

LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Penelitian

1. Data *pretest* dan *posttest* untuk uji statistik

a. Kelompok Perlakuan

| Nama | Gender | Usia | Pre Sistolik | Post Sistolik | Pre Diastolik | Post Diastolik | Interval |
|--------|--------|------|--------------|---------------|---------------|----------------|--------------------------|
| Bp. M | L | 66 | 143 | 149 | 95 | 100 | Seminggu 2x Senin Selasa |
| Bp. A | P | 73 | 177 | 134 | 102 | 83 | 6x runtut |
| Ny. E | P | 64 | 190 | 135 | 118 | 85 | 6x runtut |
| Ny. H | P | 61 | 155 | 115 | 92 | 78 | 6x runtut |
| Bp. W | L | 68 | 187 | 128 | 115 | 82 | 6x runtut |
| Ny. M | P | 76 | 144 | 120 | 91 | 85 | Selang seling |
| Bp. S | L | 78 | 155 | 124 | 98 | 77 | Selang seling |
| Ny. I | P | 67 | 151 | 142 | 96 | 95 | Selang Seling |
| Ny. U | P | 74 | 171 | 130 | 102 | 88 | Selang seling |
| Bp. Se | L | 66 | 207 | 183 | 117 | 113 | Selang Seling |
| Ny. L | P | 60 | 175 | 148 | 109 | 96 | Selang seling |

b. Kelompok Kontrol

| Nama | Gender | Usia | Pre Sistolik | Post Sistolik | Pre Diastolik | Post Diastolik |
|--------|--------|------|--------------|---------------|---------------|----------------|
| Ny. A | P | 61 | 140 | 140 | 92 | 88 |
| Ny. Ha | P | 62 | 146 | 141 | 97 | 98 |
| Ny. B | P | 61 | 153 | 158 | 95 | 99 |
| Bp. Ma | L | 82 | 184 | 201 | 108 | 112 |
| Ny. R | P | 72 | 158 | 152 | 96 | 94 |
| Ny. S | P | 68 | 166 | 159 | 104 | 97 |
| Ny. R | P | 61 | 147 | 141 | 88 | 93 |
| Ny. T | P | 60 | 140 | 143 | 90 | 92 |
| Ny. T | P | 60 | 155 | 167 | 94 | 103 |
| Bp. N | L | 61 | 178 | 189 | 105 | 111 |
| Ny. H | P | 60 | 184 | 181 | 114 | 106 |

2. Delta

| Selisih <i>pretest-posttest</i> Tekanan Darah Sistolik Kelompok Perlakuan ($\Delta 1$) | Selisih <i>pretest-posttest</i> Tekanan Darah Diastolik Kelompok Perlakuan ($\Delta 2$) | Selisih <i>pretest-posttest</i> Tekanan Darah Sistolik Kelompok Kontrol ($\Delta 3$) | Selisih <i>pretest-posttest</i> Tekanan Darah Diastolik Kelompok Kontrol ($\Delta 4$) |
|--|---|--|---|
| -6 | -5 | 0 | 4 |
| 43 | 19 | 5 | -1 |
| 55 | 33 | -5 | -4 |
| 40 | 14 | -17 | -4 |
| 59 | 33 | 6 | 2 |
| 24 | 6 | 7 | 7 |
| 31 | 21 | 6 | -5 |
| 9 | 1 | -3 | -2 |
| 41 | 14 | -12 | -9 |
| 24 | 4 | -11 | -6 |
| 27 | 13 | 3 | 8 |

3. Data observasi harian pada kelompok perlakuan berdasarkan interval pemberian terapi

| Nama | Gender | Usia | Interval | Jam | Pretest | Postest 1 | Postest 2 | Postest 3 | Postest 4 | Postest 5 | Postest 6 |
|-------------|---------------|-------------|----------------------|------------|----------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|
| | | | Seminggu 2x Senin | | | | | | | | |
| Bp. M | L | 66 | Selasa | 07.00 | 143/95 | 129/88 | 136/88 | 149/103 | 132/83 | 141/97 | 149/100 |
| Bp. A | P | 73 | 6x runtut | 08.00 | 177/102 | 154/99 | 156/103 | 141/100 | 139/90 | 137/88 | 134/100 |
| Ny. E | P | 64 | 6x runtut | 09.00 | 190/118 | 177/116 | 161/101 | 149/98 | 141/98 | 151/104 | 135/100 |
| Ny. H | P | 61 | 6x runtut | 07.00 | 155/92 | 143/90 | 138/89 | 142/90 | 136/88 | 129/85 | 115/100 |
| Bp. W | L | 68 | 6x runtut | 10.00 | 187/115 | 162/106 | 143/85 | 140/81 | 148/98 | 137/92 | 128/100 |
| Ny. M | P | 76 | Selang seling | 11.00 | 144/91 | 137/90 | 119/77 | 134/88 | 129/76 | 113/84 | 120/100 |
| Bp. S | L | 78 | Selang seling | 11.00 | 155/98 | 142/97 | 132/87 | 114/78 | 119/80 | 136/83 | 124/100 |
| Ny. I | P | 67 | Selang Seling | 12.00 | 151/96 | 149/95 | 148/101 | 142/90 | 152/100 | 150/102 | 142/100 |
| Ny. U | P | 74 | Selang seling | 12.00 | 171/102 | 168/115 | 137/90 | 141/89 | 133/89 | 129/79 | 130/100 |
| Bp. Se | L | 66 | Selang Seling | 13.00 | 207/117 | 203/105 | 191/110 | 178/106 | 181/109 | 180/108 | 183/100 |
| Ny. L | P | 60 | Selang seling | 11.00 | 175/109 | 168/108 | 153/106 | 152/99 | 154/102 | 151/97 | 148/100 |

Lampiran 2 Uji Statistik

1. Uji Normalitas

| | | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|--------------------|-----------|---------------------------------|----|-------------------|--------------|----|------|
| | Kelompok | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| Pretest Sistolik | Perlakuan | ,198 | 11 | ,200 [*] | ,940 | 11 | ,516 |
| | Kontrol | ,165 | 11 | ,200 [*] | ,893 | 11 | ,151 |
| Posttest Sistolik | Perlakuan | ,181 | 11 | ,200 [*] | ,882 | 11 | ,109 |
| | Kontrol | ,176 | 11 | ,200 [*] | ,887 | 11 | ,129 |
| Pretest Diastolik | Perlakuan | ,183 | 11 | ,200 [*] | ,899 | 11 | ,180 |
| | Kontrol | ,207 | 11 | ,200 [*] | ,937 | 11 | ,491 |
| Posttest Diastolik | Perlakuan | ,199 | 11 | ,200 [*] | ,910 | 11 | ,243 |
| | Kontrol | ,155 | 11 | ,200 [*] | ,949 | 11 | ,627 |

