

LAMPIRAN

Lampiran 1 Matriks Kegiatan

Kegiatan	Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Pengesahan judul dan konfirmasi judul ke pembimbing																								
Penyusunan proposal (BAB I, II, III)																								
Seminar proposal																								
Revisi proposal																								
Pengurusan izin																								
Pengambilan & pengumpulan data																								
Analisa data																								
Bimbingan BAB IV, V																								
Ujian Sidang KTI																								
Revisi KTI																								
Pengumpulan hasil KTI																								

Lampiran 2 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan



PEMERINTAH KABUPATEN PONOROGO

DINAS KESEHATAN

Jl. Basuki Rahmad Gedung Terpadu Graha Bhakti Praja Lt. 1 dan 2 Ponorogo, Jawa Timur Kode Pos 63418

Telepon 0352-481438 Faximile 0352-484550

Laman dinkes.ponorogo.go.id, Pos-el dinkes@ponorogo.go.id

Ponorogo, 14 April 2025

Nomor : 400.7/KRP/99/405.09/2025
Sifat : Penting
Lampiran : -
Perihal : Rekomendasi Ijin Penelitian

Yth. Kepala Puskesmas Babadan
Kabupaten Ponorogo
Di
P O N O R O G O

Menindaklanjuti surat dari Ketua Prodi D-III Keperawatan Ponorogo Poltekkes Kemenkes Malang Nomor: PP.06.02/F.XIII.15.6/252/2025 tanggal 26 Maret 2025 Perihal Permohonan Ijin Penelitian, maka bersama ini diberikan Rekomendasi di Wilayah Kerja Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo sebagai tempat penelitian kepada mahasiswa berikut :

Nama : Arga Ramadhan
NIM : P17250223053
Judul : Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo
Pelaksana : 1 (Satu) Bulan (Menyesuaikan Jadwal Puskesmas)

Demikian untuk menjadi perhatian, atas kerjasamanya disampaikan terima kasih.



Ditandatangani secara elektronik oleh :
Kepala Dinas Kesehatan

Dyah Ayu Puspitaningarti, SKM,M.Kes
Pembina Utama Muda (IV/c)
NIP. 197602062002122012

Tembusan :

1. Ketua Prodi D-III Keperawatan Ponorogo Poltekkes Kemenkes Malang
2. Arsip

Lampiran 3 Surat Izin Penelitian Puskesmas Babadan



PEMERINTAH KABUPATEN PONOROGO
DINAS KESEHATAN

PUSKESMAS BABADAN

Jl. Raya Ponorogo – Madiun No.06, Babadan, Ponorogo, Jawa Timur 63491

Telepon.0812 3380 9109 Fax. –

Laman : <https://puskesmas.ponorogo.go.id/babadan/>,

Pos-el : puskesmas_babadan@ponorogo.go.id

Babadan, 24 April 2025

Nomor : 400.7 /KRP/ 166 /405.09.05/2025
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Permohonan Kegiatan
Pengambilan data awal
Di
Puskesmas Babadan

Yth. Arga Ramadhan

Menindaklanjuti surat dari Dinas Kesehatan Ponorogo Nomor : 400.7/KRP/99/405.09/2025 tanggal 14 April 2025 Perihal Rekomendasi Ijin Penelitian.

Maka dengan ini kami sampaikan bahwa kami memberi ijin kepada mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Ponorogo Poltekkes Kemenkes Malang.

a.n **Arga Ramadhan**, untuk pengambilan data awal dengan thema “ **Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Gangguan Pola Tidur Di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo** ”

dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Mematuhi protocol kesehatan
2. Sesuai dengan kompetensi yang ingin dicapai dalam penelitian yang dilaksanakan.
3. Sehubungan dengan Perda tarif pada Puskesmas, maka biaya pelitian mengacu pada Perda yang berlaku.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat untuk menjadikan landasan pelaksanaan penelitian, atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

KEPALA PUSKESMAS BABADAN

BAWANIS Kep.Ners

Pembina Tingkat I

NIP. 19670811 1988031010

Lampiran 4 Surat Pengantar

SURAT PENGANTAR

Kepada Yth.

