

Lampiran 1

	KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR Jl. Soekarno - Hatta No. 6 Bandar Lampung Telp : 0721 - 783 852 Faxsimile : 0721 - 773 918 Website : http://poltekkes-tjk.ac.id E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id	
---	---	---

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.400/KEPK-TJK/VI/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Ericha Endrianti, S.Kep
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Tanjungpur
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Asuhan Keperawatan Pasien Post Partum Sectio Caesarea Terhadap Nyeri Akut Dengan Intervensi Relaksasi Autogenik Di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023"

"Nursing Care Of Post Sectio Caesarea Patient With Acute Pain Using Autogenic Relaxation Intervention At The General Hospital Ahmad Yani Metro City In 2023"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards; 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 23 Juni 2023 sampai dengan tanggal 23 Juni 2024.

This declaration of ethics applies during the period June 23, 2023 until June 23, 2024.



June 23, 2023
Professor and Chairperson,


Dr. Aprina, S.Kp., M.Kes

Lampiran 2

	KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN TANGKARANG Jalan Soekarno - Hatta No.6 Bandar Lampung Telp. : 0721 - 783 852 Faxsimile : 0721 - 773918	
E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id		Website : http://poltekkes-tjk.ac.id

Nomor	: PP.03.01/I.1/ 3842 /2023	7 Juli 2023
Lampiran	: Eks	
Hal	: <u>Izin Penelitian</u>	

Yang Terhormat, Direktur RSUD Ahmad Yani Kota Metro
Di – Metro

Sehubungan dengan penyusunan Karya Ilmiah Akhir bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tangkarang Tahun Akademik 2022/2023, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di Institusi yang Bpk/Ibu pimpin. Berikut terlampir nama mahasiswa yang melakukan penelitian.

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.


Ns. Martin Fairus, S.Kep, M.Sc
KEPK197008021990032002

Tembusan :

1. Ka. Jurusan Keperawatan
2. Ka. Bid. Diklat

Lampiran: izin Penelitian
Nomor : PP.03. 01/I. 1/ 3842 /2023
Tanggal : 7 Juli 2023

DAFTAR NAMA MAHASISWA DAN JUDUL PENELITIAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES TANJUNGPINANG
T.A 2022/2023

No	NAMA	JUDUL	TEMPAT PENELITIAN
1	Susi Susanti Nim: 2214901049	Penerapan Terapi Relaksasi Napas Dalam Pada Pasien Cervikal Spondylotic Myelopathy Post Laminectomy Dengan Masalah Nyeri Akut Di RSUD Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023	RSUD Ahmad Yani Kota Metro
2	Ericha Endrianti Nim: 2214901014	Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman: Nyeri Akut Dengan Intervensi Relaksasi Autogenik Pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea Di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023	RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro
3	Oktia Hani Pertiwi Nim: 2214901041	Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Debridemen Ulkus Diabetikum Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di RSUD Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023	RSUD Ahmad Yani Kota Metro
4	Hafit Azhari Nim: 2214901070	Asuhan Keperawatan Pada Pasien Post Op Transurethral Resection Prostat Dengan Intervensi Mobilisasi Dini Di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023	RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro
5	Muhammad Rifki Fery Firmanto Nim: 2214901033	Asuhan Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik Post Operasi Laparotomi Eksplorasi Dengan Peritonitis Di RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023	RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro
6	Yosi Cahyaningtyas Nim: 2214901055	Implementasi Teknik Relaksasi Genggam Jari Dalam Mengatasi Nyeri Akut Pada Pasien Post Debridement Ulkus Diabetikum Di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro	RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro
7	Setia Rahmawati Nim: 2214901045	Penerapan Aromaterapi Lavender Pada Pasien Post Debridement Ulkus Diabetikum Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023	RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro



Ns. Martin Fajrus, S.Kep, M.Sc
NIP: 197008021990032002

Lampiran 3



POLTEKKES KEMENKES TANJUNGGARANG
JURUSAN KEPERAWATAN TANJUNGGARANG
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
Jl. Soekarno Hatta No. 1 Hajimena Bandar Lampung
Telp.(0721) 703580 Fax. (0721) 703580



INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny.A
Umur : 28 Tahun
Alamat : Hadimulyo Barat

Menyatakan bersedia dan menyetujui untuk turut berpartisipasi secara sukarela menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh mahasiswi Program Studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang yang berjudul **“Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman: Nyeri Akut Dengan Intervensi Relaksasi Autogenik Pada Ibu Post Partum Sectio Caesarea di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023”**

Demikian pernyataan ini saya setuju dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Metro, 23 Juni 2023

Menyetujui,

Penyusun

Ericha Endrianti
NIM. 2214901014

Responden

(.....Ny. A.....)



