

**POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR**

PENJELASAN PENELITIAN

Saya mahasiswa Program Diploma III Poltekkes Kemenkes Bandung Program Studi Keperawatan Bogor, bermaksud mengadakan penelitian dengan tujuan untuk melihat respon pada pasien mengenai penerapan teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe II di RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa. Bapak/Ibu yang berpartisipasi dalam penelitian ini, akan menjadi responden dalam pengumpulan data serta akan menerima intervensi relaksasi autogenik. Peneliti hanya bertanya mengenai riwayat kesehatan dan tingkat stres bapak/ibu. Adapun data-data yang akan peneliti kaji, yaitu: identitas responden (nama, usia, pekerjaan, dan pendidikan) dan akan adanya pertanyaan untuk mengukur tingkat stres responden. Hasil dari kuesioner peneliti menjamin bahwa penelitian ini tidak akan berdampak negatif bagi siapapun. Bila selama berpartisipasi Bapak/Ibu merasakan ketidaknyamanan, maka Bapak/Ibu mempunyai hak untuk berhenti sebagai responden tanpa ada sanksi dari pihak manapun. Peneliti berjanji menjaga kerahasiaan dari data yang diperoleh, baik dalam proses pengumpulan, pengelolaan maupun penyajian. Peneliti juga menghargai keinginan responden untuk tidak berpartisipasi dalam penelitian.

Adapun penelitian ini akan dimanfaatkan sebagai informasi bagi intansi kesehatan peneliti maupun responden. Melalui penjelasan ini peneliti sangat mengharapkan partisipasi Bapak/Ibu. Peneliti mengucapkan terimakasih atas kesediaan Bapak/Ibu yang telah ikut berpartisipasi dalam penelitian ini.

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN


Setelah diberi penjelasan tentang penelitian ini secara lisan dan tertulis, saya mengerti tujuan dari penelitian ini untuk diketahuinya respon pada pasien mengenai penerapan penerapan teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe II di RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa. Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny. A

Umur : 62 tahun

Bersedia untuk menjadi responden serta menerima intervensi dalam penelitian penerapan teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe II di RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa.

Bogor, April 2022


(Zahra Ar.)
(Cucu)
(.....)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN


Setelah diberi penjelasan tentang penelitian ini secara lisan dan tertulis, saya mengerti tujuan dari penelitian ini untuk diketahuinya respon pada pasien mengenai penerapan penerapan teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe II di RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa. Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny. S

Umur : 54 tahun

Bersedia untuk menjadi responden serta menerima intervensi dalam penelitian penerapan teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe II di RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa.

Bogor, April 2022


(.....sadiyah.....)
(.....)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN


Setelah diberi penjelasan tentang penelitian ini secara lisan dan tertulis, saya mengerti tujuan dari penelitian ini untuk diketahuinya respon pada pasien mengenai penerapan penerapan teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe II di RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa. Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny. L

Umur : 32 tahun

Bersedia untuk menjadi responden serta menerima intervensi dalam penelitian penerapan teknik relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe II di RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa.

Bogor, April 2022


(.....Lenah.....)
(.....)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER A

**PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENURUNKAN
TINGKAT STRES PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II**

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
4. Berilah tanda checklist (✓) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.

Data Diri Responden

No Responden : 01

- | | | |
|----------------------|---|-----------------------|
| 1. Nama | : Ny. A | (P / E) |
| 2. Umur | : () 18-25 tahun
(✓) > 60 tahun | () 25-60 tahun |
| 3. Pekerjaan | : () Bekerja | (✓) Tidak bekerja |
| 4. Tingkat ekonomi | : () < Rp. 1.000.000
() > Rp. 1.500.000 | (✓) = Rp. 1.500.000 |
| 5. Lama menderita DM | : () < 6 bulan
() > 6 bulan – 5 tahun
(✓) > 5 tahun | |

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER A

**PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENURUNKAN
TINGKAT STRES PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II**

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
4. Berilah tanda checklist (\checkmark) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.