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama / NIM : Arga Ramadhan/ P17250223053

Alamat : Rt 01 Rw 03, Kel. Pucangsewu, Kec. Pacitan, Kab.
Pacitan

Telp : 082310913370

Saya adalah mahasiswa Prodi D3 Keperawatan Ponorogo Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang sedang melaksanakan penelitian studi kasus dengan judul “ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA HIPERTENSI DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI PUSKESMAS BABADAN KABUPATEN PONOROGO”.

Tujuan studi kasus ini untuk mengetahui pelaksanaan asuhan keperawatan yang sudah dilakukan dan upaya meningkatkan mutu asuhan keperawatan. Kerahasiaan identitas dan informasi yang diberikan akan dijaga. Jika terjadi hal-hal yang memberatkan maka anda diperbolehkan mengundurkan diri dari kegiatan studi kasus ini dengan menghubungi penulis pada nomor yang tercantum diatas.

Apabila anda menyetujui maka saya mohon kesediaannya menandatangani lembar persetujuan. Atas kesediaan dan kerjasamanya dalam karya tulis (studi kasus) ini, saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya



Arga Ramadhan

Lampiran 5 Lembar Persetujuan

LEMBAR PERSETUJUAN*(Informed Consent)*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bersedia menjadi bekerjasama dalam karya tulis (studi kasus) yang berjudul "ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN LANSIA HIPERTENSI DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI PUSKESMAS BABADAN KABUPATEN PONOROGO".

Setelah membaca dan memahami surat pengantar persetujuan maka saya menyatakan bersedia bekerja sama dalam kegiatan ini. Saya menyadari bahwa data yang dihasilkan merupakan rahasia dan hanya digunakan untuk keperluan karya tulis dan pengembangan ilmu keperawatan. Saya juga memahami bahwa kegiatan ini tidak merugikan dan tidak berdampak pada diri saya, namun saya yakin bahwa kegiatan ini akan memberikan manfaat pada peningkatan mutu pelayanan keperawatan.

Ponorogo,

Responden



()

Lampiran 6 Hasil Kuisioner Pada Tn. K Sebelum Dilakukan Pijat Kaki

KUALITAS TIDUR PADA Tn. K
Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

Selasa, 22 April 2025

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam?				
Pasien mengatakan pukul 00.00 WIB				
2. Berapa lama waktu yang biasanya anda butuhkan untuk bisa tidur malam?				
Pasien mengatakan 1 jam atau lebih				
3. Pukul berapa biasanya anda bangun pagi?				
Pasien mengatakan pukul 02.00 WIB				
4. Berapa lama biasanya anda tidur di malam hari?				
Pasien mengatakan 1 jam-an				
5. Seberapa sering masalah dibawah ini yang mengganggu tidur anda selama sebulan?				
Masalah	Tidak pernah (0)	1x seminggu (1)	2x seminggu (2)	3x seminggu (3)
a. Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				✓
b. Terbangun ditengah malam atau dini hari				✓
c. Terbangun untuk ke kamar mandi		✓		
d. Sulit bernapas dengan nyaman saat berbaring	✓			
e. Batuk atau mengorok	✓			
f. Kedinginan di malam hari	✓			
g. Kepanasan di malam hari	✓			
h. Mimpi buruk	✓			
i. Terasa nyeri				✓
j. Alasan lainnya:	✓			
6. Selama sebulan terakhir seberapa sering anda menggunakan obat tidur?	✓			
7. Selama sebulan terakhir seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitas di siang hari?			✓	
	Tidak Antusias	Kecil	Sedang	Besar
8. Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?	✓			
9. Selama sebulan terakhir, bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?				
Sangat baik	☐	Cukup baik	☐	Cukup buruk
			☐	Sangat buruk ☒

No	Komponen	No. Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1	Kualitas Tidur Subjektif	9	Sangat baik Baik Kurang Sangat kurang	0 1 2 ③
2	Latensi Tidur	2	≤15 menit 16-30 menit 31-60 menit >60 menit	0 1 2 ③
	Skor Latensi Tidur	2+5a	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 ③
3	Durasi Tidur	4	>7 jam 6-7 jam 5-6 jam <5 jam	0 1 2 ③
4	Efisiensi Tidur Rumus: Durasi tidur : lama di tempat tidur x 100% * Durasi tidur (item no 4) * Lama ditempat tidur (kalkulasi respon no. 1 dan 3) $2 \div 4 \times 100\% = 50\%$	1,3,4	>85 % 75-84% 65-74% <65 %	0 1 2 ③
5	Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j	0 1-9 10-18 19-27	0 1 ② 3
6	Penggunaan Obat	6	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	① 1 2 3
7	Disfungsi di siang hari	7	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 ② 3
		8	Tidak Antusias Kecil Sedang Besar	① 1 2 3
		7+8	0 1-2 3-4 5-6	0 ① 2 3
Total score				15
Kualitas Tidur Baik < 5 ☐		Kualias tidur buruk >5 ☐		