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

2. Paired T Test

| | | Mean | N | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------|------------------------------|--------|----|----------------|-----------------|
| Pair 1 | Pretest Sistolik Perlakuan | 168,64 | 11 | 20,805 | 6,273 |
| | Posttest Sistolik Perlakuan | 137,09 | 11 | 18,684 | 5,633 |
| Pair 2 | Pretest Sistolik Kontrol | 159,18 | 11 | 16,576 | 4,998 |
| | Posttest Sistolik Kontrol | 161,09 | 11 | 21,163 | 6,381 |
| Pair 3 | Pretest Diastolik Perlakuan | 103,18 | 11 | 10,028 | 3,024 |
| | Posttest Diastolik Perlakuan | 89,27 | 11 | 10,790 | 3,253 |
| Pair 4 | Pretest Diastolik Kontrol | 98,45 | 11 | 8,178 | 2,466 |
| | Posttest Diastolik Kontrol | 99,36 | 11 | 7,827 | 2,360 |

| | | Correlation | Sig. |
|--------|--|-------------|------|
| Pair 1 | Pretest Sistolik Perlakuan & Posttest Sistolik Perlakuan | ,536 | ,089 |
| Pair 2 | Pretest Sistolik Kontrol & Posttest Sistolik Kontrol | ,930 | ,000 |
| Pair 3 | Pretest Diastolik Perlakuan & Posttest Diastolik Perlakuan | ,314 | ,347 |
| Pair 4 | Pretest Diastolik Kontrol & Posttest Diastolik Kontrol | ,764 | ,006 |

| | | Paired Samples Test | | | | | t | df | Sig. (2-tailed) |
|--------|--|---------------------|----------------|-----------------|---|--------|-------|----|-----------------|
| | | Paired Differences | | | | | | | |
| | | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | | | | |
| | | | | | Lower | Upper | | | |
| Pair 1 | Pretest Sistolik Perlakuan - Posttest Sistolik Perlakuan | 31,545 | 19,102 | 5,759 | 18,713 | 44,378 | 5,477 | 10 | ,000 |
| Pair 2 | Pretest Sistolik Kontrol - Posttest Sistolik Kontrol | -1,909 | 8,384 | 2,528 | -7,542 | 3,723 | -,755 | 10 | ,468 |
| Pair 3 | Pretest Diastolik Perlakuan - Posttest Diastolik Perlakuan | 13,909 | 12,210 | 3,682 | 5,706 | 22,112 | 3,778 | 10 | ,004 |
| Pair 4 | Pretest Diastolik Kontrol - Posttest Diastolik Kontrol | -,909 | 5,504 | 1,659 | -4,607 | 2,788 | -,548 | 10 | ,596 |

3. Uji Normalitas Data Delta

| Tests of Normality | | | | | | | |
|--------------------|---------------------------------|----|-------|--------------|----|------|--|
| | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | | |
| | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. | |
| $\Delta 1$ | ,165 | 11 | ,200* | ,963 | 11 | ,813 | |
| $\Delta 2$ | ,133 | 11 | ,200* | ,951 | 11 | ,663 | |
| $\Delta 3$ | ,175 | 11 | ,200* | ,896 | 11 | ,167 | |
| $\Delta 4$ | ,167 | 11 | ,200* | ,947 | 11 | ,601 | |

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

4. Uji Levene Data Delta

| Tests of Homogeneity of Variances | | | | | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|------------------|-----|--------|------|--|
| | | Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. | |
| Δ Sistolik | Based on Mean | 4,324 | 1 | 20 | ,051 | |
| | Based on Median | 4,220 | 1 | 20 | ,053 | |
| | Based on Median and with adjusted df | 4,220 | 1 | 13,393 | ,060 | |
| | Based on trimmed mean | 4,438 | 1 | 20 | ,048 | |
| Δ Diastolik | Based on Mean | 3,790 | 1 | 20 | ,066 | |
| | Based on Median | 3,810 | 1 | 20 | ,065 | |
| | Based on Median and with adjusted df | 3,810 | 1 | 13,650 | ,072 | |
| | Based on trimmed mean | 3,805 | 1 | 20 | ,065 | |

3. Independent T Test Data Delta

A. Perbandingan selisih *Pretest* – *Posttest* Tekanan darah sistolik (d1-d2)

Group Statistics

| | Kelompok Δ | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------------------|--------------------|----|-------|----------------|-----------------|
| $\Delta 1\Delta 3$ | Δ Perlakuan | 11 | 31,55 | 19,102 | 5,759 |
| | Δ Kontrol | 11 | -1,91 | 8,384 | 2,528 |

Independent Samples Test

| | | Levene's Test for Equality of Variances | | t-test for Equality of Means | | | | | | |
|--------------------|-----------------------------|---|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|--------|
| | | F | Sig. | t | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference | |
| | | | | | | | | | Lower | Upper |
| $\Delta 1\Delta 3$ | Equal variances assumed | 4,324 | ,051 | 5,319 | 20 | ,000 | 33,455 | 6,290 | 20,334 | 46,575 |
| | Equal variances not assumed | | | 5,319 | 13,715 | ,000 | 33,455 | 6,290 | 19,938 | 46,971 |

Independent Samples Effect Sizes

| | | Standardizer ^a | Point Estimate | 95% Confidence Interval | |
|--------------------|--------------------|---------------------------|----------------|-------------------------|-------|
| | | | | Lower | Upper |
| $\Delta 1\Delta 3$ | Cohen's d | | 14,751 | 2,268 | 3,340 |
| | Hedges' correction | | 15,334 | 1,118 | 3,213 |
| | Glass's delta | | 8,384 | 2,060 | 5,886 |

a. The denominator used in estimating the effect sizes.

Cohen's d uses the pooled standard deviation.

Hedges' correction uses the pooled standard deviation, plus a correction factor.

Glass's delta uses the sample standard deviation of the control group.

B. Perbandingan selisih *Pretest* – *Posttest* Tekanan darah diastolik (d3-d4)

Group Statistics

| | Kelompok Δ | N | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean |
|--------------------|--------------------|----|-------|----------------|-----------------|
| $\Delta 2\Delta 4$ | Δ Perlakuan | 11 | 13,91 | 12,210 | 3,682 |
| | Δ Kontrol | 11 | -,91 | 5,504 | 1,659 |

Independent Samples Effect Sizes

| | | Standardizer ^a | Point Estimate | 95% Confidence Interval | |
|--------------------|--------------------|---------------------------|----------------|-------------------------|-------|
| | | | | Lower | Upper |
| $\Delta 2\Delta 4$ | Cohen's d | | 9,471 | ,585 | 2,515 |
| | Hedges' correction | | 9,845 | ,563 | 2,419 |
| | Glass's delta | | 5,504 | 1,239 | 4,102 |

a. The denominator used in estimating the effect sizes.

Cohen's d uses the pooled standard deviation.

Hedges' correction uses the pooled standard deviation, plus a correction factor.

Glass's delta uses the sample standard deviation of the control group.

Independent Samples Test

| | | Levene's Test for Equality of Variances | | t-test for Equality of Means | | | | | | |
|--------------------|-----------------------------|---|------|------------------------------|--------|-----------------|-----------------|-----------------------|---|--------|
| | | F | Sig. | t | df | Sig. (2-tailed) | Mean Difference | Std. Error Difference | 95% Confidence Interval of the Difference | |
| | | | | | | | | | Lower | Upper |
| $\Delta 2\Delta 4$ | Equal variances assumed | 3,790 | ,066 | 3,669 | 20 | ,002 | 14,818 | 4,038 | 6,395 | 23,242 |
| | Equal variances not assumed | | | 3,669 | 13,902 | ,003 | 14,818 | 4,038 | 6,151 | 23,485 |

