

DAFTAR PUSTAKA

- Andika, M., Hasanah, R., Ariny, S., Nouri, S., Afif, T., Sesnawati, & Yuliarti. (2023). *Kardiovaskuler: Hipertensi, stroke, anemia, aritmia, dislipidemia*. CV Adanu Abimata.
- Brigita, & Wulansari. (2022). Pengaruh relaksasi autogenik terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di RSUD Kab Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 175–179. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i2.452>
- Dafriani. (2019). *Pendekatan herbal dalam menangani hipertensi*. Jakarta Barat : CV Berkah Prima.
- Fajriyah, N., Rosliany, N., Kristanto, B., Diyono, Kristiani, R. B., Ryandini, F. R., Rohmah, U. N., & Jona, R. N. (2023). *Buku referensi keperawatan medikal bedah: Sistem kardiovaskuler berdasarkan 3S*. Jakarta Selatan: EUREKA MEDIA AKSARA.
- Fitriah, Suryaningsih, & Rodiyatum. (2023). *Mengenal hipertensi*. Jakarta Selatan: EUREKA MEDIA AKSARA.
- Fitriani, et al. (2024). *Mengenal penyakit degeneratif: Hipertensi, diabetes, dan asam urat*. NEM. Jakarta Selatan: EUREKA MEDIA AKSARA
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Riset kesehatan dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Riset kesehatan dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei kesehatan Indonesia*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Naibaho, R. M., & Arianti, W. D. (2025). Autogenic relaxation is effective in reducing blood pressure in elderly people who experience hypertension. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 7(2), 417–428. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v7i2.5492>
- Prasetyaningrum. (2014). *Hipertensi bukan untuk ditakuti*. Jakarta Timur : FMedia.
- Putri, M. L., Mamesah, M. M., & Kurniawan, A. (2023). *Penerimaan personal health record bagi penderita hipertensi*. Jakarta Selatan: EUREKA MEDIA AKSARA.
- Ramdhan. (2021). *Metode penelitian*. Jakarta Barat : Cipta Media Nusantara.

- Rangki, L., Tukatman, Yusra, A., Ginanjar, R., Purnama, P. A., Wardani, D. P. K., Baedlawi, A., Marsiningsih, A., Nasus, E., Rudhiati, F., Hadi, T. P., & Sholih, M. G. (2023). *Patofisiologi untuk mahasiswa keperawatan*. EUREKA MEDIA AKSARA.
- Rasdiyanah. (2022). *Mengenal hipertensi pada kelompok dewasa dengan pendekatan asuhan keperawatan*. PT. Nasya Expanding Management.
- Retnowati, L., Andrean, D., & Hidayah, N. (2021). Pemberian terapi relaksasi autogenik untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi di Karang Werdha Bisma Sumberporong Kab. Malang. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)*, 13(2), 20–30.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2017). *Standar diagnosis keperawatan Indonesia*. Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2018). *Standar intervensi keperawatan Indonesia: Definisi dan tindakan keperawatan*. Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2021). *Pedoman standar prosedur operasional keperawatan*. Persatuan Perawat Nasional Indonesia.
- Smeltzer, S. C & Bare, B. G. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah* Brunner & Suddarth (Ed. 12). Jakarta: EGC
- Sriwahyuni, & Sriyanah. (2023). *Jenis penyakit degeneratif*. Jakarta Selatan: EUREKA MEDIA AKSARA.
- Sriwahyuni, Darmawan, Ayumar, & Kasma. (2023). *Perawatan degenerative hipertensi*, Jakarta Selatan : EUREKA MEDIA AKSARA.
- Subekti, Suyanto, & Nataliswati. (2022). *Keperawatan usia lanjut*, Jakarta Selatan: EUREKA MEDIA AKSARA.
- Subiyakto. (2024). Pengaruh terapi relaksasi autogenik terhadap tingkat kecemasan dan tekanan darah pasien pre-operasi di ruang mawar 3 rsud dr. moewardi surakarta. 15(2), 83–90.
- Sulaiman, & Mania. (2020). *Pengantar metodologi penelitian: Panduan bagi peneliti pemula*. Pusaka Almaida. Jakarta Selatan: EUREKA MEDIA AKSARA
- Sumantrie, & Limbong. (2020). Effect of autogenic relaxation on blood pressure reduction in elderly patients with hypertension. *Enrichment: Journal of Management*, 11(1), 68–72.