Lampiran 7 Hasil Kuisioner Pada Tn. K Setelah Dilakukan Pijat Kaki

KUALITAS TIDUR PADA Tn. K
Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

Senin, 28 April 2025

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam?				
Pasien mengatakan pukul 21.00 WIB				
2. Berapa lama waktu yang biasanya anda butuhkan untuk bisa tidur malam?				
Pasien mengatakan 5 menit				
3. Pukul berapa biasanya anda bangun pagi?				
Pasien mengatakan pukul 04.00 WIB				
4. Berapa lama biasanya anda tidur di malam hari?				
Pasien mengatakan 7 jam				
5. Seberapa sering masalah dibawah ini yang mengganggu tidur anda selama sebulan?				
Masalah	Tidak pernah (0)	1x seminggu (1)	2x seminggu (2)	3x seminggu (3)
a. Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring	✓			
b. Terbangun ditengah malam atau dini hari			✓	
c. Terbangun untuk ke kamar mandi			✓	
d. Sulit bernapas dengan nyaman saat berbaring	✓			
e. Batuk atau mengorok	✓			
f. Kedinginan di malam hari	✓			
g. Kepanasan di malam hari	✓			
h. Mimpi buruk	✓			
i. Terasa nyeri	✓			
j. Alasan lainnya:	✓			
6. Selama sebulan terakhir seberapa sering anda menggunakan obat tidur?	✓			
7. Selama sebulan terakhir seberapa sering anda mengantuk katika melakukan aktivitas di siang hari?			✓	
	Tidak Antusias	Kecil	Sedang	Besar
8. Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?	✓			
9. Selama sebulan terakhir, bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?				
Sangat baik	☐	Cukup baik	☐	Cukup buruk
			☐	Sangat buruk
				☒

No	Komponen	No. Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1	Kualitas Tidur Subjektif	9	Sangat baik Baik Kurang Sangat kurang	① 1 2 3
2	Latensi Tidur	2	≤15 menit 16-30 menit 31-60 menit >60 menit	① 1 2 3
	Skor Latensi Tidur	2+5a	0 1-2 3-4 5-6	① 1 2 3
3	Durasi Tidur	4	>7 jam 6-7 jam 5-6 jam <5 jam	0 ① 2 3
4	Efisiensi Tidur Rumus: Durasi tidur : lama di tempat tidur x 100% * Durasi tidur (item no 4) * Lama ditempat tidur (kalkulasi respon no. 1 dan 3) $7 \div 7 \times 100\% = 100\%$	1,3,4	>85 % 75-84% 65-74% <65 %	① 1 2 3
5	Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5j	0 1-9 10-18 19-27	0 ① 2 3
6	Penggunaan Obat	6	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	① 1 2 3
7	Disfungsi di siang hari	7	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	① 1 2 3
		8	Tidak Antusias Kecil Sedang Besar	① 1 2 3
		7+8	0 1-2 3-4 5-6	① 1 2 3
Total score				2
Kualitas Tidur Baik < 5 ☐			Kualias tidur buruk >5 ☐	