Data Diri Responden

No Responden : 02

- | | | |
|----------------------|--|--------------------------------|
| 1. Nama | : Ny. S | (P / E) |
| 2. Umur | : () 18-25 tahun
() > 60 tahun | (\checkmark) 25-60 tahun |
| 3. Pekerjaan | : () Bekerja | (\checkmark) Tidak bekerja |
| 4. Tingkat ekonomi | : () < Rp. 1.000.000
(\checkmark) > Rp. 1.500.000 | () = Rp. 1.500.000 |
| 5. Lama menderita DM | : () < 6 bulan
() > 6 bulan – 5 tahun
(\checkmark) > 5 tahun | |

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER A

**PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENURUNKAN
TINGKAT STRES PADA PASIEN DIABETES MELITUS TIPE II**

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
4. Berilah tanda checklist (✓) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.

Data Diri Responden

No Responden :

- | | | |
|----------------------|---|----------------------|
| 1. Nama | : Ny. L | (P / L) |
| 2. Umur | : () 18-25 tahun
() > 60 tahun | (✓) 25-60 tahun |
| 3. Pekerjaan | : () Bekerja | (✓) Tidak bekerja |
| 4. Tingkat ekonomi | : () < Rp. 1.000.000
(✓) > Rp. 1.500.000 | () = Rp. 1.500.000 |
| 5. Lama menderita DM | : (✓) < 6 bulan
() > 6 bulan – 5 tahun
() > 5 tahun | |

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER B

KESSLER PSYCHOLOGICAL DISTRESS SCALE

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
 2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
 3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
 4. Berilah tanda checklist (√) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.
-

A. Identitas Responden

1. Nama : Ny. A
2. Umur : 62 tahun
3. Tanggal pengisian : 04 April 2022

B. Pertanyaan untuk mengukur tingkat stres dengan kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Petunjuk nilai Kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Nilai 1 : Tidak pernah

Nilai 2 : Jarang

Nilai 3 : Kadang-kadang

Nilai 4 : Sering

Nilai 5 : Selalu

Adapun tingkat stres dikategorikan sebagai berikut:

Skor dibawah 20 : Tidak mengalami stres

Skor 20-24 : Stres ringan

Skor 25-29 : Stres sedang

Skor 30 dan diatas 30 : Stres berat

Berikan tanda silang (✓) pada salah satu jawaban yang anda rasakan

PERTANYAAN

1. Apakah anda merasa sangat lelah?, padahal anda tidak sedang mengerjakan hal apapun yang melelahkan.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

2. Apakah anda sering merasa gugup?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

3. Apakah anda merasa gugup dan tidak ada seorangpun atau tidak ada kegiatan apapun yang menenangkan anda?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

4. Apakah anda sering merasa putus asa?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

5. Apakah anda sering merasa gelisah?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

6. Apakah anda sering merasa tidak dapat beristirahat dengan tenang?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

7. Apakah anda merasa menanggung banyak beban?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

8. Apakah anda sering merasa terpaksa dalam melakukan sesuatu?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

9. Apakah anda merasa sangat sedih dan tidak ada seorangpun atau kegiatan apapun yang dapat menghibur anda?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

10. Apakah anda merasa sering tidak dihargai?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

Jumlah Skor : 25 (Stres Sedang)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER B

KESSLER PSYCHOLOGICAL DISTRESS SCALE

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
 2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
 3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
 4. Berilah tanda checklist (√) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.
-

A. Identitas Responden

1. Nama : Ny. S
2. Umur : 54 tahun
3. Tanggal pengisian : 04 April 2022

B. Pertanyaan untuk mengukur tingkat stres dengan kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Petunjuk nilai Kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Nilai 1 : Tidak pernah

Nilai 2 : Jarang

Nilai 3 : Kadang-kadang

Nilai 4 : Sering

Nilai 5 : Selalu

Adapun tingkat stres dikategorikan sebagai berikut:

Skor dibawah 20 : Tidak mengalami stres

Skor 20-24 : Stres ringan

Skor 25-29 : Stres sedang

Skor 30 dan diatas 30 : Stres berat

Berikan tanda silang (√) pada salah satu jawaban yang anda rasakan

PERTANYAAN

1. Apakah anda merasa sangat lelah?, padahal anda tidak sedang mengerjakan hal apapun yang melelahkan.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

2. Apakah anda sering merasa gugup?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

3. Apakah anda merasa gugup dan tidak ada seorangpun atau tidak ada kegiatan apapun yang menenangkan anda?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

4. Apakah anda sering merasa putus asa?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

5. Apakah anda sering merasa gelisah?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

6. Apakah anda sering merasa tidak dapat beristirahat dengan tenang?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

