

LAMPIRAN

Lampiran 1

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIKK KESEHATANN TANJUNGKARANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno-Hatta No. 1, Hajimena, Bandar Lampung

IZIN LOKASI PENGAMBILAN STUDI KASUS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurhayati, S.ST

Alamat : Jati Agung, Lampung Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Karin Desy Chandra

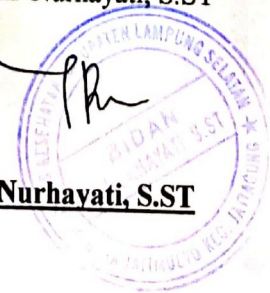
NIM : 1715401049

Tingkat/Semester : III (Tiga) / VI (Enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Nurhayati, S.ST sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan ahli madya kebidanan pada Program Studi DIII Kebidanan Tanjungkarang, Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Lampung Selatan, Maret 2020

PMB Nurhayati, S.ST



Nurhayati, S.ST

Lampiran 2

KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIKK KESEHATANN TANJUNG KARANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNG KARANG
Jl. Soekarno-Hatta No. 1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK

Yang bertanda tangan di bawah ini :

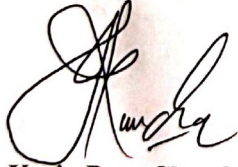
Nama : Gustina Octavia
Umur : 21 tahun
Alamat : Jati Agung, Lampung Selatan

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam Laporan Tugas Akhir (LTA). Asuhan akan diberikan oleh mahasiswa yang bersangkutan yaitu :

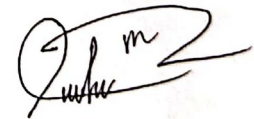
Nama : Karin Desy Chandra
NIM : 1715401049
Tingkat/Semester : III (Tiga) / VI (Enam)

Lampung Selatan, Maret 2020

Mahasiswa


Karin Desy Chandra

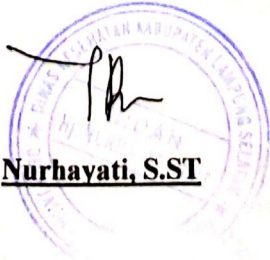
Klien,


Gustina Octavia

Menyetujui,

Pembimbing Lahan


Nurhayati, S.ST



KUISIONER GANGGUAN TIDUR

Tanggal Pengisian : 1 Maret 2020

Sebelumnya pernah dirawat di Rumah Sakit () Ya (✓) Tidak

Petunjuk : Berilah tanda cheklis (✓) pada kotak yang telah disediakan sesuai jawaban anda

No.	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Sulit memulai tidur lebih dari 30 menit	✓	
2.	Terbangun dimalam hari	✓	
3.	Setelah terbangun sulit memulai tidur lagi	✓	
4.	Tidur tidak nyenyak	✓	
5.	Merasa lelah setelah bangun tidur	✓	
6.	Merasa pusing setelah bangun tidur		✓
7.	Bangun terlalu pagi		✓
8.	Tidur kurang dari 7 jam sehari	✓	
9.	Mudah marah/tersinggung	✓	
10.	Merasa lambat merespon terhadap sesuatu		✓
11.	Tetap merasa mengantuk meski sudah bangun dari tidur	✓	
12.	Merasa kesulitan berkonsentrasi selama terjaga		✓
13.	Mengalami penurunan mood dan motivasi	✓	
14.	Hilangnya perasaan segar	✓	
15.	Kelopak mata bengkak	✓	
16.	Mata terasa perih		✓
17.	Konjungtiva merah		✓



KUISIONER GANGGUAN TIDUR

Tanggal Pengisian : 3 Maret 2020

Sebelumnya pernah dirawat di Rumah Sakit () Ya (✓) Tidak

Petunjuk : Berilah tanda cheklis (✓) pada kotak yang telah disediakan sesuai jawaban anda