POLTEKKES KEMENKES TANJUNGGARANG
JURUSAN KEPERAWATAN TANJUNGGARANG
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
Jl. Soekarno Hatta No. 1 Hajimena Bandar Lampung
Telp. (0721) 703580 Fax. (0721) 703580



INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ny.W
Umur : 32 Tahun
Alamat : Trimurjo

Menyatakan bersedia dan menyetujui untuk turut berpartisipasi secara sukarela menjadi responden penelitian yang dilakukan oleh mahasiswi Program Studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang yang berjudul **“Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman: Nyeri Akut Dengan Intervensi Relaksasi Autogenik Pada Ibu Post Partum *Section Caesarea* di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023”**

Demikian pernyataan ini saya setuju dengan sebenarnya tanpa tekanan dari pihak manapun.

Metro, 26 Juni 2023

Menyetujui,

Penyusun

Ericha Endrianti
NIM. 2214901014

Responden

(.....Ny.W.....)

Lampiran 4

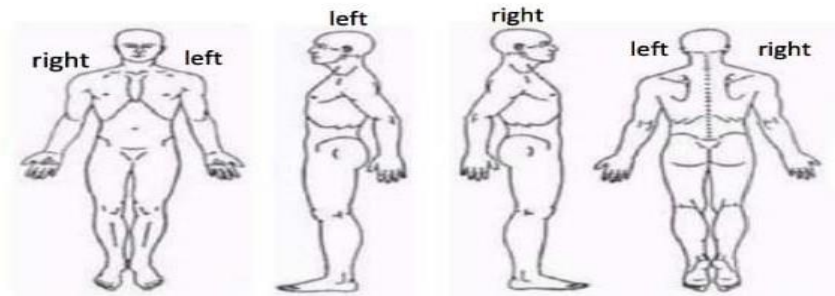
PENGKAJIAN LANJUTAN/MENDALAM PASIEN DENGAN NYERI

Nama : Diagnosis :

No. RM : Ruangan :

Hari, tanggal SC :

1. Lokasi nyeri (silakan diberi tanda pada gambar)



2. Skala nyeri (lihat gambar atau pilih salah satu angka yang sesuai)

Wong Baker Face Scale



0-10 Numeric Pain Intensity Scale *



3. Karakteristik nyeri

☐ Meringis ☐ Menusuk ☐ Menekan ☐ Menyebar

4. Durasi (lamanya waktu, saat nyeri timbul)

☐ 1-2 menit ☐ 2-3 menit ☐ 3-4 menit ☐ >5 menit

5. Kondisi bagaimana nyeri timbul

☐ Bila bergerak ☐ Tiba-tiba ☐ Hilang timbul

6. *History*/riwayat

a. Sebutkan riwayat penyakit dahulu yang berhubungan dengan nyeri:

b. Apakah sudah mengonsumsi obat penghilang rasa nyeri? ☐ Iya ☐ Tidak

c. Apakah nyeri ini mengganggu aktifitas sehari-hari? ☐ Iya ☐ Tidak

(Unpad, 2019).

Lampiran 5

SPO PENILAIAN NYERI LANJUTAN/MENDALAM

No	Komponen	Tindakan Pretest dan Posttest
1.	Tahap PraIntraksi	- Menyiapkan alat : - Lembar <i>informed consent</i> - Instrumen Pengkajian Lanjutan/Mendalam Nyeri
2.	Tahap Orientasi	- Memberikan salam dan perkenalan diri - Peneliti akan melakukan identifikasi pasien - Peneliti menjelaskan tujuan, manfaat, dan prosedur yang akan dilakukan kepada responden dan keluarga, kemudian memberikan <i>informed consent</i>. - Peneliti memberikan <i>informed consent</i> pada calon responden yang menyetujui dijadikan responden dalam penelitian untuk menandatangani lembar <i>informed consent</i>.
3.	Tahap Kerja	- Peneliti melakukan pretest dengan Instrumen Pengkajian Lanjutan/Mendalam Nyeri, dilanjutkan dengan posttest dengan instrumen yang sama. Posttest dilakukan saat 15-30 menit setelah implementasi aromaterapi lavender - Peneliti menjelaskan <i>Instrumen Numerical Rating Scale</i>. 0-10 kepada pasien, yaitu : - Skala 0 : Tidak nyeri - Skala 1 : Nyeri ringan : seperti gatal, tersetrum/nyut-nyut - Skala 2 : Nyeri ringan : seperti melilit terpukul - Skala 3 : Nyeri ringan : seperti perih - Skala 4 : Nyeri sedang : seperti keram - Skala 5 : Nyeri sedang : seperti tertekan atau tergesek - Skala 6 : Nyeri sedang : seperti terbakar, ditusuk-tusuk atau disayat-sayat - Skala 7-9 : Nyeri berat : sangat nyeri tetapi dapat dikontrol oleh klien dengan aktivitas yang biasa dilakukan - Skala 10: Nyeri sangat berat : sangat nyeri dan tidak dapat dikontrol oleh pasien
4.	Tahap Terminasi	- Peneliti mengevaluasi intensitas nyeri yang dirasakan oleh responden menggunakan Instrumen Pengkajian Lanjutan/Mendalam Nyeri - Peneliti mencatat hasilnya dilembar observasi skala nyeri yang dialami pasien sekarang. - Melakukan kontrak selanjutnya untuk diberikan teknik relaksasi aromatherapi lavender