7. Apakah anda merasa menanggung banyak beban?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

8. Apakah anda sering merasa terpaksa dalam melakukan sesuatu?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

9. Apakah anda merasa sangat sedih dan tidak ada seorangpun atau kegiatan apapun yang dapat menghibur anda?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

10. Apakah anda merasa sering tidak dihargai?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

Jumlah Skor : 29 (Stres sedang)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER B

KESSLER PSYCHOLOGICAL DISTRESS SCALE

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
 2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
 3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
 4. Berilah tanda checklist (✓) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.
-

A. Identitas Responden

1. Nama : Ny. L
2. Umur : 32 tahun
3. Tanggal pengisian : 04 April 2022

B. Pertanyaan untuk mengukur tingkat stres dengan kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Petunjuk nilai Kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Nilai 1 : Tidak pernah

Nilai 2 : Jarang

Nilai 3 : Kadang-kadang

Nilai 4 : Sering

Nilai 5 : Selalu

Adapun tingkat stres dikategorikan sebagai berikut:

Skor dibawah 20 : Tidak mengalami stres

Skor 20-24 : Stres ringan

Skor 25-29 : Stres sedang

Skor 30 dan diatas 30 : Stres berat

Berikan tanda silang (√) pada salah satu jawaban yang anda rasakan

PERTANYAAN

1. Apakah anda merasa sangat lelah?, padahal anda tidak sedang mengerjakan hal apapun yang melelahkan.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

2. Apakah anda sering merasa gugup?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

3. Apakah anda merasa gugup dan tidak ada seorangpun atau tidak ada kegiatan apapun yang menenangkan anda?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

4. Apakah anda sering merasa putus asa?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

5. Apakah anda sering merasa gelisah?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

6. Apakah anda sering merasa tidak dapat beristirahat dengan tenang?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

7. Apakah anda merasa menanggung banyak beban?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

8. Apakah anda sering merasa terpaksa dalam melakukan sesuatu?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

9. Apakah anda merasa sangat sedih dan tidak ada seorangpun atau kegiatan apapun yang dapat menghibur anda?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

10. Apakah anda merasa sering tidak dihargai?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

Jumlah Skor : 24 (Stres ringan)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER B

KESSLER PSYCHOLOGICAL DISTRESS SCALE

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
 2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
 3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
 4. Berilah tanda checklist (√) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.
-

A. Identitas Responden

1. Nama : Ny. A
2. Umur : 62 tahun
3. Tanggal pengisian : 06 April 2022

B. Pertanyaan untuk mengukur tingkat stres dengan kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Petunjuk nilai Kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Nilai 1 : Tidak pernah

Nilai 2 : Jarang

Nilai 3 : Kadang-kadang

Nilai 4 : Sering

Nilai 5 : Selalu

Adapun tingkat stres dikategorikan sebagai berikut:

Skor dibawah 20 : Tidak mengalami stres

Skor 20-24 : Stres ringan

Skor 25-29 : Stres sedang

Skor 30 dan diatas 30 : Stres berat

Berikan tanda silang (✓) pada salah satu jawaban yang anda rasakan

PERTANYAAN

1. Apakah anda merasa sangat lelah?, padahal anda tidak sedang mengerjakan hal apapun yang melelahkan.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

2. Apakah anda sering merasa gugup?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

3. Apakah anda merasa gugup dan tidak ada seorangpun atau tidak ada kegiatan apapun yang menenangkan anda?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

4. Apakah anda sering merasa putus asa?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

5. Apakah anda sering merasa gelisah?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

6. Apakah anda sering merasa tidak dapat beristirahat dengan tenang?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

7. Apakah anda merasa menanggung banyak beban?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

8. Apakah anda sering merasa terpaksa dalam melakukan sesuatu?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

9. Apakah anda merasa sangat sedih dan tidak ada seorangpun atau kegiatan apapun yang dapat menghibur anda?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

10. Apakah anda merasa sering tidak dihargai?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

Jumlah Skor : 23 (Stres ringan)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER B

KESSLER PSYCHOLOGICAL DISTRESS SCALE

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
 2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
 3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
 4. Berilah tanda checklist (√) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.
-

A. Identitas Responden

1. Nama : Ny. S
2. Umur : 54 tahun
3. Tanggal pengisian : 06 April 2022

B. Pertanyaan untuk mengukur tingkat stres dengan kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Petunjuk nilai Kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Nilai 1 : Tidak pernah