Uswatun, Adha, & Argiyanto. (2024). Pengaruh relaksasi autogenik terhadap penurunan tekanan darah pasien hipertensi di Poliklinik Eksekutif Wijaya Kusuma RSUD Kabupaten Tangerang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 1(10), 118–129.

World Health Organization. (2023, March 16). Hypertension. *World Health Organization*. <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/hypertension>

Wulan, S., Anuhgera, D. E., Ma'rifah, A., Handayani, L., Ginting, A. K., Lidya, N., Noviyani, E. P., Fitria, L., Arriza, N., Yuliana, S., Sari, N., Hanum, E. A., Hernawati, E., Oktaviance, R., & Patonah, S. (2024). *Bunga rampai terapi komplementer dalam kehamilan*. PT Nuansa Fajar Cemerlang.

Lampiran 1. Surat Pengajuan Survey Awal



Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan

📍 Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : DP.02.03/F.XXII.20/0066/2025
Lamp : --
Perihal : Permohonan Survey Awal Penelitian

Sidikalang, 16 Januari 2025

Kepada Yth,
Kepala UPT. Puskesmas KM. 11
di_

Tempat

Dengan hormat,
Bersama ini, datang menghadap Bapak/Ibu, Mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan :

Nama : Lija Sinaga
NIM : P07520422026

Yang bermaksud akan mengadakan survey awal penelitian melalui wawancara/menyebarkan angket/observasi dalam rangka memenuhi kewajiban tugas-tugas sebagai mahasiswa dalam menyelesaikan studi program Diploma III Keperawatan pada Prodi D-III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan.

Sehubungan dengan hal tersebut kami sangat mengharapkan bantuan Bapak/Ibu agar dapat kiranya memberikan data-data/keterangan-keterangan yang akan digunakan dalam rangka menyusun Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul :

Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mengatasi Peningkatan Tekanan Darah Dengan Masalah Resiko Penurunan Curah Jantung Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Km 11 Kecamatan Siempat Nempu Hulu Tahun 2025

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan ilmu pengetahuan dan tidak akan diumumkan dan diberitahukan pada pihak lain.

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasama Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.



Plh. Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan

Risdiana Melinda Naibaho, SST, M.Kes
NIP. 197803232003122007

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Lampiran 2. Surat Balasan Survey Awal



PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI
DINAS KESEHATAN
UPT. PUSKESMAS KILOMETER 11
Jl. Tigalingga Kilometer 11, Dairi, Sumatera Utara 22251
Laman: <https://Puskesmas.dairikab.go.id/km11>
Pos-el: puskesmas.km11@dairikab.go.id

Kilometer 11, 17 Januari 2025

Nomor : 400.71024 / Pusk km 11 / I / 2025
Sifat :
Lampiran :
Perihal : Izin Survei Awal

Yth. Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi

Kemenkes Poltekkes Medan

di

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat Nomor : DP.02.03/F.XXII.20/0066/2025
Tanggal 16 Januari 2025 Tentang permohonan Survei Awal untuk mengadakan
survei penelitian (Riset), maka bersama dengan ini kami beritahukan bahwa :

Nama : Lija Sinaga
NIM : P07520422026
Judul : " Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk
Mengatasi Peningkatan Tekanan Darah Dengan Masalah Resiko
Penurunan Curah Jantung Lansia Dengan Hipertensi Di
Puskesmas Kilometer 11 Kecamatan Siempat Nempu Hulu
Tahun 2025"

Untuk hal tersebut mahasiswa ini dapat disetujui melakukan izin survey awal di
Puskesmas Kilometer 11.

