

LAMPIRAN

Lampiran 1

JADWAL KEGIATAN PENELITIAN PENGARUH *BRAIN GYM* : SEGAR BUGAR DALAM TUJUH MENIT TERHADAP TINGKAT STRES PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SELEMADEG BARAT TAHUN 2023

No	Kegiatan	Waktu Kegiatan (Dalam Minggu)																							
		Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Penyusunan Proposal Penelitian																								
2	Seminar Proposal Penelitian																								
3	Revisi Proposal																								
4	Pengurusan Izin Penelitian																								
5	Pengumpulan Data																								
6	Pengolahan Data																								
7	Analisis Data																								
8	Penyusunan Laporan																								
9	Sidang Hasil Penelitian																								
10	Revisi Laporan																								
11	Pengumpulan Skripsi																								

Keterangan : warna hitam (proses penelitian)

Lampiran 2

**REALISASI ANGGARAN PENELITIAN
PENGARUH *BRAIN GYM* : SEGAR BUGAR DALAM TUJUH MENIT
TERHADAP TINGKAT STRES PADA PASIEN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SELEMADEG BARAT
TAHUN 2023**

No	Kegiatan	Biaya
1	Tahap persiapan	
	a. Penyusunan proposal	Rp. 300.000,00
	b. Penggandaan proposal	Rp. 160.000,00
	c. Revisi proposal	Rp. 150.000,00
	d. Presentasi proposal	Rp. 200.000,00
2	Tahap pelaksanaan	
	a. Pengurusan ijin	Rp.250.000,00
	b. Kaji Etik	Rp.100.000,00
	c. <i>Sphygmomanometer</i>	Rp.250.000,00
	d. Stetoskop	Rp.100.000,00
	e. Handscoon	Rp. 60.000,00
	f. Penggandaan lembar kuesioner	Rp. 60.000,00
	g. Transportasi dan akomodasi penelitian	Rp.100.000,00
	h. Pengolahan dan analisis data	Rp.100.000,00
3	Tahap Akhir	
	a. Penyusunan laporan	Rp. 200.000,00
	b. Penggandaan proposal	Rp. 200.000,00
	c. Revisi laporan	Rp. 200.000,00
	d. Jilid laporan	Rp.120.000,00
	e. Presentasi laporan	Rp.100.000,00
Jumlah		Rp.2.600.000,00

Lampiran 3

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada

Yth. Bapak/Ibu/Saudara/i Calon Responden

Di –

Puskesmas Selemadeg Barat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar dengan.

Nama : I Made Aditya Dwi Artawan

Nim : P07120219055

Akan melakukan penelitian tentang “**Pengaruh *Brain Gym* : Segar Bugar Dalam Tujuh Menit Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023**”, sebagai persyaratan untuk menyelesaikan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan.

Berkaitan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaannya untuk menjadi responden pada penelitian ini. Apabila bersedia dan menyetujui, maka saya mohon untuk menandatangani lembar persetujuan. Demikian permohonan ini saya sampaikan dan atas partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Tabanan, 2023

Hormat saya.

I Made Aditya Dwi Artawan
NIM. P07120219055

Lampiran 4

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (*INFORMED CONSENT*) SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

Yang terhormat Bapak/Ibu/Saudara/i, Kami meminta kesediaannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

Judul	Pengaruh <i>Brain Gym</i> : Segar Bugar Dalam Tujuh Menit Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023
Peneliti Utama	I Made Aditya Dwi Artawan
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar
Lokasi Penelitian	Puskesmas Selemadeg Barat
Sumber Pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *brain gym* terhadap tingkat stres pasien hipertensi di Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023. Jumlah responden sebanyak 32 orang, pengumpulan data akan dilakukan selama 4 minggu yang masuk dalam kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa spigmomanometer dan kuesioner PSS.

