pastikan lengan tidak terjerat oleh lengan pakaian yang telah disingsingkan sebelumnya. 5. Gunakan manset pada lengan atas. Acuan posisinya adalah bagian bawah manset berada 2 sentimeter di atas siku dan ujung selang manset berada di tengah lengan. 6. Pastikan selang antara manset dan alat tensimeter tidak tertindih atau terjepit. 7. Kencangkan manset dengan tekanan sedang, yakni tidak terlalu longgar dan juga tidak terlalu erat. 8. Posisikan alat pengukur tekanan darah sebisa mungkin 9. Selama proses pengukuran tekanan darah dianjurkan untuk tetap tenang. 10. Pastikan lengan telah diposisikan dengan benar dan telapak tangan dalam keadaan terbuka secara rileks (tidak menggenggam). 11. Pastikan selang yang terdapat pada alat pengukur tekanan darah dalam keadaan lurus, bebas dari tekanan maupun lekukan. 12. Tekan tombol "Start/Stop" untuk mengaktifkan alat pengukur tekanan darah. 13. Biarkan alat pengukur tekanan darah melakukan proses pengukuran tekanan darah hingga seluruh parameter yang ingin diukur (tekanan darah sistolik dan diastolik) terbaca pada monitor. 14. Pastikan untuk tetap rileks dan tidak bicara selama proses pengukuran tekanan darah. 15. Hasil akan terlihat di layar monitor tensimeter digital. 16. Lakukan pengukuran 2 kali dengan jeda 1-2 menit. 17. Apabila hasil pengukuran satu dan kedua terdapat selisih lebih dari 10 mmHg, ulangi pengukuran ketiga setelah istirahat selama 10 menit dengan melepaskan manset pada lengan. 18. Setelah pengukuran selesai, manset akan mengempis kembali.
--	---

	19. Tekan "Start/Stop" untuk mematikan alat. Jika lupa mematikan alat, biasanya alat akan mati dengan sendirinya dalam 5 menit
--	--

Lampiran 5: Lembar Prosedur Oprasional Teknik Relaksasi Genggam Jari

Menurut Hasibuan (2022) yang berjudul Pengaruh Terapi Genggam Jari Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia (IPI) Medan Tahun 2022

PROSEDUR OPRASIONAL TEKNIK GENGGAM JARI

UNIVERSITAS IMELDA MEDAN (UIM)	PO PEMBERIAN TERAPI TEKNIK GENGAM JARI		
	No. Dokumen	No. Revisi	Halaman
OP(PROSEDUR OPRASIONAL)	Tanggal terbit	Di Rumah Sakit ImeldaPekerja Indonesia (IPI)Medan	
Pengertian	Terapi relaksasi genggam jari merupakan teknik relaksasi sederhana dengan sentuhan tangan yang melibatkan pernapasan untuk menyeimbangkan energi di dalam tubuh, sehingga mampu mengendalikan emosi yang akan membuat tubuh menjadi rileks		
Tujuan	1. Mengurangi nyeri, takut dan cemas 2. Mengurangi perasaan panik, khawatir dan terancam 3. Memberikan perasaan yang nyaman pada tubuh 4. Menenangkan pikiran dan dapat mengontrol emosi 5. Melancarkan aliran dalam darah		