Demikian surat ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

KEPALA UPT PUSKESMAS KM 11

dr. MERYANA HOTNIDA MARBUN
NIP. 197305122006042013.-

Lampiran 3. Surat Pengajuan Izin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Nomor : DP.04.03/F.XXII.20/52/2025
Lamp : --
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Sidikalang, 26 Februari 2025

Kepada Yth,
Kepala UPT. Puskesmas KM. 11
di_

Tempat

Dengan hormat,
Bersama ini, datang menghadap Bapak/Ibu, Mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan atas nama :

Nama : Lija Sinaga
NIM : P07520422026

Yang bermaksud akan mengadakan penelitian melalui wawancara/menyebarkan angket/observasi dalam rangka memenuhi kewajiban penyusunan Karya Tulis Ilmiah pada Program Diploma III Keperawatan

Sehubungan dengan hal tersebut kami sangat mengharapkan bantuan Bapak/Ibu agar dapat kiranya memberikan data-data/keterangan-keterangan yang berhubungan dengan penelitian tentang : **Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mengatasi Peningkatan Tekanan Darah Dengan Masalah Resiko Penurunan Curah Jantung Lansia Dengan Hipertensi di Puskesmas KM 11 Kecamatan Siempat Nempu Hulu Tahun 2025**

Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan ilmu pengetahuan dan tidak akan diumumkan dan diberitahukan pada pihak lain.

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasama Bapak/Ibu diucapkan terima kasih.

Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan



Jojo Silaban, SST, M.Kes
NIP. 197304182003122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara

Lampiran 4. Surat Balasan Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI
DINAS KESEHATAN
UPT. PUSKESMAS KILOMETER 11
Jl. Tigalingga Kilometer 11, Dairi, Sumatera Utara 22251
Laman: <https://Puskesmas.dairikab.go.id/km11>
Pos-el: puskesmas.km11@dairikab.go.id

Kilometer 11, 03 Maret 2025

Nomor : 400.7/122/Pusk km 11 /II /2025
Sifat : -
Lampiran : -
Perihal : Izin Penelitian

Yth. Ketua Prodi D-III Keperawatan Dairi

Kemenkes Poltekkes Medan

di

Tempat

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan surat Nomor DP.04.03/F.XXII.20/52/2025 Tanggal 26 Februari 2025 Tentang Permohonan Izin Penelitian untuk mengadakan survei penelitian (Riset), maka bersama dengan ini kami beritahukan bahwa :

Nama : Lija Sinaga
NIM : P07520422026
Judul : " PENERAPAN TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK UNTUK MENGATASI PENINGKATAN TEKANAN DARAH DENGAN MASALAH RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG LANSIA DENGAN HIPERTENSI DI PUSKESMAS KILOMETER 11 KECAMATAN SIEMPAT NEMPU HULU TAHUN 2025"

Untuk hal tersebut mahasiswa ini dapat disetujui melakukan izin penelitian di Puskesmas Kilometer 11.

Demikian surat ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.



KEPALA UPT PUSKESMAS KM 11

dr. MERYANA HOTNIDA MARBUN
PEMBINA UTAMA MUDA IV/c
NIP. 197305122006042013.-

Lampiran 5. Lembar Persetujuan (Informed Consed)

Lembar Persetujuan Menjadi Subjek Studi Kasus (Informed consed)

Kepada Yth. Subjek Studi Kasus
Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lija Sinaga

NIM : P07520422026

Pekerjaan : Mahasiswa Semester VI (Enam) Prodi D-III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan.

Akan melaksanakan penelitian dengan judul: **"Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mencegah Resiko Penurunan Curah Jantung Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kilometer 11 Tahun 2025"**. Dengan tujuan penelitian ini adalah menggambarkan penerapan terapi relaksasi autogenik untuk mencegah resiko penurunan curah jantung pada lansia dengan hipertensi di puskesmas kilometer 11 tahun 2025.

Identitas pribadi sebagai subjek studi kasus penelitian akan di rahasiakan dan semua informasi yang akan diberikan hanya di gunakan untuk penelitian ini. Selanjutnya saya mohon kesediaan saudara mengisi kousioner dengan jujur dan apa adanya. Saya bersedia/tidak bersedia, berpartisipasi tanpa ada sanksi dan konsekuensi buruk dikemudian hari, jika ada hal yang kurang dipahami, saudara dapat bertanya langsung kepada peneliti, atas ketersediaan dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Sidikalang, 05 Maret 2025

Subjek Studi Kasus

Peneliti

(Tn. P)

(Lija Sinaga)

Lembar Persetujuan Menjadi Subjek Studi Kasus (Informed consed)

Kepada Yth. Subjek Studi Kasus
Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Lija Sinaga

NIM : P07520422026

Pekerjaan : Mahasiswa Semester VI (Enam) Prodi D-III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan.