Atas kesediaan Bapak/Ibu/Saudara/Saudari berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan ucapan terimakasih sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Kepesertaan Bapak/Ibu/Saudara/Saudari pada penelitian ini

bersifat sukarela. Bapak/Ibu/Saudara/Saudari dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menandatangani formulir ‘Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent) sebagai *Peserta Penelitian/ *Wali’ Bapak/Ibu/Saudara/Saudari benar-benar memahami tentang penelitian ini. Saudara/Saudari akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini. Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Saudara/Saudari untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Saudara/Saudari. Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti : I Made Aditya Dwi Artawan (085737947629)

Tanda tangan Bapak/Ibu/Saudara/i dibawah ini menunjukkan bahwa Bapak/Ibu/Saudara/i telah membaca, telah memahami dan telah mendapatkan kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta penelitian.**

Peserta/Subyek Penelitian,

Wali,

Tanggal : / /
 /

Tanggal : /

Hubungan dengan Peserta/Subyek Penelitian:

Peneliti

Tanggal : / /

Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir-Consent ini hanya bila:

- a Peserta penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/tidak dapat bicara
- b Wali dari peserta penelitian membaca/tidak dapat bicara
- c Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian risiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan : Saksi harus merupakan keluarga peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian

Saksi:

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

Tanggal : / /

(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)

*coret yang tidak perlu

Lampiran 5

**INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA
PENGARUH *BRAIN GYM* : SEGAR BUGAR DALAM TUJUH MENIT
TERHADAP TINGKAT STRES PADA PASIEN HIPERTENSI DI
WILAYAH KERJA PUSKESMAS SELEMADEG BARAT
TAHUN 2023**

Kuisisioner Perceived Stress Scale (PSS)

Petunjuk Pengisian

Pertanyaan - pertanyaan berikut berhubungan dengan perasaan anda selama sebulan terakhir saja. Jawaban anda harus menunjukkan jawaban yang paling akurat untuk sebagian besar siang atau malam yang anda lalui dalam sebulan terakhir

0:tidak pernah	1:hampir tidak pernah	2 : kadang-kadang	3:cukup sering	4: sangat Sering
1. Seberapa sering anda kecewa pada sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba?				
2. Seberapa sering anda merasa tidak dapat mengontrol hal penting dalam hidup anda?				
3. Seberapa sering anda merasa gugup dan Stres?				
4. Seberapa sering anda percaya diri dalam menangani masalah anda?				
5. Seberapa sering anda merasa keadaan berjalan sesuai yang anda mau?				
6. Seberapa sering anda menyadari bahwa anda tidak dapat melakukan tugas-tugas anda?				
7. Seberapa sering anda dapat mengontrol ketidaknyamanan dalam hidup anda?				
8. Seberapa sering anda merasa bahwa puas?				
9. Seberapa sering anda merasa marah pada sesuatu yang terjadi di luar kendali anda?				
10. Seberapa sering anda merasa sulit sampai tidak dapat menanganinya?				

Lampiran 6

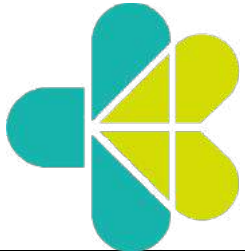
**MASTER TABEL PENGARUH *BRAIN GYM* : SEGAR BUGAR DALAM TUJUH MENIT TERHADAP TINGKAT STRES
PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SELEMADEG BARAT
TAHUN 2023**

kode responden	Jenis kelamin	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Skor Pre Test	Skor Post Test
A01	P	67	PM	Petani	28	27
A02	P	50	PD	Petani	27	26
A03	P	53	PD	Tidak Bekerja	13	14
A04	L	70	PD	Petani	22	21
A05	P	39	PM	Tidak Bekerja	25	21
A06	P	60	PM	Petani	25	25
A07	L	64	PM	Tidak Bekerja	24	23
A08	P	70	PM	Tidak Bekerja	24	24
A09	P	40	PM	Tidak Bekerja	20	18
A10	P	45	PD	Tidak Bekerja	21	20
A11	L	65	PD	Petani	22	22
A12	P	70	PM	Petani	24	23
A13	P	53	PM	Petani	21	21
A14	P	65	PM	Petani	22	21
A15	L	70	PM	Tidak Bekerja	22	23
A16	L	65	PD	Petani	18	17
A17	L	70	PM	Petani	23	22

