



# LAMPIRAN

## Lampiran 1. Surat ijin survey

 <b>YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG</b> <b>UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)</b> Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (8 Sal) Fax.(024) 6582455 email : informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id	
<b>KULTAS ILMU KEPERAWATAN</b> <span style="float: right;">Bismillah Membangun Generasi Khaira Ummah</span>	
Nomor	: 268/F.S1/FIK-SA/VII/2019
Lamp	: - Lembar
Perihal	: <b><u>Permohonan Ijin Survey</u></b>
Kepada Yth. Direktur Utama Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondohutomo Di Semarang	
<b>Assalamu'alaikum Wr. Wb.</b>	
Berkenaan dengan Penyusunan Proposal Skripsi mahasiswa S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula, untuk itu kami mohon ijin mahasiswa di bawah ini untuk melakukan penelitian dan pengambilan data. Adapun nama mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut :	
Nama	: Mira Santika
Nim	: 30901602082
Keperluan	: Observasi Survey Pendahuluan
Judul/Tema	: Efektifitas Teknik Relaksasi Benson dan Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tingkat Resiko Perilaku Kekerasan Pasien Gangguan Jiwa
Pembimbing I	: Ns. Betie Febriana, M.Kep.
Pembimbing II	: Ns. Wigyo Susanto, M.Kep.
Demikian Permohonan ini kami buat, Atas perhatian dan perkenannya kami ucapkan terima kasih.	
<b>Billahittaufiq Wal Hidayah,</b> <b>Wassalamu'alaikum Wr. Wb.</b>	
Semarang, 5 Dzulqaidah 1440 H 8 Juli 2019 M	
 <b>Ns. Indra Tri Astuti, M.Kep., Sp.Kep.An</b> <b>Ka. Prodi S1 Keperawatan</b>	


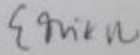
## Lampiran 2 . Surat balasan Survey

		<p align="center"><b>PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH</b>  <b>RSJD Dr. AMINO GONDOHUTOMO</b>          Jl. Brigjen Sudiarto No. 347 Kode Pos 50191 Po Box 1090 Telp (024) 6722564          Fax (024) 6722566 SEMARANG          Website : rs-amino.jatengprov.go.id, Email : amino@jatengprov.go.id</p>	
		Semarang, 18 Juli 2019	
Nomor : 420/10410 Lampiran : - Perihal : Ijin Survey	<b>Kepada Yth.</b> Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang Di - <p align="center"><b>SEMARANG</b></p>		
<p>Menindaklanjuti surat saudara Nomor : 268/FIK-SA/VII/2019, Tanggal 8 Juli 2019 perihal Ijin Penelitian/Pengambilan Data, dengan ini diberitahukan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan menerima mahasiswa :</p>			
Nama : Mira Santika NIM : 30901602082 Judul : Efektifitas Teknik Relaksasi Benson dan Musik Instrumental terhadap Penurunan Tingkat Resiko Perilaku Kekerasan Pasien Gangguan Jiwa			
Untuk melaksanakan perihal survey di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah;			
Setelah selesai melaksanakan kegiatan, diwajibkan untuk memberikan ringkas hasil dan rekomendasi dengan format terlampir, selanjutnya hasil penelitian dapat dimanfaatkan dan menjadi database penelitian di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah;			
Selanjutnya agar berkoordinasi dengan Sub Bagian Pendidikan dan Litbang RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah, Telp 6722564 Pesawat 411.			
Demikian atas kerjasamanya, disampaikan terimakasih.			
<p align="right">           PIt. DIREKTUR RSJD Dr. AMINO GONDOHUTOMO            PROVINSI JAWA TENGAH            Wakil Direktur Relayanan Medis    <u>*dr. ERLINA RUMANTI, M.Kes.</u>            JAWA T Pembina Tk. I            NIP. 19710612 200312 2 006         </p>			

## Lampiran 3. Surat ijin penelitian

	<b>YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG</b> <b>UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)</b> Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (8 Sal) Fax.(024) 6582455 email : informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id
	<b>FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN</b> <span style="float: right;">Bismillah Membangun Generasi Khaira Ummat</span>
Nomor	: 530/F.S1/FIK-SA/IX/2019
Lamp	: - Lembar
Perihal	: <u>Permohonan Ijin Penelitian</u>
Kepada Yth. Direktur Utama Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondohutomo Di Semarang	
<b>Assalamu'alaikum Wr. Wb.</b>	
Berkenaan dengan Penyusunan Skripsi mahasiswa S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula, untuk itu kami mohon ijin mahasiswa di bawah ini untuk melakukan penelitian dan pengambilan data. Adapun nama mahasiswa tersebut adalah sebagai berikut :	
Nama	: Mira Santika
Nim	: 30901602082
Keperluan	: Penelitian
Judul/Tema	: Efektifitas Kombinasi Teknik Relaksasi Benson dan Musik Instrumental Terhadap Penurunan Tingkat Resiko Perilaku Kekerasan
Pembimbing I	: Ns. Betie Febriana, M.Kep.
Pembimbing II	: Ns. Wigyo Susanto, M.Kep.
Demikian Permohonan ini kami buat, Atas perhatian dan perkenannya kami ucapkan terima kasih.	
<b>Billahittaufiq Wal Hidayah,</b> <b>Wassalamu'alaikum Wr. Wb.</b>	
Semarang, 26 Mubarram 1441 H 26 September 2019 M	
<b>Ns. Indra Tri Astuti, M.Kep., Sp.Kep.An</b> <b>Ka. Prodi S1 Keperawatan</b>	

## Lampiran 4. Surat Balasan Penelitian

 <b>RSJD Dr. AMINO GONDOHUTOMO</b> Jl. Brigjen Sudarto No. 347 Kode Pos 50191 Po Box 1090 Telp (024) 6722564 Fax (024) 6722566 SEMARANG Website : rs-amino.jatengprov.go.id, Email : amino@jatengprov.go.id	
Nomor Lampiran Perihal	420/ Ijin Penelitian
Semarang, 6 Nopember 2019	
<b>Kepada Yth.</b> Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang Di - <b>SEMARANG</b>	
Menindaklanjuti surat saudara Nomor 530/F.S1/FIK-SA/IX/2019, Tanggal 26 September 2019 perihal Ijin Penelitian, dengan ini diberitahukan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan menerima mahasiswa :	
Nama NIM Judul	Mira Santika 30901602082 Efektifitas Kombinasi Tehnik Relaksasi Benson dan Musik Instrumental terhadap Penurunan Tingkat Resiko Perilaku Kekerasan di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah
Untuk melaksanakan Penelitian di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah,	
Setelah selesai melaksanakan kegiatan Penelitian, diwajibkan untuk memberikan Soft file dan Hard File. Ringkas hasil dan rekomendasi dengan format terlampir, selanjutnya hasil penelitian dapat dimanfaatkan dan menjadi database penelitian di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah,	
Selanjutnya agar berkoordinasi dengan Sub Bagian Pendidikan dan Litbang RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah, Telp 6722564 Pesawat 1411	
Demikian atas kerjasamanya, disampaikan terimakasih.	
<b>PIL. DIREKTUR RSJD Dr. AMINO GONDOHUTOMO</b> <b>PROVINSI JAWA TENGAH</b> Wakil Direktur Pelayanan Medis	
	
<b>dr. ERLINA RUMANTI, M.Kes.</b> Pembina Tk. I NIP. 19710612 200312 2 006	

## Lampiran 5. Surat Lolos uji etik FIK


**YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG**  
**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)**  
 Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (8 Sal) Fax.(024) 6582455  
 email : informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id

**KULTAS ILMU KEPERAWATAN** Bismillah Membangun Generasi Khalra

**SURAT KETERANGAN LOLOS UJI ETIK**  
**KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN**  
**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**  
**UNISSULA SEMARANG**

---

**Nomor : 690/A.1-S1/FIK-SA/X/2019**

Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK), Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula Semarang dalam upaya melindungi hak azasi dan kesejahteraan subyek penelitian, telah mengkaji dengan teliti proposal berjudul :

***" EFEKTIFITAS KOMBINASI TEKHNIK RELAKSASI BENSON DAN MUSIK INSTRUMENTAL KIARO TERHADAP TINGKAT RESIKO PERILAKU KEKERASAN PASIEN GANGGUAN JIWA DI RSJD DR. AMINO GONDOHUTOMO PROVINSI JAWA TENGAH "***

**Nama Peneliti Utama : Mira Santika**  
**NIM : 30901602082**  
**Nama Institusi : Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula Semarang**

Dan Telah *menyetujui* proposal tersebut.  
 Demikian untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Semarang, 16 Shafar 1441 H  
15 Oktober 2019 M

Sekretaris,  


**Ns. Suyanto, M.Kep., Sp.Kep.MB**  
**NIK. 210909018**

  
**Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep. Sp.Kep. Mat**  
**NIK : 210998007**

## Lampiran 6. Surat Lolos Uji Etik RSJD dr. Amino Gondogutomo



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TENGAH**  
**RSJD Dr. AMINO GONDOHUTOMO**  
 Jl. Brigjen Sudiarto No. 347 Kode Pos 50191 Po Box 1090 Telp (024) 6722564  
 Fax (024) 6722566 SEMARANG  
 Website : rs-amino.jatengprov.go.id, Email : amino@jatengprov.go.id

---

**SURAT KETERANGAN**  
 Nomor : 420/1/014274

Yang bertandatangan di bawah ini, Plt. Direktur Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah, menerangkan bahwa :

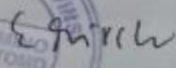
Nama : Mira Santika  
 NIM : 30901602082  
 Judul : Efektifitas Kombinasi Teknik Relaksasi benson dan Musik Instrumental Kitaro Terhadap Tingkat Resiko Perilaku Kekerasan Pasien Gangguan Jiwa di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah.


Telah melaksanakan kegiatan Uji Etik tanggal 1 November 2019 di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah.

Demikian Surat keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan seperlunya.

Semarang, 4 November 2019

Plt. DIREKTUR RSJD Dr. AMINO GONDOHUTOMO  
 PROVINSI JAWA TENGAH  
 Wakil Direktur Pelayanan Medis

  
 dr. ERLINA RUMANTI, M.Kes.  
 Pembina Tk. I  
 NIP. 19710612 200312 2 006



## Lampiran 7. Surat Lolos Terapi

	<b>YAYASAN BADAN WAKAF SULTAN AGUNG</b> <b>UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG (UNISSULA)</b> Jl. Raya Kaligawe Km.4 Semarang 50112 Telp. (024) 6583584 (R. Sali) Fax.(024) 6582455 email : informasi@unissula.ac.id web : www.unissula.ac.id
	<b>FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN</b> <span style="float: right;">Bismillah Membangun Generasi Khaira Umma</span>
<b>SURAT KETERANGAN LOLOS UJI TERAPI RELAKSASI BENSON DAN MUSIK INSTRUMENTAL KITARO</b>	
<b>Nomor: 787/A.1-S1/FIK-SA/XI/2019</b>	
<p>Surat Keterangan Lolos Uji Terapi, Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA Semarang dalam upaya melindungi hak azasi dan kesejahteraan subjek penelitian, telah mampu melaksanakan terapi sesuai standar operasional prosedur (SOP) dengan judul:</p>	
<p>“EFEKTIFITAS KOMBINASI TEKNIK RELAKSASI BENSON DAN MUSIK INSTRUMENTAL KITARO TERHADAP TINGKAT RESIKO PERILAKU KEKERASAN PASIEN GANGGUAN JIWA DI RSJD DR. AMINO GONDHUTOMO PROVINSI JAWA TENGAH”</p>	
<b>Nama Peneliti Utama</b>	<b>: Mira Santika</b>
<b>NIM</b>	<b>: 30901602082</b>
<b>Nama Institusi</b>	<b>: Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA Semarang</b>
Semarang 11 November 2019	
<b>Ns. Hj. Dwi Heppy Rochmawati, M.Kep., Sp. Kep.J</b> <b>NIDN. 06-1408-7702</b>	



Lampiran 8. Surat persetujuan menjadi responden

**SURAT KESANGGUPAN MENJADI RESPONDEN  
(Informed Consent)**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : .....

Umur : .....

Dengan ini saya menyatakan, saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Mira Santika

NIM : 30901602082

Institusi Pendidikan : Program Studi S1 Keperawatan FIK UNISSULA  
Semarang

Demikian surat pernyataan kesanggupan ini saya buat dengan sukarela dan tanpa adanya paksaan dari peneliti.

Semarang, 22 Januari 2019

Responden

( )

Lampiran 9 . Permohonan menjadi responden

### **PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth,

Pasien Rumah Sakit Jiwa Amino Gondohutomo, Provinsi Jawa Tengah

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Mira Santika

NIM : 30901602082

Adalah mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan UNISSULA Semarang, sedang melakukan penelitian dengan judul “Hubungan kelelahan fisik dengan kualitas hidup pada pasien yang menjalani kemoterapi”. Penelitian ini tidak menimbulkan akibat yang merugikan bagi Bapak/Ibu yang menjadi responden. Saya sangat mengharapkan partisipasi Bapak/Ibu dalam penelitian ini dengan bersedia mengikuti instruksi yang diberikan oleh peneliti.

Saya menjamin kerahasiaan dan segala bentuk informasi yang Bapak/Ibu berikan. Apabila Bapak/Ibu bersedia, mohon menandatangani lembar persetujuan dan mengisi lembar pernyataan-pernyataan yang disediakan dalam lembaran ini.