Akan melaksanakan penelitian dengan judul: **"Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mencegah Resiko Penurunan Curah Jantung Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kilometer 11 Tahun 2025"**. Dengan tujuan penelitian ini adalah menggambarkan penerapan terapi relaksasi autogenik untuk mencegah resiko penurunan curah jantung pada lansia dengan hipertensi di puskesmas kilometer 11 tahun 2025.

Identitas pribadi sebagai subjek studi kasus penelitian akan di rahasiakan dan semua informasi yang akan diberikan hanya di gunakan untuk penelitian ini. Selanjutnya saya mohon kesediaan saudara mengisi kousioner dengan jujur dan apa adanya. Saya bersedia/tidak bersedia, berpartisipasi tanpa ada sanksi dan konsekuensi buruk dikemudian hari, jika ada hal yang kurang dipahami, saudara dapat bertanya langsung kepada peneliti, atas ketersediaan dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Sidikalang, 05 Maret 2025

Subjek Studi Kasus

Peneliti


(N.Y.F)


(Lija Sinaga)

Lampiran 6. Lembar Kuesioner

LEMBAR KUESIONER RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

A. Identitas Responden

Nama : *M-P*
 Usia : *68 tahun*
 Jenis Kelamin : *Laki-laki*
 Hari/Tanggal : *Rabu, 05 Maret 2025*

B. Pertanyaan Kuesioner

Berikan tanda (✓) pada kolom "Ya" jika Anda mengalami atau merasakan kondisi tersebut dan tanda (✓) pada kolom "Tidak" jika tidak mengalaminya.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah tekanan darah Anda pernah mencapai atau melebihi 140/90 mmHg?	✓	
2	Apakah denyut nadi Anda pernah melebihi 100 kali per menit saat istirahat?	✓	
3	Apakah waktu pengisian kapiler Anda lebih dari 3 detik?		✓
4	Apakah Anda merasa gelisah tanpa sebab yang jelas?	✓	
5	Apakah Anda sering merasa lelah meskipun melakukan aktivitas ringan?	✓	
6	Apakah Anda sering merasa pusing atau kepala terasa ringan?	✓	
Jumlah skor		5	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor 3-4
- ③ 3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR KUESIONER RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Responden

Nama : *NY-F*
 Usia : *73 tahun*
 Jenis Kelamin : *perempuan*
 Hari/Tanggal : *Rabu, 05 Maret 2025*

B. Pertanyaan Kuesioner

Berikan tanda (✓) pada kolom "Ya" jika Anda mengalami atau merasakan kondisi tersebut dan tanda (✓) pada kolom "Tidak" jika tidak mengalaminya.

No	Pertanyaan	Ya	Tidak
1	Apakah tekanan darah Anda pernah mencapai atau melebihi 140/90 mmHg?	✓	
2	Apakah denyut nadi Anda pernah melebihi 100 kali per menit saat istirahat?	✓	
3	Apakah waktu pengisian kapiler Anda lebih dari 3 detik?		✓
4	Apakah Anda merasa gelisah tanpa sebab yang jelas?	✓	
5	Apakah Anda sering merasa lelah meskipun melakukan aktivitas ringan?	✓	
6	Apakah Anda sering merasa pusing atau kepala terasa ringan?	✓	
Jumlah skor		5	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor 3-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

Lampiran. 7 Standar Operasional Prosedur (SOP)

	SOP Terapi Relaksasi Autogenik
	Nama klien :
	Umur klien :
	Nama Peneliti :
	NIM :

