



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
PROGRAM MAGISTER KEPERAWATAN
PROGRAM PASCASARJANA
Jl. Lingkar Selatan Tamantirto, Kasihan, Bantul,
Yogyakarta, 553183
Telp. dan Fax. (0274) 387646

LEMBAR PERMOHONAN PENGISIAN KUESIONER

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat,

Dengan ini saya :

Nama : Esti Oktaviani Purwasih, S. Kep., Ns.

NIM : 20151050008

Status : Mahasiswa Program Magister Keperawatan UMY

Alamat : Jl. Lingkar Selatan Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta,
553183

Dalam rangka penelitian yang berjudul “pengaruh relaksasi Benson dan terapi murottal surat Arrohman terhadap kadar glukosa darah dan tingkat stress pasien diabetes mellitus tipe 2”. Peneliti mohon dengan hormat kepada Saudara untuk bersedia menjadi responden pada penelitian ini dan responden memberikan jawaban sejujur-jujurnya atas pertanyaan yang disampaikan dengan ikhlas tanpa prasangka apapun. Jawaban yang diberikan semata-mata hanya berguna untuk penelitian ilmiah atau pengembangan ilmu pengetahuan saja, tanpa ada maksud lain.

Atas partisipasi yang telah diberikan, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, Desember 2016

Peneliti

(Esti Oktaviani Purwasih, S. Kep. Ns.)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
PROGRAM MAGISTER KEPERAWATAN
PROGRAM PASCASARJANA
Jl. Lingkar Selatan Tamantirto, Kasihan, Bantul,
Yogyakarta, 553183
Telp. dan Fax. (0274) 387646

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa magister keperawatan UMY, tentang “pengaruh relaksasi Benson dan terapi murottal surat Arrohman terhadap kadar glukosa darah dan tingkat stress pasien diabetes mellitus tipe 2”.

Saya mengerti bahwa penelitian ini tidak menimbulkan dampak negatif dan data mengenai diri saya dalam penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti. Semua berkas yang mencantumkan identitas saya hanya akan digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan akan dimusnahkan. Hanya peneliti yang dapat mengetahui kerahasiaan data-data penelitian.

Demikian dengan sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun saya bersedia berperan serta dalam penelitian ini.

Cilacap, 2017
Responden

(.....)
Ttd tanpa nama terang

Pertanyaan Bagian B

Kuesioner DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*)

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu:

- 0 : Tidak sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.
- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang-kadang.
- 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.
- 3 : Sangat sesuai dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara selama **satu minggu belakangan** ini. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Bapak/Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Bapak/Ibu/ Saudara.

No	Pernyataan	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.				
2	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.				
3	Saya merasa sulit untuk bersantai.				
4	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.				
5	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.				
6	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu).				
7	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				
8	Saya merasa sulit untuk beristirahat.				
9	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.				
10	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.				
11	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan				

Lampiran 3

	terhadap hal yang sedang saya lakukan				
12	Saya sedang merasa gelisah				
13	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.				
14	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.				

LEMBAR OBSERVASI

Responden: Pasien DM tipe 2 yang memenuhi kriteria inklusi

- 1. Inisial :
- 2. Umur :

Mohon memberi tanda (√) pada kolom jika responden melakukan intervensi (relaksasi Benson pada kelompok kontrol; relaksasi Benson dan terapi murottal pada kelompok intervensi)

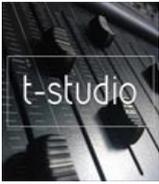
Hari ke	Pagi	Sore
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TEKNIK RELAKSASI
BENSON**

No.	Prosedur tindakan	Keterangan
A.	Tahap persiapan	
1.	Memberikan salam terapeutik	
2.	Menyediakan lingkungan yang tenang	
3.	Memvalidasi kondisi pasien	
4.	Menjaga privasi pasien	
5.	Memilih kata-kata untuk memfokuskan perhatian saat relaksasi	
B.	Tahap kerja	
1.	Posisikan pasien pada posisi duduk yang paling nyaman	
2.	Instruksikan pasien memejamkan mata	
3.	Menginstruksikan pasien agar tenang dan mengendorkan otot-otot tubuh dari ujung kaki sampai dengan otot wajah dan rasakan rileks	
4.	Menginstruksikan kepada pasien agar menarik nafas dalam lewat hidung, tahan selama 2 detik lalu hembuskan lewat mulut disertai dengan mengucapkan "Astaghfirulloh hal'adzim" atau kata yang sudah dipilih	
5.	Menginstruksikan pasien untuk membuang pikiran negatif, dan tetap fokus pada nafas dalam dan	

Lampiran 5

	“Astaghfirulloh hal’adzim” atau kata-kata yang diucapkan	
6.	Lakukan selama kurang lebih 10 menit	
7.	Menginstruksikan pasien untuk mengakhiri relaksasi dengan tetap menutup mata selama 2 menit, lalu membukanya dengan perlahan	
C.	Tahap Terminasi	
1.	Evaluasi perasaan pasien	
2.	Lakukan kontrak pertemuan selanjutnya	
3.	Akhiri dengan salam	



t - studio

Vila Banguntapan Asri 3-K16, Sampangan, Wirokerten, Banguntapan Bantul,
Daerah Istimewa Yogyakarta 55194, Indonesia
Telepon: +62 856-4348-2723

Bantul, 22 Februari 2017

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Putranto Aditomo

Pekerjaan : Audio Engineer

Alamat : Vila Banguntapan Asri 3-K16, Sampangan, Wirokerten, Banguntapan
Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55194, Indonesia

menerangkan bahwa murottal surat Ar-rohman ayat 1-55 dan terjemahannya yang dilantunkan oleh Misyari Rasyid telah diuji dan dianalisa menggunakan software Reaper di t-Studio dengan hasil, sebagai berikut:

1. Tempo : 69 – 70 BMP (untuk lafal arabnya)
2. Volume : Loudness Meter -16db LUFS

Demikian surat keterangan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Manager t-studio

A red handwritten signature, appearing to be 'Putranto', written over a large, stylized red scribble.

(Putranto Aditomo)