No.	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Sulit memulai tidur lebih dari 30 menit	✓	
2.	Terbangun dimalam hari	✓	
3.	Setelah terbangun sulit memulai tidur lagi	✓	
4.	Tidur tidak nyenyak	✓	
5.	Merasa lelah setelah bangun tidur	✓	
6.	Merasa pusing setelah bangun tidur		✓
7.	Bangun terlalu pagi		✓
8.	Tidur kurang dari 7 jam perhari	✓	
9.	Mudah marah/tersinggung		✓
10.	Merasa lambat merespon terhadap sesuatu		✓
11.	Tetap merasa mengantuk meski sudah bangun dari tidur	✓	
12.	Merasa kesulitan berkonsentrasi selama terjaga		✓
13.	Mengalami penurunan mood dan motivasi	✓	
14.	Hilangnya perasaan segar	✓	
15.	Kelopak mata bengkak	✓	
16.	Mata terasa perih		✓
17.	Konjungtiva merah		✓



Dianto Brew,2015

KUISIONER GANGGUAN TIDUR

Tanggal Pengisian : 6 Maret 2020

Sebelumnya pernah dirawat di Rumah Sakit () Ya (✓) Tidak

Petunjuk : Berilah tanda cheklis (✓) pada kotak yang telah disediakan sesuai jawaban anda

No.	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Sulit memulai tidur lebih dari 30 menit		✓
2.	Terbangun dimalam hari	✓	
3.	Setelah terbangun sulit memulai tidur lagi	✓	
4.	Tidur tidak nyenyak		✓
5.	Merasa lelah setelah bangun tidur		✓
6.	Merasa pusing setelah bangun tidur		✓
7.	Bangun terlalu pagi		✓
8.	Tidur kurang dari 7 jam perhari	✓	
9.	Mudah marah/tersinggung		✓
10.	Merasa lambat merespon terhadap sesuatu		✓
11.	Tetap merasa mengantuk meski sudah bangun dari tidur		✓
12.	Merasa kesulitan berkonsentrasi selama terjaga		✓
13.	Mengalami penurunan mood dan motivasi		✓
14.	Hilangnya perasaan segar		✓
15.	Kelopak mata bengkak		✓
16.	Mata terasa perih		✓
17.	Konjungtiva merah		✓



pindai dengan CamScanner

Dianto Brew,2015

KUISIONER GANGGUAN TIDUR

Tanggal Pengisian : 9 Maret 2020

Sebelumnya pernah dirawat di Rumah Sakit () Ya (✓) Tidak

Petunjuk : Berilah tanda checklis (✓) pada kotak yang telah disediakan sesuai jawaban anda

No.	Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1.	Sulit memulai tidur lebih dari 30 menit		✓
2.	Terbangun dimalam hari	✓	
3.	Setelah terbangun sulit memulai tidur lagi		✓
4.	Tidur tidak nyenyak		✓
5.	Merasa lelah setelah bangun tidur		✓
6.	Merasa pusing setelah bangun tidur		✓
7.	Bangun terlalu pagi		✓
8.	Tidur kurang dari 7 jam sehari		✓
9.	Mudah marah/tersinggung		✓
10.	Merasa lambat merespon terhadap sesuatu		✓
11.	Tetap merasa mengantuk meski sudah bangun dari tidur		✓
12.	Merasa kesulitan berkonsentrasi selama terjaga		✓
13.	Mengalami penurunan mood dan motivasi		✓
14.	Hilangnya perasaan segar		✓
15.	Kelopak mata bengkak		✓
16.	Mata terasa perih		✓
17.	Konjungtiva merah		✓



**STANDART OPERASIONAL PROSEDUR PIJAT PUNGGUNG
TEKNIK EFFLEURAGE MENGGUNAKAN MINYAK LAVENDER**

PENGERTIAN :

Effleurage massage adalah pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat proses produksi ASI dan mengurangi nyeri punggung dengan menggunakan sentuhan jari-jari tangan pada punggung klien secara perlahan dan lembut dengan menggunakan minyak aroma terapi lavender untuk menimbulkan efek relaksasi.

Kontraindikasi

1. Nyeri pada daerah yang akan dimasase
2. Luka pada daerah yang akan di masase
3. Gangguan atau penyakit kulit
4. Jangan melakukan pemijatan langsung pada daerah tumor
5. Jangan melakukan masase pada daerah yang mangalami ekimosis atau lebam.
6. Hindari melakukan masase pada daerah yang mengalami inflamasi
7. Hindari melakukan masase pada daerah yang mengalami tromboplebitis
8. Hati-hati saat melakukan masase pada daerah yang mengalami gangguan sensasi seperti penurunan sensasi maupun hiperanastesia (Tappan & Benjamin, 2004).

TUJUAN

1. Merangsang hormon oksitosin
2. Memperlancar sirkulasi darah
3. Menurunkan respon nyeri punggung
4. Menurunkan ketegangan otot
5. Relaksasi

ALAT DAN BAHAN

1. Handuk/selimutkecil
2. Minyaklavender

Persiapan klien

1. Berikan salam, perkenalkan diri anda dan identifikasi klien dengan memeriksa

identitas klien dengan cermat.

2. Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan, berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien.
3. Siapkan peralatan yang diperlukan.
4. Atur ventilasi dan sirkulasi udara yang baik
5. Atur posisi klien sehingga merasa aman dan nyaman.

PROSEDUR KERJA

1. Mencuci tangan 6 langkah dibawah air mengalir sebelum melakukan tindakan.
2. Membantu melepaskan pakaian dan BH ibu (memasangkan handuk/selimut kecil).
3. Mendekatkan alat.
4. Memposisikan ibu berbaring miring ke kiri untuk mencegah terjadinya hipoksia janin atau duduk senyaman mungkin.
5. Pastikan bahwa posisi ibu benar-benar sudah nyaman.
6. Memberitahu ibu saat akan memulai tindakan (mintalah ibu untuk memberitahu jika pijatan terasa menyakitkan atau membuat ibu tidak nyaman).
7. Tuangkan minyak lavender ketelapak tangan secukupnya, kemudian usapkan dan ratakan minyak keseluruh punggung.
8. Gunakan seluruh bagian telapak tangan, dan mulailah memijat dari bagian bawah punggung mengarah keatas. Selalu pijat kearah atas, dan kemudian secara perlahan dorong tangan ketepi punggung. Pertahankan kontak dengan punggung tanpa memberikan tekanan saat menarik tangan kembali kebawah. Pijatan ini dilakukan sampai tulang kosta kelima-keenam.
9. Gunakan ibu jari tangan untuk memijat kemudian mulailah memijat dari bagian bawah punggung mengarah keatas. Selalu pijat kearah atas, dan kemudian secara perlahan dorong tangan ketepi punggung. Pertahankan kontak dengan punggung tanpa memberikan tekanan saat menarik tangan kembali kebawah. Pijatan ini dilakukan sampai tulang kosta kelima-keenam.
10. Gunakan 4 jari tangan kecuali ibu jari, dan mulailah memijat dari bagian bawah punggung mengarah keatas. Selalu pijat kearah atas, dan kemudian secara perlahan dorong tangan ketepi punggung. Pertahankan kontak dengan punggung tanpa memberikan tekanan saat menarik tangan kembali kebawah. Pijatan ini

dilakukan sampai tulang kosta kelima-keenam.

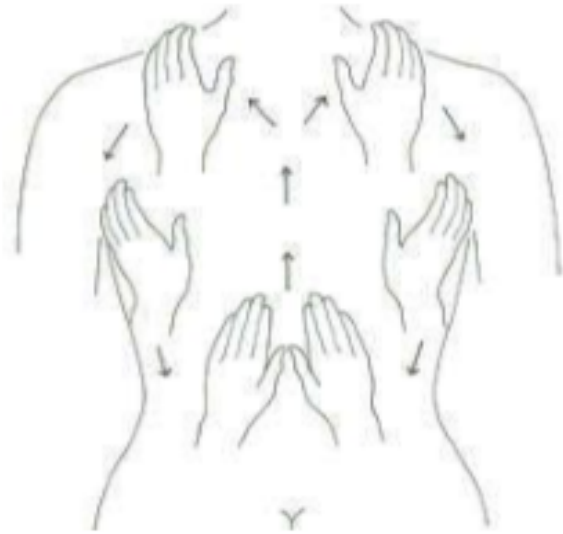
9. Ulangi tekhnik ini selama 15 menit sambil menambah tekanan dari ringan sedang untuk memanaskan otot punggung.

10. Merapikan pasien.

11. Mencuci tangan 6 langkah dibawah air mengalir .



(Sutanto, dkk. 2015 : 257)



Gambar Gerakan Teknik *Effleurage*
(Koestanti, 2008)