Pengertian	Relaksasi autogenik merupakan salah satu metode yang mengajarkan kemampuan sugesti diri untuk menghasilkan perasaan nyaman dan kehangatan guna mencapai relaksasi.
Tujuan	1. Memberikan perasaan tenang dan santai 2. Mengurangi stres, terutama stres tingkat ringan atau sedang 3. Memberikan rasa tenang 4. Mengurangi ketegangan 5. Mengurangi tekanan darah
Kebijakan	Salah satu cara untuk mendukung klien yang merasakan ketegangan atau stres ringan sampai sedang adalah dengan menggunakan terapi ini. Terapi ini mengutamakan teknik pengaturan pikiran, posisi tubuh yang santai, serta pola pernapasan yang teratur.
Kontraindikasi	Relaksasi Autogenik tidak dianjurkan pada individu dengan gangguan mental atau emosional yang berat
Tahap Persiapan	Pra Interaksi: 1. Pasien/klien a. Beritahu klien tentang apa yang akan dilakukan tindakan b. Atur posisi dalam posisi duduk atau berbaring 2. Persiapan alat a. Bantal, jika perlu b. Kursi, jika perlu 3. Lingkungan Atur lingkungan nyaman dan setenang mungkin agar klien mudah berkonsentrasi.
Prosedur	Orientasi 1. Beri salam, perkenalkan diri Anda 2. Waktu prosedur kontrak 3. Jelaskan tujuan, manfaat, prosedur dan pengisian formulir persetujuan kepada klien 4. Memberikan kesempatan klien dan keluarga untuk bertanya Tahap Kerja: 1. Mengukur tekanan darah sebelum dan sesudah prosedur 2. Posisikan tubuh klien dengan nyaman, yaitu berbaring atau duduk dengan mata terpejam menggunakan bantal di bawah kepala dan lutut atau duduk di kursi dengan kepala disangga, hindari posisi berdiri 3. Lepaskan aksesoris seperti kacamata, jam tangan, dan sepatu.

	4. Longgarkan dasi, ikat pinggang atau apapun yang mengikat di sekitar otot rahang. 5. Duduk atau berbaring dengan nyaman. Pastikan tubuh dalam posisi yang santai, dengan tangan diletakkan di samping tubuh atau di pangkuan. 6. Tutup mata untuk mengurangi rangsangan visual dan memfokuskan perhatian. 7. Atur nafas hingga napas menjadi lebih pelan dan teratur lalu mata terpejam 8. Tarik nafas secara perlahan dari hidung selama beberapa detik, kemudian hembuskan nafas melalui mulut seperti meniup botol. Ulangi pernapasan ini beberapa kali untuk menenangkan pikiran 9. Ucapkan dalam hati afirmasi seperti "Tangan saya terasa berat" atau "Saya merasa tenang dan rileks." Ulangi afirmasi ini secara perlahan, fokus pada maknanya. 10. Fokus pada Sensasi Tubuh: Mulai dari kaki, rasakan sensasi berat dan hangat, kemudian lanjutkan ke bagian tubuh lainnya: tangan, lengan, dada dan kepala. Bayangkan setiap bagian tubuh semakin rileks. 11. Jika pikiran lain muncul, biarkan mengalir tanpa mencoba menahannya. Kembali fokus pada pernapasan dan afirmasi. 12. Setelah beberapa menit, secara perlahan kembalikan kesadaran penuh. Gerakkan jari tangan dan kaki, lalu buka mata secara perlahan. 13. Refleksi: Luangkan waktu sejenak untuk merasakan perubahan dalam tubuh dan pikiran setelah sesi. Catatan Tambahan: Lakukan teknik ini secara rutin, minimal 3-4 kali seminggu, untuk hasil yang optimal. Jangan ragu untuk menyesuaikan afirmasi dan fokus sesuai kebutuhan pribadi. Dengan mengikuti SOP ini, anda dapat menjalani sesi relaksasi autogenik secara efektif dan mendapatkan manfaat maksimal dari teknik ini.
Terminasi	Respon verbal: 1. Klien mengatakan rileks 2. Klien mengatakan ketegangan berkurang 3. Klien mengatakan sudah merasa nyaman Respon non verbal 1. Klien tampak tenang 2. Tekanan darah menurun
Dokumentasi	1. Mencatat kondisi pasien 2. Mencatat respon pasien dan mencatat hasil pemeriksaan pasien.