Lampiran 4 Standar Operasional Prosedur

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TERAPI RENDAM KAKI AIR JAHE MERAH DAN *SLOW DEEP BREATHING*

| SOP | Keterangan |
|-----------------|--|
| Definisi | Terapi rendam kaki air jahe merah hangat merupakan salah satu terapi nonfarmakologis hipertensi dengan cara merendam kaki menggunakan air jahe merah hangat. Terapi rendam kaki dengan air hangat dapat memperlancar pembuluh darah. Terapi rendam kaki dapat dikombinasi dengan herbal misalnya jahe merah. Jahe merah memiliki kandungan minyak atsiri yang menyebabkan sensasi panas saat mengenai kulit pada telapak kaki sampai mata kaki. Kedua hal tersebut dapat mempengaruhi respon sistemik dan menyebabkan vasodilatasi. Disisi lain, <i>slow deep breathing</i> atau teknik pernapasan secara dalam dan lambat dapat merileksasi tubuh. Rileksasi tubuh dapat menyebabkan vasodilatasi pembuluh darah. Ketika pembuluh darah mengalami vasodilatasi, aliran darah akan lancar dan dapat menurunkan tekanan darah (Hastuti & Desti, 2022; Silfiyani, Luthfina & Khayati, 2021). |
| Tujuan | Melengkapi terapi farmakologis dalam menurunkan tekanan darah |
| Indikasi | Penderita hipertensi |
| Kontraindikasi | <ol style="list-style-type: none"> Memiliki luka pada kaki Memiliki penyakit diabetes melitus |
| Alat | <ol style="list-style-type: none"> Baskom Handuk Kursi <i>Sphygmomanometer</i> digital <i>Stopwatch</i> Termometer air Lembar observasi yang telah disiapkan Alat tulis |
| Bahan | <ol style="list-style-type: none"> Jahe merah 50 gram yang telah dirajang Air 3000cc <i>Hanscoon</i> bersih |
| Persiapan klien | <ol style="list-style-type: none"> Berikan <i>informed consent</i> terlebih dahulu Jika responden bersedia, siapkan peralatan dan bahan yang diperlukan Posisikan klien duduk di atas kursi |
| Cara Kerja | <ol style="list-style-type: none"> Jelaskan maksud dan tujuan tindakan yang akan dilakukan Cuci tangan dan kenakan <i>handscoone</i> Lakukan <i>pretest</i> dengan mengukur tekanan darah awal menggunakan <i>sphygmomanometer</i> digital dalam posisi klien duduk dan catat hasilnya pada lembar observasi Tuangkan air rebusan jahe merah dengan komposisi jahe merah 50 gram kedalam baskom hingga 10 cm diatas mata kaki Pastikan suhu air 40°C, ukur menggunakan termometer Lakukan perendaman kaki klien selama 20 menit |

| | | |
|-------------|-----|---|
| Cara Kerja | 7. | Saat melakukan terapi rendam kaki, ajarkan dan anjurkan klien melakukan teknik <i>slow deep breathing</i> dengan cara menarik napas secara dalam melalui hidung selama 3 detik kemudian tahan napas selama 3 detik lalu hembuskan melalui mulut dengan mencucu secara perlahan selama 4 detik. Dengan demikian, <i>slow deep breathing</i> dapat dilakukan selama 6 kali dalam 1 menit sehingga dalam 20 menit dilakukan 120 kali |
| | 8. | Setelah 20 menit, sudahi terapi rendam kaki air jahe merah dan <i>slow seep breathing</i> |
| | 9. | Keringkan kaki klien menggunakan handuk. |
| | 10. | Ukur kembali tekanan darah klien menggunakan <i>sphygmomanometer</i> digital dalam posisi klien duduk dan catat hasilnya pada lembar observasi |
| | 11. | Terapi ini dilakukan di pagi hari sebelum klien meminum obat anti hipertensi |
| Terminasi | 1. | Informasikan bahwa tindakan telah selesai dan buat kontrak waktu untuk pertemuan berikutnya |
| | 2. | Lakukan terapi rendam kaki air jahe merah dan <i>slow deep breathing</i> selama 6 kali dengan interval pemberian 2 hari sekali |
| Dokumentasi | 1. | Kesuaian tindakan yang dilakukan |
| | 2. | Waktu dan durasi pelaksanaan |
| | 2. | Tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan tindakan |
| | 3. | Data tekanan darah untuk <i>pretest</i> diambil dari pengukuran tekanan darah setelah tindakan yang pertama |
| | 4. | Data tekanan darah untuk <i>posttest</i> diambil dari pengukuran tekanan darah setelah tindakan yang ke 6 |

(Sari & Effendy, 2021; Silfiyani, Luthfina & Khayati, 2021).

Referensi

- Hastuti, H., & Desti, S. (2022). Slow Deep Breathing Berpengaruh Pada Penurunan Tekanan Darah Lansia Dengan Hipertensi (Literature Review). *Jurnal JKFT*, 7(1), 122–128. <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/jkft/article/view/7363>
- Sari, S. M., & Effendy, H. V. (2021). Pengaruh Pemberian Rendaman Air Jahe pada Kaki terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia. *Journal of Ners Community*, 12(01), 34–42. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/2245923>
- Silfiyani, L. D., & Khayati, N. (2021). Aplikasi foot hydrotherapy dengan jahe merah (*zingiber officinale var rubrum*) terhadap penurunan tekanan darah pada lanjut usia dengan hipertensi. *Ners Muda*, 2(3), 127–140. <https://doi.org/doi.org/10.26714/nm.v2i3.8018>

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

PENGUKURAN TEKANAN DARAH

| SOP | Keterangan |
|-----------------|--|
| Definisi | Sementara itu, tekanan darah adalah kekuatan yang dihasilkan oleh dinding arteri saat memompa darah dari jantung. Darah mengalir karena adanya perubahan tekanan, yaitu dari area bertekanan tinggi ke area bertekanan rendah (Hastuti and Desti, 2022). |
| Tujuan | Mengkaji hemodinamik |
| Indikasi | Klien dengan hipertensi Klien yang ingin melakukan pemeriksaan keehatan |
| Kontraindikasi | 1. Terdapat luka pada area yang akan dilakukan pengukuran |
| Alat | 1. Stetoskop 2. <i>Sphygmomanometer</i> digital 3. Lembar observasi |
| Bahan | 1. Kapas alkohol 2. Kantong plastik 3. <i>Handskoone</i> bersih |
| Persiapan klien | 1. Berikan <i>informed consent</i> terlebih dahulu 2. Jika responden bersedia, siapkan peralatan dan bahan yang diperlukan 3. Posisikan klien duduk di atas kursi 4. Pastikan selang udara sudah terpasang pada badan <i>sphygnomanometer</i> digital |
| Cara Kerja | 1. Jelaskan maksud dan tujuan tindakan yang akan dilakukan 2. Cuci tangan dan pakai <i>handscoone</i> 3. Buka pakaian klien yang menutupi lengan atas klien 4. Pasang manset ke lengan atas (2,5 cm dari arteri brakhialis) 5. Bila sudah siap tekan tombol start/stop. Terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan, yaitu : 1. Responden tidak mengonsumsi kafein atau merokok serta tidak melakukan aktivitas fisik selama 30 menit sebelum dilakukan pengukuran 2. Selama pengukuran, responden duduk dengan kedua kaki di lantai dan lengan bertumpu sehingga posisi siku sama tinggi dengan posisi jantung 3. Manset harus menempel pada kulit, bukan pada baju. Bagian manset harus mengelilingi 80% lengan. 4. Selama pengukuran, responden harus tenang dan tidak berbicara. 5. Jika prosedur akan diulangi, tunggu selama 30 detik 6. Hasil akan dicatat pada lembar observasi |
| Terminasi | 1. Informasikan bahwa tindakan telah selesai dan buat kontrak waktu untuk pertemuan berikutnya 2. Observasi tekanan darah menggunakan <i>sphygmomanometer</i> digital dan catat hasilnya pada lembar observasi. 3. Lakukan terapi rendam kaki air jahe merah dan <i>slow deep breathing</i> selama 6x dalam 2 minggu |

| | | |
|-------------|----|---|
| Dokumentasi | 1. | Kesuaian tindakan yang dilakukan |
| | 5. | Tekanan darah sebelum dan sesudah dilakukan tindakan |
| | 6. | Data tekanan darah untuk <i>pretest</i> diambil dari pengukuran tekanan darah setelah tindakan yang pertama |
| | 7. | Data tekanan darah untuk <i>posttest</i> diambil dari pengukuran tekanan darah setelah tindakan yang ke 6 |

(Kusyati *et al.*, 2020)

Referensi

Kusyati, E., Mustaida, Wahyuningsih, R. D., Yunani, Syaifudin, A., R, F., & Hartana, A. (2020). Keterampilan dan Prosedur Laboratorium Keperawatan Dasar (E. K. Yudha (ed.); 3rd ed.). EGC.

Lampiran 5 Formulir Demografi Responden

FORMULIR DEMOGRAFI RESPONDEN

Petunjuk Pengisian

1. Semua pertanyaan wajib dijawab
2. Beri tanda *checklist* (√) pada jawaban yang anda pilih
3. Setiap pertanyaan diisi satu jawaban
4. Bila ada pertanyaan yang kurang dimengerti dapat ditanyakan kepada peneliti

Identitas Pasien Hipertensi

1. Nama :
2. Umur :
3. Jenis Kelamin :
 - Perempuan
 - Laki-laki
4. Mengonsumsi obat-obatan untuk darah tinggi :
 - Ya,.....(sebutkan obatnya)
 - Tidak
5. Rutin Minum Obat :
 - Ya
 - Tidak

Jelaskan,.....
6. Memiliki luka mulai di area telapak kaki hingga mata kaki :
 - Ya
 - Tidak
7. Riwayat penyakit yang pernah dialami :

.....

.....

.....

LEMBAR OSERVASI TEKANAN DARAH KELOMPOK KONTROL

| No | Responden | Hasil Observasi Tekanan Darah <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> | | Selisih <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> |
|----|-----------|--|----------------|--|
| | | <i>Pretest</i> | <i>Posttes</i> | |
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |

Lampiran 7 Surat Perizinan Pengambilan Data Awal Dari Institusi



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
 POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA

Jl. Pucang Jajar Tengah Nomor 56 Surabaya - 60282 Telp. (031) 5027058 Fax. (031) 502814
 Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email : admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id



Nomor : PP.03.01/I826/1/2023 13 September 2023
 Sifat : BIASA
 Lampiran : -
 Hal : Ijin Memperoleh Data Awal Mahasiswa Prodi
 Sarjana Terapan Keperawatan a.n. Dzikrulloh Al
 Abdu

Yang terhormat
 Kepala Dinas Kesehatan Kota Surabaya
 Di
 Surabaya

Sehubungan dengan adanya tugas Penyusunan Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Surabaya, maka untuk kelengkapan tugas tersebut dimohon dengan hormat perkenannya mengijinkan mahasiswa kami, untuk **memperoleh data awal** tentang :

1. Data kasus penyakit terbanyak pada area Keperawatan Medikal Bedah.
2. Asuhan Keperawatan yang dilaksanakan pada area tersebut

Adapun mahasiswa yang mengambil data awal tersebut sebagai berikut :

| N a m a | N I M | J u d u l | T e m p a t |
|---------------------------|--------------|--|-----------------------|
| Dzikrulloh Al Abdu | P27820720013 | Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi | Puskesmas Perak Timur |

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
 Kemenkes Surabaya,



Dr. HILMI YUMNI, S.Kep.Ns,M.Kep, Sp.Mat

Tembusan:
 - Kepala Puskesmas Perak Timur





KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
 Jl. Pucang Jajar Tengah Nomor 56 Surabaya - 60282 Telp. (031) 5027058 Fax. (031) 502814
 Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email : admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id



Nomor : PP.03.01//1856/2023

15 September 2023

Sifat : BIASA

Lampiran : -

Hal : Ijin Memperoleh Data Awal mahasiswa Prodi
 Sarjana Terapan Keperawatan Dzikrulloh Al
 Abdu

Yang terhormat
 Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kota Surabaya
 Di
 Magetan

Sehubungan dengan adanya tugas Penyusunan Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Surabaya, maka untuk kelengkapan tugas tersebut dimohon dengan hormat perkenannya mengizinkan mahasiswa kami, untuk **memperoleh data awal** tentang :

1. Data kasus penyakit terbanyak pada area Keperawatan Medikal Bedah.
2. Asuhan Keperawatan yang dilaksanakan pada area tersebut

Adapun mahasiswa yang mengambil data awal tersebut sebagai berikut :

| N a m a | N I M | J u d u l | T e m p a t |
|---------------------------|--------------|--|-----------------------|
| Dzikrulloh Al Abdu | P27820720013 | Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi | Puskesmas Perak Timur |

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
 Kemenkes Surabaya,



Dr. HILMI YUMNI, S.Kep.Ns,M.Kep, Sp.Mat





KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA

Jl. Pucang Jajar Tengah Nomor 56 Surabaya - 60282 Telp. (031) 5027058 Fax. (031) 502814

Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email : admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id



Nomor : PP.03.01/I/1826.1/2023

20 Desember 2023

Sifat : BIASA

Lampiran :-

Hal : Ijin Memperoleh Data Awal Mahasiswa Prodi
 Sarjana Terapan Keperawatan a.n. Dzikrulloh Al
 Abdu

Yang terhormat
 Kepala Puskesmas Perak Timur
 Di
 Surabaya

Sehubungan dengan adanya tugas Penyusunan Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Surabaya, maka untuk kelengkapan tugas tersebut dimohon dengan hormat perkenannya mengizinkan mahasiswa kami, untuk **memperoleh data awal** tentang :

1. Data kasus penyakit terbanyak pada area Keperawatan Medikal Bedah.
2. Asuhan Keperawatan yang dilaksanakan pada area tersebut

Adapun mahasiswa yang mengambil data awal tersebut sebagai berikut :

| N a m a | N I M | J u d u l | T e m p a t |
|---------------------------|--------------|--|-----------------------|
| Dzikrulloh Al Abdu | P27820720013 | Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tekanan Darah Lansia Hipertensi | Puskesmas Perak Timur |

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
 Kemenkes Surabaya,



Dr. HILMI YUMNI, S.Kep.Ns,M.Kep, Sp.Mat



Lampiran 8 Surat Perizinan Penelitian Dari Institusi



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
 POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA

Jl. Pucang Jajar Tengah Nomor 56 Surabaya - 60282 Telp. (031) 5027058 Fax. (031) 502814
 Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email : admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id



Nomor : PP.03.01/F.XXIV.10/0073/2024 13 Januari 2024
 Sifat : BIASA
 Lampiran : -
 Hal : Ijin Penelitian mahasiswa Prodi Sarjana Terapan
 Keperawatan a.n. Dzikrulloh Al Abdu

Yang terhormat
 Kepala Dinas Penanaman Modal dan PTSP Kota Surabaya
 Di
 Surabaya

Sehubungan dengan adanya kegiatan menyusun Tugas Akhir bagi mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Sarjana Terapan Tahun Akademik 2023/2024, maka untuk kelengkapan tugas tersebut dimohon dengan hormat perkenannya mengijinkan mahasiswa kami :

N a m a : **Dzikrulloh Al Abdu**
N I M. : **P27820720013**

untuk melaksanakan penelitian dengan judul "**Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi**" Untuk kegiatan yang dimaksud mohon diberikan petunjuk sesuai ketentuan yang ada.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
 Kemenkes Surabaya,



Dr. HILMI YUMNI, S.Kep.Ns,M.Kep,
Sp.Mat





KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN
 POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA

Jl. Pucang Jajar Tengah Nomor 56 Surabaya - 60282 Telp. (031) 5027058 Fax. (031) 502814
 Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email : admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id



Nomor : PP.03.01/F.XXIV.10/0072/2024 13 Januari 2024
 Sifat : BIASA
 Lampiran : -
 Hal : Ijin Penelitian mahasiswa Prodi Sarjana Terapan
 Keperawatan a.n. Dzikrulloh Al Abdu

Yang terhormat
 Kepala Dinas Kesehatan Kota Surabaya
 Di
 Surabaya

Sehubungan dengan adanya kegiatan menyusun Tugas Akhir bagi mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Sarjana Terapan Tahun Akademik 2023/2024, maka untuk kelengkapan tugas tersebut dimohon dengan hormat perkenannya mengizinkan mahasiswa kami :

N a m a : Dzikrulloh Al Abdu
N I M. : P27820720013

untuk melaksanakan penelitian dengan judul "**Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi**" Untuk kegiatan yang dimaksud mohon diberikan petunjuk sesuai ketentuan yang ada.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
 Kemenkes Surabaya,



