

Lampiran 1

RENCANA KEGIATAN PENELITIAN

Judul Penelitian : Pengaruh Ikat pinggang Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Dismenore pada Remaja Putri di SMPN 1 Tanjung Bintang Tahun 2021

Peneliti : Dian Purwohadi Pusporini

NIM : 1715301017

Saya mahasiswa Program Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang bermaksud melakukan penelitian tentang Perbedaan Pengaruh Penggunaan Ikat pinggang Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) pada Remaja Putri di SMPN 1 Tanjung Bintang Tahun 2021. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah perbedaan pengaruh penggunaan ikat pinggang kompres hangat dan kompres dingin terhadap nyeri haid (dismenore) pada remaja putri di SMPN 1 Tanjung Bintang tahun 2021.

Dalam penelitian ini, tidak ada dampak negatif atau merugikan terhadap responden. Apabila selama penelitian ini responden merasakan ketidaknyamanan maka responden berhak berhenti dan tidak melanjutkan proses penelitian. Peneliti akan berusaha menjaga hak-hak responden sebagai responden dari kerahasiaan selama penelitian berlangsung. Peneliti akan menghargai keinginan responden untuk tidak meneruskan penelitian kapan saja saat penelitian berlangsung. Peneliti mengharapkan partisipasi responden setelah penjelasan ini disampaikan. Atas perhatian dan partisipasi ibu dalam penelitian ini, peneliti mengucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 2021
Peneliti

Dian Purwohadi Pusporini

Lampiran 2

LEMBAR INFORMED CONSENT (PERSETUJUAN RESPONDEN)

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Usia :

Setelah mendapat keterangan secukupnya dari peneliti serta mengetahui manfaat penelitian yang berjudul “Pengaruh Ikat pinggang Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Dismenore pada Remaja Putri di SMPN 1 Tanjung Bintang Tahun 2021”, saya menyatakan (bersedia/tidak bersedia)* untuk diikutsertakan dalam penelitian ini.

Bandar Lampung, 2021

Peneliti

Responden

(Dian Purwohadi Pusporini)

()

Lampiran 3

Lembar Karakteristik Responden

Berilah tanda (√) pada jawaban yang sesuai dengan kondisi Anda. Seluruh pertanyaan harus dijawab.

1. Nama :
2. Kelas :
3. No. Telepon :
4. Umur sekarang :
5. Umur pertama menstruasi :
6. IMT-BB/TB :
7. Hobi :
8. Makanan/minuman favorite :
9. Suku bangsa
 - () Jawa
 - () Lampung
 - () Sunda
 - () Lain-lain
10. Kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti di sekolah:
11. Aktif berolahraga
 - () Ya, frekuensi
 - () Tidak
12. Kebiasaan merokok atau minum alcohol:
 - () Ya
 - () Tidak

Lampiran 4

Lembar Kuesioner
Skala Nyeri dengan Observasi Perilaku

SEBELUM PEMBERIAN TERAPI (PRE TEST)

SESUDAH PEMBERIAN TERAPI (POST TEST)

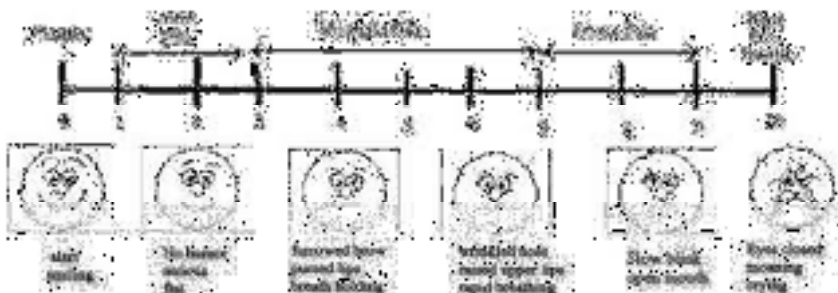
No. Penelitian :

Nama Responden :

Berikan skor pada kolom yang paling sesuai dengan keadaan nyeri haid.

