

# LAMPIRAN

## INFORMED CONSENT



RUMAH SAKIT PANTI RAPIH

Jl. Cik Di Tiro 30 Yogyakarta

Inisial Nama : BP SG  
Tanggal Lahir : 11 / 10 / 1980

Nama pemberi informasi : Kasih Juliyanti			
Institusi Peneliti : STIKes Panti Rapih Yogyakarta			
Judul Penelitian : Pengaruh Relaksasi Benson terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 diruang Elisabeth 4 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta			
No	Jenis Informasi	Informasi	Paraf
1	Tujuan penelitian	Mengetahui adanya Pengaruh Relaksasi Benson terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 diruang Elisabeth 4 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.	
2	Manfaat Penelitian	Diharapkan penelitian ini memberikan referensi ilmiah dan pengembangan ilmu keperawatan tentang Pengaruh Relaksasi Benson terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2	
3	Alasan Memilih Responden	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Pasien DM Tipe 2 dengan GDN &gt;150 mg/dL dengan terapi obat anti diabetes.</li> <li>b. Pasien bersedia menjadi responden dibuktikan dengan menandatangani <i>informed consent</i></li> <li>c. Pasien dewasa dengan umur <math>\geq 18</math> tahun</li> </ul>	
4	Perlakuan yang diterima responden	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Kelompok inervensi adalah responden yang mendapatkan intervensi relaksasi benson</li> <li>b. Kelompok kontrol adalah responden yang tidak dilakukan intervensi dan hanya menggunakan terapi antidiabetes</li> </ul>	
5	Durasi Penelitian	Penelitian ini dilakukan 1 kali sehari dengan durasi 10 menit tiap sesi selama 3 hari	
6	Efek samping yang mungkin terjadi	Tidak ada	
7	Hak untuk mengundurkan diri	Responden dapat mengajukan pengunduran diri apabila merasa ketidaknyamanan selama proses penelitian	
8	Jaminan kerahasiaan data	Identitas responden akan dijamin kerahasiaan dan hanya akan ditulis inisial serta kode tertentu pada lembar observasi	
Pernyataan			Tanda Tangan
Pemberi informasi menyatakan bahwa telah menerangkan hal-hal diatas secara benar dan jujur, serta memberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi kepada penerima informasi			
Penerima informasi menyatakan telah paham dengan informasi yang telah diberikan oleh pemberi informasi			

Nama Penerima Informasi (inisial) : Bp. Sg  
Umur : 45 tahun tahun  
Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan (coret salah satu)

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian "Pengaruh Relaksasi Benson terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 diruang Elisabeth 4 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.". Saya bersedia terlibat dalam penelitian ini. Saya telah memahami tujuan serta manfaat penelitian sebagaimana yang sudah dijelaskan oleh peneliti kepada saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

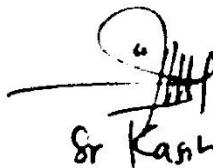
Hari Kamis, tanggal 22, bulan Januari, tahun 2026, pukul 13.30

Pemberi Persetujuan



Inisial Nama dan Tanda Tangan

Peneliti

  
Sr Kash

Nama dan Tanda Tangan

Lampiran 1

**INFORMED CONSENT**



RUMAH SAKIT PANTI RAPIH

Jl. Cik Di Tiro 30 Yogyakarta

Inisial Nama : Ny Su  
Tanggal Lahir : 11/07/1968

Nama pemberi informasi : Kasih Juliyanti			
Institusi Peneliti : STIKes Panti Rapih Yogyakarta			
Judul Penelitian : Pengaruh Relaksasi Benson terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 diruang Elisabeth 4 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta			
No	Jenis Informasi	Informasi	Paraf
1	Tujuan penelitian	Mengetahui adanya Pengaruh Relaksasi Benson terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 diruang Elisabeth 4 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.	
2	Manfaat Penelitian	Diharapkan penelitian ini memberikan referensi ilmiah dan pengembangan ilmu keperawatan tentang Pengaruh Relaksasi Benson terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2	
3	Alasan Memilih Responden	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pasien DM Tipe 2 dengan GDN &gt;150 mg/dL dengan terapi obat anti diabetes.</li> <li>Pasien bersedia menjadi responden dibuktikan dengan menandatangani <i>informed consent</i></li> <li>Pasien dewasa dengan umur <math>\geq 18</math> tahun</li> </ol>	
4	Perlakuan yang diterima responden	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kelompok intervensi adalah responden yang mendapatkan intervensi relaksasi benson</li> <li>Kelompok kontrol adalah responden yang tidak dilakukan intervensi dan hanya menggunakan terapi antidiabetes</li> </ol>	
5	Durasi Penelitian	Penelitian ini dilakukan 1 kali sehari dengan durasi 10 menit tiap sesi selama 3 hari	
6	Efek samping yang mungkin terjadi	Tidak ada	
7	Hak untuk mengundurkan diri	Responden dapat mengajukan pengunduran diri apabila merasa ketidaknyamanan selama proses penelitian	
8	Jaminan kerahasiaan data	Identitas responden akan dijamin kerahasiaan dan hanya akan ditulis inisial serta kode tertentu pada lembar observasi	
Pernyataan			Tanda Tangan
Pemberi informasi menyatakan bahwa telah menerangkan hal-hal diatas secara benar dan jujur, serta memberikan kesempatan untuk bertanya dan berdiskusi kepada penerima informasi			Kasih
Penerima informasi menyatakan telah paham dengan informasi yang telah diberikan oleh pemberi informasi			

Nama Penerima Informasi (inisial) : Ny S  
Umur : 57 tahun  
Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan (coret salah satu)

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian "Pengaruh Relaksasi Benson terhadap kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus tipe 2 diruang Elisabeth 4 Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.". Saya bersedia terlibat dalam penelitian ini. Saya telah memahami tujuan serta manfaat penelitian sebagaimana yang sudah dijelaskan oleh peneliti kepada saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Hari Kamis, tanggal 22, bulan Januari, tahun 2026, pukul 13.00

Pemberi Persetujuan



Inisial Nama dan Tanda Tangan

Peneliti

  
Kash Juliyanbi

Nama dan Tanda Tangan

Lampiran 2

Lembar Observasi

Nama : Ny Su  
Usia : 57 tahun  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Diagnosa : DM tipe 2, Hiponatremi  
Lama Menderita : > 5 tahun

Hasil Observasi gula darah

Data Pasien	Gula Darah	Hari 2	Hari 3	Gula Darah
	Puasa Pre Intervensi	Relaksasi Benson	Relaksasi Benson	Puasa Post Intervensi
Ny. Su	191 mg/dl	213 mg/dl	171 mg/dl	156 mg/dl

## Lampiran 2

### Lembar Observasi

Nama : Bp Sg

Usia : 45 tahun

Jenis Kelamin : Laki - Laki

Diagnosa : DM tipe 2

Lama Menderita : Cholelithiasis

#### Hasil Observasi gula darah

Data Pasien	Gula Darah Puasa Pre Intervensi	Hari 2 Relaksasi Benson	Hari 3 Relaksasi Benson	Gula Darah Puasa Post Intervensi
Bp Sg .	160 mg/dl	168 mg/dl	150 mg/dl	131 mg/dl

SOP Intervensi Teknik Relaksasi Benson

<p>Tujuan:</p> <p>Menjadi pedoman keperawatan dalam mengimplementasikan teknik relaksasi Benson secara tepat, aman dan efektif pada pasien DM tipe 2. Teknik relaksasi Benson dapat membantu pasien dalam meningkatkan ketenangan, mengurangi stres, dan membantu menstabilkan kadar gula darah.</p>
<p>Persiapan lingkungan:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Ciptakan lingkungan yang tenang.</li><li>2) Hindari hal-hal yang menyebabkan kebisingan yang dapat mengganggu konsentrasi</li></ol>
<p>Persiapan pasien:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1) Atur posisi pasien senyaman mungkin.</li><li>2) Kedua tangan berada disamping tubuh.</li><li>3) Posisi yang dianjurkan adalah berbaring rileks.</li><li>4) Tanamkan dalam hati untuk bersikap ikhlas dan terbuka terhadap keseluruhan proses pelaksanaan Relaksasi Benson.</li><li>5) Pilih dan ajarkan, “Ya Tuhan sembahukanlah kami, Ya Tuhan nyamankanlah kaki serta hilangkan rasa lelah kami” (disesuaikan dengan keyakinan yang dianut pasien).</li><li>6) Pilih suasana yang damai dan menyenangkan hati.</li></ol>

Tahap kerja:

A. Tahap pertama (pemicu respon relaksasi)

- 1) Memilih kata-kata singkat, menenangkan, dan ajak pasien berdoa “Ya Tuhan sembuhkanlahkan kami, Ya Tuhan nyamankanlah kami, dan hilangkan rasa lelah kami” (disesuaikan dengan keyakinan yang dianut oleh pasien).
- 2) Pejamkan mata, bernafas lambat dan tenang sambil melemaskan otot-otot mulai dari otot betis, paha, pinggang, dan perut. Dilanjutkan dengan melemaskan otot kepala, leher, dan pundak dengan memutarkan kepala dan menggerakkan pundak secara perlahan
- 3) Perhatikan pernafasan dan mulai mengucapkan dalam hati kata-kata yang mendasar pada keyakinan,  
“Ya Tuhan sembuhkanlahkan kami, Ya Tuhan nyamankanlah kami, dan hilangkan rasa lelah kami”
- 4) Pertahankan sikap pasrah, ikhlas, dan pasif terhadap hal- hal yang mengganggu pikiran, dilakukan selama 12 menit. Jika ada hal-hal yang menyebabkan terganggunya konsentrasi maka dianjurkan untuk mengatakan dalam hati bahwa semuanya berjalan dengan baik dan kembali fokus terhadap relaksasi

B. Tahap kedua (visualisasi)

- 1) Bayangkan situasi yang damai yang membuat pasien tenang dan nyaman.
- 2) Lakukan tahap kedua ini selama 8 menit.
- 3) Buka mata perlahan-lahan dan Tarik nafas dalam perlahan melalui hidung kemudian keluarkan udara perlahan melalui mulut

## LEMBAR KONSULTASI



Judul Penelitian : Analisis Penerapan Relaksasi Benson Pada  
 Penurunan kadar glukosa Darah Pasien DM tipe 2  
 di Ruang Elisabeth 4 RS Panti Raphi Yogyakarta  
 Pembimbing : Sr. Lucilla Suparmi, CB, M.Kep. > Ns. Sp. KMB.

No	Hari/Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1.	1/01/2026	Konsul Judul Pengambilan kiam	-Caril data yang terjadi pada pasien dewasa KMB	jh
2.	8/1/2026	Konsul BAB 1. dan Judul	-Judul disesuaikan pedoman -Rumusan masalah dan Tujuan disesuaikan Judul	jh
3.	8/1/2026	Konsul BAB 2	-Tambahkan penatalaksanaan DM, Cara relaksasi Benson -Diagnosa Keperawatan yang muncul -Sesuaikan lagi jurnalnya	jh
4.	8/1/2026	Konsul BAB 3	-Jika analisis Penerapan tidak -pakai kontrol kelompok. -Kriteria sampel disesuaikan -Tambal tabel gula darah Pedoman Perkemi	jh

No	Hari/ Tanggal	Materi Konsultasi	Saran Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
5-	Rabu 23/11/26	Konsul BAB 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tambah gambar Untuk Refleksi Benson</li> <li>- Cari penatalaksanaan nonfarmakologis untuk Benson.</li> </ul>	<u>Siti</u>
6-	Rabu 23/11/26	Konsul BAB 3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Intervensi sesuai jurnal yang diambil 3 hari</li> </ul>	<u>Siti</u>
7-	Senin 26/11/2026	Konsul BAB 1 Sampai BAB 5.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tujuan disesuaikan</li> <li>- Simpulan harus menjawab Tujuan</li> <li>- Bab 4 diberi kalimat Pembuka.</li> </ul>	<u>Siti</u>
8-			<ul style="list-style-type: none"> <li>- SOP bisa dimasukkan bab 3.</li> </ul>	
9.				