Dr. HILMI YUMNI, S.Kep.Ns,M.Kep,
Sp.Mat

Tembusan:
 Kepala Puskesmas Perak Timur Surabaya





KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA

Jl. Pucang Jajar Tengah Nomor 56 Surabaya - 60282 Telp. (031) 5027058 Fax. (031) 502814

Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email : admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id



Nomor : PP.03.01/F.XXIV.10/0074/2024 13 Januari 2024
 Sifat : BIASA
 Lampiran : -
 Hal : Ijin Penelitian mahasiswa Prodi Sarjana Terapan
 Keperawatan a.n. Dzikrulloh Al Abdu

Yang terhormat
 Kepala Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Di
 Surabaya

Sehubungan dengan adanya kegiatan menyusun Tugas Akhir bagi mahasiswa Prodi Pendidikan Profesi Ners Program Sarjana Terapan Tahun Akademik 2023/2024, maka untuk kelengkapan tugas tersebut dimohon dengan hormat perkenannya mengijinkan mahasiswa kami :

N a m a : **Dzikrulloh Al Abdu**
N I M. : **P27820720013**

untuk melaksanakan penelitian dengan judul "**Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi**" Untuk kegiatan yang dimaksud mohon diberikan petunjuk sesuai ketentuan yang ada.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
 Kemenkes Surabaya,



Dr. HILMI YUMNI, S.Kep.Ns,M.Kep,
Sp.Mat



Lampiran 9 Surat Perizinan Uji Etik KEPK



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
Jl. Pucang Jajar Tengah Nomor 56 Surabaya - 60282 Telp. (031) 5027058 Fax. (031) 502814
Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email : admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id



Nomor : PP.03.01/F.XXIV.10/0071/2024 13 Januari 2024
Sifat : BIASA
Lampiran : -
Hal : Uji Komite Etik mahasiswa Prodi Sarjana
Terapan Keperawatan a.n. Dzikrulloh Al Abdu

Yang terhormat
Ketua Komite Etik
Poltekkes Kemenkes Surabaya
Di
Surabaya

Bersama ini kami hadapkan dengan hormat mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Sarjana Terapan Keperawatan Tahun Akademik 2023/2024, untuk Uji Komite Etik di Poltekkes Kemenkes Surabaya, Adapun mahasiswa a.n. :

| N a m a | N I M | J u d u l |
|--------------------|--------------|--|
| Dzikrulloh Al Abdu | P27820720013 | Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi |

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes
Kemenkes Surabaya,



**Dr. HILMI YUMNI, S.Kep.Ns,M.Kep,
Sp.Mat**



Lampiran 10 Surat Perizinan Penelitian Dari Surabaya Single Window



PEMERINTAH KOTA SURABAYA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jalan Tunjungan No. 1-3 (Lt.3) Surabaya (60275)
Telp. (031) 99001785 Fax. (031) 99001785

Surabaya, 19 Januari 2024

Kepada

Nomor : 500.16.7.4 / 283 / S / RPM / 436.7.15
/ 2024

Yth. Kepala Dinas Kesehatan

Lampiran : -

di -

Hal : Surat Keterangan Penelitian

Surabaya

REKOMENDASI PENELITIAN

Dasar : 1 Surat dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur nomor 070/11443/209.4/2022 tanggal tahun 22 November 2022 tentang Perubahan Penerbitan Surat Izin Penelitian Bakesbangpol Prov Jatim
: 2 Peraturan Walikota Surabaya nomor 52 tahun 2023 tentang Perizinan dan Non Perizinan di Kota Surabaya
: 3 Peraturan Menteri Dalam Negeri nomor 3 tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Keterangan Penelitian
: 4 Persetujuan Teknis Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Surabaya Nomor 000.9.2/1211/436.8.6/2024 Tanggal 19 Januari 2024

Memperhatikan : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya Nomor PP.03.01/F.XXIV.10/0073/2024 Tanggal 13 Januari 2024 Perihal Ijin Penelitian mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Keperawatan a.n. Dzirkulloh Al Abdu.

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Surabaya memberikan Rekomendasi kepada :

a. Nama : DZIKRULLOH AL ABDU
b. Alamat : SUTOREJO 82 SURABAYA
c. Pekerjaan/Jabatan : MAHASISWA
d. Instansi/Organisasi : POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
e. Kewarganegaraan : INDONESIA

Untuk melakukan penelitian/survey/kegiatan dengan :

a. Judul / Tema : PENGARUH RENDAM KAKI JAHE MERAH DAN SLOW DEEP BREATHING TERHADAP TEKANAN DARAH LANSIA HIPERTENSI DI PUSKESMAS PERAK TIMUR SURABAYA
b. Tujuan : Penelitian
c. Bidang Penelitian : KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH
d. Penanggung jawab : DZIKRULLOH AL ABDU
e. Anggota Peserta : -
f. Waktu : 01 Februari 2024 s.d. 01 Mei 2024
g. Lokasi : Dinas Kesehatan

Dengan persyaratan :

1. Dalam masa pandemi Covid-19, Pelaksanaan Penelitian/survei/kegiatan wajib menerapkan protokol kesehatan sesuai Peraturan Walikota Surabaya Nomor 67 Tahun 2020;
2. Untuk kegiatan tatap muka yang berpotensi menimbulkan kerumunan wajib mengajukan permohonan assessment kegiatan yang ditujukan kepada Ketua Satgas Covid-19 Tingkat Kecamatan Wilayah setempat;
3. Kegiatan sebagaimana dimaksud pada nomor 2 (dua) sewaktu-waktu dapat berubah mengikuti ketentuan pembatasan kegiatan oleh Pemerintah;
4. Peserta Penelitian/survey/kegiatan wajib dalam keadaan sehat saat pelaksanaan kegiatan penelitian;
5. Peserta Penelitian/survey/kegiatan wajib mentaati persyaratan/peraturan yang berlaku di Lokasi/Tempat dilakukan Penelitian serta tidak membebani kepada OPD, Camat, Lurah dalam pengambilan data primer dan sekunder;
6. Pelaksanaan Penelitian/survey/kegiatan tidak boleh menimbulkan keresahan di masyarakat, disintegrasi bangsa atau mengganggu ketuhanan NKRI;
7. Pelaksanaan Penelitian/survey/kegiatan harap tidak membebani atau memberatkan warga;
8. Setelah melakukan Penelitian wajib melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Surabaya;
7. Rekomendasi ini akan dicabut/tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi persyaratan seperti tersebut diatas.

Demikian atas bantuannya disampaikan terima kasih.



a.n WALIKOTA SURABAYA
Kepala Dinas Penanaman Modal dan
Pelayanan Terpadu Satu Pintu



M. Afghani Wardhana S.SE, MM
Pembina Utama Muda
NIP. 196405051992031009

Tembusan :

Yth. 1. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya.
2. Saudara yang bersangkutan.

Lampiran 11 Surat Perizinan Penelitian Dari Dinas Kesehatan



PEMERINTAH KOTA SURABAYA
DINAS KESEHATAN
 Jalan Jemursari No. 197 Surabaya
 Telepon: (031) 8439473, 8439372
 Laman surabaya.go.id, Pos-el: dinkes@surabaya.go.id

Surabaya, 20 Februari 2024

Nomor : 000.9.2 /3763/436.7.2/2024
 Sifat : Biasa
 Lampiran : -
 Hal : Surat Izin Survey / Penelitian a/n
 Dzikrulloh Al Abdu

Yth. Kepala Puskesmas Perak Timur
 di -
 Surabaya

Dari : Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu
 Satu Pintu

Nomor : 500.16.7.4/283/S/RPM/436.7.15/2024

Tanggal : 19 Januari 2024

Hal : Survey / Penelitian

Dengan ini menyatakan tidak keberatan dilakukan survey / penelitian oleh :

Nama : **Dzikrulloh Al Abdu**
 NIM : P27820720013
 Pekerjaan : Mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya
 Alamat : Sutorejo 82 Surabaya
 Tujuan Penelitian : Menyusun Skripsi
 Tema Penelitian : Pengaruh Rendaman Kaki Jaeh Merah dan Slow Deep Breathing
 Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi Puskesmas Perak
 Timur Surabaya
 Lamanya Penelitian : 1 Februari Tahun 2024 s/d 1 Mei Tahun 2024
 Pengikut : -

Dengan syarat – syarat / ketentuan sebagai berikut :

1. Yang bersangkutan harus mentaati ketentuan ketentuan/peraturan yang berlaku
 dimana dilakukannya kegiatan survey/penelitian.



