

DAFTAR PUSTAKA

- Damanik, R. K., Pardede, J. A., & Manalu, L. W. (2020). Terapi Kognitif Terhadap Kemampuan Interaksi Pasien Skizofrenia Dengan Isolasi Sosial. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(2), 226-235.
- Efendi Putra Hulu, Dkk: 2020. (2020). Efektifitas Behaviour Therapy Terhadap Risiko Perilaku Kekerasan Pada Pasien Skizofrenia. *Jurnal Mutiara Ners*, 3, 8–14.
- Fajariyah, N. (2012). *Asuhan keperawatan dengan gangguan harga diri rendah*. JAKARTA: Trans Info.
- Hadiansyah, T., & Praghlapati, A. (2020). Kecemasan Keluarga Dalam Merawat Klien Skizofrenia. *Jurnal Keperawatan'Aisyiyah*, 7(1), 25-29.
- Huxley, P., & Thornicroft, G. (2003). *Social inclusion and mental health*. *British Journal of Psychiatry*, 182(1), 1-2.
- Ilham, D., Irwanda, P., Priasmoro, D. P., & Laksono, B. B. (2022). *Gambaran Kemampuan Keluarga Dalam Perawatan Diri (Self- Care) Pada Penderita Skizofrenia*. (2), 47–56
- Indrayani, Y. A. and Wahyudi, T. (2019) Infodatin Situasi Kesehatan Jiwa di Indonesia. JAKARTA: PUSAT DATA DAN INFORMASI KEMENKES RI.
- Jayanti, D. M. A. D., Budianto, I. W., & Laksmi, I. G. A. P. S. (2022). Pengaruh teknik relaksasi pernapasan dalam terhadap perilaku marah pasien skizofrenia di UPTD RSJ Provinsi Bali. *Journal of Health (JoH)*, 9(1), 1-8.
- Nandasari, A. D., Pinilih, S. S., & Amin, M. K. (2022). Terapi aktivitas kelompok sosialisasi pada asuhan keperawatan klien dengan isolasi sosial. *Borobudur Nursing Review*, 2(1), 40-46.
- Oliveira, P., et al. (2021). *Paranoid Schizophrenia: Clinical and Functional Outcomes*. *Journal of Clinical Psychology*, 77(5), 1205-1215.
- Pongdatu, M., Suzanna., Yati, M., Armayani., Antari, I., Novia, K., Florensa., Mulyanti., Dekawaty, A., Fauziah, S. (2023). *Asuhan keperawatan jiwa*. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.
- Simanjuntak, T. H., Gustina, E., Pratama, M. Y., & Olivia, N. (2024). ASUHAN KEPERAWATAN DEFISIT PERAWATAN DIRI PADA PASIEN ISOLASI SOSIAL DI RUMAH SAKIT JIWA PROF. DR. M. ILDREM MEDAN. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(1), 1-7.

- Tukatman., Dekawaty, A., Suzanna., Indriani, C., Horhoruw, A., Sriwaty, I., Yunita, A., Ibrahim, D. A. F., Marlina, T. (2023). *Keperawatan jiwa pada perubahan adaptasi psikososial*. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.
- Waluyo, A. (2022). Efektifitas Penerapan Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Skizofrenia Dengan Resiko Perilaku Kekerasan. *Jurnal Kesehatan Panca Bhakti Lampung*, 10(2), 64-73.
- WHO (2019). Schizophrenia. Diakses 22 Juli 2020. <https://www.who.int/newsroom/factsheets/detail/schizophrenia>.
- Yuniartika, W., & Santi, C. N. (2019). Penurunan Kecemasan pada Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Menggunakan Terapi Musik. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 6(1), 26-30.