Lampiran 8. Data Hasil Penelitian

LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI

A. Identitas Pasien

Nama : *TD-P*
 Usia : *68 tahun*
 Jenis Kelamin : *Laki-laki*
 Hari/Tanggal : *Rabu, 5 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik	✓		✓	
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas	✓		✓	
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓		✓	
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		5		5	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor 3-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *Tn. P*
 Usia : *68 tahun*
 Jenis Kelamin : *Laki-laki*
 Hari/Tanggal : *Kamis, 6 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas	✓			✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓		✓	
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		4		3	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
- ② Risiko Sedang : Skor 3-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *Tn-P*
 Usia : *68 tahun*
 Jenis Kelamin : *laki-laki*
 Hari/Tanggal : *jumat, 7 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas		✓		✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓		✓	
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		<i>3</i>		<i>3</i>	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
- ② Risiko Sedang : Skor *3*-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *tn-p*
 Usia : *68 tahun*
 Jenis Kelamin : *laki-laki*
 Hari/Tanggal : *sabtu, 08 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas		✓		✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓		✓	
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		<i>3</i>		<i>3</i>	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor *3*-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *Tn. P*
 Usia : *68 tahun*
 Jenis Kelamin : *Laki-laki*
 Hari/Tanggal : *Minggu, 09 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas		✓		✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓			✓
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		3		2	

Keterangan :

- ① Risiko Rendah : Skor 0-2
- ② Risiko Sedang : Skor 3-4
- ③ Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *rn-p*
 Usia : *68 tahun*
 Jenis Kelamin : *laki-laki*
 Hari/Tanggal : *Senin, 10 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas		✓		✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan		✓		✓
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		<i>2</i>		<i>2</i>	

Keterangan :

- ① Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor *3*-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *m-p*
 Usia : *68 tahun*
 Jenis Kelamin : *Laki-laki*
 Hari/Tanggal : *Selasa, 11 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas		✓		✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan		✓		✓
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		2		2	

Keterangan :

- ① Risiko Rendah : Skor 0-2
- 2. Risiko Sedang : Skor 3-4
- 3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *Ny-F*
 Usia : *73 tahun*
 Jenis Kelamin : *perempuan*
 Hari/Tanggal : *Rabu, 05 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat	✓		✓	
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas	✓		✓	
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓		✓	
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		5		5	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor 2-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : NY-F
 Usia : 73 tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Hari/Tanggal : Kamis, 06 Maret 2025

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas	✓		✓	
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓		✓	
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		4		4	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
- ② Risiko Sedang : Skor 2-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *NY-F*
 Usia : *73 tahun*
 Jenis Kelamin : *perempuan*
 Hari/Tanggal : *jumat, 07 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		1	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas	✓			✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓		✓	
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		4		3	

Keterangan :

1. Risiko Rendah : Skor 0-2
- ② Risiko Sedang : Skor 3-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *MT-F*
 Usia : *73 tahun*
 Jenis Kelamin : *perempuan*
 Hari/Tanggal : *sabtu, 08 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas	✓			✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓			✓
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		4		2	

Keterangan :

- ① Risiko Rendah : Skor 0-2
- ② Risiko Sedang : Skor 3-4
- ③ Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *NY-F*
 Usia : *73 tahun*
 Jenis Kelamin : *perempuan*
 Hari/Tanggal : *Minggu, 09 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas		✓		✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓			✓
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		<i>3</i>		<i>2</i>	

Keterangan :

- ① Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor 3-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *MY. F*
 Usia : *78 tahun*
 Jenis Kelamin : *perempuan*
 Hari/Tanggal : *Senin, 10 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas		✓		✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan	✓			✓
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		<i>2</i>		<i>2</i>	

Keterangan :

- ① Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor 3-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

**LEMBAR OBSERVASI RESIKO PENURUNAN CURAH JANTUNG
PADA LANSIA DENGAN HIPERTENSI**

A. Identitas Pasien

Nama : *NY-F*
 Usia : *73 tahun*
 Jenis Kelamin : *perempuan*
 Hari/Tanggal : *Selasa, 11 Maret 2025*

B. Parameter Observasi

Catat hasil pengukuran dan observasi berikut:

No	Pernyataan	Pre Test		Post Test	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Tekanan darah pasien tercatat mencapai atau melebihi 140/90 mmHg	✓		✓	
2.	Denyut nadi pasien melebihi 100 kali per menit saat dalam kondisi istirahat		✓		✓
3.	Waktu pengisian kapiler pasien lebih dari 3 detik		✓		✓
4.	Pasien tampak gelisah tanpa sebab yang jelas		✓		✓
5.	Pasien tampak lelah meskipun hanya melakukan aktivitas ringan		✓		✓
6.	Pasien mengeluhkan pusing atau kepala terasa ringan	✓		✓	
Jumlah skor		<i>2</i>		<i>2</i>	

Keterangan :

- ① Risiko Rendah : Skor 0-2
2. Risiko Sedang : Skor *3*-4
3. Risiko Tinggi : Skor 5-6

Lampiran 9. Surat *Ethical Clearance*



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION "ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.1018/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Lija Sinaga
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mencegah Resiko Penurunan Curah Jantung pada Lansia dengan Hipertensi di Puskesmas Kilometer 11 Tahun 2025"

"Application of Autogenic Relaxation Therapy to Prevent the Risk of Decreased Cardiac Output in Elderly People with Hypertension at the Kilometer 11 Community Health Center in 2025"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang menunjuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfilment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 15 Mei 2025 sampai dengan tanggal 15 Mei 2026.

This declaration of ethics applies during the period May 15, 2025 until May 15, 2026.



May 15, 2025
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

00088/EE/2025/0159231271

Lampiran 10. Bukti Konsultasi Bimbingan

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH**

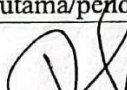
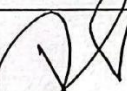
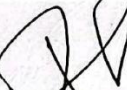
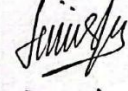
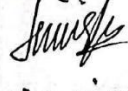
Judul KTI : "Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mencegah Resiko Penurunan Curah Jantung Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kilometer 11 Tahun 2025"

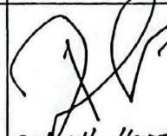
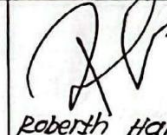
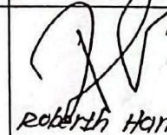
Nama Mahasiswa : Lija Sinaga

Nomor Induk Mahasiswa : P07520422026

Nama Pembimbing 1 : Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M

Nama Pembimbing 2 : Jojor Silaban, SST, M.Kes

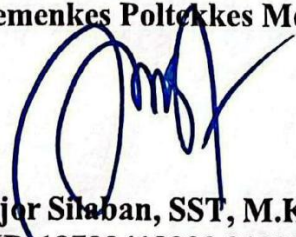
No	Hari/Tanggal	Materi bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing utama/pendamping
1	Kamis, 02 Januari 2025	Bimbingan Judul KTI	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
2	Jumat, 03 Januari 2025	Bimbingan Judul KTI (ACC)	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
3	Selasa, 07 Januari 2025	Bimbingan BAB I	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
4	Selasa, 08 Januari 2025	Bimbingan Revisi BAB I	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
5	Senin, 13 Januari 2025	Bimbingan Revisi BAB I (ACC)	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M

6	Rabu, 15 Januari 2025	Bimbingan BAB II dan III	 Liza sinaga	 Robert Hama Sitakhi, SKM, M.K-M
7	Kamis, 16 Januari 2025	Bimbingan Revisi BAB II dan III	 Liza sinaga	 Robert Hama Sitakhi, SKM, M.K-M
8	Senin, 20 Januari 2025	Bimbingan Revisi BAB II dan III (Acc)	 Liza sinaga	 Robert Hama Sitakhi, SKM, M.K-M
9	Selasa, 21 Januari 2025	Bimbingan penulisan (Acc)	 Liza sinaga	 Jojo Silaban, SST, M.Kes
10	Rabu, 22 Januari 2025	Ujian seminar proposisi	 Liza sinaga	 Robert Hama Sitakhi, SKM, M.K-M
11	Selasa, 04 Februari 2025	Bimbingan Revisi post seminar proposisi	 Liza sinaga	 Robert Hama Sitakhi, SKM, M.K-M
12	Jumat, 07 Februari 2025	Bimbingan Revisi post seminar proposisi (Acc)	 Liza sinaga	 Robert Hama Sitakhi, SKM, M.K-M

Sidikalang,

2025

Ketua Prodi D III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan


Jojo Silaban, SST, M.Kes
NIP.19730418200 3122001

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

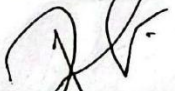
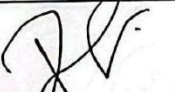
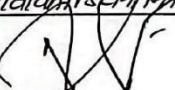
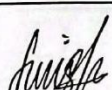
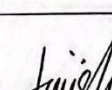
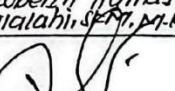
Judul KTI : "Penerapan Terapi Relaksasi Autogenik Untuk Mencegah Resiko Penurunan Curah Jantung Pada Lansia Dengan Hipertensi Di Puskesmas Kilometer 11 Tahun 2025"

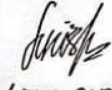
Nama Mahasiswa : Lija Sinaga

Nomor Induk Mahasiswa : P07520422026

Nama Pembimbing 1 : Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M

Nama Pembimbing 2 : Jojor Silaban, SST, M.Kes

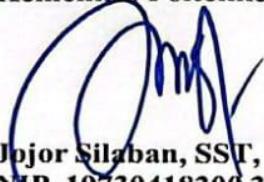
No	Hari/Tanggal	Materi bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing utama/pendamping
1	Senin, 10 Maret 2025	Bimbingan lembar observasi	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
2.	Selasa, 11 Maret 2025	Bimbingan cara pengisian lembar observasi	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
3	Rabu, 09 April 2025	Bimbingan BAB 14	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
4	Kamis, 10 April 2025	Bimbingan Relisi BAB 14	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
5	Jumat, 11 April 2025	Bimbingan Relisi BAB 14	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M
6	Selasa, 15 April 2025	Bimbingan Relisi BAB 14 (ACC)	 Lija sinaga	 Roberth Harnat Silalahi, SKM, M.K.M

7	kamis, 17 April 2025	Bimbingan penulisan BAB IV	 Lito sinaga	 Jojo Silaban, SST, M.Kes
8	Rabu, 23 April 2025	Bimbingan penulisan BAB IV (ACC)	 Lito sinaga	Jojo Silaban, SST, M.Kes
9	Jelasa, 29 April 2025	Bimbingan BAB V	 Lito sinaga	 Robert Hamat Sitakahi, SKM, M.K-M
10	Rabu, 07 Mei 2025	Bimbingan Revisi BAB V (ACC)	 Lito sinaga	 Robert Hamat Sitakahi, SKM, M.K-M
11	kamis, 15 Mei 2025	Bimbingan penulisan BAB V	 Lito sinaga	Jojo Silaban, SST, M.Kes
12	senin, 19 Mei 2025	Bimbingan penulisan BAB V (ACC)	 Lito sinaga	Jojo Silaban, SST-M.Kes
13	senin, 26 Mei 2025	Ujian seminar Hasil	 Lito sinaga	 Robert Hamat Sitakahi, SKM, M.K-M
14	senin, 02 Juni 2025	Bimbingan Revisi post seminar Hasil	 Lito sinaga	 Robert Hamat Sitakahi, SKM, M.K-M
15	kamis, 05 Juni 2025	Bimbingan Revisi post seminar Hasil (ACC)	 Lito sinaga	 Robert Hamat Sitakahi, SKM, M.K-M

Sidikalang,

2025

**Ketua Prodi D III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan**


Jojo Silaban, SST, M.Kes
NIP. 19730418200 3122001

Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian

**DOKUMENTASI PENELITIAN DI PUSKESMAS KILOMETER 11
TAHUN 2025**

Nama : Lija Sinaga
Nim : P07520422026