(Dalam Hartini, 2020)

Lampiran 6

**LEMBAR OBSERVASI
NYERI AKUT**

A. Identitas Responden

Data Klien 1	
Nama Pasien	: Ny.A
No. MR	: 188637
Tgl. Lahir/Umur	: 28 Tahun
Data Klien 2	
Nama Pasien	: Ny.W
No. MR	: 449398
Tgl. Lahir/Umur	: 32 Tahun

B. Lembar Observasi

Lembar Observasi Klien 1

Hari Ke-	Ny. A	Relaksasi Autogenik	
	Tanggal	Skala Nyeri	
		Sebelum	Sesudah
1	23/06/2023	6	4
2	24/06/2023	4	3
3	25/6/2023	3	2

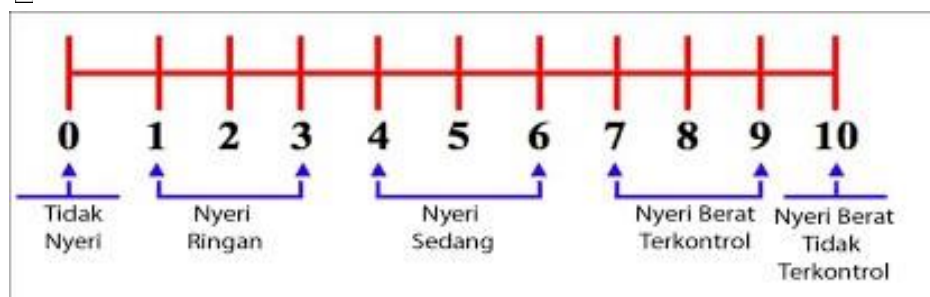
Lembar Observasi Klien 2

Hari Ke-	Ny. W	Relaksasi Autogenik	
	Hari/Tgl	Skala Nyeri	
		Sebelum	Sesudah
1	26/6/2023	5	4
2	27/6/2023	4	3
3	28/6/2023	3	2

➤ Petunjuk pengisian

Pada skala ini diisi oleh penulis sebelum dilakukan intervensi maupun setelah dilakukan intervensi dengan menggunakan skala nyeri *numeric rating scale* (1-10). Kemudian tanyakan pada responden pada angka berapa nyeri yang dirasakan oleh responden sebelum dan setelah dilakukan intervensi.

Silahkan angka dibawah ini yang menunjukkan skala nyeri yang dirasakan oleh anda saat ini dari 0 (tidak nyeri) sampai angka 10 (sangat nyeri tidak terkontrol).



SOP RELAKSASI AUTOGENIK

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TERAPI RELAKSASI AUTOGENIK	
Pengertian	Relaksasi autogenik merupakan reaksi yang bersumber dari diri sendiri dengan menggunakan katakata atau kalimat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi tenang dan rileks
Tujuan	✚ Meredakan nyeri akut serta memberikan perasaan nyaman ✚ Mengurangi stress khususnya stress ringan atau sedang ✚ Mengurangi ketegangan
Kebijakan	Terapi ini merupakan salah satu cara untuk membantu klien/pasien dalam mengatasi nyeri akut, ketegangan atau stress fisik dan psikologis yang bersifat ringan / sedang, dengan menekankan pada latihan mengatur pikiran, posisi yang rileks dan mengatur pola pernafasan
Prosedur Pelaksanaan	PERSIAPAN A. Pasien/Klien ✓ Beritahu klien/pasien ✓ Atur posisi posisi tubuh berbaring/duduk/setengah duduk, kepala disanggah dengan bantal, dan mata terpejam. B. Alat Tidak ada alat khusus yang dibutuhkan C. Lingkungan Atur lingkungan senyaman dan setenang mungkin agar klien/pasien mudah berkonsentrasi/fokus
	Tahap Orientasi a. Memberikan salam teraupetik b. Memvalidasi kondisi pasien c. Menjaga privasi pasien d. Menyediakan lingkungan yang aman dan tenang e. Mengatur posisi nyaman dan rileks f. Mengatur pola napas pasien g. Menentukan kalimat yang diyakini sesuai kesepakatan (misal: mantra/doa/zikir) contoh ‘saya damai dan tenang’.
	Tahap Kerja 1) Persiapan sebelum memulai latihan a. Posisi tubuh berbaring/duduk/setengah duduk, kepala disanggah dengan bantal, dan mata terpejam. b. Atur napas hingga napas menjadi lebih teratur. c. Tarik napas sekuat-kuatnya lalu buang secara perlahan-lahan sambilkatakan dalam hati “saya damai dan tenang”.