Lampiran 1. Surat Balasan Survey Awal



PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI
DINAS KESEHATAN
UPT. PUSKESMAS SIGALINGGING

Jalan Dolok Sanggul - Sigalingging, Kode Pos : 22282
Laman : <https://puskesmas.dairikab.go.id/sigalingging> Pos-el: puskesmas.sigalingging@gmail.com

Sigalingging, 19 Maret 2025

Nomor : 400.7.1/160 /PUSKSGLG/ III/ 2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Yth. Ketua Prodi-III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan
di
Tempat

Dengan hormat,

Menindaklanjuti Surat dari Dinas Kesehatan Nomor : 400.7/ 1874/ DINKES/ III/ 2025, Tanggal 14 Maret 2025 dan Surat dari Ketua Program Studi D-III Keperawatan Dairi, Nomor : DP.04.03/F.XXII.20/104/2025, Tanggal 13 Maret 2025, Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Maka dengan ini kami memberikan Izin Penelitian melalui wawancara/ menyebar angket/ observasi dalam rangka memenuhi kewajiban penyusunan Karya Tulis Ilmiah pada program D-III Keperawatan dan mendapatkan data-data/ keterangan yang berhubungan dengan Penelitian, kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

NAMA : Bezalel Sinaga
NIM : P07520422019
Judul KTI : "Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi Kecemasan pada Klien Perilaku Isolasi Sosial: Skizofrenia Paranoid di Wilayah Kerja Puskesmas Sigalingging Tahun 2025".

Demikian disampaikan untuk seperlunya dan dapat melaksanakan Penelitian, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



Kepala UPT. Puskesmas Sigalingging

Riswan Sinaga, SKM, M.K.M
Pembina (IV/a)
NIP. 197403012000122001

Lampiran 2. Surat Pengajuan Ijin Penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jemari Gering KM. 13.5
Medan, Sumatera Utara 20132
Telp: 061 8369623
Email: info@poltekkes-medan.ac.id

Nomor : DP.04.03/F.XXII.20/104/2025
Lamp : --
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Sidikalang, 13 Maret 2025

Kepada Yth,
Kepala Dinas Kesehatan Kab. Dairi
di_

Tempat

Dengan hormat,
Bersama ini, datang menghadap Bapak/Ibu, Mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Dairi Kemenkes Poltekkes Medan atas nama :
Nama : Bezalel Sinaga
NIM : P07520422006
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 Napas Dalam Untuk Mengurangi Kecemasan Pada Klien Perilaku Isolasi Sosial:Skizofrenia Paranoid Di Wilayah Kerja Puskesmas Sigalingging Kabupaten Dairi Tahun 2025.** Segala bahan dan keterangan yang diperoleh akan digunakan semata-mata demi perkembangan ilmu pengetahuan dan tidak akan diumumkan dan dibentahukan 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

Tembusan :
1. Kepala UPT. Puskesmas Sigalingging

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://www.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://ttd.keminfo.go.id/genid/POL>.



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

Lampiran 3 .Surat Balasan Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI
DINAS KESEHATAN

Jalan Pandu Sidikalang, Kode Pos : 22212
Laman : <https://dinkes.dairikab.go.id>, Pos-el : dinkes@dairikab.go.id

Sidikalang, 14 Maret 2025

Nomor : 400.7/1874/DINKES/III/2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Ijin Penelitian

Yth.: Ketua Prodi-III Keperawatan Dairi
Kemenkes Poltekkes Medan
di
Tempat

Dengan hormat, menindaklanjuti Surat dari Ketua Program Studi D-III Keperawatan Dairi, Nomor : DP.04.03/F.XXII.20/104/2025, tanggal 13 Maret 2025, Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

Maka dengan ini kami memberikan Ijin Penelitian melalui wawancara/menyebarkan angket/observasi dalam rangka memenuhi kewajiban penyusunan Karya Tulis Ilmiah pada program D-III Keperawatan dan mendapatkan data-data/keterangan yang berhubungan dengan Penelitian, kepada mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : Bezalel Sinaga
NIM : P07520422006
Judul KTI : Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam untuk Mengurangi Kecemasan pada Klien Perilaku Isolasi Sosial : Skizofrenia Paranoid di Wilayah Kerja Puskesmas Sigalingging Kabupaten Dairi Tahun 2025.