Nilai 2 : Jarang

Nilai 3 : Kadang-kadang

Nilai 4 : Sering

Nilai 5 : Selalu

Adapun tingkat stres dikategorikan sebagai berikut:

Skor dibawah 20 : Tidak mengalami stres

Skor 20-24 : Stres ringan

Skor 25-29 : Stres sedang

Skor 30 dan diatas 30 : Stres berat

Berikan tanda silang (√) pada salah satu jawaban yang anda rasakan

PERTANYAAN

1. Apakah anda merasa sangat lelah?, padahal anda tidak sedang mengerjakan hal apapun yang melelahkan.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

2. Apakah anda sering merasa gugup?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

3. Apakah anda merasa gugup dan tidak ada seorangpun atau tidak ada kegiatan apapun yang menenangkan anda?.

- Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

4. Apakah anda sering merasa putus asa?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

5. Apakah anda sering merasa gelisah?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

6. Apakah anda sering merasa tidak dapat beristirahat dengan tenang?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

7. Apakah anda merasa menanggung banyak beban?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

8. Apakah anda sering merasa terpaksa dalam melakukan sesuatu?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

9. Apakah anda merasa sangat sedih dan tidak ada seorangpun atau kegiatan apapun yang dapat menghibur anda?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

10. Apakah anda merasa sering tidak dihargai?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

Jumlah Skor : 25 (Stres sedang)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

KUESIONER B

KESSLER PSYCHOLOGICAL DISTRESS SCALE

Semua jawaban yang responden berikan tidak ada jawaban yang benar atau salah. Keseriusan responden dalam mengisi kuesioner sangat diharapkan demi keberhasilan penelitian. Kerahasiaan jawaban yang responden berikan dijamin sepenuhnya dan menjadi tanggung jawab peneliti. Adapun cara pengisian kuesioner yaitu:

1. Dalam pengisian kuesioner ini responden diminta untuk mengisi dengan jujur, benar, dan tanpa paksaan sesuai perasaan yang responden rasakan.
 2. Bacalah pertanyaan dengan seksama.
 3. Dalam kuesioner ini responden cukup mengisi pertanyaan pada tempat yang telah disediakan.
 4. Berilah tanda checklist (√) sesuai dengan jawaban anda pada kolom yang telah disediakan.
-

A. Identitas Responden

1. Nama : Ny. L
2. Umur : 32 tahun
3. Tanggal pengisian : 06 April 2022

B. Pertanyaan untuk mengukur tingkat stres dengan kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Petunjuk nilai Kuesioner Kessler Psychological Distress Scale

Nilai 1 : Tidak pernah

Nilai 2 : Jarang

Nilai 3 : Kadang-kadang

Nilai 4 : Sering

Nilai 5 : Selalu

Adapun tingkat stres dikategorikan sebagai berikut:

Skor dibawah 20 : Tidak mengalami stres

Skor 20-24 : Stres ringan

Skor 25-29 : Stres sedang

Skor 30 dan diatas 30 : Stres berat

Berikan tanda silang (✓) pada salah satu jawaban yang anda rasakan

PERTANYAAN

1. Apakah anda merasa sangat lelah?, padahal anda tidak sedang mengerjakan hal apapun yang melelahkan.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

2. Apakah anda sering merasa gugup?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

3. Apakah anda merasa gugup dan tidak ada seorangpun atau tidak ada kegiatan apapun yang menenangkan anda?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

4. Apakah anda sering merasa putus asa?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

5. Apakah anda sering merasa gelisah?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

6. Apakah anda sering merasa tidak dapat beristirahat dengan tenang?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

7. Apakah anda merasa menanggung banyak beban?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

8. Apakah anda sering merasa terpaksa dalam melakukan sesuatu?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang
 Sering Selalu

9. Apakah anda merasa sangat sedih dan tidak ada seorangpun atau kegiatan apapun yang dapat menghibur anda?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

10. Apakah anda merasa sering tidak dihargai?.

Tidak pernah Jarang Kadang-kadang

Sering Selalu

Jumlah Skor : 22 (Stres ringan)

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR TES GULA DARAH SEWAKTU

Tes gula darah sewaktu ini dilakukan dengan tujuan untuk menentukan responden apakah termasuk kedalam kriteria inklusi yang dapat dilakukan relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. A
2. Umur : 62 tahun

Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS)		
No	Hasil Pemeriksaan GDS (mg/dL)	Hari dan Tanggal Pemeriksaan
1	192	04 April 2022
2	138	06 April 2022

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR TES GULA DARAH SEWAKTU

Tes gula darah sewaktu ini dilakukan dengan tujuan untuk menentukan responden apakah termasuk kedalam kriteria inklusi yang dapat dilakukan relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. S
2. Umur : 54 tahun

Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS)		
No	Hasil Pemeriksaan GDS (mg/dL)	Hari dan Tanggal Pemeriksaan
1	283	04 April 2022
2	220	06 April 2022

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR TES GULA DARAH SEWAKTU

Tes gula darah sewaktu ini dilakukan dengan tujuan untuk menentukan responden apakah termasuk kedalam kriteria inklusi yang dapat dilakukan relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. L
2. Umur : 32 tahun

Pemeriksaan Gula Darah Sewaktu (GDS)		
No	Hasil Pemeriksaan GDS (mg/dL)	Hari dan Tanggal Pemeriksaan
1	285	04 April 2022
2	230	06 April 2022

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. A
2. Umur : 62 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 04 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. A mengeluhkan sakit kepala- Keluarga Ny. A mengatakan bahwa Ny. A sudah beberapa hari tidak buang air besar- Keluarga Ny. A mengatakan bahwa semenjak sakit Ny. A tidak dapat diajak bercanda (hilangnya rasa humor)	Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. A mengatakan rasanya tenang setelah dilakukan relaksasi Data Objektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. A terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan cukup baik

Data Objektif:

- Ny. A terlihat hanya berbicara dengan keluarga seperlunya saja dan beberapa kali tidak mau diajak berbicara (menarik diri)
- Ny. A terlihat berbaring ditempat tidur
- Seluruh kebutuhan dasar Ny. A dibantu oleh keluarga

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. S
2. Umur : 54 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 04 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. S mengeluhkan sakit kepala- Ny. S mengeluhkan urat lehernya terasa tegang- Ny. S mengatakan semenjak sakit dirinya mudah menangis dan suasana hati mudah berubah-ubah Data Objektif:	Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. S mengatakan tubuhnya terasa ringan- Ny. S mengatakan sesak berkurang Data Objektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. S terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan baik

<ul style="list-style-type: none">- Ny. S terlihat berbaring ditempat tidur- Ny. S terpasang oksigen nasal kanul 3 liter/menit- Ny. S terpasang urine kateter	<ul style="list-style-type: none">- Saat selesai melakukan relaksasi Ny. S terlihat sangat tenang
---	---

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. L
2. Umur : 32 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 04 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ny. L mengeluhkan kepala terasa sakit- Ny. L mengatakan mudah merasa lelah walaupun tidak melakukan aktifitas apapun- Ny. L mengatakan semenjak sakit suasana hatinya berubah-ubah, sering menangis, sering mimpi buruk. <p>Data Objektif:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ny. L dalam keadaan posisi duduk	<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ny. L mengatakan setelah dilakukan relaksasi dirinya meras lebih nyaman- Ny. L mengatakan menjadi tenang <p>Data Objektif:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ny. L terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan baik

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. A
2. Umur : 62 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 05 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. A masih mengeluhkan sakit kepala- Keluarga Ny. A mengatakan Ny. A belum buang air besar selama sakit- Keluarga Ny. A mengatakan beberapa kali Ny. A sudah dapat diajak bercanda kembali Data Objektif:	Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. A mengatakan rasanya tenang setelah dilakukan relaksasi- Ny. A mengatakan akan meminum obat agar cepat pulang Data Objektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. A terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan baik

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Ny. A terlihat hanya berbicara dengan keluarga seperlunya saja dan beberapa kali tidak mau diajak berbicara (menarik diri)- Ny. A terlihat berbaring ditempat tidur- Seluruh kebutuhan dasar Ny. A dibantu oleh keluarga | |
|--|--|

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. S
2. Umur : 54 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 05 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. S mengatakan keluhan sakit sakit kepala berkurang- Ny. S mengeluhkan urat lehernya terasa tegang Data Objektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. S terlihat berbaring ditempat tidur- Ny. S terpasang urine kateter	Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. S mengatakan tubuhnya terasa ringan dan nyaman- Ny. S mengatakan suasana hatinya menjadi tenang- Ny. S mengatakan sudah tidak sesak Data Objektif:

	<ul style="list-style-type: none">- Ny. S terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan sangat baik
--	---

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. L
2. Umur : 32 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 05 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. L mengatakan keluhan merasa lelah walaupun tidak melakukan aktifitas apapun masih terasa Data Objektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. L dalam keadaan posisi duduk- Wajah Ny. L terlihat pucat	Data Subjektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. L mengatakan setelah dilakukan relaksasi dirinya meras lebih nyaman- Ny. L mengatakan menjadi tenang Data Objektif: <ul style="list-style-type: none">- Ny. L terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan sangat baik

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. A
2. Umur : 62 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 06 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ny. A mengatakan keluhan sakit kepala berkurang - Keluarga Ny. A mengatakan Ny. A sudah dapat buang air besar - Keluarga Ny. A mengatakan beberapa kali Ny. A sudah dapat diajak bercanda kembali <p>Data Objektif:</p>	<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ny. A mengatakan rasanya tenang setelah dilakukan relaksasi - Ny. A mengatakan tubuhnya terasa ringan <p>Data Objektif:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ny. A terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan baik

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">- Ny. A terlihat sudah mau berbicara seperti “ingin minum tolong ambilkan minum”- Ny. A terlihat berbaring ditempat tidur | |
|--|--|

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.

1. Nama : Ny. S
2. Umur : 54 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 06 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ny. S mengatakan keluhan sakit sakit kepala berkurang <p>Data Objektif:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ny. S terlihat berbaring ditempat tidur - Ny. S terpasang urine kateter 	<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ny. S mengatakan tubuhnya terasa ringan dan nyaman - Ny. S mengatakan suasana hatinya menjadi tenang - Ny. S mengatakan sudah tidak sesak <p>Data Objektif:</p>

	<ul style="list-style-type: none">- Ny. S terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan sangat baik
--	---

POLTEKKES KEMENKES BANDUNG
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN RELAKSASI AUTOGENIK

Observasi ini dilakukan untuk mengetahui perasaan responden terkait tingkat stres yang dialaminya saat sebelum dan sesudah diterapkannya relaksasi autogenik.



1. Nama : Ny. L
2. Umur : 32 tahun

Hari dan tanggal pemeriksaan: 06 April 2022

Pemeriksaan Tingkat Stres	
Data Sebelum Dilakukan Relaksasi Autogenik	Data Sesudah Dilakukan Relaksasi Autogenik
<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ny. L mengatakan keluhan merasa lelah walaupun tidak melakukan aktifitas apapun masih terasa <p>Data Objektif:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ny. L dalam keadaan posisi duduk- Wajah Ny. L terlihat pucat	<p>Data Subjektif:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ny. L mengatakan setelah dilakukan relaksasi dirinya meras lebih nyaman- Ny. L mengatakan tubuhnya terasa ringan <p>Data Objektif:</p> <ul style="list-style-type: none">- Ny. L terlihat dapat mengikuti penerapan relaksasi autogenik dengan sangat baik


Lampiran 1



FM-ADAK-040-V3


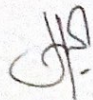
	POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR	
	FORMULIR BIMBINGAN KTI	

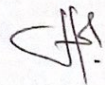
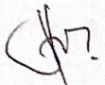

NAMA MAHASISWA : Adinda Permata Sari
NIM : P17320319002
NAMA PEMBIMBING : Ida Farida, APPd, M. Kes






CATATAN PROSES BIMBINGAN

NO	HARI / TANGGAL	TOPIK BIMBINGAN	REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN)	TANDA TANGAN PEMBIMBING
1	28 Desember 2021	Mengajukan dua judul yaitu “Penerapan relaksasi autogenik terhadap penurunan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2” dan “Penerapan kompres hangat pada pasien thypoid abdominalis dengan masalah utama hipertermi”.	Judul ACC “Penerapan relaksasi autogenik terhadap penurunan tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe 2”.	