	2) Langkah 1 : merasakan berat - Fokuskan perhatian pada lengan dan bayangkan kedua lengan terasaberat. Selanjutnya, secara perlahan-lahan bayangkan kedua lengan terasa kendur, ringan hingga terasa sangat ringan sekali sambilkatakan ‘saya merasa damai dan tenang sepenuhnya’. - Lakukan hal yang sama pada bahu, punggung, leher, dan kaki. 3) Langkah 2 : merasakan kehangatan - Bayangkan darah mengalir ke seluruh tubuh dan rasakan hawa hangatnya aliran darah, seperti merasakan minuman yang hangat, sambil mengatakan dalam diri ‘saya merasa senang dan hangat’. - Ulangi enam kali. - Katakan dalam hati ‘saya merasa damai, tenang’. 4) Langkah 3 : merasakan denyut jantung - Tempelkan tangan kanan pada dada kiri dan tangan kiri pada perut. - Bayangkan dan rasakan jantung berdenyut dengan teratur dan tenang. Sambil katakan ‘jantungnya berdenyut dengan teratur dan tenang’. - Ulangi enam kali. - Katakan dalam hati ‘saya merasa damai dan tenang’. 5) Langkah 4 : latihan pernapasan - Posisi kedua tangan tidak berubah. - Katakan dalam diri ‘napasku longgar dan tenang’. - Ulangi enam kali. - Katakan dalam hati ‘saya merasa damai dan tenang’ 6) Langkah 5 : latihan abdomen - Posisi kedua tangan tidak berubah. - Rasakan pembuluh darah dalam perut mengalir dengan teratur dan terasa hangat. - Katakan dalam diri “darah yang mengalir dalam perutku terasahangat”. - Ulangi enam kali. - Katakan dalam hati ‘saya merasa damai dan tenang’. 7) Langkah 6 : latihan kepala - Kedua tangan kembali pada posisi awal. - Katakan dalam hati “Kepala saya terasa benar-benar dingin”. - Ulangi enam kali. - Katakan dalam hati ‘saya merasa damai dan tenang’.
--	--

	8) Langkah 7 : akhir latihan Mengakhiri latihan relaksasi autogenik dengan melekatkan (mengepalkan) lengan bersamaan dengan napas dalam, lalu buang napas pelan-pelan sambil membuka mata.
	Tahap Terminasi a. Evaluasi perasaan pasien b. Berikan reinforcement c. Lakukan kontrak pertemuan selanjutnya d. Akhiri dengan salam

Sumber: (Asmadi, 2018).

Lampiran 8

FORMAT ASUHAN KEPERAWATAN POST OERATIF

Nama Mahasiswa : _____
NIM : _____ Tgl Pengkajian: _____
Ruang rawat : _____ No. Register : _____

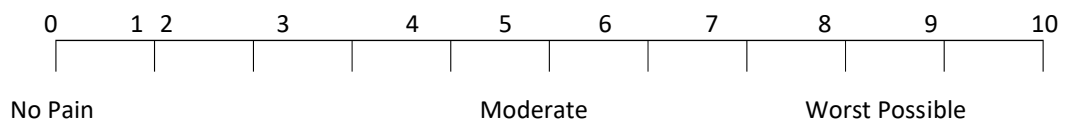
A. IDENTITAS KLIEN

1. Nama : _____
2. Umur : _____ Tahun
3. Jenis kelamin : L / P *
4. Pendidikan : _____
5. Pekerjaan : _____
6. Tgl masuk RS : _____ Waktu WIB
7. Dx. Medis : _____
8. Alamat : _____

B. RIWAYAT KESEHATAN

Cara Masuk : () Melalui IGD () Melalui Poliklinik ()
Transfer ruangan _____ Masuk ke Ruangan pada
tanggal : _____ Waktu : _____ WIB
Diantar Oleh : () sendiri () Keluarga () Petugas Kesehatan () Lainnya _____
Masuk dengan menggunakan : () Berjalan () Kursi Roda () Brankar () Kruk
() Walker () Tripod () Lainnya, Jelaskan _____
Status Mental saat masuk : () Kesadaran : _____
() GCS : E__ M__ V__
Tanda Vital Saat Masuk : TD ____ mmHg Nadi ____ x/menit () teratur () Tidak
teratur () Lemah () Kuat RR ____ x/menit () teratur () Tidak teratur
Nyeri :

