

Lampiran 1

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR PERSETUJUAN PASIEN

Setelah diberi penjelasan tentang studi kasus ini secara lisan dan tulisan, saya mengerti tujuan dari studi kasus ini untuk diketahuinya Penerapan Psikoedukasi Terhadap Ansietas Pasien Hipertensi di Kelurahan Bubulak Bogor

Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Usia :

Alamat :

Bersedia untuk menjadi pasien dalam studi kasus Penerapan Psikoedukasi Terhadap Ansietas Pasien Hipertensi di Kelurahan Bubulak Bogor

Bogor, Maret 2022

Penulis

Pasien

(Salwa Aminda)

(.....)

KUESIONER A

**Penerapan Psikoedukasi Terhadap Ansietas Pasien Hipertensi di Kelurahan
Bubulak Bogor**

Karakteristik Responden :

1. No. Responden :
2. Inisial :
3. Usia :
4. Jenis kelamin : Laki laki
 Perempuan
5. Pendidikan terakhir : Tidak sekolah
 SD-SMP
 SMA/Sederajat
 Perguruan Tinggi
6. Status pernikahan : Menikah
 Tidak menikah / Belum menikah
 Janda / Duda
7. Penghasilan : < Rp. 4.330.249
 > Rp. 4.330.249
8. Minum obat hipertensi : Teratur Kadang-kadang
 Jarang
9. Lama menderita penyakit : < 6 bulan
 > 6 bulan

Lampiran 3

LEMBAR OBSERVASI

Penerapan Psikoedukasi Terhadap Ansietas Pasien Hipertensi di Kelurahan Bubulak Bogor

Data Umum :

Hari/Tgl Observasi :

No. Pasien :

Inisial Pasien :

Usia :

Pekerjaan :

Jenis Kelamin :

Alamat :

Data Khusus :

No.	Nama	Tekanan Darah			
		Tekanan darah sebelum		Tekanan darah sesudah	
		Sistolik	Diastolik	Sistolik	Diastolik

Lampiran 4

KUESIONER B

Petunjuk :

1. Seluruh pertanyaan diisi sesuai perasaan yang anda rasakan
2. Bacalah pertanyaan dengan seksama

Baca dengan teliti pertanyaan berikut dan beri tanda (√) pada kolom yang tersedia dari jawaban atau tanggapan yang paling sesuai menurut anda.

No.	Dalam dua minggu ini apakah anda merasakan hal-hal:	Tidak sama sekali	Kurang dari satu minggu	Satu minggu	Hampir setiap hari
1.	Merasa tegang, cemas dan gelisah				
2.	Tidak dapat menghentikan atau mengendalikan rasa khawatir (dada berdebar, gemetar, pusing dan mengulang hal yang sudah dilakukan)				
3.	Terlalu mengkhawatirkan banyak hal (kondisi kesehatan, ekonomi)				
4.	Waktu istirahat yang terganggu				
5.	Merasa sangat gelisah sehingga sulit untuk duduk diam				
6.	Menjadi mudah marah, kesal atau mudah tersinggung				
7.	Merasa sangat takut seolah akan terjadi sesuatu yang mengerikan				

KUESIONER C**1. HIPERTENSI**

Kemampuan mengatasi dan mengendalikan hipertensi dapat dilakukan dengan rutin menerapkan PATUH hipertensi dalam kehidupan sehari-hari. Baca dengan teliti pernyataan berikut dan beri tanda (√) pada kolom ya atau tidak dari jawaban atau tanggapan yang paling sesuai menurut anda terhadap pernyataan yang sudah tersedia

No.	Kemampuan	Dilakukan	
		Ya	Tidak
1.	Melakukan pemeriksaan tekanan darah rutin satu minggu sekali		
2.	Rutin mengonsumsi obat hipertensi		
3.	Membatasi konsumsi garam (minimal 2300 mg atau satu sendok teh per hari)		
4.	Mengonsumsi sayur dan buah 4-5 porsi per hari		
5.	Membatasi konsumsi protein hewani seperti daging merah, ayam dan ikan tidak lebih dari 100 gram per hari atau 2 porsi per hari		
6.	Mengurangi konsumsi makanan berkolesterol tinggi dan mengandung lemak (gorengan, lemak, jeroan, makanan cepat saji) 2-3 porsi perhari		
7.	Mengonsumsi kacang-kacangan dan biji-bijian sebagai alternative protein hewani sebanyak 3-5 porsi per hari		
8.	Berolahraga 3-5 kali dalam seminggu dengan durasi minimal 30 menit		
9.	Menghindari asap rokok		