A18	P	62	PM	Petani	21	19
A19	L	70	PM	Petani	22	20
A20	L	63	PM	Petani	23	22
A21	P	60	PM	Petani	21	13
A22	P	70	PD	Petani	20	19
A23	P	60	PM	Petani	20	23
A24	P	64	PT	Pensiunan	22	20
A25	L	70	PD	Tidak Bekerja	23	22
A26	P	42	PD	Tidak Bekerja	18	18
A27	P	58	PM	Tidak Bekerja	24	23
A28	P	53	PM	Tidak Bekerja	20	21
A29	P	47	PM	Tidak Bekerja	20	20
A30	P	45	PD	Petani	24	23
A31	L	40	PM	Buruh	21	22
A32	P	54	PM	Tidak Bekerja	20	29

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL

TERAPI *BRAIN GYM*

	POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR JURUSAN KEPERAWATAN STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SPO) LABORATORIUM KEPERAWATAN	
<i>BRAIN GYM THERAPY</i>		
Pengertian	Senam otak atau <i>brain gym</i> adalah serangkaian latihan gerakan tubuh sederhana yang dilakukan untuk merangsang otak kiri dan kanan (dimensi lateralis), meringankan atau merelaksasi bagian depan dan belakang otak (dimensi pemfokusan), serta merangsang sistem yang terkait dengan perasaan atau emosi, yaitu otak tengah (limbik) dan otak besar (dimensi pemusatan).	
Tujuan	h. Meningkatkan stamina tubuh i. Membebaskan stres j. Menjaga keseimbangan tubuh k. Meningkatkan kemampuan kognitif (konsentrasi, belajar, memori, kreativitas) l. Lebih bersemangat dan lebih kreatif m. Meningkatkan rasa percaya diri n. Meningkatkan kemampuan mengontrol emosi	
Indikasi	1. Klien dengan penyakit Hipertensi 2. Klien dengan stress	
Kontraindikasi	Klien dengan kelemahan fisik berat	

Persiapan Pasien	1. Beri salam dan panggil pasien dengan namanya 2. Jelaskan tujuan, prosedur dan lamanya tindakan pada pasien/ keluarga 3. Berikan kesempatan pasien bertanya sebelum kegiatan dilakukan 4. Posisi rileks 5. Memakai celana yang tidak ketat/longgar 6. Dilakukan sesuai tahapan
Persiapan Alat	1. Kursi 2. 1 gelas air putih (250 cc)
Tahap Kerja	h. Tombol bumi 2) Gerakan b) Letakkan dua jari tangan di tengah dagu dan telapak d) Tangan lainnya di daerah pusar menunjuk ke bawah. Gerakan mata dari bawah (lantai) ke atas (langit - langit), lalu kembali ke bawah sambil melakukan nafas dalam, menarik nafas dalam – dalam, dan membuangnya secara perlahan.

- e) Lakukan selama satu menit atau sekitar 4 – 6 kali nafas dalam. Ulangi gerakan untuk tangan lainnya.



- i. Tombolimbang

- 3) Gerakan

- d) Sentuhlah belakang telinga kiri dengan beberapa jari tangan kiri. Sementara itu, letakkan telapak tangan kanan di daerah pusar.

- e) Posisi kepala tetap lurus ke depan.

- f) Setelah 30 detik, lakukan untuk tangan yang satunya lagi.