2. Dilarang menggunakan kuesioner diluar design yang telah ditentukan.
3. Yang bersangkutan sebelum dan sesudah melakukan survey/penelitian harap melaporkan pelaksanaan dan hasilnya kepada Dinas Kesehatan Kota Surabaya.
4. Surat Izin ini akan dicabut/tidak berlaku apabila yang bersangkutan tidak memenuhi syarat-syarat serta ketentuan seperti diatas.

Sehubungan dengan hal tersebut, harap Saudara memfasilitasi dengan memberikan bantuan, pengarahan dan bimbingan sepenuhnya.

Demikian atas perhatian Saudara disampaikan terima kasih.



Tembusan:

Yth. Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Surabaya

Lampiran 12 Surat Pernyataan Telah Melakukan Penelitian**PEMERINTAH KOTA SURABAYA
DINAS KESEHATAN
PUSKESMAS PERAK TIMUR**

JL. Perak Barat No. 29 Surabaya Telp/Fax. (031) 3524247
Laman Surabaya.go.id, Pos-el: dinkes@surabaya.go.id

SURAT KETERANGAN KERJA**Nomor : 800.1.11 /0260/436. 7. 2. 3. 19 /2024**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : dr. Anggraini Dian Prameswari
NIP : 19840403 200902 2 012
Pangkat/Golongan : Pembina Tk 1/ IV b
Jabatan : Kepala Puskesmas Perak Timur

Menerangkan bahwa sesungguhnya:

Nama : Dzikrulloh Al Abdu
Mahasiswa : Prodi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes
NIM : P27820720013

Telah melaksanakan Penelitian di Puskesmas Perak Timur selama 3 bulan terhitung mulai 1 Februari 2024 s/d 1 Mei 2024 untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul Pengaruh Rendam Kaki Jahe dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Puskesmas Perak Timur

dr. Anggraini Dian Prameswari
Pembina Tk 1/ IVb
NIP. 198404032009022012

Lampiran 13 Surat Keterangan Layak Etik



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
Jl. Pucang Jajar Tengah No.56 Surabaya-60282
Telp (031) 5027058, Fax.(031) 5028141
Website : www.poltekkesdepkes-sby.ac.id
Email : komisietiklitkes@poltekkesdepkes-sby.ac.id



KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.EA/2033 /KEPK-Poltekkes_Sby/V/2024

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :

The research protocol proposed by

Peneliti utama : Dzikrulloh Al Abdu
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Surabaya
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi"

"The Effect of Soaking Feet With Red Ginger and Slow Deep Breathing on the Blood Pressure in Hipertensive Elderly"

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 06 Februari 2024 sampai dengan tanggal 06 Februari 2025.

This declaration of ethics applies during the period February 06, 2024 until February 06, 2025.



February 06, 2024
Professor and Chairperson,



Dr. Triwiyanto, S.Si, MT

Anggota Peneliti : Dzikrulloh Al Abdu

Lampiran 14 Lembar Konsultasi



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA**

Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id

Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379



LEMBAR BIMBINGAN/ KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
 NIM : P27820720013
 Peminatan : Keperawatan Medikal Bedah
 Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah Dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Dosen Pembimbing : Lembunai Tat Alberta, SKM, M.Kes

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Pembimbing | Tanda Tangan |
|-----|--------------------------|---------------------------------|--|--------------|
| 1 | Selasa, 18 Juli 2023 | Konsultasi ide proposal | -Cari skala hipertensi di profil Jatim | |
| 2 | Senin, 24 Juli 2023 | Konsultasi BAB 1 | -Perbaiki masalah skala kronologi solusi | |
| 3 | Senin, 7 Agustus 2023 | Konsultasi BAB 1 - 3 | -Perbaiki yang salah penetikannya | |
| 4 | Jumat, 11 Agustus 2023 | Konsultasi BAB 1 - 4 | -Menambahkan proses pada BAB 3 | |
| 5 | Selasa, 22 Agustus 2023 | Konsultasi BAB 3 - 4 | -Mencari rumus besar sampel pada penelitian eksperimen | |
| 6 | Selasa, 29 Agustus 2023 | Konsultasi BAB 3 - 4 | -Menjelaskan proses pada BAB 3 lebih detail | |
| 7 | Selasa, 5 September 2023 | Konsultasi lampiran | -Perbaiki aturan penulisan sesuai modul | |
| 8 | Jumat, 15 September 2023 | Konsultasi BAB 1-4 dan lampiran | -ACC Proposal | |

Surabaya, 9 Oktober 2023.

Pembimbing,

Lembunai Tat Alberta, SKM, M.Kes
 NIP. 196210051986032003



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA**

Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id

Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379



LEMBAR BIMBINGAN/ KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
 NIM : P27820720013
 Peminatan : Keperawatan Medikal Bedah
 Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah Dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Dosen Pembimbing : Lembunai Tat Alberta, SKM, M.Kes

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Pembimbing | Tanda Tangan |
|-----|------------------------|---|------------------------------------|--------------|
| 9 | Rabu, 28 Februari 2024 | Konsultasi BAB 5 | -Tabel dijadikan satu | |
| 10 | Jumat, 1 Maret 2024 | Konsultasi BAB 5 | -Konsultasi dengan dosen statistik | |
| 11 | Selasa, 5 Maret 2024 | Konsultasi BAB 5 | -ACC BAB 5 | |
| 12 | Rabu, 6 Maret 2024 | Konsultasi BAB 6-7 | -Struktur disesuaikan FTO | |
| 13 | Kamis, 7 Maret 2024 | Konsultasi BAB 6 – 7 | -Penambahan fakta dan teori | |
| 14 | Jumat, 8 Maret 2024 | Konsultasi BAB 6 – 7 | -Penulisan sesuai modul | |
| 15 | Rabu, 13 Maret 2024 | Konsultasi lampiran dan abstrak | -Format disesuaikan modul | |
| 16 | Kamis, 14 Maret 2024 | Konsultasi BAB 5 – 6, lampiran, dan abstrak | -ACC Skripsi | |

Surabaya, 18 Maret 2024

Pembimbing,

Lembunai Tat Alberta, SKM, M.Kes

NIP. 196210051986032003



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA**

Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id

Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379



LEMBAR BIMBINGAN/ KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
 NIM : P27820720013
 Peminatan : Keperawatan Medikal Bedah
 Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah Dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Dosen Pembimbing : Dr. Sri Utami, S.Kp., M.Kes

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Pembimbing | Tanda Tangan |
|-----|---------------------------|-----------------------------------|---|--------------|
| 1 | Kamis, 10 Agustus 2023 | Konsultasi BAB ide penelitian | -Temukan masalah -Baca artikel terkait -Susun latar belakang | |
| 2 | Sabtu, 9 September 2023 | Konsultasi BAB 1 | -Perbaiki tujuan khusus -Perbaiki keaslian penelitian -Tambahkan lasan penelitian | |
| 3 | Kamis, 21 September 2023 | Konsultasi BAB 1 dan 2 | -Menambahkan literatur review dan <i>blueprint</i> | |
| 4 | Selasa, 26 September 2023 | Konsultasi BAB 1 – 3 | -Menambahkan proses pada kerangka konsep | |
| 5 | Kamis, 28 September 2023 | Konsultasi BAB 1-4 | -Menambahkan simbol kelompok pada kelompok kerja | |
| 6 | Senin, 2 Oktober 2023 | Konsultasi BAB 1 – 4 dan lampiran | -Merapihkan proposal dari awal | |
| 7 | Rabu, 4 Oktober 2023 | Konsultasi BAB 1 – 4 dan lampiran | -Melanjutkan membuat PPT | |
| 8 | Jumat, 6 Oktober 2023 | Bimbingan PPT | -ACC Proposal | |

Surabaya, 9 oktober 2023.