2. KECEMASAN

Ansietas dapat diatasi dengan menggunakan beberapa kemampuan dibawah ini. Baca dengan teliti pernyataan berikut dan beri tanda (√) pada kolom ya atau tidak dari jawaban atau tanggapan yang paling sesuai menurut anda terhadap pernyataan yang sudah tersedia

No.	Kemampuan	Dilakukan	
		Ya	Tidak
1.	Mengalihkan dengan menonton televisi saat merasa cemas		
2.	Mendengarkan murotal al-quran dan ceramah saat merasa cemas		
3.	Melakukan teknik relaksasi nafas dalam secara berulang 5 kali selama 15 menit saat merasa cemas		
4.	Melakukan terapi teknik 5 jari dengan keadaan rileks, memusatkan pikiran pada bayangan atau kenangan yang sudah diciptakan sambil memegang kelima jari secara berurutan saat merasa cemas		

Lampiran 6

KUESIONER D

1. HIPERTENSI

Baca dengan teliti pernyataan berikut dan beri tanda (√) pada kolom Benar atau Salah dari jawaban atau tanggapan yang paling sesuai menurut anda terhadap pernyataan yang sudah tersedia

No.	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Seseorang dikatakan menderita hipertensi atau darah tinggi adalah ketika tekanan darah 140/90 mmHg		
2.	Hipertensi memiliki gejala seperti mual, muntah, nyeri dibagian perut sebelum dan sesudah makan		
3.	Penderita hipertensi harus rutin mengecek tekanan darahnya minimal sekali dalam seminggu		
4.	Berolahraga minimal 30 menit dalam sehari dapat membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi		
5.	Penderita hipertensi boleh memakan apa saja		
6.	Penderita hipertensi harus mengurangi konsumsi garam (satu sendok teh per hari)		
7.	Penderita hipertensi sering merasa sakit kepala, gelisah, jantung berdebar-debar, pusing, mudah lelah, nyeri di bagian leher belakang		
8.	Makan-makanan bergizi dapat membantu mengurangi resiko hipertensi		
9.	Hipertensi dapat dicegah dengan menghindari minum alkohol		
10.	Hipertensi dapat dikendalikan dengan PATUH		

2. KECEMASAN

Baca dengan teliti pernyataan berikut dan beri tanda (√) pada kolom Benar atau Salah dari jawaban atau tanggapan yang paling sesuai menurut anda terhadap pernyataan yang sudah tersedia

No.	Pernyataan	Benar	Salah
1.	Keadaan emosi yang tidak menyenangkan terhadap sesuatu dan memiliki gejala seperti khawatir dan gelisah disebut dengan kecemasan		
2.	Kecemasan yang timbul ditandai dengan keringat berlebih, muka pucat, gelisah, tegang dan sulit tidur		
3.	Kecemasan dapat diatasi dengan mendengarkan murotal alquran		
4.	Kecemasan hanya dirasakan oleh penderita hipertensi		
5.	Teknik relaksasi nafas dalam dapat membantu mengurangi kecemasan dan membuat tubuh menjadi rileks		

Lampiran 7

T U H

- T** Tetap diet dengan gizi seimbang
- U** Upayakan aktivitas fisik dengan aman
- H** Hindari asap rokok, alkohol dan zat karsinogenik lainnya

Ansietas atau kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan rasa takut serta gejala seperti keringat berlebih, wajah pucat, gelisah, gangguan pencernaan, tegang, kuarak mata kurang dan sulit tidur

Ansietas dapat terjadi karena :

- Adanya masalah emosi
- Adanya masalah ekonomi
- Memikirkan masalah keluarga
- Memiliki masalah pada kesehatan
- Kondisi fisik yang terganggu
- Lingkungan yang kurang nyaman
- Pengetahuan yang kurang
- Pengalaman buruk

Ansietas dapat diatasi dengan melakukan :

Teknik distraksi

Teknik Relaksasi

Pelkoedukasi

Teknik distraksi

Hipertensi & Ansietas

Tahun 2022

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah suatu keadaan dimana tekanan darah > 140/90 mmHg

Hipertensi sering disebut "The Silent Killer" karena muncul tanpa keluhan

Gejala Hipertensi

Sakit Kepala

Gelisah

Jantung berdebar-debar

Pusing

Rasa sakit di dada

Mudah lelah

Bagaimana cara mencegah Hipertensi?