- j. Burung hantu

- 3) Gerakan

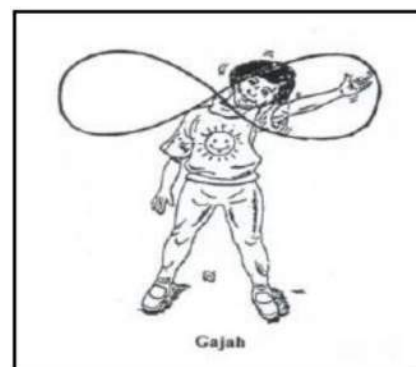
- e) Berdiri dengan kedua kaki meregang. Letakkan telapak tangan kiri pada bahu kanan, sementara tangan kanan di biarkan bebas.
- f) Sambil menengok ke kiri dan ke kanan, telapak tangan kiri “meremas – remas” bahu.
- g) Tarik napas pada saat kepala menghadap lurus ke depan, lalu buang napas ketika kepala ke samping.
- h) Ulangi untuk tangan lainnya. Lakukan latihan sebanyak 10 kali.



- k. Pasang kuda – kuda (the grounder)
- 3) Gerakan
- d) Bukalah kaki, arahkan kaki kanan ke kanan dan kaki kiri tetap lurus ke depan.
- e) Ambil napas dengan kepala lurus ke depan, tekuk lutut kanan dibarengi embusan napas sambil memalingkan kepala ke arah kanan.
- f) Ulangi 3x kemudian ganti dengan kaki kiri.



1. Gajah (the elephant)
- 3) Gerakan
- d) Angkat tangan kiri lurus ke depan dengan telapak tangan dalam keadaan terbuka, kemudian letakan telinga kiri di atas bahu kiri.
- e) Bayangkan tangan seolah – olah merupakan belalai gajah yang bersatu dengan kepala. Lalu, mulailah membentuk angka 8 tidur sambil gerakan mata mengikuti gerakan tangan.
- f) Lakukan gerakan ini, sekitar 10 kali untuk setiap tangan.



- m. Pernapasan perut (belly breathing)
- 3) Gerakan

- e) Letakkan tangan pada perut bagian bawah.
- f) Tarik napas melalui hidung, embuskan napas melalui mulut. Napaslah dengan benar, yaitu panjang dan mendalam.
- g) Tegakan punggung supaya udara bisa masuk lebih dalam saat mengambil napas lagi. Tangan naik turun mengikuti gerakan perut saat bernapas.
- h) Lakukan selama satu menit atau sekitar 4 – 6 kali napas dalam.



- n. Putaran Leher (Neck Rolls)
- 3) Gerakan
- d) Tarik napas dalam – dalam dengan kedua bahu relaks
- e) Tundukkan kepala ke depan dan pelan – pelan putar leher dari satu sisi ke sisi yang lainnya sambil keluarkan napas beserta ketegangan dalam diri.

- f) Lakukan selama satu menit atau sekitar 4 – 6 kali nafas dalam.





Nomor : KH.03.02/020/ D420 /2023 19 Januari 2023
Hal : Mohon ijin Pengambilan Data studi pendahuluan

Yth.
Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan
di-
Tempat

Sehubungan dengan pembuatan tugas akhir mahasiswa semester VIII Program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin pengambilan data pendukung/studi pendahuluan penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

NAMA	NIM	DATA YANG DIAMBIL
I Made Aditya Dwi Artawan	P07120219055	Data Angka Kejadian penderita Hipertensi di Kab.Tabanan

Demikian kami sampaikan atas perkenannya kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan


Ners. I Made Sukarja, S.Kep, M.Kep
NIP. 196512311992031020



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)
Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan
Telp : (0361) 710447 Faximili : (0361) 710448
Laman (website) : www.poltekkes-denpasar.ac.id



Lampiran Ethical Approval No : LB.02.03/EA/KEPK/ 0547 /2023

SARAN REVIEWER

Nama Peneliti	Judul	Saran Tindak lanjut	
		Reviewer 1	Reviewer 2
I Made Aditya Dwi Artawan	Pengaruh Brain Gym : Segar Bugar Dalam Tujuh Menit terhadap Tingkat Stres pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023	Penelitian dapat dilanjutkan	-