Pembimbing,

Dr. Sri Utami, S.Kp., M.Kes

NIP. 196711141990032001



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA**

Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id

Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379



LEMBAR BIMBINGAN/ KONSULTASI SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
NIM : P27820720013
Peminatan : Keperawatan Medikal Bedah
Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah Dan Slow Deep Breathing Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
Dosen Pembimbing : Dr. Sri Utami, S.Kp., M.Kes

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Pembimbing | Tanda Tangan |
|-----|--------------------------|---------------------------------|---|--------------|
| 9 | Selasa, 27 Februari 2023 | Bimbingan BAB 5 dan 6 | -BAB 5 dan 6 disesuaikan tujuan khusus | |
| 10 | Senin, 4 Maret 2024 | Konsultasi BAB 5 – 7 | -Pembahasan menggunakan FTO | |
| 11 | Rabu, 6 Maret 2024 | Konsultasi BAB 5 – 7 | -Menambahkan intepretasi hasil pada BAB 5 | |
| 12 | Jumat, 8 Maret 2024 | Konsultasi BAB 5 – 7 | -Menambahkan teori pada BAB 6 | |
| 13 | Rabu, 13 Maret 2024 | Konsultasi BAB 5 – 7 | -Menambahkan teori pada BAB 6 | |
| 14 | Kamis, 14 Maret 2024 | Konsultasi BAB 5 – 7 | -Merapihkan skripsi sesuai modul | |
| 15 | Jumat, 16 Maret 2024 | Konsultasi lampiran dan abstrak | -Melanjutkan membuat PPT | |
| 16 | Senin, 18 Maret 2024 | Konsultasi PPT | -ACC Skripsi | |

Surabaya, 18 Maret 2024

Pembimbing,

Dr. Sri Utami, S.Kp., M.Kes
NIP. 196711141990032001

Lampiran 15 Lembar Rekomendasi



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA**

Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id

Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379



LEMBAR REKOMENDASI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
 NIM : P27820720013
 Peminatan : Keperawatan Medikal Berdah
 Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan *Slow Deep Breathing* Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Dosen Penguji : Mohammad Najib, S.Kp, M.Sc.

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Penguji | Tanda Tangan |
|-----|------------------|-----------------------|---|--------------|
| 1 | 16 Oktober 2023 | Revisi Ujian Proposal | a. Perbaiki kerangka konsep b. Perbaiki kriteria inklusi c. Tambahkan waktu pelaksanaan pada definisi operasional d. Skor tekanan darah pada definisi operasional e. Pelajari uji statistik | |
| 2 | 13 Desember 2023 | Revisi Ujian Proposal | a. Perbaiki kerangka konsep b. Penulisan daftar pustaka yang dipakai saja | |

Surabaya, 16 Oktober 2023

Penguji,

Mohammad Najib, S.Kp, M.Sc.
NIP. 196502221990031001



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA



Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id
 Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379

LEMBAR REKOMENDASI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
 NIM : P27820720013
 Peminatan : Keperawatan Medikal Bedah
 Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan *Slow Deep Breathing* Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Dosen Penguji : Dr. Sri Utami, S.Kp., M.Kes.

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Penguji | Tanda Tangan |
|-----|-----------------|-----------------------|---|--------------|
| 1 | 16 Oktober 2023 | Revisi ujian proposal | <ul style="list-style-type: none"> - Pengetikan disesuaikan dengan buku panduan - Mempelajari skala data pada definisi operasional - Perlu di tambahkan lembar observasi | |
| 2 | 3 Januari 2024 | Revisi ujian proposal | <ul style="list-style-type: none"> - Menambah penjelasan pada skala variabel tekanan darah pada definisi operasional | |

Surabaya, 16 Oktober 2023

Penguji,

Dr. Sri Utami, S.Kp., M.Kes
 NIP. 196711141990032001



KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA



Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id
 Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379

LEMBAR REKOMENDASI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
 NIM : P27820720013
 Peminatan : Keperawatan Medikal Bedah
 Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan *Slow Deep Breathing* Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Dosen Penguji : Lembunai Tat Alberta, SKM, M.Kes

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Penguji | Tanda Tangan |
|-----|-----------------|-----------------------|---|--------------|
| 1 | 16 Oktober 2023 | Revisi ujian proposal | <ul style="list-style-type: none"> - Sesuaikan format seperti buku panduan - Teknik sampling disesuaikan dengan desain penelitian - Pelaksanaan dirincikan waktunya - SOP tidak perlu tahap pembuatan air rebusan | |
| 2 | 3 Januari 2024 | Revisi ujian proposal | <ul style="list-style-type: none"> - ACC revisi proposal | |

Surabaya, 16 Oktober 2023.

Pembimbing,

Lembunai Tat Alberta, SKM, M.Kes
 NIP. 196210051986032003



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA
Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya**



Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id
Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379

LEMBAR REKOMENDASI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
NIM : P27820720013
Peminatan : Keperawatan Medikal Berdah
Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan *Slow Deep Breathing* Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
Dosen Penguji : Mohammad Najib, S.Kp, M.Sc.

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Penguji | Tanda Tangan |
|-----|---------------|----------------------|--|--------------|
| 1 | 26 Maret 2024 | Revisi Ujian Skripsi | a. Kata proposal di kata pengantar b. Cara penyusunan abstrak c. Besar sampel d. Alasan penurunan besar sampel e. Interval pelaksanaan terapi f. Rentang tekanan darah g. Cari syarat uji normalitas h. Kesimpulan langsung intinya saja i. Penulisan kata dilihat kembali | |
| 2 | 22 April 2024 | Revisi Ujian Skripsi | a. Besar sampel disesuaikan dengan yang di lapangan | |

Surabaya, 26 Maret 2024

Penguji,

Mohammad Najib, S.Kp, M.Sc.
NIP. 196502221990031001



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA**

Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id

Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379



LEMBAR REKOMENDASI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
 NIM : P27820720013
 Peminatan : Keperawatan Medikal Berdah
 Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan *Slow Deep Breathing* Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Dosen Penguji : Dr. Sri Utami, S.Kp., M.Kes.