Prosedur	Waktu yang di butuhkan untuk menjelaskan dan mempraktikkan teknik relaksasi genggam jari yaitu ≥ 10 menit. Pasien di minta untuk mempraktikkan teknik relaksasi genggam jari selama 10 menit, dapat di ulang sebanyak 3 kali. Teknik relaksasi genggam jari dapat di lakukan setelah kegawatan pada pasien teratasi Pelaksanaan Teknik Relaksasi Genggam Jari - Persiapkan pasien dalam posisi yang nyaman - Siapkan lingkungan yang tenang - Kontrak waktu dan jelaskan tujuan - Perawat meminta pasien untuk merilekskan pikiran kemudian motivasi pasiendan perawat mencatatnya sehingga catatan tersebut dapat digunakan - Jelaskan rasional dan keuntungan dari teknik relaksasi genggamjari - Cuci tangan dan observasi tindakan prosedur pengendalian infeksi lainnya yang sesuai, berikan privasi, bantu pasien keposisi yang nyaman atau posisi bersandar dan minta pasien untuk bersikap tenang - Minta pasien menarik nafas dalam dan perlahan untuk merilekskan semua otot, sambil menutup mata - Peganglah jari dimulai dari ibu jari selama 3-5 menit, bisa menggunakan tangan mana saja - Anjurkan pasien untuk menarik nafas dengan lembut - Minta pasien untuk menghembuskan nafas secara perlahan dan teratur - Anjurkan pasien menarik nafas, hiruplah bersama perasaan tenang, damai, dan berpikirlah untuk mendapatkan kesembuhan - Minta pasien untuk menghembuskan napas, hembuskanlah secara perlahan sambil melepaskan perasaan dan masalah yang mengganggu pikiran dan bayangkan emosi yang mengganggu tersebut keluar dari pikiran - Motivasi pasien untuk mempraktikkan kembali iteknik relaksasi genggam jari - Dokumentasi respon pasien
----------	---

Lampiran 6: Lembar Persetujuan Judul Penelitian

PERSETUJUAN JUDUL PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nashaulia Fadlina Syahbani

NIM : 201FK03028

Program Studi : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa berdasarkan hasil konsultasi dan bimbingan dengan Pembimbing Utama dan Pembimbing Pendamping, maka judul penelitian yang disetujui adalah:

PENGARUH TERAPI RELAKSASI GENGAM JARI DENGAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA HIPERTENSI DI PANTI SOSIAL TRESNA WERDHA PERTIWI DAN WISMA LANSIA "J. SOENARTI NASUTION" YAYASAN PEMBINAAN & ASUHAN BUNDA (YPAB) KOTA BANDUNG

Demikian untuk diketahui.

Bandung, 26 Maret 2024

Nashaulia Fadlina Syahbani

NIM. 201FK03028

Mengetahui,

Pembimbing Utama



Nur Intan H.H.K., Kep., Ners.M.Kep

NIDN 014048003

Pembimbing Pendamping



Sumbani, S.Kep.,Ners.,M.Kep

NIDN 0403098101

Lampiran 7: Lembar Surat Izin Studi Pendahuluan



Nomor : 577/03.FKP/UBK/VI/2024
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Izin Studi Pendahuluan

Kepada
 Yang terhormat
Kepala Panti Sosial Tresna Budhi Pertiwi
 Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam sejahtera semoga Bapak / Ibu senantiasa dalam lindungan Allah SWT. Berkenaan dengan penelitian bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami memohon izin untuk melakukan Studi pendahuluan kepada mahasiswa kami :

Nama : **Nashaulia Fadlina Syahbani**
 NIM : 201FK03028
 Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi dan Sosial Tresna Werdha Pakutandang Kota Bandung

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandung, 25 Juni 2024

Hormat Kami

Fakultas Keperawatan

Dekan,


Vina Vitniawati, S.Kep., Ners., M.Kep
 NIK. 02004020117





Nomor : 576/03.FKP/UBK/VI/2024
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Izin Studi Pendahuluan

Kepada
 Yang terhormat
Kepala Panti Tresna Werdha Pakutandang
 Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam sejahtera semoga Bapak / Ibu senantiasa dalam lindungan Allah SWT. Berkenaan dengan penelitian bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami memohon izin untuk melakukan Studi pendahuluan kepada mahasiswa kami :

Nama : **Nashaulia Fadlina Syahbani**
 NIM : 201FK03028
 Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi dan Sosial Tresna Werdha Pakutandang Kota Bandung

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandung, 25 Juni 2024

Hormat Kami

Fakultas Keperawatan
 Dekan,


Vina Vitniawati, S.Kep., Ners., M.Kep
 NIK. 02004020117



Lampiran 8: Lembar Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data



Nomor : 575/03.FKP/UBK/VI/2024
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data

Kepada
 Yang Terhormat
Kepala Panti Tresna Werdha Budi pertiwi
 Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam sejahtera semoga Bapak/Ibu senantiasa dalam lindungan Allah SWT. Berkenaan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami memohon izin untuk melaksanakan penelitian dan pengambilan sampel data atas nama:

Nama : **Nashaulia Fadlina Syahbani**
 NIM : 201FK03028
 Semester : VIII
 Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi dan Sosial Tresna Werdha Pakutandang Kota Bandung

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandung, 25 Juni 2024

Hormat Kami

Fakultas Keperawatan
 Dekan,

Vina Vitniawati, S.Kep., Ners., M.Kep
NIK. 02004020117





Nomor : 574/03.FKP/UBK/VI/2024
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data

Kepada
 Yang Terhormat
Kepala Panti Sosial Tresna Werdha Pakutandang
 Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam sejahtera semoga Bapak/Ibu senantiasa dalam lindungan Allah SWT. Berkenaan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami memohon izin untuk melaksanakan penelitian dan pengambilan sampel data atas nama:

Nama : **Nashaulia Fadlina Syahbani**
 NIM : 201FK03028
 Semester : VIII
 Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi dan Sosial Tresna Werdha Pakutandang Kota Bandung

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandung, 25 Juni 2024

Hormat Kami

Fakultas Keperawatan

Dekan,


Vina Vitniawati, S.Kep., Ners., M.Kep
 NIK. 02004020117



Lampiran 9: Lembar Surat Uji Etik Penelitian



Nomor : 578/03.FKP/UBK/VI/2024
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Pengajuan Uji Etik Penelitian

Kepada
 Yang terhormat
Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Bhakti Kencana
 Di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Salam sejahtera semoga Bapak / Ibu senantiasa dalam lindungan Allah SWT. Berkenaan dengan penyusunan Laporan Tugas Akhir Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana, maka dengan ini kami mengajukan permohonan izin Uji etik penelitian atas nama :

Nama : **Nashaulia Fadlina Syahbani**
 NIM : 201FK03028
 Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Relaksasi Genggam Jari Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Pertiwi dan Sosial Tresna Werdha Pakutandang Kota Bandung

Demikian permohonan izin ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandung, 25 Juni 2024

Hormat Kami

Fakultas Keperawatan

Dekan,


Vina Vitniawati, S.Kep., Ners., M.Kep
NIK. 02004020117



Lampiran 10: Hasil SPSS

Hasil Tekanan Darah Sebelum Intervensi

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hipertensi Tahap 1	23	63.9	63.9	63.9
	Hipertensi Tahap 2	13	36.1	36.1	100.0
	Total	36	100.0	100.0	

		Statistics			
		Usia	Sistolik	Diastolik	Kategori
N	Valid	36	36	36	36
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.33	158.81	91.25	3.36
Std. Error of Mean		.126	2.373	1.998	.081
Median		2.50	155.50	89.50	3.00
Mode		3	153 ^a	95	3
Std. Deviation		.756	14.236	11.987	.487
Variance		.571	202.675	143.679	.237
Range		2	59	63	1
Minimum		1	140	71	3
Maximum		3	199	134	4
Sum		84	5717	3285	121

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Hasil Tekanan Darah Sesudah Intervensi

Statistics

		Sistolik	Tekanan Darah
N	Valid	36	36
	Missing	0	0
Mean		135.89	2.2500
Std. Error of Mean		2.368	.13437
Median		132.00	2.0000
Mode		146	2.00
Std. Deviation		14.210	.80623
Minimum		116	1.00
Maximum		172	4.00
Sum		4892	81.00

Tekanan Darah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Normal	5	13.9	13.9	13.9
	Pra-Hipertensi	20	55.6	55.6	69.4
	Hipertensi Tahap Awal	8	22.2	22.2	91.7
	Hipertensi Tahap Akhir	3	8.3	8.3	100.0
	Total	36	100.0	100.0	

Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

Kolmogorov-Smirnov ^a				Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sesudah	.316	36	.000	.837	36	.000
Sebelum	.410	36	.000	.609	36	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Hasil Uji Pengaruh

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Sesudah - Sebelum	Negative Ranks	30 ^a	15.50	465.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	6 ^c		
	Total	36		

a. Sesudah < Sebelum

b. Sesudah > Sebelum

c. Sesudah = Sebelum

Test Statistics^a

	Sesudah - Sebelum
Z	-5.002 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 11: Lembar Dokumentasi