Denpasar, 19 Mei 2023

Ketua,



Dr.Ni Komang Yuni Rahyani,S.Si.T.,M.Kes

Lampiran 10

																	
PEMERINTAH KABUPATEN TABANAN DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU Jl. Museum Sagung Wah, Jalan Danau Buyan Tabanan Email: info@tabanan.go.id TABANAN																	
Nomor : 071/171/2023/DPMP/SP	Tabanan, 03 APRIL 2023																
Lampiran : -	Kepada Yth :																
Perihal : Surat Keterangan Penelitian	Kepala Puskesmas Selemadeg Barat di <u>Tempat</u>																
I. Dasar 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Ijin Penelitian 2. Surat dari Politeknik Kesehatan Denpasar Nomor PP.08.02/020/0710/2023 Tertanggal 30 Maret 2023 perihal Surat Permohonan Penelitian II. Setelah mempelajari dan meneliti rencana kegiatan yang diajukan maka dapat diberikan Rekomendasi Kepada : <table border="0"><tr><td>Nama :</td><td>1 Made Aditya Dwi Artawan</td></tr><tr><td>Pekerjaan :</td><td>Mahasiswa</td></tr><tr><td>Alamat :</td><td>Bt Pengasahan, Desa Surabrata, Kecamatan Selemadeg Barat, Kabupaten Tabanan</td></tr><tr><td>Judul Penelitian :</td><td>Pengaruh Brain GYM, Segar Bugar Dalam Tujuh Menit terhadap Tingkat Stres pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023</td></tr><tr><td>Lokasi Penelitian :</td><td>Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat</td></tr><tr><td>Jumlah Peserta :</td><td>1 Orang</td></tr><tr><td>Lama Penelitian :</td><td>1 April 2023-1 Mei 2023</td></tr><tr><td>Tujuan :</td><td>Skripsi</td></tr></table> III. Dalam melakukan penelitian agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut: a. Sebelum melakukan kegiatan penelitian agar melaporkan kepada instansi terkait tempat dilaksanakannya penelitian. b. Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan bidang judul dimaksud, apabila melanggar Rekomendasi akan dicabut dan penelitian dihentikan. c. Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan Adat Istiadat dan Budaya setempat. d. Apabila masa berlaku Rekomendasi telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai maka perpanjangan Rekomendasi agar ditujukan kepada instansi pemohon. IZIN INI DIKENAKAN BIAYA TARIF RP 0,- TEMBUSAN disampaikan kepada: 1. Bupati Tabanan; 2. Kepala Kesbangpol Kabupaten Tabanan; 3. Yang Bersangkutan a.n Bupati Tabanan Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Tabanan I Made Sumerta Yasa, S.STP, M.Si Pembina Utama Muda		Nama :	1 Made Aditya Dwi Artawan	Pekerjaan :	Mahasiswa	Alamat :	Bt Pengasahan, Desa Surabrata, Kecamatan Selemadeg Barat, Kabupaten Tabanan	Judul Penelitian :	Pengaruh Brain GYM, Segar Bugar Dalam Tujuh Menit terhadap Tingkat Stres pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023	Lokasi Penelitian :	Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat	Jumlah Peserta :	1 Orang	Lama Penelitian :	1 April 2023-1 Mei 2023	Tujuan :	Skripsi
Nama :	1 Made Aditya Dwi Artawan																
Pekerjaan :	Mahasiswa																
Alamat :	Bt Pengasahan, Desa Surabrata, Kecamatan Selemadeg Barat, Kabupaten Tabanan																
Judul Penelitian :	Pengaruh Brain GYM, Segar Bugar Dalam Tujuh Menit terhadap Tingkat Stres pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023																
Lokasi Penelitian :	Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat																
Jumlah Peserta :	1 Orang																
Lama Penelitian :	1 April 2023-1 Mei 2023																
Tujuan :	Skripsi																



Dokumen ini telah disatukan secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSE



**BUKTI PENYELESAIAN ADMINISTRASI
SEBAGAI PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI
PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN POLTEKKES DENPASAR**

Nama Mahasiswa : I Made Aditya Dwi Artawan
NIM : P07120219055

NO	JENIS	TGL	PENANGGUNG JAWAB	
			TANDA TANGAN	NAMA TERANG
1	Akademik			Rai Sukerni
2	Perpustakaan			Raker Adi
3	Laboratorium			Sunanmri
4	HMJ			Eka Suryantika
5	Keuangan			I. A Suabadi
6	Administrasi umum/ perlengkapan			I. A Ket AUt

Keterangan :

Mahasiswa dapat mengikuti Ujian Skripsi jika seluruh persyaratan diatas terpenuhi.

Denpasar, Mei 2023
Ketua Jurusan Keperawatan,

Ners. I Made Sukarja. S.Kep. M.Kep.
NIP. 196812311992031020

Data Skripsi Mahasiswa	
NIM	P07120219055
Nama Mahasiswa	I Made Aditya Dwi Artawan
Info Akademik	Fakultas Jurusan Keperawatan - Jurusan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan + Profesi Ners Semester : 8

Skrpsi Bimbingan Jurnal Ilmiah Seminar Proposal Syarat Sidang

No	Dosen	Topik	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen
1	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Mengenal Judul Proposal	16 Jan 2023	✓
2	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	1 Judul Di Acc (lanjut memilih metode yang akan dilakukan)	19 Jan 2023	✓
3	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Mengenal BAB I, dilanjutkan dengan revisi	6 Feb 2023	✓
4	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Mengenal BAB I, BAB II dan BAB III	6 Mar 2023	✓
5	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan revisi BAB sebelumnya	15 Mar 2023	✓
6	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan revisi BAB	16 Mar 2023	✓
7	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Proposal telah di Acc	17 Mar 2023	✓
8	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Mengajukan Judul Proposal	16 Jan 2023	✓
9	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan Mengenal Judul Yang Dipilih	8 Mar 2023	✓
10	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan mengenai seluruh BAB yang sudah direvisi oleh pembimbing 1	9 Mar 2023	✓
11	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan seluruh BAB	10 Mar 2023	✓
12	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Revisi BAB sebelumnya	14 Mar 2023	✓
13	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan revisi BAB sebelumnya dan apakah bisa di ACC	15 Mar 2023	✓
14	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Revisi BAB sebelumnya	16 Mar 2023	✓
15	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Proposal telah di ACC	20 Mar 2023	✓
16	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan BAB I,II,III,IV,V,VI	5 Jun 2023	✓
17	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Revisi BAB sebelumnya	7 Jun 2023	✓
18	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan BAB V	9 Jun 2023	✓
19	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan Revisi BAB V	12 Jun 2023	✓
20	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Bimbingan BAB Sebelumnya	13 Jun 2023	✓
21	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan BAB V dan VI	5 Jun 2023	✓
22	196502251986031002 - I NENGAH SUMIRTA, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.	Skrpsi Di ACC	14 Jun 2023	✓
23	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan Revisian	6 Jun 2023	✓
24	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan BAB V dan Tata Tulis	7 Jun 2023	✓
25	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan Tata Tulis	8 Jun 2023	✓
26	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Bimbingan Seluruh BAB	9 Jun 2023	✓
27	195805201979101001 - I GEDE WIDJANEGARA, SKM, M.Fis	Skrpsi Di ACC	12 Jun 2023	✓

Lampiran 13

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : I Made Aditya Dwi Artawan
NIM : P07120219055
Program Studi : Sarjana Terapan
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2022/2023
Alamat : Br.Pengasahan, Desa Lalang Linggah, Kec. Selbar
Nomor HP/Email : 085737947629/adityadwiartawan05@gmail.com

Dengan ini menyerahkan skripsi berupa tugas akhir dengan judul:

“ Pengaruh *Brain Gym* : Segar Bugar Dalam Tujuh Menit Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023

1. Dan menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialih mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan publikasinya di internet atau di media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam skripsi ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dengan surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 12 Juli 2023