Kategori	Skor			Skor
	0	1	2	
Muka	Tidak ada ekspresi atau senyuman tertentu, tidak mencari perhatian	Wajah menyeringai, dahi berkerut, menyendiri	Dahi sering tidak Konstan, rahang menegang, dagu gemetar	
Kaki	Tidak ada posisi atau relaks	Gelisah, resah dan menegang	Menegang atau kaki disiapkan	
Aktivitas	Berbaring, posisi normal, mudah bergerak	Menggeliat, menaikkan punggung dan maju, menengah	Menekuk, kaku atau menghentak	
Menangis	Tidak menangis (saat bangun maupun tidur)	Merintih atau merengek, kadang mengeluh	Menangis keras, berpekok atau sedu sedan, sering mengeluh	
Hiburan	Isi, relaks	Kadang hati tentram dengan sentuhan, memelik, berbicara untuk mengalihkan perhatian	Kesulitan untuk menghibur atau kenyamanan	
Total Skor 0-10				

Skala nyeri “Muka” (Wong Baker Facial Grimace Scale)



Lampiran 5

Standar Oprasional Prosedur (SOP) Penatalaksanaan Kompres Hangat dalam Penurunan Dismenore

1	Pengertian	Dilakukan kompres hangat untuk mengurangi nyeri haid (dismenore)
2	Tujuan	Untuk mengetahui pengaruh ikat pinggang kompres hangat terhadap tingkat nyeri haid (dismenore)
3	Indikasi	Semua remaja putri yang sudah menstruasi
4	Persiapan Responden	1) Berikan salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan. 2) Memberikan lembar inform consent jika setuju dan mengidentifikasi responden 3) Memposisikan responden agar terasa nyaman dan aman.
5	Persiapan Alat	1) Ikat pinggang kompres hangat 2) Air hangat dengan suhu 38-40 ° C
CARA KERJA		
	Fase Orientasi	1) Beritahu responden bahwa tindakan akan segera dimulai 2) Cek alat-alat yang akan di gunakan 3) Melakukan kontrak waktu untuk tindakan yang akan dilakukan

	Fase Kerja	<p>Kelompok I (kompres hangat):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Cuci tangan 2) Jelaskan pada klien mengenai prosedur yang akan dilakukan. 3) Gunakan ikat pinggang kompres hangat untuk melakukan kompres hangat yang telah diisi air hangat 38-40° C 4) Pakai pada daerah yang akan dikompres (bagian bawah perut) 5) Lakukan pengecekan kulit yang terkena kompres pada 10 menit awal 6) Lepaskan ikat pinggang kompres setelah 20 menit, dan lakukan kompres ulang jika nyeri belum teratasi.
	Fase Terminasi	<ol style="list-style-type: none"> 1) Kaji perubahan yang terjadi selama kompres dilakukan 2) Buat kontrak selanjutnya 3) Akhiri kegiatan dengan baik Penguatan positif (gelombang positif yang mengarahkan perilaku bahwa akan dilakukan kembali) 4) Cuci tangan
	Hasil	Dokumentasi nama responden, jam, tanggal, tindakan, dan hasil yang diperoleh
	Hal-hal yang Perlu Diperhatikan	Kenyamanan responden agar tidak merasa takut dan cemas. Menjalin kepercayaan bahwa yang peneliti lakukan tidak akan membahayakan klien.