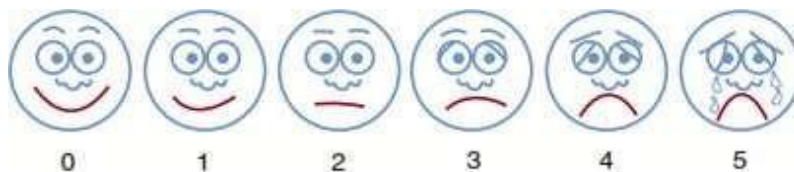
Numeric Rating Scale



Verbal Rating Scale



Wong & Baker Faces Rating Scale



1. Keluhan utama saat pengkajian : _____

2. Riwayat penyakit Sekarang :

3. Riwayat Alergi (Obat, Makanan, dll)

: _____

4. Bentuk reaksi alergi yg dialami :

5. Daftar obat/Herbal yang sering digunakan sebelum masuk RS :

NAMA OBAT/HERBAL	FREKUENSI	NAMA OBAT/HERBAL	FREKUENSI	MASIH DIGUNAKAN/TIDAK

6. Riwayat penyakit dahulu

DM () Hipertensi () Asma () Ginjal () Jantung () Pernah Keluhan Serupa ()
Riwayat Merokok ()

7. Riwayat penyakit keluarga :

DM () Hipertensi () Asma () Keluarga dengan Keluhan Serupa ()

8. Riwayat Kehamilan :

No	Tahun	Jenis persalinan	Penolong	Jenis	Keadaan bayi waktu lahir	Masalah kehamilan
1.						
2						
3						
4						

Riwayat kehamilan saat ini :

Masalah kehamilan

Jenis persalinan :

Jenis kelamin bayi : L/P, BB/PB gram/cm, A/S

Lilacm., lingk kepalacm, lingk dada cm

Perdarahan :

Masalah dalam persalinan

4. Pola Istirahat – Tidur

Kebiasaan tidur (durasi tidur, tingkat kesegaran setelah bangun tidur, penyebab gangguan tidur, penggunaan obat/alat bantu tidur)

.....

5. Pola Persepsi Kognitif

a. Gambaran tentang indera khusus (tajam penglihatan/pendengaran, perabaan, rasa kebas/kesemutan)

.....

Kognitif (tingkat pendidikan terakhir, kemampuan mengambil keputusan, kemampuan mengingat)

.....

Pemeriksaan Fisik

2. Keadaan Umum :

() Tampak sakit berat () Tampak sakit ringan
() Tampak sakit sedang () Sehat dan Bugar

3. Kesadaran (Komposmentis - Koma) : _____

Glasgow Coma Scale (GCS) : E__ M_____ V_____

Vital Sign : Tekanan Darah : _____ mmHg Nadi : _____ x/menit

reguler/irreguler/kuat/sedang/lemah Respirasi : _____ x/menit

normal/kusmaul/cheynestokes/Biot

4. Integumen : () ikterik () Edema Anarsaka () Diaporesis () Pucat () Cyanosis

5. Kepala & Leher

Wajah :

Hidung :

Mata :

Bibir & Mukosa Mulut :

Leher :

6. Thorax (Jantung & Paru-paru) Jantung

Inspeksi :

Palpasi :

Perkusi :

Auskultasi :

7. Paru-Paru :

Inspeksi :

Palpasi

Perkusi:

Auskultasi :

8. Abdomen

Inspeksi :

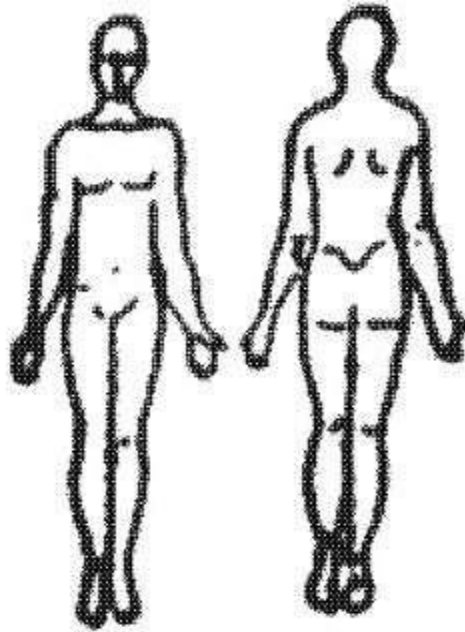
Auskultasi :

Palpasi :

Perkusi :

9. Genitalia & Rectum :

Status Lokalis Rencana Pembedahan:



Penilaian Risiko Jatuh

NO	PENGKAJIAN	SKALA		NILAI	KET
1	Riwayat jatuh yang baru atau < 3 bulan terakhir	Tidak	0		
		Ya	25		
2	Diagnosa medis sekunder > 1	Tidak	0		
		Ya	15		
3	Alat Bantu Jalan				
	a. Bedrest dibantu perawat		0		
	b. Penopang / Tongkat / Walker		15		
	c. Berpegangan pd benda sekitar / furniture		30		
4	Apakah pasien menggunakan infus	Tidak	0		
		Ya	20		
5	Gaya berjalan / pindah				
	a. Normal / Bedrest / imobile tdk dpt bergerak sendiri		0		
	b. Lemah tidak bertenaga		10		
	c. Gangguan / tidak normal (pincang / diseret)		20		
6	Status Mental				
	a. Sadar penuh		0		
	b. Keterbatasan daya ingat		15		
	JUMLAH SKOR			-----	