Yang menyatakan,



I Made Aditya Dwi Artawan

NIM. P07120219055

Pengaruh Brain Gym : Segar Bugar Dalam Tujuh Menit Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023

by I Made Aditya Dwi Artawan

Submission date: 15-Jun-2023 09:10AM (UTC-0400)

Submission ID: 2116623192

File name: BAB_1_2_3_4_5_6.docx (2.33M)

Word count: 11976

Character count: 74993

Pengaruh Brain Gym : Segar Bugar Dalam Tujuh Menit Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Selemadeg Barat Tahun 2023

ORIGINALITY REPORT

29%	29%	9%	18%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	7%
2	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	5%
3	positori.unsil.ac.id Internet Source	4%
4	docplayer.info Internet Source	2%
5	www.scribd.com Internet Source	1%
6	repository.bkpk.kemkes.go.id Internet Source	1%
7	repository.unair.ac.id Internet Source	1%
8	text-id.123dok.com Internet Source	1%

www.researchgate.net

OUTPUT OLAH DATA

Uji Normalitas Data

Tests of Normality

	Kolmogorov–Smirnov ^a			Shapiro–Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
skor pre test	.158	32	.041	.940	32	.077
skor post test	.127	32	.200*	.952	32	.169

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

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Paired T Test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	skor pre test	21.88	32	2.803	.495
	skor post test	21.00	32	2.995	.529

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	skor pre test & skor post test	32	.811	.000

Paired Samples Test

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	skor pre test – skor post test	.875	1.792	.317	.229	1.521	2.763	31	.010

Uji Chi Square

umur responden * skor pre test Crosstabulation												
Count												
		skor pre test										Total
		13	18	20	21	22	23	24	25	27	28	
umur responden	39	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1
	40	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	2
	42	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	45	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	2
	47	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	50	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1
	53	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	3
	54	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1
	58	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
	60	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	3
	62	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1
	63	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
	64	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	2
	65	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	3
	67	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1
	70	0	0	1	0	3	2	2	0	0	0	8
Total		1	2	6	5	6	3	5	2	1	1	32

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	164.178 ^a	135	.044
Likelihood Ratio	85.252	135	1.000
Linear-by-Linear Association	1.159	1	.282
N of Valid Cases	32		

a. 160 cells (100.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .03.

jenis kelamin responden * skor pre test Crosstabulation

Count												
		skor pre test										Total
		13	18	20	21	22	23	24	25	27	28	
jenis kelamin responden	L	0	1	0	1	4	3	1	0	0	0	10
	P	1	1	6	4	2	0	4	2	1	1	22
Total		1	2	6	5	6	3	5	2	1	1	32

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	16.019 ^a	9	.066
Likelihood Ratio	19.331	9	.023
N of Valid Cases	32		

a. 20 cells (100.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .31.

pendidikan responden * skor pre test Crosstabulation												
Count		skor pre test										
		13	18	20	21	22	23	24	25	27	28	Total
pendidikan responden	S1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
	SD/SDRJT	1	2	1	2	2	1	1	0	1	0	11
	SMP/SDRJ	0	0	5	3	3	2	4	2	0	1	20
Total		1	2	6	5	6	3	5	2	1	1	32

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	15.273 ^a	18	.643
Likelihood Ratio	16.127	18	.584
N of Valid Cases	32		

a. 30 cells (100.0%) have expected count less than 5.
The minimum expected count is .03.

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
pekerjaan responden * skor pre test	32	100.0%	0	0.0%	32	100.0%

pekerjaan responden * skor pre test Crosstabulation												
Count		skor pre test										
		13	18	20	21	22	23	24	25	27	28	Total
pekerjaan responden	Petani	0	1	2	3	4	1	2	1	1	1	16
	Buruh	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1
	Pensiunan	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
	Tidak Bekerja	1	1	4	1	1	2	3	1	0	0	14
Total		1	2	6	5	6	3	5	2	1	1	32

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	16.933 ^a	27	.933
Likelihood Ratio	15.545	27	.961
N of Valid Cases	32		

a. 40 cells (100.0%) have expected count less than 5.
The minimum expected count is .03.