- Mengurangi konsumsi garam (1 sendok teh per hari)
- Melakukan aktivitas fisik 30 menit per hari
- Tidak merokok dan menghindari asap rokok
- Diet dengan gizi seimbang

Mempertahankan berat badan seimbang

Menghindari minum alkohol

Bagaimana cara mengendalikan Hipertensi?

Kendalikan Hipertensi dengan PATUH

P

Periksa kesehatan secara rutin dan ikuti anjuran dokter

A

Atasi penyakit dengan pengobatan yang tepat dan teratur

Lampiran 8



PEMERINTAH KOTA BOGOR
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
 Jalan R.M Tirto Adhi Soerjo Nomor 2 - Telp./Fax. : (0251) - 8332775
 Bogor - 16161

SURAT - KETERANGAN
 Nomor : 070/0510 – Bakesbangpol

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bogor
 Berdasarkan Surat dan Politeknik Kesehatan Bandung Nomor: PP.04.03/4.1.1/0278/2022
 Tanggal 22 Maret 2022 tentang Ijin Praktik Klinik Keperawatan

Menerangkan bahwa :

a.	Nama	1. Aura Luqyana Aile 2. Nalinda Intannia 3. Salwa Aminda 4. Ismi Sarah	NIM : P17320319005 NIM : P17320319033 NIM : P17320319039 NIM : P17320319068
b.	Telepon / E-Mail	0861024142196	
c.	Pekerjaan	Pelajar/Mahasiswa	
d.	Alamat	Bukit Cimanggu City Blok.U 12/7 RT.010/014 Kel. Cibadak Kec. Tanah Sereal	
e.	Peserta	4 orang	
f.	Maksud	Permohonan Ijin Praktik Klinik Keperawatan	
g.	Untuk keperluan	Tugas Kuliah	
h.	Lokasi	Kota Bogor	
i.	Lembaga/Instansi Yang Dituju	Kelurahan Bubulak Kota Bogor	

- Sehubungan dengan maksud tersebut, diharapkan agar pihak yang terkait dapat memberikan bantuan/fasilitas yang diperlukan,
- Mohon instansi tersebut dapat mengawasi/ memonitor dalam pelaksanaan kegiatan tersebut,
- Dosen/Guru Pembimbing bertanggungjawab agar ikut memberikan pengawasan dan pembinaan kepada mahasiswa/i, siswa/i yang melaksanakan Pra-Riset/Penelitian/Permohonan Data/Observasi/PKL/Magang serta melaporkan perkembangannya kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Bogor secara tertulis;
- Agar di dalam pelaksanaan kegiatannya tetap mengikuti Prosedur Protokol Kesehatan, selama masa Pandemi Covid-19 di Kota Bogor,
- Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya, dan berlaku sampai dengan 24 Juni 2022.

Bogor, 24 Maret 2022
 Kepala
 Analisis Kebijakan Muda



IGG NUGRAHA, S.H.
 NIP. 196407051994031009

Lampiran 9



**PEMERINTAH DAERAH KOTA BOGOR
DINAS KESEHATAN**

Jl. R.M. Tirta Adhi Soerjo No.3, Tanah Sereal, Kota Bogor, Jawa Barat 16161
Telp. 0251-8331753 Faksimile 0251-8331753
www.kotabogor.go.id

Bogor, 29 Maret 2022
26 Sya'ban 1443 H

Nomor : 070/1880-SDK
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Jawaban Surat Permohonan Izin Praktik
Klinik Lapangan

Kepada
Yth. Ketua Program Studi Keperawatan
Bogor Poltekkes Kemenkes Bandung
di Bogor