Lampiran 6

Standar Oprasional Prosedur (SOP) Penatalaksanaan Kompres Dingin dalam Penurunan Dismenore

1	Pengertian	Dilakukan kompres dingin untuk mengurangi nyeri haid (dismenore)
2	Tujuan	Untuk mengetahui pengaruh ikat pinggang kompres hangat dan kompres dingin terhadap tingkat nyeri haid (dismenore)
3	Indikasi	Semua remaja putri yang sudah menstruasi
4	Persiapan Responden	1) Berikan salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan. 2) Memberikan lembar inform consent jika setuju dan mengidentifikasi responden 3) Memposisikan responden agar terasa nyaman dan aman.
5	Persiapan Alat	1) Ikat pinggang kompres dingin 2) Air dingin dengan suhu 15-18 ° C
CARA KERJA		
	Fase Orientasi	1) Beritahu responden bahwa tindakan akan segera dimulai 2) Cek alat-alat yang akan di gunakan 3) Melakukan kontrak waktu untuk tindakan yang akan dilakukan

	Fase Kerja	<p>Kelompok II (kompres dingin):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Cuci tangan 2) Jelaskan pada klien mengenai prosedur yang akan dilakukan 3) Gunakan ikat pinggang kompres dingin yang telah diisi air dingin 15-18° C. 4) Pakai pada daerah yang akan dikompres (bagian bawah perut) 5) Lakukan pengecekan kulit yang terkena kompres pada 10 menit awal. 6) Lepaskan ikat pinggang kompres setelah 20 menit, dan lakukan kompres ulang jika nyeri belum teratasi.
	Fase Terminasi	<ol style="list-style-type: none"> a. Kaji perubahan yang terjadi selama kompres dilakukan b. Buat kontrak selanjutnya c. Akhiri kegiatan dengan baik Penguatan positif (gelombang positif yang mengarahkan perilaku bahwa akan dilakukan kembali) d. Cuci tangan
	Hasil	Dokumentasi nama responden, jam, tanggal, tindakan, dan hasil yang diperoleh
	Hal-hal yang Perlu Diperhatikan	Kenyamanan responden agar tidak merasa takut dan cemas. Menjalin kepercayaan bahwa yang peneliti lakukan tidak akan membahayakan klien.

Lampiran 7

BLUE PRINT

IKAT PINGGANG KOMPRES HANGAT DAN DINGIN



Keterangan

- a. Bahan: Drill
- b. Panjang Ikat Pinggang: 125 cm
- c. Lebar ikat Pinggang: 13 cm
- d. Panjang Kantong: 25 cm
- e. Lebar Kantong: 10 cm
- f. Resleting: Satu buah dibagian depan kantong
- g. Panjang Rekatan: 27 cm
- h. Ukurann Lingkar Ikat Pinggang: Min. 65 cm dan Max. 120 cm

PLASTIK ZIP LOCK ALUMUNIUM FOIL



Keterangan

Bahan: Alumunium foil tahan panas

Lampiran 8

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLTEKKES TANJUNGPINANG

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.360/KEPK-TJK/XII/2020

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Liana Purwati Pusperini
Principal In Investigator

Nama Instansi : D-IV KEBIDANAN
INSTITUT KESEHATAN TANJUNGPINANG

"Pengaruh Ikat Pinggang Kompres Hangat dan Kompres Dingin Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri di SMPN 1 Tanjung Bintang Tahun 2021"

"The Influence of Warm and Cool Compression Belt Toward Dysmenorrhea on Teenage Girls at SMPN 1 Tanjung Bintang in 2021"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Perneratan 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 Etik Etik ini berlaku selama kurang-waktu tanggal 16 Desember 2020 sampai dengan tanggal 16 Desember 2021.

This declaration of ethics applies during the period December 16, 2020 until December 16, 2021.

December 16, 2020
Professor and Chairperson,


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

Lampiran 9



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUN

Jalan Soekarno - Hatta No. 6 Bandar Lampung
Telp : 0721 - 783 852 Faksimile : 0721 - 773 918

Website : <http://poltekkes-tjk.ac.id> E-mail : direktorat@poltekkes-tjk.ac.id



25 Januari 2021

Nomor : PP.03.01/1.1/0924/2021
Lampiran : 1 Eks
Hal : Izin Penelitian

Yang terhormat,
Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Satu Pintu Provinsi Lampung

Di -
Tempat

Sehubungan dengan penyusunan Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Kebidanan Tanjungkarang Program Sarjana Terapan Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tanjungkarang Tahun Akademik 2020/2021, maka kami mengharapkan dapat diberikan izin kepada mahasiswa kami untuk dapat melakukan penelitian di institusi yang Bapak/Ibu pimpin. Sebagai bahan pertimbangan bersama ini kami lampirkan nama mahasiswa dan institusi yang terkait dengan proposal penelitian.

Atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.


DIREKTUR,
WARJIDIN ALIYANTO, SKM, M.Kes
NIP. 196401281985021001

Tembusan :
Ka. Jurusan Kebidanan

Lampiran 10



PEMERINTAH PROVINSI LAMPUNG
DINAS PENANAMAN MODAL DAN
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan Dr. Wahono No. 2 Telp. (0721) 482372, Fax (0721) 482372
TELUK BETUNG 35221

REKOMENDASI PENELITIAN DI DAERAH PROVINSI LAMPUNG
NOMOR : 463/0978/V.16/2021

DASAR : 1. Undang-Undang 23 Tahun 2014 Tentang Pemerintahan Daerah;
2. Instruksi Presiden RI Nomor 6 Tahun 2020 Tentang Peningkatan Disiplin Pelaksanaan Hukum Protokol Kesehatan Dalam Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019;
3. Peraturan Menteri Dalam Negeri RI Nomor 3 Tahun 2018 tentang Pemberian Surat Keterangan Penelitian;
4. Peraturan Daerah Provinsi Lampung Nomor 19 Tahun 2017 tentang Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan Terpadu;
5. Peraturan Daerah Provinsi Lampung Nomor 4 Tahun 2010 tentang Pembentukan dan Susunan Perangkat Daerah Provinsi Lampung.

MEMBACA : Surat Permohonan dari Direktur Politeknik Kesehatan Tanjung Karang Nomor: PPA.03.0111.1/0066/2021 Tanggal 07-01-2021 perihal Izin Penelitian

MEMPERHATIKAN : Proposal Penelitian

LAMPUNG
MEREKOMENDASIKAN :

Nama / NPM / NIP	DIAN PUJIWAHADE PUSPULING / 1715901017
Jenis Kelamin	Pemampuan
Tempat/Tgl.Lahir	Bandar Lampung / 24-09-1999
Alamat	IL. SERSAN KENDRAY, RT/RW 001/002, DESA TRIMULYO, KEC. SAMA-YAN TANGHUNG BINTANG
Pekerjaan	Mahasiswa
Tujuan	Mengajukan Penelitian Dalam Rangka Penyusunan Skripsi
Lokasi Penelitian	SMIPN TANGHUNG BINTANG
Jahel Penelitian	Pengaruh Bat. Punggung Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Kemampuan Para Karyawan Pada DK SMIPN T Tangung Bintang Tahun 2021
Waktu yang diberikan	11 Januari 2021 s.d 12 Maret 2021

Dengan Ketertarikan :

1. Rekomendasi ini diterbitkan untuk Kepentingan Penelitian yang bersangkutan.
2. Tidak diizinkan melakukan Penelitian/Survei yang tidak sesuai tidak ada kaitannya dengan Jahel Kegiatan Penelitian/Survei tersebut diatas.
3. Melaporkan hasil Penelitian/Survei kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Lampung.
4. Surat Rekomendasi ini dicabut apabila Penyelenggara tidak mematuhi ketentuan tersebut diatas.
5. Yang bersangkutan harus mematuhi syarat serta ketentuan Peraturan Perundang-undangan yang berlaku.
6. Permohon Agar Selalu Menjaga Mematuhi Protokol Kesehatan (memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak).