Demikian disampaikan untuk seperlunya dan setelah selesai melaksanakan Penelitian, agar menyampaikan laporan ke Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Dairi melalui Kepala UPT Puskesmas Sigalingging Kabupaten Dairi, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



Ditandatangani secara elektronik oleh :
Dr. dr. Henry Manik, M.Kes
Kepala Dinas Kesehatan
Pembina Utama Muda, IV/c
NIP. 196806232000031001



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

Lampiran 4. Lembar Informed Consent

Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
(Informed consed)

Kepada Yth. Responden Penelitian

Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bezalel Sinaga

NIM : P07520422006

Pekerjaan : Mahasiswa Semester VI (Enam) Prodi DII Keperawatan Dairi
Poltekkes Kemenkes Medan.

Akan melaksanakan penelitian dengan judul: "Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Klien Isolasi Sosial: Skizofrenia Paranoid di Wilayah Kerja Puskesmas Sigalingging kabupaten Dairi Tahun 2025". Dengan tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan penerapan terapi relaksasi napas dalam untuk menurunkan kecemasan pada klien isolasi sosial :skizofrenia paranoid di wilayah kerja Puskesmas Sigalingging Kabupaten Dairi tahun 2025.

Identitas pribadi sebagai Responden penelitian akan di rahasiakan dan semua informasi yang di berikan hanya di gunakan untuk penelitian ini. Selanjutnya saya mohon kesediaan saudara/keluarga mengisi kuesioner dengan jujur dan apa adanya. Saya bersedia/tidak bersedia, berpartisipasi tanpa ada sanksi dan konsekuensi buruk di kemudian hari, jika ada hal yang kurang dipahami, saudara dapat bertanya langsung kepada peneliti, atas ketersediaannya dan kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Sidikalang, Maret 2025

Responden

Peneliti


(R. Sihombing)


(Bezalel Sinaga)

Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
(Informed consed)

Kepada Yth. Responden Penelitian
Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bezalel Sinaga

NIM : P07520422006

Pekerjaan : Mahasiswa Semester VI (Enam) Prodi DII Keperawatan Dairi
Poltekkes Kemenkes Medan.

Akan melaksanakan penelitian dengan judul: "Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Klien Isolasi Sosial: Skizofrenia Paranoid di Wilayah Kerja Puskesmas Sigalingging kabupaten Dairi Tahun 2025". Dengan tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan penerapan terapi relaksasi napas dalam untuk menurunkan kecemasan pada klien isolasi sosial :skizofrenia paranoid di wilayah kerja Puskesmas Sigalingging Kabupaten Dairi tahun 2025.

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

Sidikalang, Maret 2025

Responden

Peneliti


(T. Sitanggang)


(Bezalel Sinaga)

Lampiran 5. Standar Operasional Prosedur

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR
RELAKSASI NAPAS DALAM**

Pengertian	Menggunakan tehnik nafas dalam untuk mengurangi tanda dan gejala ketidak nyamanan seperti nyeri, ketegangan otot, atau kecemasan (Sitorus, Egeria , Astuti dan Reni 2024)
Tujuan	1. Memberikan rasa nyaman 2. Mengurangi kecemasan
Indikasi	1. Klien yang mengalami cemas 2. Klien dengan Perasaan tegang,atau takut berlebihan 3. Klien dengan napas cepat atau pendek (hiperventilasi) 4. Klien dengan denyut jantung meningkat (takikardia)
Kontra indikasi	1. Pasien dengan cedera toraks atau fraktur tulang rusuk yang dapat memperburuk nyeri saat bernapas dalam. 2. Pasien dengan gangguan kesadaran yang tidak dapat mengikuti instruksi pernapasan
Prosedur	1. Sampaikan salam 2. Identifikasi pasien 3. Jelaskan tujuan serta langkah langkah untuk prosedur pernapasan dalam yang menenangkan dan minta persetujuan klien secara lisan 4. Buat suasana yang tenang dan bebas dari gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruangan yang nyaman 5. Sediakan posisi yang nyaman, seperti duduk bersandar (Fowler) atau berbaring (supinasi) 6. Anjurkan klien untuk bersantai dan merasakan nuansa relaksasi. 7. Latih teknik pernapasan dalam yang menenangkan a. Anjurkan untuk menutup mata dan fokus sepenuhnya b. Anjurkan mengambil napas dengan perlahan melalui hidung c. Anjurkan untuk mengeluarkan napas secara perlahan melalui mulut yang mengerucut atau membulat d. Tunjukkan selama 6 detik, tahan napas 2 detik, lalu hembuskan napas dari mulut dengan bibir membulat selama 6 detik. Latihan ini dilakukan selama 5-10 menit setiap sesi e. Sarankan pasien untuk melakukan latihan ini sebanyak 10-30 kali dalam satu sesi selama 5-10 menit, dilakukan 1 kali sehari selama 7 hari berturut-turut.
Dokumentasi	1. Catat tindakan yang telah dilakuan,tanggal dan jam pelaksanaan 2. Catat hasil tindakan