Menjawab surat dari Ketua Program Studi Keperawatan Bogor Poltekkes kemenkes Bandung Nomor: PP.04.03/4.1.1/026/2022 tanggal 22 Maret 2022 yang kami terima tanggal 29 Maret 2022 perihal surat pengantar penelitian. Penelitian tersebut dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul penelitian "**Penerapan Psikoedukasi Terhadap Ansietas Pasien Hipertensi**" yang akan dilaksanakan pada tanggal 04 April- 09 April 2022 di Kelurahan Bubulak Kota Bogor, atas nama:

Nama : Salwa Aminda

NIM : P17320319039

Prodi : Keperawatan Bogor

Pada prinsipnya kami tidak keberatan untuk kegiatan tersebut, dengan tetap mengikuti protokol kesehatan dan diakhir kegiatan wajib menyerahkan laporan ke Dinas Kesehatan. Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi Seksi Pengembangan SDM Kesehatan.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

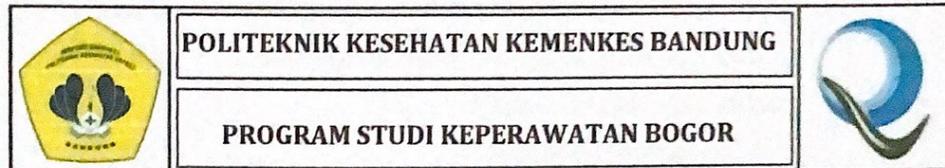
 Ditandatangani secara elektronik oleh :
KEPALA,
DR. SRI NOWO RETNO, M. A. R. S.
Pembina Tingkat I

Tembusan :
1. Lurah Bubulak
2. Bapak Walikota Bogor



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan **Sertifikat Elektronik** yang diterbitkan oleh **Balai Sertifikasi Elektronik (BSE)** Badan Sber dan Sandi Negara

Lampiran 10

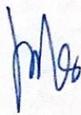
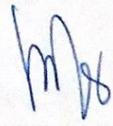


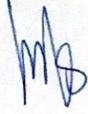
Nama Mahasiswa : Salwa Aminda
 Nim : P17320319039
 Nama Pembimbing : Ns. Tantri Widyarti Utami, M. Kep., Sp. Jiwa
 Judul KTI : Penerapan Psikoedukasi Terhadap Ansietas Pasien
 Hipertensi di Kelurahan Bubulak Bogor

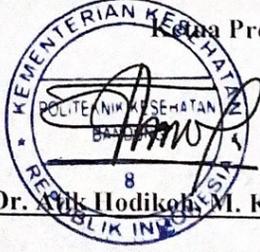
No.	Hari/ Tanggal	Topik Bimbingan	Rekomendasi (Perubahan Isi Dan Bahan Bacaan)	Tanda Tangan Pembimbing
1.	Rabu, 29 Desember 2021	Konsultasi judul studi kasus	Mengirimkan list judul studi kasus kepada pembimbing melalui Group Whatsapp	
2.	Jumat, 31 Desember 2021	Bimbingan judul studi kasus	Mengajukan judul serta bimbingan judul yang akan di jadikan judul pada studi kasus dan pembimbing menginstruksikan untuk membuat BAB I	
3.	Jumat, 7 Januari 2022	Konsultasi Bab I	Mengirimkan Bab I kepada pembimbing melalui Drive	
4.	Senin, 14 Februari 2022	Bimbingan Bab I	Pembimbing memberikan <i>feedback</i> untuk Bab I. Cari	

			data hipertensi di dunia, indonesia dan kota bogor	
5.	Selasa, 15 Februari 2022	Bimbingan Bab I yang telah di revisi	Pembimbing menginstruksikan mencari jurnal internasional dan lanjutkan membuat Bab II	
6.	Rabu, 16 Februari 2022	Bimbingan Bab I dan II	Pembimbing menginstruksikan untuk menyelesaikan Bab I dan Bab II	
7.	Minggu, 20 Februari 2022	Konsultasi Bab I dan Bab II	Mengirimkan Bab I dan Bab II melalui Drive kepada pembimbing Serta melanjutkan menyelesaikan pembahasan.	
8.	Kamis, 21 April 2022	Mengkonsultasikan Bab 4 yang telah di revisi	Mengirimkan Bab 4 kepada pembimbing melalui Drive.	
9.	Jum'at, 22 April 2022	Pembuatan Bab 5 dan perbaiki abstrak	Pembimbing menginstruksikan untuk membuat Bab 5 yaitu kesimpulan dan saran	
10.	Jumat, 25 Februari 2022	Konsultasi Bab I dan Bab II yang telah direvisi	Mengirimkan hasil revisi Bab I dan Bab II kepada pembimbing melalui Drive	
11.	Kamis, 3 Maret 2022	Bimbingan Bab I dan Pembimbing menginstruksikan untuk membuat Bab III	Pembimbing memberikan masukan untuk Bab I	