Demikian penyampaian dari saya, atas segala perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih

Semarang, 22 Januari 2019

Hormat saya,

Mira Santika

## Lampiran 10. Kuesioner RUFA

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

RUFA (RESPON UMUM FUNGSI ADATIF) PERILAKU KEKERASAN

No	Indikator RUFA	Perilaku Kekerasan	Penilaian	
			YA	TIDAK
1.	Perilaku	Orang lain atau makhluk lain mengancam		
		Mengamuk		
		Mata meloto		
		Intonasi tinggi		
		Intonasi rendah		
2	Perasaan	Marah dan jengkel terus menerus		
		Marah dan jengkel sering kali		
		Kadang marah dan jengkel, sering tenang		
3	Tindakan	Terus menerus mengancam orang lain (Verbal)		
		Terus menerus berusaha mencederai orang lain(fisik)		
		Komunikasi sangat kacau		
		Hanya mengancam secara verbal		
		Tidak ada tindakan kekerasan fisik		
		Kadang kadang masih mengancam secara verbal		
		Komunikasi cukup koheren		
		Bicara dengan tenang		
		Vokal jelas dan nada suara tegas		
Gerakan tidak tergesa-gesa				
4	Sosial	Tidak membahayakan dirinya orang lain dan lingkungan		
		Merasa Aman		
		Tidak mengucapkan kata kasar		
		Tidak menghina orang lain		
		Berkata dan memerintah dengan intonasi rendah		
		Tidak merusak barang yang ada disekitarnya		
5	Fisik	Tekanan darah normal		
		Tekanan darah meningkat		
		Pernafasan normal		
		Pernafasan meningkat (diats 20x/menit		
		Nadi Normal		
		Nadi meningkat		

Lampiran 11. SOP Benson

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

---

PROSEDUR PELAKSANAAN TERAPI TEKNIK RELAKSASI BENSON

Menurut Datak (2014) dalam jurnal Nur Inayati 2012 langkah-langkah relaksasi benson antara lain:

- a. Ciptakan lingkungan yang tenang dan nyaman
- b. Anjurkan klien untuk memilih tempat yang disenangi
- c. Anjurkan klien mengambil posisi tidur terlentang atau duduk yang dirasakan paling nyaman
- d. Anjurkan klien untuk memejamkan mata dengan pelan tidak perlu dipaksakan sehingga tidak ada ketegangan otot sekitar mata.
- e. Anjurkan klien untuk merileksasikan tubuhnya untuk mengurangi ketegangan otot, mulai dari kaki hingga wajah.
- f. Lemaskan kepala, leher dan pundak dengan memutar kepala dan mengangkat pundak perlahan-lahan
- g. Anjurkan klien mulai bernafas dengan lambat dan wajar kemudian tarik nafas dalam melalui hidung, beri waktu 3 detik untuk menahan nafas kemudian hembuskan nafas melalui mulut, sambil mengucapkan astagfirullah, tenangkan pikiran kemudian nafas dalam hembuskan, Alhamdulillah. Nafas dalam kemudian dihembuskan Allah huakbar dan teruskan selama 15 menit.

- h. Kata yang diucapkan bisa berupa kalimat Allah, atau nama-namaNya dalam asmaul husna, kalimat kalimat untuk berzikir seperti Alhamdulillah, Subhanallah dan Allah Huakbar.

Dzikir yang diucapkan adalah:

1. Astagfirullah
  2. Subhanallah
  3. Alhamdulillah
  4. Allah huakbar
  5. Laa ilaa ha illallah
- i. Klien diperbolehkan membuka mata untuk melihat. Bila terapi nya sudah selesai tetap berbaring dengan tenang beberapa menit mula-mula mata terpejam dan sesudah itu mata dibuka.

## Lampiran 12. Jadwal kegiatan penelitian

**JADWAL KEGIATAN PENELITIAN**  
**Periode Juni - Desember 2019**

No	Kegiatan	Juni				Juli				Agustus					September				Oktober				November					Desember			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4
1	Usulan Tema dan Judul																														
2	Penyusunan Proposal																														
3	Pengumpulan Proposal ke Fakultas																														
4	Ujian Proposal																														
5	Revisi Proposal																														
6	Pengambilan Data																														
7	Penyusunan Laporan Hasil																														
8	Pengumpulan Skripsi ke Fakultas																														
9	Ujian Hasil 1																														
10	Revisi dan Pengumpulan Hasil Akhir Skripsi																														

Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian







## Lampiran 14. Daftar Riwayat Hidup

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Mira Santika  
Tempat, Tanggal Lahir : Mataram, 22 Juli 1997  
Jenis kelamin : Perempuan  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Alamat Rumah : Jl. Jendral Sudirman Karang Kuluh, MataramNTB  
Alamat Institusi : Jl. Raya Kaligawe Km. 4 Semarang 50112 PO Box  
1054/SM Indonesia

**RIWAYAT PENDIDIKAN**

1. SD : SDN 27 CAKRA NEGARA (2004-2010)
2. SMP : MTsN 2 MATARAM (2010-2013)
3. SMA : SMKN 8 MATARAM (2013-2016)
4. Pendidikan S1 : Universitas Islam Sultan Agung Semarang (2016 -  
sekarang)