Lampiran 6. Lembar Kuisioner

LEMBAR KUESIONER KECEMASAN

Hari/tanggal pengambilan data : (sebelum Penelitian)

Nama : Tn. H.P

Alamat : Parbuluan IV

Jenis Kelamin : Laki-laki

Umur/Tanggal Lahir : 31 Tahun

Status : Belum menikah

Pendidikan Terakhir : SMA

Petunjuk Pengisian

- 1) Baca dan pahami setiap pernyataan berikut, kemudian jawablah sesuai dengan pemahaman saudara!
- 2) Berikan tanda centang (✓) pada kolom pilihan yang tersedia

NO	Pernyataan	Tidak Pernah (0)	Jarang (1)	Kadang-Kadang (2)	Sering (3)	Sangat Sering (4)
1	Apakah anda sering merasa khawatir atau takut tanpa alasan yang jelas?				✓	
2	Apakah anda merasa tegang atau sulit untuk rileks?			✓		
3	Apakah anda merasa takut terhadap hal-hal tertentu, seperti tempat ramai?				✓	
4	Apakah anda mengalami kesulitan tidur atau sering terbangun di malam hari?			✓		
5	Apakah anda merasa sulit untuk berkonsentrasi atau fokus?				✓	

6	Apakah jantung anda sering berdebar-debar?			✓		
7	Apakah anda sering mondar-mandir, atau tidak bisa duduk diam?	✓				
8	Apakah anda sering berkeringat?		✓			
9	Apakah anda sering merasa gemetaran?			✓		
10	Apakah anda sering mimpi buruk?		✓			
11	Apakah anda sering merasa sedih?		✓			
12	Apakah anda sering buang air kecil?	✓				
13	Apakah anda sering merasa pusing?	✓				
14	Apakah anda sering merasa gugup?			✓		

Skala Penilaian

Skor :

- <14 : Tidak ada kecemasan
- 14-20 : Tingkat kecemasan ringan
- 21-27 : Tingkat kecemasan sedang
- 28-41 : Tingkat kecemasan berat
- 42-56 : Tingkat kecemasan sangat berat

Taal 24

LEMBAR KUESIONER KECEMASAN

Hari/tanggal pengambilan data : (Setelah Penelitian)

Nama : Tn. HP
 Alamat : Parbuluh IV
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Umur/Tanggal Lahir : 31 Tahun
 Status : Belum menikah
 Pendidikan Terakhir : SMA

Petunjuk Pengisian

- 1) Baca dan pahami setiap pernyataan berikut, kemudian jawablah sesuai dengan pemahaman saudara!
- 2) Berikan tanda centang (✓) pada kolom pilihan yang tersedia

NO	Pernyataan	Tidak Pernah (0)	Jarang (1)	Kadang-Kadang (2)	Sering (3)	Sangat Sering (4)
1	Apakah anda sering merasa khawatir atau takut tanpa alasan yang jelas?			✓		
2	Apakah anda merasa tegang atau sulit untuk rileks?			✓		
3	Apakah anda merasa takut terhadap hal-hal tertentu, seperti tempat ramai?			✓		
4	Apakah anda mengalami kesulitan tidur atau sering terbangun di malam hari?		✓			
5	Apakah anda merasa sulit untuk berkonsentrasi atau fokus?			✓		