Lingkari kategori skor yg diperoleh :

1. Tidak Berisiko, tindakan perawatan dasar
2. Risiko , lakukan tindakan pencegahan jatuh

SKOR	Δ KODE
0 - 24	HIJAU
>25	KUNING

STATUS LOKALIS

Regio :

Inspectio (*look*) :

Bengkak	Ada	Tidak
Kemerahan (<i>eritema</i>)	Ada	Tidak
Perdarahan (<i>bleeding</i>)	Ada	Tidak
.....	Ada	Tidak
.....	Ada	Tidak

Palpatio (*feel*) :

Nyeri tekan	Ada	Tidak
Krepitasi	Ada	Tidak
Massa/benjolan	Ada	Tidak
.....	Ada	Tidak
.....	Ada	Tidak

Gerakan (*move*):

Limitasi gerak	Ada	Tidak
Nyeri saat gerakan aktif dan pasif	Ada	Tidak
.....	Ada	Tidak
.....	Ada	Tidak

E. PEMERIKSAAN PENUNJANG DIAGNOSTIK

(Laboratorium, Radiologi, USG, CT Scan, MRI, Kultur, dll bila diperlukan buat dalam bentuk daftar / table hasil pemeriksaan yg menunjukkan perkembangan hasil pemeriksaan)

F. HASIL KONSUL-KONSUL

- Internist :

- Jantung :

- Paru :

- Anestesi :

- Lain-lain :

G. DAFTAR TERAPI OBAT

NAMA OBAT/CAIRAN	DOSIS	RUTE PEMBERIAN	INDIKASI

H. SKALA BRADEN UNTUK PREDIKSI RISIKO LUKA TEKAN

Nama Klien :

Jenis Kelamin : L / P

No. Register :

Tanggal Penilaian Risiko :

PARAMETER	TEMUAN				SKOR
Persepsi Sensori	1. Tidak merasakan/respon thdstimuli nyeri, menurun kesadaran	2. Gangguan sensori padabagian ½ permukaan tubuh atauhny berespon pd stimuli nyeri, td dpt menkomunikasikan ketidaknyamanan	3. Gangguan sensori pada 1 atau2 ekstremitas atau berespon pd perintah verbal tp tdk selalu mampu mengatakan ketidaknyamanan	4. Tidak ada gangguan sensori,berespon penuh terhadap perintah verbal.	
Kelembaban	1. Selalu terpapar oleh keringatatau urine basah	2. Kulit Lembab	3. Kulit kadang-kadang lembab	4. Kulit kering	
Aktivitas	1. Tergeletak di tempat tidur	2. Tidak bisa berjalan	3. Berjalan pada jarak terbatas	4. Dapat berjalan sekitarruangan	
Mobilitas	1. Tidak mampu bergerak	2. Tidak dapat merubah posisisecara tepat dan teratur	3. Dapat merubah posisiektremitas mandiri	4. Dapat merubah posisi tidurtanpa bantuan	
Nutrisi	1. Tidak dapatmenghabiskan 1/3 porsi makannya, sedikitminum, puasa atau NPO lebih dari 5 hari	2. Jarang mampumenghabiskan ½ porsi makanannya atau intake cairan kurang dari jumlah optimum	3. Mampu menghabiskan lebihdari ½ porsi makannya	4. Dapat menghabis kan porsi Makannya, tidak memerlukan suplementasi nutrisi.	
Gesekan	1. Tidak mampu mengangkatbadannyasendiri, atau spastik, kontraktur atau gelisah	2. Membutuhkan bantuanminimal mengangkat tubuhnya	3. Dapat bergerak bebas tanpagesekan		
SKOR					

Diadopsi dari Braden & Bergstom (1998), AHCPR (2008)

Skor : 15 – 18 berisiko, 13 – 14 risiko sedang, 10 – 12 risiko tinggi, ≤ 9 risiko sangat tinggi

I. ANALISA DATA

No	Data	Masalah	Etiologi
	DS : DO		
	DS : DO		
	DS : DO		

J. Prioritas Masalah Keperawatan

1.
2.
3.