12.	Minggu, 6 Maret 2022	Bimbingan Bab I, Bab II dan Bab III	Pembimbing memberikan masukan dan tambahan untuk Bab I dan Bab II. Dan menjelaskan cara membuat kerangka teori. Pembimbing menjelaskan mengenai Bab III, serta menjelaskan skala apa yang harus digunakan pada kecemasan, memberi penjelasan mengenai skala kemampuan	
13.	Jumat, 11 Maret 2022	Bimbingan Bab III	Pembimbing memberikan masukan dan arahan untuk Bab III.	
14.	Jumat, 1 April 2022	Survei tempat puldat	Berdiskusi dengan pembimbing serta ibu kader mengenai responden yang akan diambil untuk studi kasus	
15.	Minggu, 3 April 2022	Bimbingan mengenai instrumen studi kasus	Berdiskusi dengan pembimbing mengenai <i>informed consent</i> , karakteristik, kuesioner pengetahuan pasien tentang hipertensi dan ansietas, kuesioner kemampuan pasien mengatasi hipertensi dan ansietas, kuesioner GAD-7 dan Booklet	

16.	Minggu, 10 April 2022	Bimbingan Bab 4 dan <i>Clear Data</i>	Bimbingan data yang di dapatkan. konsultasi mengenai <i>excel</i> dari data yang di dapatkan. Serta bimbingan pembuatan Bab 4	
17.	Senin, 11 April 2022	Konsultasi Bab IV	Mengirimkan Bab 4 kepada Pembimbing melalui <i>Drive</i>	
18.	Sabtu, 16 April 2022	<i>Feedback</i> dari Pembimbing	Pembimbing memberikan <i>feedback</i> untuk Bab 4 Perbaiki penjelasan dari tabel Sesuaikan ukuran tabel satu dengan yang lainnya	
19.	Senin, 18 April 2022	Bimbingan Bab IV	Bimbingan mengenai pembahasan mulai dari karakteristik, kemampuan serta tingkat kecemasan melalui <i>Google Meet</i>	
20.	Selasa, 19 April 2022	<i>Feedback</i> Bab 4 dari Pembimbing	Pembimbing mengintrupsikan untuk memperbaiki Bab 4 sesuai arahan yang diberikan. Serta melanjutkan menyelesaikan pembahasan	
21.	Kamis, 21 April 2022	Mengkonsultasikan Bab 4 yang telah di revisi	Mengirimkan Bab 4 kepada pembimbing melalui <i>Drive</i>	

22.	Jumat, 22 April 2022	Pembuatan Bab 5 dan perbaiki abstrak	Pembimbing mengintrupsikan untuk membuat Bab 5 yaitu kesimpulan dan saran, serta memperbaiki abstrak.	
23.	Senin, 25 April 2022	Bimbingan dengan Pembimbing mengenai Bab 4 dan Bab 5	Pembimbing memberikan masukan pada Bab 4 dan Bab 5, memperbaiki Bab 4 dan Bab 5	
24.	Rabu, 27 April 2022	Mengkonsultasikan Bab 4 dan Bab 5 yang telah di perbaiki	Pembimbing mengecek perbaikan yang telah diperbaiki melalui <i>Drive</i>	
25.	Jumat, 29 April 2022	<i>Feedback</i> dari pembimbing mengenai Bab 4 dan Bab 5	Pembimbing menginstrupsikan untuk memperbaiki Bab 4 – Bab 5 karena masih ada huruf yang kurang (<i>Typo</i>) dan Bahasa Inggris harus <i>Italic</i> atau dimiringkan dan ACC KTI.	



 Kepala Program Studi

Dr. Atik Hodikah, M. Kep, Sp. Mat

 NIP. 196704111990032001

Lampiran 11