6	Apakah jantung anda sering berdebar-debar?		✓			
7	Apakah anda sering mondar-mandir, atau tidak bisa duduk diam?	✓				
8	Apakah anda sering berkeringat?		✓			
9	Apakah anda sering merasa gemetaran?			✓		
10	Apakah anda sering mimpi buruk?		✓			
11	Apakah anda sering merasa sedih?		✓			
12	Apakah anda sering buang air kecil?	✓				
13	Apakah anda sering merasa pusing?	✓				
14	Apakah anda sering merasa gugup?		✓			

Skala Penilaian

Total = 17

Skor :

<14 : Tidak ada kecemasan

14-20 : Tingkat kecemasan ringan

21-27 : Tingkat kecemasan sedang

28-41 : Tingkat kecemasan berat

42-56 : Tingkat kecemasan sangat berat

LEMBAR KUESIONER KECEMASAN

Hari/tanggal pengambilan data : (Sebelum Penelitian)

Nama : Tn. B.S

Alamat : Parbuluan LV

Jenis Kelamin : Laki-laki

Umur/Tanggal Lahir : 30 Tahun

Status : Belum menikah

Pendidikan Terakhir : SMK

Petunjuk Pengisian

- 1) Baca dan pahami setiap pernyataan berikut, kemudian jawablah sesuai dengan pemahaman saudara!
- 2) Berikan tanda centang (✓) pada kolom pilihan yang tersedia

NO	Pernyataan	Tidak Pernah (0)	Jarang (1)	Kadang-Kadang (2)	Sering (3)	Sangat Sering (4)
1	Apakah anda sering merasa khawatir atau takut tanpa alasan yang jelas?				✓	
2	Apakah anda merasa tegang atau sulit untuk rileks?				✓	
3	Apakah anda merasa takut terhadap hal-hal tertentu, seperti tempat ramai?				✓	
4	Apakah anda mengalami kesulitan tidur atau sering terbangun di malam hari?			✓		
5	Apakah anda merasa sulit untuk berkonsentrasi atau fokus?		✓			

6	Apakah jantung anda sering berdebar-debar?			✓		
7	Apakah anda sering mondar-mandir, atau tidak bisa duduk diam?				✓	
8	Apakah anda sering berkeringat?	✓				
9	Apakah anda sering merasa gemetaran?		✓			
10	Apakah anda sering mimpi buruk?			✓		
11	Apakah anda sering merasa sedih?			✓		
12	Apakah anda sering buang air kecil?			✓		
13	Apakah anda sering merasa pusing?		✓			
14	Apakah anda sering merasa gugup?				✓	

Skala Penilaian

Skor :

- <14 : Tidak ada kecemasan
- 14-20 : Tingkat kecemasan ringan
- 21-27 : Tingkat kecemasan sedang
- 28-41 : Tingkat kecemasan berat
- 42-56 : Tingkat kecemasan sangat berat

Total : 28

LEMBAR KUESIONER KECEMASAN

Hari/tanggal pengambilan data : (Setelah Penelitian)

Nama : Tn. B-S

Alamat : Perumahan IV

Jenis Kelamin : Laki-laki

Umur/Tanggal Lahir : 30 Tahun

Status : Belum menikah

Pendidikan Terakhir : SMK

Petunjuk Pengisian

- 1) Baca dan pahami setiap pernyataan berikut, kemudian jawablah sesuai dengan pemahaman saudara!
- 2) Berikan tanda centang (✓) pada kolom pilihan yang tersedia

NO	Pernyataan	Tidak Pernah (0)	Jarang (1)	Kadang-Kadang (2)	Sering (3)	Sangat Sering (4)
1	Apakah anda sering merasa khawatir atau takut tanpa alasan yang jelas?			✓		
2	Apakah anda merasa tegang atau sulit untuk rileks?			✓		
3	Apakah anda merasa takut terhadap hal-hal tertentu, seperti tempat ramai?			✓		
4	Apakah anda mengalami kesulitan tidur atau sering terbangun di malam hari?		✓			
5	Apakah anda merasa sulit untuk berkonsentrasi atau fokus?		✓			