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Penguji | Tanda Tangan |
|-----|---------------|----------------------|--|--------------|
| 1 | 26 Maret 2024 | Revisi Ujian Skripsi | a. Tambahkan mekanisme terapi dalam menurunkan tekanan darah b. Tambahkan perubahan tekanan darah tiap observasi harian dan jelaskan interval pelaksanaan terapi c. Jelaskan kendala pada pelaksanaan penelitian secara detail serta efeknya pada penelitian d. Besar sampel disesuaikan dengan keadaan di lapangan e. Kesimpulan langsung intinya f. Perbaiki penulisan kata yang tidak sesuai | |

Surabaya, 26 Maret 2024

Penguji,

Dr. Sri Utami, S.Kp., M.Kes.
NIP. 196711141990032001



**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN SURABAYA**

Jl. Mayjen Prof. Dr. Moestopo 8C Surabaya

Website: www.poltekkesdepkes-sby.ac.id Email: admin@poltekkesdepkes-sby.ac.id

Telp. (031) 5038487/ (031) 5030379 Fax. (031) 5023956/ (031) 5030379



LEMBAR REKOMENDASI

Nama Mahasiswa : Dzikrulloh Al Abdu
 NIM : P27820720013
 Peminatan : Keperawatan Medikal Berdah
 Judul : Pengaruh Rendam Kaki Jahe Merah dan *Slow Deep Breathing* Terhadap Tekanan Darah Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Perak Timur Surabaya
 Dosen Penguji : Lembunai Tat Alberta, SKM, M.Kes.

| No. | Tanggal | Uraian | Rekomendasi Penguji | Tanda Tangan |
|-----|---------------|----------------------|--|--------------|
| 1 | 26 Maret 2024 | Revisi Ujian Skripsi | a. Perbaiki judul agar mudah dimengerti b. Format penulisan sesuaikan dengan buku panduan c. Perbaiki penulisan kata yang tidak sesuai | |

Surabaya, 26 Maret 2024

Penguji,

Lembunai Tat Alberta, SKM, M.Kes.
 NIP. 196210051986032003

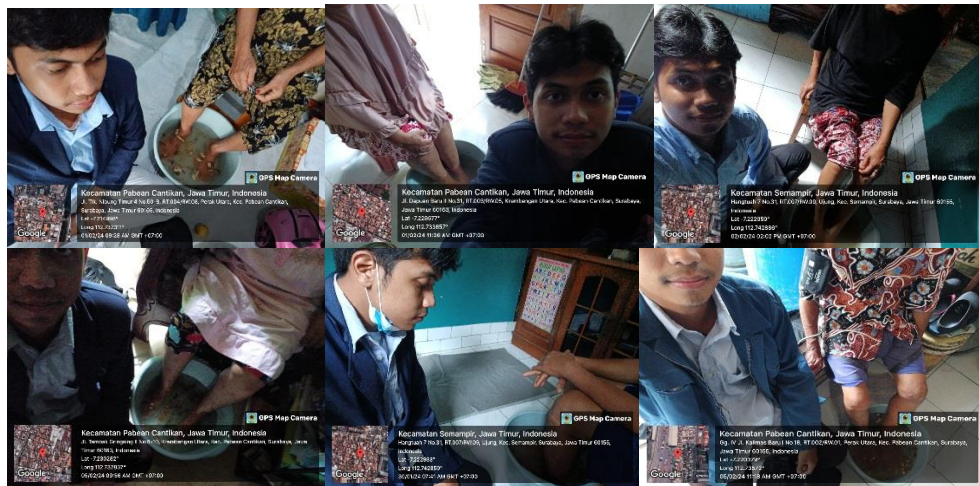
Lampiran 16 Dokumentasi

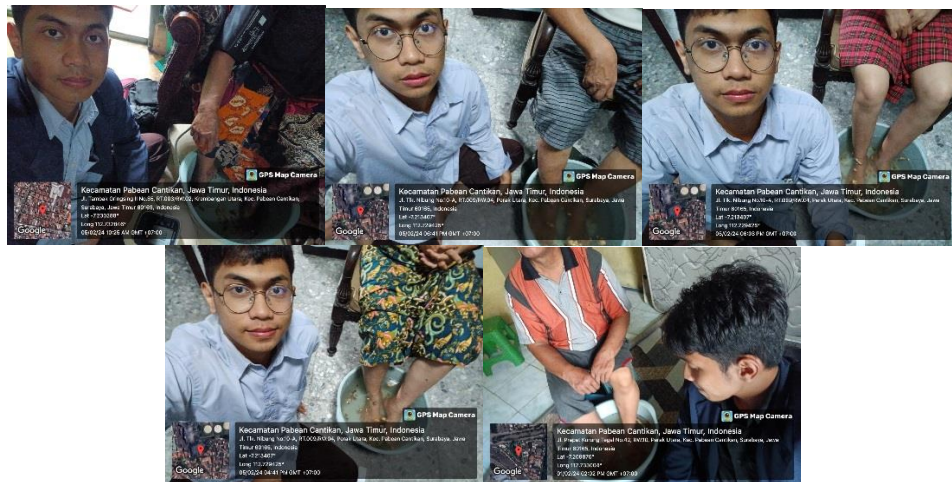
1. Dokumentasi kelompok perlakuan

a. Hari pertama



b. Hari kedua

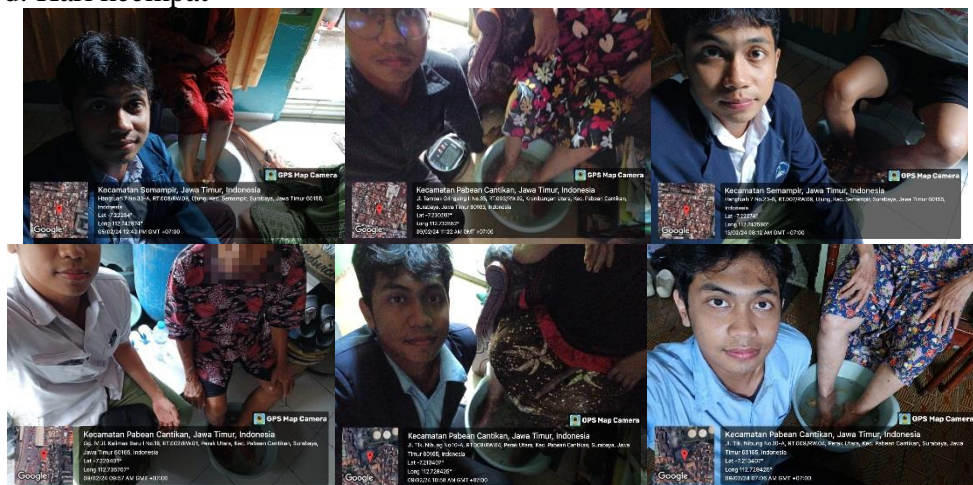




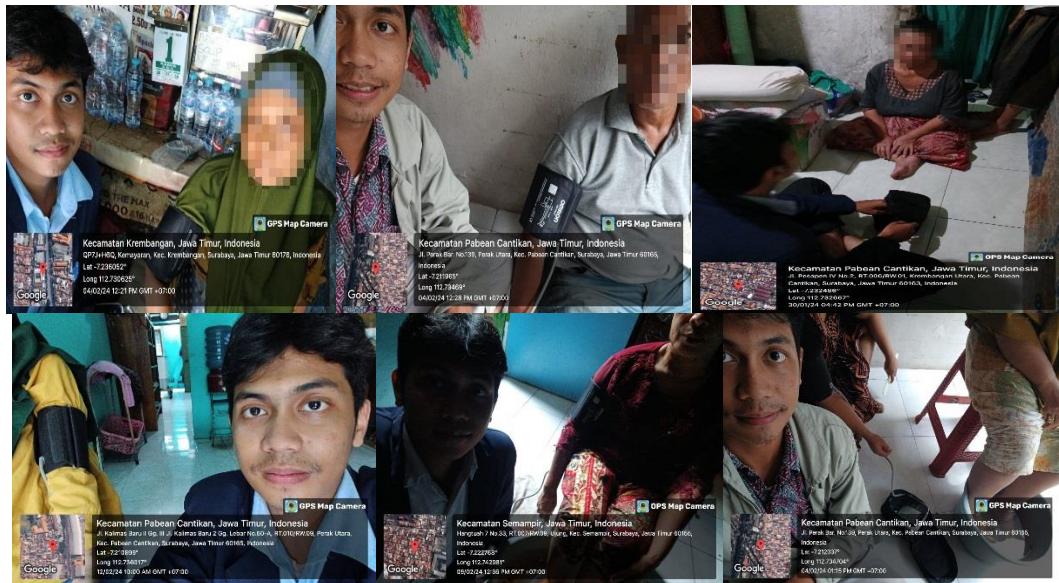
c. Hari ketiga



d. Hari keempat



2. Dokumentasi kelompok kontrol



Posttest



Pemberian terapi pada kelompok kontrol setelah pengambilan data selesai