Lampiran 8 Lembar Observasi Kualitas Tidur Tn. K Selama 7 hari

Indikator	Hari Pemantauan						
	Selasa, 22 April 2025	Rabu, 23 April 2025	Kamis, 24 April 2025	Jumat, 25 April 2025	Sabtu, 26 April 2025	Minggu, 27 April 2025	Senin, 28 April 2025
Apakah hari ini diberikan terapi pijat kaki?	✓	×	✓	✓	✓	✓	×
Jam berapa hari ini tidur?	22.00	20.30	21.00	20.30	21.00	21.30	21.00
Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk tidur?	15 menit	15 menit	5 menit	10 menit	5 menit	10 menit	5 menit
Pukul berapa hari ini bangun?	03.00	04.00	04.00	04.00	04.00	04.00	04.00
Berapa lama hari ini tidur?	5 jam	7 jam 30 menit	7 jam	7 jam 30 menit	7 jam	6 jam 30 menit	7 jam
Apakah terbangun ditengah malan atau dini hari	✓	✓	✓	×	✓	×	×
Terbangun untuk ke kamar mandi	✓	×	✓	×	✓	×	×
Sulit bernapas dengan nyaman saat berbaring	×	×	×	×	×	×	×
Batuk atau mengorok	×	×	×	×	×	×	×
Kedinginan di malam hari	×	×	×	×	×	×	×
Kepanasan di malam hari	×	×	×	×	×	×	×
Mimpi buruk	×	×	×	×	×	×	×
Terasa nyeri	×	✓	×	×	×	×	×
Alasan lainnya	-	Punggung nyeri	-	-	-	-	-
Apakah hari ini mengkonsumsi obat tidur?	×	×	×	×	×	×	×
Apakah hari ini mengantuk ketika beraktivitas di siang hari?	✓	×	×	×	×	×	×
Bagaimana perasaan anda terhadap kepuasan tidur hari ini?	Puas	Sangat Puas	Sangat Puas	Sangat Puas	Sangat Puas	Sangat Puas	Sangat Puas
Faktor risiko penyebab gangguan tidur	-	-	-	-	-	-	-
Tensi keesokan harinya	140/85	140/80	145/75	150/85	145/80	155/85	140/75

Lampiran 9 Booklet

PIJAT KAKI



Solusi inovatif untuk mengatasi masalah gangguan tidur

YANG
Angga Ramadhani

KELOMPOK
KEMERKAS
MALANG KAMPUS KAB.
PONDOKLO

Stay Healthy

Pijat Kaki

Definisi



Foot massage atau pijat kaki adalah teknik memanipulasi otot dan jaringan pada kaki yang termasuk ke dalam *manipulation and body based*. Pijat kaki terdiri atas gerakan menggosok, dan memberikan telanan pada bagian telapak kaki dengan tujuan memperlancar aliran darah. Pijatan pada kaki dapat menurunkan stress, cemas, gelisah, dan gangguan pada tidur.

Apa saja Manfaatnya?

- Meningkatkan kualitas tidur
- Menjadikan tubuh lebih rileks
- Mengurangi rasa nyeri
- Melancarkan peredaran darah
- Menurunkan tekanan darah
- Mengurangi tingkat stress atau kecemasan

Kapan pijat kaki Bisa dilakukan?

Dalam pelaksanaan pijat kaki ini sebenarnya bisa dilakukan kapan saja, akan tetapi lebih baik jika pijat kaki ini dilakukan seminggu 3 kali.

Durasi pijat kaki dilakukan 10-15 menit. Pijat kaki ini bisa dilakukan ketika anda mengalami kesulitan tidur, badan pegal, badan nyeri, merasa banyak pikiran, sakit kepala, serta kaki kesemutan.

Prosedur

Berikut ini adalah langkah- langkah pijat kaki:

Langkah ke-1
Dengan menggunakan bagian tumit telapak tangan peneliti, peneliti menggosok dan menjat telapak kaki pasien secara perlahan dari arah dalam ke arah sisi luar kaki pada bagian terluas kaki kanan selama 15 detik.

Langkah ke-2
Dengan menggunakan tumit telapak tangan peneliti di bagian yang sempit dari kaki kanan, peneliti menggosok dan menjat secara perlahan bagian telapak kaki pasien dari arah dalam ke sisi luar kaki selama 15 detik.

Langkah ke-3
Pegang semua jari-jari kaki oleh tangan kanan, dan tangan kiri menegakkan mit pasien, kemudian peneliti memutar pergelangan kaki tiga kali searah jarum jam dan tiga kali ke arah berlawanan arah jarum jam selama 15 detik.

Prosedur

Berikut ini adalah langkah- langkah pijat kaki:

Langkah ke-4
Tahan kaki di posisi yang menunjukkan ujung jari kaki mengarah keluar (menghadap peneliti), gerakan maju dan mundur tiga kali selama 15 detik. Untuk mengetahui fleksibilitas.

Langkah ke-5
Tahan kaki di area yang lebih luas bagian atas dengan menggunakan seluruh jari (ibu jari di telapak kaki dan empat jari di punggung kaki) dari kedua belah bagian kemudian kaki digerakkan ke sisi depan dan ke belakang tiga kali selama 15 detik.