6	Apakah jantung anda sering berdebar-debar?		✓			
7	Apakah anda sering mondar-mandir, atau tidak bisa duduk diam?			✓		
8	Apakah anda sering berkeringat?	✓				
9	Apakah anda sering merasa gemetaran?		✓			
10	Apakah anda sering mimpi buruk?			✓		
11	Apakah anda sering merasa sedih?			✓		
12	Apakah anda sering buang air kecil?		✓			
13	Apakah anda sering merasa pusing?		✓			
14	Apakah anda sering merasa gugup?			✓		

Skala Penilaian

Skor :

<14 : Tidak ada kecemasan

14-20 : Tingkat kecemasan ringan

21-27 : Tingkat kecemasan sedang

28-41 : Tingkat kecemasan berat

42-56 : Tingkat kecemasan sangat berat

TOTAL = 20

Lampiran 7. Surat selesai penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DAIRI
DINAS KESEHATAN
UPT. PUSKESMAS SIGALINGGING

Jalan Dolok Sanggul - Sigalingging, Kode Pos : 22282
Laman : <https://puskesmas.dairikab.go.id/sigalingging> Pos-el: puskesmas.sigalingging@gmail.com

Sigalingging, 28 Maret 2025

Nomor : 400.7.1/ /PUSKSGLG/ III/ 2025
Sifat : Biasa
Lampiran : -
Hal : Selesai Melaksanakan
Penelitian

Yth. Ketua Prodi-III Keperawatan Dairi
Poltekkes Kemenkes Medan
di
Tempat

Dengan hormat,

Menindaklanjuti Surat dari Dinas Kesehatan Nomor : 400.71 1874/
DINKES/ III/ 2025, Tanggal 14 Maret 2025 dan Surat dari Ketua Program Studi D-
111 Keperawatan Dairi, Nomor : DP.04.03/F.XXII.20/104/2025, Tanggal 13 Maret
2025, Hal : Permohonan Izin Penelitian.

Nama : Bezalel Sinaga
Nim : P07520422006
Judul KTI : "Penerapan Terapi Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengurangi
Kecemasan pada Klien Perilaku Isolasi Sosial: Skizofrenia
Paranoid di Wilayah Kerja Puskesmas Sigalingging Tahun
2025".

Maka dengan ini kami sampaikan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai
melaksanakan penelitian di Puskesmas Sigalingging.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.



Bezalel Sinaga, SKM, M.K.M
Pembina (I/a)
NIP. 197403012000122001

Lampiran 8. 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 APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.01.26.1890/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 5 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : BEZALEL SINAGA
Principal In Investigator

Nama Institusi : KEMENKES POLITEKNIK
KESEHATAN MEDAN
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM UNTUK MENGURANGI KECEMASAN PADA KLIEN
PERILAKU ISOLASI SOSIAL: SKIZOFRENIA PARANOID DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS SIGALINGGING
KABUPATEN DAIRI TAHUN 2025"**

**"APPLICATION OF DEEP BREATHING RELAXATION THERAPY TO REDUCE ANXIETY IN CLIENTS WITH SOCIAL
ISOLATION BEHAVIOR: PARANOID SCHIZOPHRENIA IN THE WORK AREA OF SIGALINGGING COMMUNITY
HEALTH CENTER, DAIRI REGENCY 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 merujuk 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 fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 02 September 2025 sampai dengan tanggal 02 September 2026.

This declaration of ethics applies during the period September 02, 2025 until September 02, 2026.