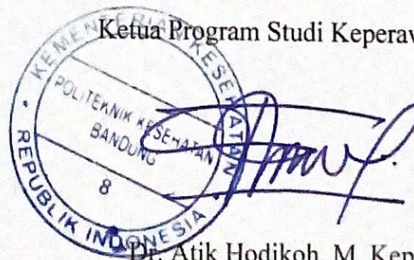
2	14 Februari 2022	Konsultasi BAB I	<ul style="list-style-type: none"> a) Perbaiki format penulisan KTI, harus merujuk pada panduan. b) Penambahan fakta hasil literatur terkait relaksasi autogenik. c) Perbaiki rumusan masalah dengan menguraikan masalah terlebih dahulu. 	
3	19 Februari 2022	Konsul revisian BAB I dan BAB II	<ul style="list-style-type: none"> a) Perbaiki nama tempat penelitian yang sesuai. b) Tambahkan data DM pada latar belakang mulai dari nasional, provinsi, hingga kota. c) Tambahkan hasil literatur mengenai hubungan stres dengan DM serta tunjukan besaran dalam persen. d) Tambahkan hasil literatur mengenai relaksasi autogenik. e) Menentukan etiologi DM yang bersumber dari buku KMB. f) Tambahkan sumber literatur dari tiap paragraf. g) Menambahkan kesimpulan pada 2 definisi atau lebih. 	

4	3 Maret 2022	Konsul revisian BAB I, revisian BAB II, dan BAB III	<ul style="list-style-type: none"> a) Perbaiki nama tempat penelitian menjadi RS Rumah Sehat Terpadu Dompot Dhuafa. b) Sesuaikan penulisan judul dengan pedoman yang ada. c) Mengoreksi kembali tiap paragraf untuk ditambahkan sumbernya. d) Buat daftar pustaka dengan Mendeley. e) Mencari literatur mengenai pengaruh relaksasi autogenik untuk menurunkan tingkat stres. f) Perbaiki kutipan berada diatas judul. g) Buat narasi terkait pemeriksaan diagnostik DM. h) Periksa kembali adanya typo pada penulisan. i) Perbaiki definisi operasional menjadi bentuk tabel. j) Fokuskan kembali penelitian yang sesuai dengan judul, 	
5	12 Maret 2022	Konsul revisian BAB I, revisian BAB II, dan revisian BAB III	<ul style="list-style-type: none"> a) Sesuaikan judul kembali dengan pedoman menjadi "Penerapan relaksasi autogenik untuk menurunkan tingkat stres pada pasien diabetes melitus 	

			<p>tipe 2 di RS rumah sehat terpadu dompet dhuafa”.</p> <p>b) Sesuaikan lembar persetujuan dengan pedoman.</p> <p>c) Mencari kembali sumber asli dari sebuah literatur untuk mengurangi plagiat.</p> <p>d) Pelajari kembali teori yang ada terkait tema penelitian.</p> <p>e) Memastikan kembali penulisan yang sesuai dengan KBBI, seperti stres apakah s nya 1 atau 2, lalu diabetes melitus apakah l nya 1 atau 2.</p> <p>f) Sesuaikan kembali proposal KTI dengan pedoman institusi.</p>	
6	13 Maret 2022	Konsul revisian BAB I, revisian BAB II, dan revisian BAB III	ACC proposal KTI BAB I, BAB II, dan BAB III	
7	17 Maret 2022	Konsul setelah siding proposal	a) Lakukan penelitian sesuai dengan proposal yang telah dibuat	
8	05 April 2022	Konsul mengenai responden penelitian	a) Lakukan relaksasi autogenik pada ketiga responden dengan perlakuan yang sama(dilakukan 3kali/ 3	

			hari, menggunakan kuesioner yang sama)	
9	06 April 2022	Konsul secara luring mengenai perkembangan penelitian di RS	a) Perhatikan respon responden setelah melakukan relaksasi autogenik	
10	18 April 2022	Konsul BAB 4 KTI	a) Sesuaikan BAB 4 dengan arahan PJ KTI a) Jabarkan hasil penelitian yang sesuai dengan kondisi di lapangan	
11	22 April 2022	Konsul BAB 4 dan BAB 5	a) Kuatkan hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya b) Analisis hasil penelitian dengan penelitian sebelumnya	
12	28 April 2022	Konsul KTI BAB 4 dan BAB 5	ACC KTI untuk diujikan BAB 1 s.d BAB 5	
13	24 Mei 2022	Konsul revisi KTI setelah siding	Mengikuti masukan serta arahan yang diberikan penguji saat siding	

Ketua Program Studi Keperawatan Bogor



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

NIP. 196704111990032001