Langkah ke-6
Tangan kiri menopang kaki kemudian tangan kanan memutar dan menjat masing-masing jari kaki sebanyak tiga kali di kedua arah, untuk memeriksa ketegangan kaki (15 detik).

Prosedur

Berikut ini adalah langkah- langkah pijat kaki:

Langkah ke-7
Pegang kaki kanan dengan kuat dengan menggunakan tangan kanan pada bagian punggung kaki sampai ke bawah jari-jari kaki dan tangan kiri yang menopang tumit. Genggam bagian punggung kaki berikan pijatan lembut selama 15 detik.

Langkah ke-8
Posisi tangan berganti, tangan kanan menopang tumit dan tangan kiri yang menggenggam punggung kaki sampai bawah jari-jari kaki kemudian di pijat dengan lembut selama 15 detik.

Langkah ke-9
Pegang kaki dengan lembut tapi kuat dengan tangan kanan seseorang di bagian punggung kaki hingga ke bawah jari-jari kaki dan gunakan tangan kiri untuk menopang di tumit dan pergelangan kaki dan berikan tekanan lembut selama 15 detik.

Prosedur

Berikut ini adalah langkah- langkah pijat kaki:

Langkah ke-10
Menopang tumit menggunakan tangan kiri dan dengan menggunakan tangan kanan untuk memutar setiap searah jarum jam kaki dan berlawanan arah jarum jam serta menerapkan tekanan lembut selama 15 detik.

Langkah ke-11
Menopang tumit dengan menggunakan tangan kiri dan memberikan tekanan dan pijatan dengan tangan kanan pada bagian sela-sela jari bagian dalam dengan gerakan ke atas dan ke bawah gerakan lembut selama 15 detik.

Langkah ke-12
Tangan kanan memegang jari kaki dan tangan kiri memberikan tekanan ke arah kaki bagian bawah kaki menggunakan tumit tangan dengan memberikan tekanan lembut selama 15 detik.

DAFTAR PUSTAKA

Sekidjiana, A., Utomo, A. S., & Triyanti, E. (2024). Pengaruh Foot Massage dan Tempa Mula Gerakan terhadap Tekanan Darah, Denyut Jantung, dan Kualitas Tidur Pasien Hipertensi. *Journal of Community Health, Behavior, and Society*, 8(1), 1-10. Retrieved January 8, 2025.

Anur, R. (2020). Pengaruh Massage Kaki Dan Rendam Air Hangat Pada Kaki Terhadap Relaksasi Isotonia Pada Lulus. *Revised*, Januari 7, 2025.

Affandi, N., & Mardiyah, A. (2017). Pengaruh Foot Massage terhadap Kualitas Tidur Pasien di Ruang ICU. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 1(1), 1-10. Retrieved January 7, 2025.

Ulfah, R., Siregar, T., & Nuhkhotimah, E. (2019). Stimulasi Kutaneus (Foot Massage) Relaksasi Skala Nyeri Pasien Lansia Dengan Rheumatoid Arthritis. *Jurnal Wacana Kesehatan*.

Terima kasih

Mari kita jaga kesehatan dengan cek kesehatan rutin

Dan juga untuk selalu menerapkan pola hidup sehat setiap hari



Lampiran 10 Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Atja Ramadhan
 NIM : P17250223053
 Dosen Pembimbing : Ganes Widya Hendrawati S.Kep, Ns, M.Kep
 Judul : Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Pada Lansia dengan Gangguan Pola Tidur di Puskesmas Babadan Kabupaten Ponorogo

NO	TANGGAL	BAB	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN
1	Senin, 23 Desember 2024		1. Ace judul	
2	Jumat, 27 Desember 2024	1	1. Menyusun latar belakang dan rumusan masalah	
3	Selasa, 31 Desember 2024	1	1. Menghapus kata yang tidak perlu (definisi, estimasi, dst) penulisan 2. Membenarkan kelebihan kehipan 3. Membenarkan jarak setiap paragraf 4. Mengganti tujuan mengapa dan yang kecil manfaat bagi klien dan keluarga 5. Mencari data terbaru hipertensi di Indonesia	
4	Senin, 6 Januari 2025	1 2	1. Menambahkan diagnosis 2. Menambahkan konsep gangguan tidur 3. Membuat patofisiologi pijat kaki mempengaruhi tekanan darah dan kualitas tidur	
5	Rabu, 8 Januari 2025	2 2 3	1. Menyelesaikan bab II 2. Melanjutkan bab III 3. Menempatkan patofisiologi pijat kaki terhadap kualitas tidur dan hipertensi di bab I	
6	Jumat, 10 Januari 2025	2 2 3	1. Menambahkan sub bab pijat kaki 2. Menambahkan kalimat dasar penelitian yang digunakan 3. Menambahkan interpretasi kuesioner PRA 1	
7	Senin, 13 Januari 2025	1 2 3	1. Menambahkan kapan pelaksanaan pijat kaki	
8	Selasa, 14 Januari 2025		Ace proposal	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Arga Ramadhani

NIM : 17250223053

Nama Pembimbing :

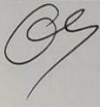
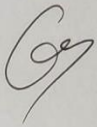
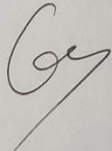
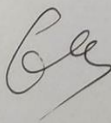
NO.	TANGGAL	BAB	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN
1.	Selasa, 20/11/2025 / 3	I. III, Depus	1. Menambahkan hasil penelitian pijat kaki terbukti efektif 2. Menambahkan apa saja aromaterapi yang dilakukan 3. Daftar pustaka kurang rapi, huruf berbeda 4. Menambahkan skor instrumen no. 5 pda 1	
2	Selasa Kediri, 20/11/2025 / 3	III, Depus, Lampiran	1. Menempatkan format pengkajian pada pengumpulan data 2. Mengganti kata retrieved pada dapus 3. Menambahkan lampiran lembar konsep	
3	Kamis, 20/2025 / 3	II, Depus	1. Menempatkan lembar kuesioner PSQI di pengumpulan data 2. Menambahkan materi pada pengkajian data 3. Jarak spasi dapus 1,5	
4	Selasa, 25/2025 / 3		Acc Revisi proposal	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Atga Ramadhan

NIM : 17250223083

Nama Pembimbing : Ganda Widya Handrawati S.Kep, Ns, M.Kep

NO.	TANGGAL	BAB	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN
13	Selasa, 6 Mei 2025	IV	1. Perbaiki kata dan tanda baca 2. Pada pembahasan ditulis hanya saja dan penambahan opini yang berkaitan dengan fakta dan teori 3. Membuat poin-poin evaluasi bagian pembahasan	
14	Senin, 12 Mei 2025	IV & V	1. Menambah opini dievaluasi pembahasan 2. Perbaiki kata	
15	Kamis, 15 Mei 2025	IV & V & abstrak	1. Perbaiki kata 2. Menfokuskan diagnosa 3. Membuat abstrak	
16	Jumat 16/5/25		Ace ujian	

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : *Apri Ramadhan*
 NIM : *P17250223053*
 Dosen Pembimbing : *Gandes Widya Hendrawati S.kep. Ns., M.kep*
 Judul : *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Hipertensi
 Dengan Gangguan Pola Tidur di Puskesmas Babadan Kab. Ponorogo*

NO	TANGGAL	BAB	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN
17	19 Mei 2025	1-5	- Abstrak diperbaiki - Rambu-rambu open - Kesimpulan dibuat lebih simple	
18	30-6-25	1-5	Acc Revisi KTI	
19	3-7-25		Acc Revisi KTI	

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Arga Ramadhan
 NIM : P17250223053
 Tempat Lahir : Pacitan
 Tanggal Lahir : 22 November 2003
 Jenis Kelamin : Laki-laki
 Alamat Rumah : RT 01 RW 03 Dusun Pucangmulyo,
 Kel. Pucangsewu, Kec. Pacitan,
 Kab. Pacitan
 Nama Ayah : Sudarto
 Nama Ibu : Ponatin
 No. Tlp/WA : 082310913370
 E-mail : argaramadhan87@gmail.com

Riwayat Pendidikan

TK TUNAS KUSUMA	2009-2010
SD NEGERI PUCANGSEWU	2010-2016
SMP NEGERI 1 PACITAN	2016-2019
SMA NEGERI 1 PACITAN	2019-2022
Sedang menyelesaikan Program Studi D3 Keperawatan (Kampus Kab. Ponorogo) Jurusan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang	2022-Sekarang