Dr. Lestari Rahmah, MKT

00160/EA/2025/0159231271

Lampiran 9. Lembar Konsultasi Bimbingan

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH**

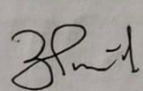
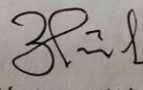
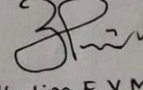
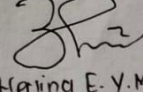
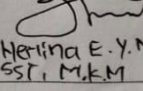
Judul KTI : "Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Untuk
Mengurangi Kecemasan Pada Klien Isolasi Sosial:
Skizofrenia Paranoid Diwilayah Kerja Puskesmas
Sigalingging Kabupaten Dairi Tahun 2025

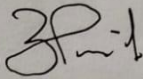
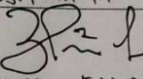
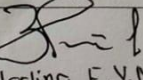
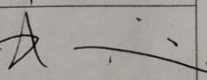
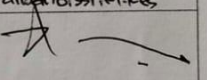
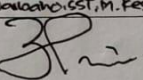
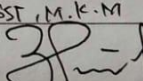
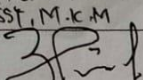
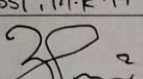
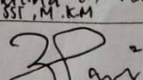
Nama Mahasiswa : Bezalel sinaga

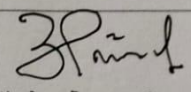
Nomor Induk Mahasiswa : P07520422006

Pembimbing 1 : Herlina Evi Yanti Manik, SST, M.K.M

Pembimbing 2 : Risdiana Melinda Naibaho, SST, M.Kes

No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama/Pendamping
1.	Senin, 28-10-2024	Bimbingan Pengajuan Judul KTI	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
2.	Rabu, 30-10-2024	Bimbingan Pengajuan Judul KTI	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
3.	Senin, 04-11-2024	Bimbingan BAB I (Latar Belakang)	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
4.	Kamis, 07-11-2024	Bimbingan BAB I (Tujuan Penelitian)	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
5.	Selasa, 19-11-2024	Bimbingan BAB II dan BAB III	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M

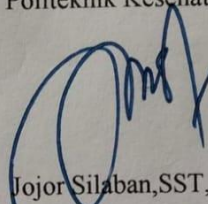
6.	Selasa, 19-11-2024	Bimbingan BAB II dan BAB III	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
7.	Rabu, 11-12-2024	Bimbingan BAB II, III	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
8.	Senin, 16-12-2024	Bimbingan BAB II, III (ACC)	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
9.	Jumat, 18-01-2025	Bimbingan Penulisan BAB I, II, III	 Bezalel Sinaga	 Risdiana Melinda Nalapatra, SST, M.Kes
10.	Senin, 21-01-2025	Bimbingan Penulisan BAB I, II, III (ACC)	 Bezalel Sinaga	 Risdiana Melinda Nalapatra, SST, M.Kes
11.	Rabu, 22-01-2025	Ujian Seminar Proposal	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
12.	Selasa, 11-02-2025	Bimbingan Revisi post sempro	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
13.	Jumat, 21-02-2025	Bimbingan Revisi post sempro	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
14.	Senin, 24-02-2025	Bimbingan post sempro	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
15.	Selasa, 25-02-2025	Bimbingan post sempro (ACC)	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M

16.	Rabu, 26 -02 2025	Bimbingan pengetikan (ACC)	 Bezalet Sinaga	 Hertina P.Y Manik ST, M.K.M
-----	----------------------	----------------------------------	---	---

Sidikalang,

2025

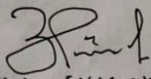
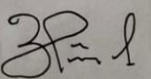
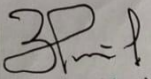
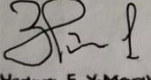
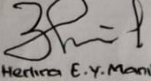
Ketua Prodi D III Keperawatan Dairi
Politeknik Kesehatan Medan

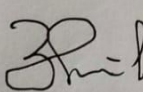
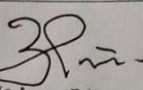
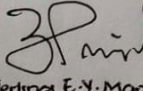
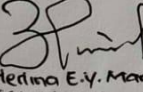
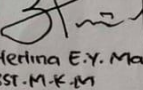
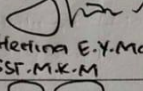
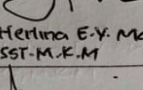
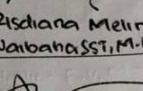
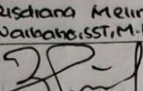
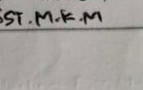