K. Intervensi

NO	DIAGNOSA KEPERAWATAN	TUJUAN	INTERVENSI

L. FORMAT CATATAN PERKEMBANGAN PASIEN TERINTEGRASI

Nama Klien :
Dx. Medis :
Ruang :
No. MR :

Tanggal dan Jam	Profesional Pemberi Asuhan	Hasil Asesmen Pasien & Pemberi Pelayanan (Tulis dengan format SOAP/ADIME, disertai Sasaran. Tulis Nama, beri Paraf pada akhir catatan)	Instruksi PPA termasuk instruksi pascabedah (instruksi ditulis dengan rinci)	Review dan Verifikasi DPJP (tulis nama, paraf tanggal dan jam)

- 7) Langkah 6 : latihan kepala
 - a. Kedua tangan kembali pada posisi awal.
 - b. Katakan dalam hati "Kepala saya terasa benar-benar dingin".
 - c. Ulangi enam kali.
 - d. Katakan dalam hati 'saya merasa damai dan tenang'.
- 8) Langkah 7 : akhir latihan
Mengakhiri latihan relaksasi autogenik dengan melekatkan (mengepalkan) lengan bersamaan dengan napas dalam, lalu buang napas pelan-pelan sambil membuka mata.

Tahap Terminasi

- a. Evaluasi perasaan pasien
- b. Berikan reinforcement
- c. Lakukan kontrak pertemuan selanjutnya
Akhiri dengan salam



- b. Lakukan hal yang sama pada bahu, punggung, leher, dan kaki.
- 3) Langkah 2 : merasakan kehangatan
 - a. Bayangkan darah mengalir ke seluruh tubuh dan rasakan hawa hangatnya aliran darah, seperti merasakan minuman yang hangat, sambil mengatakan dalam diri 'saya merasa senang dan hangat'. Ulangi enam kali.
 - b. Katakan dalam hati 'saya merasa damai, tenang'.
- 4) Langkah 3 : merasakan denyut jantung
 - a. Tempelkan tangan kanan pada dada kiri dan tangan kiri pada perut.
 - b. Bayangkan dan rasakan jantung berdenyut dengan teratur dan tenang. Sambil katakan 'jantungnya berdenyut dengan teratur dan tenang'.
 - c. Ulangi enam kali.
 - d. Katakan dalam hati 'saya merasa damai dan tenang'.
- 5) Langkah 4 : latihan pernapasan
 - a. Posisi kedua tangan tidak berubah.
 - b. Katakan dalam diri 'napasku longgar dan tenang'.
 - c. Ulangi enam kali.
 - d. Katakan dalam hati 'saya merasa damai dan tenang'.
- 6) Langkah 5 : latihan abdomen
 - a. Posisi kedua tangan tidak berubah.
 - b. Rasakan pembuluh darah dalam perut mengalir dengan teratur dan terasa hangat.
 - c. Katakan dalam diri "darah yang mengalir dalam perutku terasa hangat" Ulangi enam kali.
 - d. Katakan dalam hati 'saya merasa damai dan tenang'.

Langkah – Langkah Relaksasi Autgenik

Tahap Orientasi

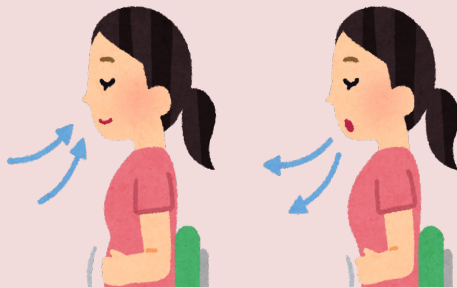
- a. Memberikan salam teraupetik
- b. Memvalidasi kondisi pasien
- c. Menjaga privasi pasien
- d. Menyediakan lingkungan yang aman dan tenang
- e. Mengatur posisi nyaman dan rileks
- f. Mengatur pola napas pasien
- g. Menentukan kalimat yang diyakini sesuai kesepakatan (misal: mantra/doa/zikir) contoh 'saya damai dan tenang'.

Tahap Kerja

- 1) Persiapan sebelum memulai latihan
 - a. Posisi tubuh
berbaring/duduk/setengah duduk, kepala disanggah dengan bantal, dan mata terpejam.
 - b. Atur napas hingga napas menjadi lebih teratur.
 - c. Tarik napas sekuat-kuatnya lalu buang secara perlahan-lahan sambil katakan dalam hati "saya damai dan tenang".
- 2) Langkah 1 : merasakan berat
 - a. Fokuskan perhatian pada lengan dan bayangkan kedua lengan terasaberat. Selanjutnya, secara perlahan-lahan bayangkan kedua lengan terasa kendur, ringan hingga terasa sangat ringan sekali sambil katakan 'saya merasa damai dan tenang sepenuhnya'.

Manfaat Teknik Relaksasi Autogenik

- ✓ Merasakan perubahan pada
- ✓ Respon fisiologis tubuh seperti
- ✓ Penurunan tekanan darah,
- ✓ Penurunan ketegangan otot,
- ✓ Denyut nadi menurun,
- ✓ Perubahan kadar lemak dalam
- ✓ Tubuh, serta penurunan proses
- ✓ Inflamasi/peradangan.
- ✓ Tercapailah keadaan rileks,
- ✓ Peningkatan konsentrasi serta
- ✓ Peningkatan rasa bugar dalam
- ✓ Tubuh.
- ✓ Membantu melawan efek
- ✓ Akibat stres yang berbahaya
- ✓ Bagi tubuh.



Apa itu Relaksasi Autogenik ?

Relaksasi autogenik merupakan relaksasi yang bersumber dari diri sendiri dengan menggunakan katakata atau kalimat pendek yang bisa membuat pikiran menjadi tenang.

Tujuan Teknik Relasasi Autogenik

- ✓ Memberikan perasaan nyaman.
- ✓ Mengurangi stres, khususnya stres ringan/sedang.
- ✓ Memberikan ketenangan.
- ✓ Mengurangi kecemasan
- ✓ Mengurangi ketegangan



TERAPI TEKNIK RELAKSASI AUTOGENIK

Disusun Oleh
Ericha Endrianti

PROGRAM STUDI PROFESI NERS
POLTEKES KEMENKES
TANJUNGPURBAN
LAMPUNG
2023

PROGRAM STUDI PROFESI NERS KEPERAWATAN
LEMBAR CATATAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Ericha Endrianti
NIM : 2214901014
Judul Laporan : Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman
Nyeri Akut Dengan Intervensi Relaksasi Autogenik
Pada Ibu Post Partum *Sectio Caesarea* di RSUD
Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023
Nama Pembimbing I : Ns. Titi Astuti, M.Kep.,Sp.Mat.

NO	TANGGAL	HASIL KONSULTASI	PARAF
1	23/01/2023	ACC Judul Karya Ilmiah Akhir	
2	25/01/2023	Konsultasi Bab I, Bab II, Bab III	
3	10/05/2023	Perbaiki latar belakang Tinjauan pustaka fokuskan pada kasus	
4	13/05/2023	Perbaiki latar belakang sesuai saran dengan teori piramida terbalik	
5	03/06/2023	ACC Seminar Proposal	
6	19/06/2023	Konsultasi perbaikan seminar proposal Perbaiki sesuai saran	
7	10/07/2023	Konsultasi Bab I, II, III, Bab IV, dan Bab V	
8	11/07/2023	Perbaiki Bab I : Perbaiki tujuan penelitian Bab II : Metode bahasa perasional atau kata kerja, daftar pustaka perbaiki sesuai panduan	
9	13/07/2023	Perbaiki BAB IV : Pengkajian hasil, pemeriksaan fisik, abdomen pada status lokalis. Jabarkan pengkajian nyeri dan lembar observasi Bab V : Perbaiki kesimpulan dan saran	
10	14/07/2023	ACC Seminar Hasil	
11	10/08/2023	Konsultasu perbaikan seminar hasil Perbaiki abstrak dan pemeriksaan fisik	
12	11/08/2023	ACC Cetak	

Mengetahui,
Ketua Prodi Profesi Ners Keperawatan Tanjungkarang

Dwi Agustanti, M.Kep.,Sp.Kom
NIP.197108111994022001

PROGRAM STUDI PROFESI NERS KEPERAWATAN
LEMBAR CATATAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Ericha Endrianti
NIM : 2214901014
Judul Laporan : Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman
Nyeri Akut Dengan Intervensi Relaksasi Autogenik
Pada Ibu Post Partum *Sectio Caesarea* di RSUD
Jendral Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2023
Nama Pembimbing II : Gustop Amatiria, S.Kp.,M.Kes

NO	TANGGAL	HASIL KONSULTASI	PARAF
1.	24/01/2023	ACC Judul Karya Ilmiah Akhir	
2.	26/01/2023	Konsultasi Bab I, Bab II, Bab III	
3.	11/05/2023	Perbaiki Bab I dan Bab II sesuai saran Penulisan latar belakang, rumusan masalah dan tujuan penelitian	
4.	19/05/2023	Perbaiki Bab III sesuai dsaran, teliti lagi antar paragraf paragraf dan tambahkan halaman	
5.	04/06/2023	ACC Seminar Prosal	
6.	21/06/2023	Konsultasi perbaikan seminar proposal	
7.	23/06/2023	Konsultasi Bab I, II, III, Bab IV, dan Bab V Perbaiki sesuai saran	
8.	26/06/2023	Perbaiki penulisan pada hasil pembahasan dan sesuaikan daftar pustaka	
9.	08/07/2023	Perbaiki penulisan abstrak dan saran	
10.	12/07/2023	ACC Seminar Hasil	
11.	10/08/2023	Konsultasi perbaikan seminar hasil Perbaiki penomoran halaman sesuai sran	
12.	11/08/2023	ACC Cetak	

Mengetahui,
Ketua Prodi Profesi Ners Keperawatan Tanjungkarang

Dwi Agustanti, M.Kep.,Sp.Kom
NIP.197108111994022001