Dibuatkan di : Bandar Lampung
Pada tanggal : 12 Januari 2021

**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL,
DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
PROVINSI LAMPUNG,**



Drs. QUDROTUL IKHWAN, M.M.
Pembina Utama Madya
NIP. 19630107 199402 1 001

Lampiran 11

Hasil Penilaian Skala Nyeri Haid (dismenore) Sebelum dan Sesudah Intervensi

KELOMPOK KOMPRES HANGAT

NO	NAMA	KELAS	USIA (TAHUN)	SEBELUM PERLAKUAN	SETELAH PERLAKUAN	USIA MENARCHE
1.	R1	8a	14	7	5	11
2.	R2	8a	14	7	4	12
3.	R3	8a	13	8	6	11
4.	R4	8a	14	5	4	12
5.	R5	8a	13	7	5	12
6.	R6	8a	14	6	4	13
7.	R7	8a	14	4	3	13
8.	R8	8a	14	3	1	12
9.	R9	8b	14	4	3	12
10.	R10	8b	13	2	0	12
11.	R11	8b	13	2	0	12
12.	R12	8c	14	7	6	11
13.	R13	8c	13	4	2	12
14.	R14	8d	14	3	2	13
15.	R15	8e	13	5	4	12
16.	R16	8e	14	3	2	13
17.	R17	8e	13	3	2	12
18.	R18	8g	14	7	5	12

KELOMPOK KOMPRES DINGIN

NO	NAMA	KELAS	USIA (TAHUN)	SEBELUM PERLAKUAN	SETELAH PERLAKUAN	USIA MENARCHE
1.	R19	8a	13	2	0	12
2.	R20	8a	15	3	1	13
3.	R21	8a	13	2	1	12
4.	R22	8b	14	6	3	12
5.	R23	8b	13	5	3	12
6.	R24	8b	13	7	5	12
7.	R25	8b	13	7	6	13
8.	R26	8b	14	2	0	12
9.	R27	8c	14	5	3	12
10.	R28	8d	14	3	2	12
11.	R29	8d	13	7	5	12
12.	R30	8d	13	4	2	12
13.	R31	8e	13	2	0	11
14.	R32	8f	14	7	4	13
15.	R33	8f	13	5	2	12
16.	R34	8g	13	8	5	11
17.	R35	8g	13	4	2	12
18.	R36	8g	15	3	1	13

Lampiran 12

Analisa Data Menggunakan SPSS

Usia_Kompres_Hangat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 13	7	38.9	38.9	38.9
14	11	61.1	61.1	100.0
Total	18	100.0	100.0	

Usia_Kompres_Dingin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 13	11	61.1	61.1	61.1
14	5	27.8	27.8	88.9
15	2	11.1	11.1	100.0
Total	18	100.0	100.0	

Sebelum Kompres Hangat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Ringan	6	33.3	33.3
	Nyeri Sedang	6	33.3	66.7
	Nyeri Berat	6	33.3	100.0
	Total	18	100.0	100.0

Sebelum Kompres Dingin

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Ringan	7	38.9	38.9
	Nyeri Sedang	6	33.3	72.2
	Nyeri Berat	5	27.8	100.0
	Total	18	100.0	100.0

Setelah Kompres Hangat

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Nyeri	2	11.1	11.1	11.1
	Nyeri Ringan	7	38.9	38.9	50.0
	Nyeri Sedang	9	50.0	50.0	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

Setelah Kompres Dingin

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Nyeri	3	16.7	16.7	16.7
	Nyeri Ringan	10	55.6	55.6	72.2
	Nyeri Sedang	5	27.8	27.8	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
sebelum	18	2	8	4.83	1.978
sesudah	18	0	6	3.22	1.865
Valid N (listwise)	18				

Descriptive Statistics

	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
sebelum	18	2	8	4.56	2.064
sesudah	18	0	6	2.50	1.886
Valid N (listwise)	18				

Paired Samples Test

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Sebelum Kompres Hangat - Setelah Kompres Hangat	.611	.502	.118	.362	.861	5.169	17	.000

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum Kompres Dingin	1.89	18	.832	.196
	Sesudah Kompres Dingin	1.11	18	.676	.159

Paired Samples Test

		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Sebelum Kompres Dingin - Sesudah Kompres Dingin	.778	.428	.101	.565	.991	7.714	17	.000