Jojo Silaban, SST, M.Kes
NIP. 197304182003122001

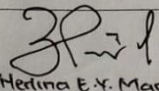
**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Judul KTI : "Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Untuk
Mengurangi Kecemasan Pada Klien Isolasi Sosial:
Skizofrenia Paranoid Diwilayah Kerja Puskesmas
Sigalingging Kabupaten Dairi Tahun 2025

Nama Mahasiswa : Bezalel sinaga
Nomor Induk Mahasiswa : P07520422006
Pembimbing 1 : Herlina Evi Yanti Manik, SST, M.K.M
Pembimbing 2 : Risdiana Melinda Naibaho, SST, M.Kes

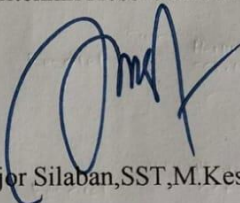
No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Pembimbing Utama/Pendamping
1.	Rabu, 26-03-2025	Bimbingan lembar observasi dan lembar kuesioner (ACC)	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik, SST, M.K.M
2.	Selasa, 08-04-2025	Bimbingan BAB <u>IV</u>	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
3.	Kamis, 10-04-2025	Bimbingan revisi BAB <u>IV</u>	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
4.	Selasa, 22-04-2025	Bimbingan revisi BAB <u>IV</u>	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M
5.	Kamis, 24-04-2025	Bimbingan revisi BAB <u>IV</u>	 Bezalel Sinaga	 Herlina E.Y. Manik SST, M.K.M

6.	Selasa, 29-04-2025	Bimbingan revisi BAB <u>IV</u>	 Bezalel Sinaga	 Hertina E.Y. Manik SST, M.K.M
7.	Selasa, 06-05-2025	Bimbingan revisi BAB <u>IV</u>	 Bezalel Sinaga	 Hertina E.Y. Manik SST, M.K.M
8.	Rabu, 07-05-2025	Bimbingan BAB <u>V</u>	 Bezalel Sinaga	 Hertina E.Y. Manik SST, M.K.M
9.	Kamis, 08-05-2025	Bimbingan revisi BAB <u>V</u>	 Bezalel Sinaga	 Hertina E.Y. Manik SST, M.K.M
10.	Jumat, 09-05-2025	Bimbingan revisi BAB <u>V</u>	 Bezalel Sinaga	 Hertina E.Y. Manik SST, M.K.M
11.	Kamis, 15-05-2025	Bimbingan revisi BAB <u>V</u>	 Bezalel Sinaga	 Hertina E.Y. Manik SST, M.K.M
12.	Jumat 16-05-2025	Bimbingan revisi BAB <u>V</u> (ACC)	 Bezalel Sinaga	 Hertina E.Y. Manik SST, M.K.M
13.	Senin, 19-05-2025	Bimbingan Penulisan BAB <u>IV</u> , BAB <u>V</u>	 Bezalel Sinaga	 Rusdiana Melinda Nambaha, SST, M.Kes
14.	Selasa, 20-05-2025	Bimbingan Penulisan BAB <u>IV</u> , BAB <u>V</u>	 Bezalel Sinaga	 Rusdiana Melinda Nambaha, SST, M.Kes
15.	Jumat, 23 Mei 2025	Ujian Seminar Hogi	 Bezalel Sinaga	 Hertina E.Y. Manik SST, M.K.M

16.	Senin, 25-05-2025	Bimbingan revisi post seminar Hasil	 Bezael Sinaga	 Herlina E.Y. Marnic SST. M.K.M
-----	----------------------	---	--	--

Sidikalang, 2025

Ketua Prodi D III Keperawatan Dairi
Politeknik Kesehatan Medan


Jojo Silaban, SST, M.Kes
NIP. 197304182003122001

Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian



