



Lampiran – Lampiran

Lampiran 1.

PROSEDUR TEHNIK RELAKSASI NAFAS DALAM

FASE PRAINTERAKSI

- 1 Menyiapkan perelengkapan
- 2 Memastikan kuku ibu jari dan jari tangan sudah dipotong dan aman

FASE ORIENTASI

1. Mengucapkan salam
2. Memperkenalkan diri/mengingatkan
3. Menjelaskan terapi akupresur: pengertian, tujuan, manfaat, prosedur, keuntungan akupresur, kerugian jika tidak diakupresur.
4. Meminta persetujuan dilakukan akupresur.

FASE INTERAKSI

1. Mencuci tangan
2. Memakai sarung tangan
3. Membaca basmallah
4. Mengatur posisi Pasien senyaman mungkin
5. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah
6. Pasang sarung tangan
7. Tempatkan pasien di tempat yang tenang dan nyaman
8. Ciptakan lingkungan tenang dan tanpa gangguan dengan pencahayaan dan suhu ruangan nyaman.
9. Berikan posisi yang nyaman misal dengan duduk bersandar atau tidur
10. Anjurkan rileks dan merasakan sensasi relaksasi
11. Latih melakukan teknik nafas dalam
 - a. Anjurkan tutup mata dan konsentrasi gemuk
 - b. Ajarkan melakukan inspirasi dengan menghirup udara melalui hidung secara bertahan
 - c. Ajarkan melakukan aspirasi dengan menghembuskan udara dengan cara mulut mencuci secara perlahan
 - d. Demonstrasikan menarik nafas dalam selama 4 detik menahan nafas selama 2 detik dan menghembuskan nafas selama 8 detik
12. Monitor respon pasien selama prosedur
13. Rapikan pasien dan alat yang digunakan
14. Lepaskan sarung tangan
15. Lakukan kebersihan tangan 6 langkah

TERMINASI

1. Mengucapkan Alhamdulillah
2. Mendoakan pasien
3. Mengakhiri kontrak
4. Mengucapkan salam
5. Mendokumentasikan dalam catatan Pasien

Lampiran 2.

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : _____

Alamat : _____

Umur : _____

Setelah mendapatkan penjelasan , saya bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Profesi Keperawatan Ners, Universitas Al- Irsyad Cilacap dengan judul “Asuhan Keperawatan Pasien Gastritis dengan Nyeri Akut dan Tindakan Keperawatan Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam di Puskesmas Maos.”

Saya memahami penelitian ini tidak bersifat negative atau merugikan saya, oleh karena itu saya secara sukarela dan tanpa tekanan untuk menjadi responden dalam penelitian ini Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Cilacap, Juni 2024
Responden

(_____)

Lampiran 3.

**PENGUKURAN INTENSITAS NYERI SEBELUM DAN SESUDAH
DILAKUKAN TINDAKAN PENERAPAN TEHNIK NAFAS DALAM**

Nama : _____

Umur : _____

Jenis Kelamin : _____

Alamat : _____

Tanggal Implementasi : _____

1. Responden hanya menunjukkan angka yang nyeri yang dirasakan berdasarkan skala nyeri
2. Mengukur Tingkat nyeri yang dirasakan Pasien sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.
3. Mengukur skala nyeri untuk mengukur Tingkat nyeri yang dirasakan Pasien



Keterangan :

1. 0-3 Nyeri Ringan
2. 4-6 Nyeri Sedang
3. 7-10 Nyeri Berat

Skala Nyeri Sebelum Intervensi

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | 0 : Tidak nyeri, tidak ada keluhan nyeri |
| <input type="checkbox"/> | 1-3 : Nyeri ringan, ada rasa nyeri mulai terasa dan masih dapat ditahan |
| <input type="checkbox"/> | 4-6 : Nyeri sedang, ada rasa nyeri, terasa mengganggu dengan usaha yg cukup untuk menahannya |
| <input type="checkbox"/> | 7-10 : Nyeri berat, ada rasa nyeri, terasa sangat mengganggu , tidak tertahankan sehingga harus menangis, menjerit bahkan berteriak |

Skala Nyeri setelah Intervensi

- | | |
|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | 0 : Tidak nyeri, tidak ada keluhan nyeri |
| <input type="checkbox"/> | 1-3 : Nyeri ringan, ada rasa nyeri mulai terasa dan masih dapat ditahan |
| <input type="checkbox"/> | 4-6 : Nyeri sedang, ada rasa nyeri, terasa mengganggu dengan usaha yg cukup untuk menahannya |
| <input type="checkbox"/> | 7-10 : nyeri berat, ada rasa nyeri, terasa sangat mengganggu , tidak tertahankan sehingga harus menangis, menjerit bahkan berteriak |