

LAMPIRAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Denada Novia Rizky

NIM : 1715371048

Mahasiswa : Sarjana Terapan Kebidanan Metro

Instansi : Prodi Kebidanan Metro Politeknik Kesehatan Tanjungkarang

Menyatakan bahwa penelitian yang berjudul Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Ari Saptuti Banyumas Pringsewu adalah benar karya saya sendiri dan bukan hasil plagiat dari karya orang lain, dan diajukan sebagai persyaratan menyelesaikan pendidikan program Sarjana Terapan Kebidanan Metro Poltekkes Tanjung Karang. Apabila dikemudian hari terbukti penelitian ini bukan karya saya atau plagiat orang lain maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Demikian surat ini dibuat sesungguhnya untuk dipergunakan sebagai mestinya.

Metro, Juni 2021
Yang membuat pernyataan



DENADA NOVIA RIZKY
NIM.1715371048

KOMITE ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLTEKKES TANJUNGPINANG

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.030/KEPK-TJK/II/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : DENADA NOVIA RIZKY
Principal In Investigator

Nama Institusi : PRODI SARJANA TERAPAN
KEBIDANAN METRO POLTEKKES
TANJUNG KARANG

Name of the Institution

Dengan judul:
Title

**"PENGARUH TERAPI RENDAM KAKI AIR HANGAT TERHADAP NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PMB ARI SAPTUTI BANYUMAS PRINGSEWU"**

**"THE EFFECT OF WARM FOOT SOAK THERAPY ON BACK PAIN IN TRIMESTER III PREGNANT
WOMEN AT PMB ARI SAPTUTI BANYUMAS PRINGSEWU"**

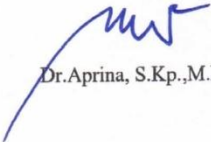
Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan 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 15 Februari 2021 sampai dengan tanggal 15 Februari 2022.

This declaration of ethics applies during the period February 15, 2021 until February 15, 2022.

February 15, 2021
Professor and Chairperson,


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



PEMERINTAH KABUPATEN PRINGSEWU
DINAS KESEHATAN

Jl. Komplek Perkantoran Pemerintah Kabupaten Pringsewu
Kode Pos 35373, Email : pringsewudinaskesehatan@gmail.com

PRINGSEWU - LAMPUNG

Pringsewu, 10 Mei 2021

Kepada:

Nomor : 444 / 4670 / D.02 / 2021
Sifat : Penting
Lampiran : -
Hal : Izin Penelitian

Yth. Ka.UPT Puskesmas Banyumas
Di -
PRINGSEWU

Berdasarkan surat dari :

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, Nomor: PP. 03.01/I.1/1576/2021 perihal Permohonan Izin Penelitian.
2. Surat dari Pemerintah Kabupaten Pringsewu Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Nomor: 070/066/B.05/IV/2021 perihal Izin Penelitian / Riset / Survei / Pengabdian / KKN / PKL

Nama : DENADA NOVIA

Tempat Penelitian : UPT. Puskesmas Banyumas

Judul Penelitian : Pengaruh Terapi Rendaman Kaki Air Hangat Terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Ari Saptuti Banyumas Pringsewu.

Untuk itu diharapkan kepada Kepala UPT. Puskesmas dapat menerima dan membantu dalam proses penelitian tersebut. Setelah menyelesaikan penelitian tersebut, diwajibkan bagi peneliti untuk dapat menyampaikan laporan hasil penelitian ke Dinas Kesehatan Kabupaten Pringsewu dan Puskesmas Banyumas.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Kepala Dinas Kesehatan
Kabupaten Pringsewu

dr. ULINNOHA
Pembina
NIP. 19730305 200604 1011

**FORMULIR LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN PADA KELOMPOK
PERLAKUAN TERHADAP IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN TERAPI
RENDAM KAKI AIR
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

No Responden :

Nama :

Umur :

Alamat :

No. Telp/Hp :

Saya telah mendapat penjelasan tujuan dan manfaat pengaruh terapi rendam kaki air untuk menurunkan intensitas nyeri punggung. Saya menyatakan (Bersedia/ Tidak Bersedia)* menjadi responden pada penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III”. Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak merugikan saya.

Demikian surat persetujuan ini saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya

Metro, 2021

Penelitian

Responden

Denada Novia Rizky
NIM : 1715371048

(.....)

**Pilih salah satu*

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)
TERAPI RENDAM KAKI DENGAN AIR HANGAT

Persiapan Alat	1. Kursi 2. Baskom untuk merendam kaki 3. Termometer air 4. Air panas (termos) 5. Air biasa 6. Handuk 7. Stopwatch 8. Pena atau alat tulis. 9. Handscoon
Prosedur Tindakan	Tahap orientasi : 1. Beri salam dan perkenalkan diri 2. Jelaskan tujuan, prosedur dan lamanya tindakan kepada klien 3. Melakukan inform consent Tahap kerja : 1. Lakukan pemeriksaan umum dan mengisi lembar chek list 2. Meminta klien untuk mencuci kakinya jika tampak kotor 3. Anjurkan klien mengambil posisi senyaman mungkin 4. Siapkan baskom dan tuangkan air panas (termos) dan tuangkan air biasa sampai suhu yang di inginkan 5. Pastikan air pada suhu 37 C – 39° C dengan menggunakan termometer 6. Dekatkan baskom yang telah diisi air hangat 7. Rendam kaki kedalam baskom kemudian ditutup dengan handuk untuk menjaga suhu dalam air selama 10 – 15 menit. 8. Keringkan kaki dengan handuk 9. Rapihkan peralatan Tahap Terminasi : 1. Melakukan evaluasi tindakan 2. Melakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya 3. Melakukan dokumentasi pada lembar observasi

Lampiran 6

No. Kode :

INSTRUMEN PENELITIAN SKALA PENGUKURAN INTENSITAS NYERI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERI TERAPI RENDAM AIR HANGAT NUMERIC RATING SCALE (NRS)

Nama ibu / umur : Alamat :

Usia kehamilan : No. Hp :

PEMERIKSAAN UMUM

Tanda- tanda Vital : TD : N :

S : P :

Petunjuk pengisian

*Berilah tanda silang (X) pada salah satu angka dibawah ini



*Berilah tanda checklist (✓) pada salah satu kolom dibawah ini yang menggambarkan tingkat nyeri yang klien rasakan saat mengalami nyeri punggung.

Skala	Karakteristik Nyeri	Kategori Nyeri	Sebelum	Sesudah
0	Tidak nyeri	Tidak nyeri		
1-3	Secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik.	Ringan		
4-6	Secara obyektif klien mendesis, menyeringai, beberapa atifitas fisik terganggu namun masih bisa dikerjakan, dapat menunjukan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya.	Sedang		
7-9	Secara obyektif atifitas fisik terbatas, dapat menunjukan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi nafas panjang dan distraksi.	Berat		
10	Pasien tidak mampu lagi berkomunikasi	Sangat berat		

1. Skala nyeri sebelum perlakuan :
Kategori nyeri :

2. Skala nyeri sesudah perlakuan :
Kategori nyeri :

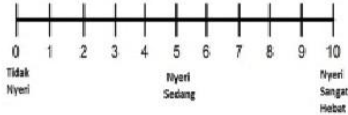
INSTRUMEN PENELITIAN

LEMBAR OBSERVASI

SKALA PENGUKURAN INTENSITAS NYERI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERI TERAPI RENDAM AIR HANGAT

Petunjuk pengisian

*Isilah angka pada kolom dan berilah tanda checklist (✓) yang menggambarkan tingkat nyeri punggung yang klien rasakan

Indikator	Hari 1	Hari 2	Hari 3	Hari 4	Hari 5	Hari 6	Hari 7
NUMERIC RATING SCALE (NRS) 1 - 10  Kategori Nyeri ☐ R (Ringan) ☐ S (Sedang) ☐ B (Berat) ☐ SB (Sangat Berat)	Sebelum NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB Sesudah NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB	Sebelum NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB Sesudah NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB	Sebelum NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB Sesudah NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB	Sebelum NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB Sesudah NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB	Sebelum NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB Sesudah NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB	Sebelum NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB Sesudah NRC () Kategori ☐ R ☐ S ☐ B ☐ SB	

Lampiran 5

Rekapitulasi Pengumpulan Data Penelitian
Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III
Di PMB Ari Saptuti Banyumas Pringsewu

No	Nama	Alamat	Umur	Usia Kehamilan	Nyeri Punggung Sebelum Intervensi	Nyeri Punggung Sesudah Intervensi
1	Ny. S	Banyumas	28 th	32 mg	6	0
2	Ny. E	Banyumas	21 th	37 mg	6	2
3	Ny. R	Banyuurip	21 th	34 mg	4	0
4	Ny. N	Banyumas	30 th	28 mg	6	0
5	Ny. M	Banyumas	23 th	33 mg	5	0
6	Ny. K	Banyumas	35 th	31 mg	4	0
7	Ny. R	Banyumas	18 th	34 mg	6	0
8	Ny. R	Banyumas	21 th	34 mg	5	0
9	Ny. W	Banyumas	32 th	31 mg	6	0
10	Ny. M	Banyumas	39 th	28 mg	4	0
11	Ny. A	Banyumas	25 th	29 mg	4	0
12	Ny. R	Banyumas	33 th	32 mg	4	0
13	Ny. A	Banyumas	22 th	39 mg	4	0
14	Ny. W	Banyumas	48 th	31 mg	6	2
15	Ny. D	Banyumas	20 th	35mg	4	0
16	Ny. D	Banyuwangi	33 th	33 mg	4	0
17	Ny. H	Banyuwangi	28 th	32 mg	4	0
18	Ny. R	Banyuwangi	35 th	28 mg	6	2
19	Ny. D	Banyuwangi	25 th	31 mg	5	0

20	Ny. L	Banyuwangi	21 th	31 mg	6	1
21	Ny. I	Banyumas	27 th	30 mg	6	0
22	Ny. M	Banyumas	29 th	28 mg	5	0
23	Ny. A	Banyumas	21 th	35 mg	6	2
24	Ny. K	Banyumas	32 th	28 mg	4	0
25	Ny. F	Banyumas	26 th	28 mg	5	0
26	Ny. S	Banyuwangi	39 th	28 mg	6	2
27	Ny. S	Banyumas	43 th	28 mg	5	0
28	Ny. E	Banyumas	28 th	28 mg	6	0
29	Ny. F	Banyumas	29 th	28 mg	4	0
30	Ny. D	Banyumas	25 th	28 mg	5	0
31	Ny. D	Banyumas	25 th	29 mg	6	0
32	Ny. C	Banyumas	23 th	29 mg	4	0
33	Ny. M	Banyumas	30 th	30 mg	5	0
34	Ny. M	Banyumas	38 th	35 mg	6	1

Lampiran 10

Dokumentasi Kegiatan Kunjungan Rumah Penelitian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Banyumas Prngsewu Tahun 2021





Pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Pada Ibu Hamil



Lampiran 10

LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Denada Novia Rizky
 NIM : 1715371048
 Program : Sarjana Terapan Kebidanan Metro
 Judul Penelitian : "Pengaruh Terapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Ari Saptuti Banyumas Pringsewu"
 Nama Pembimbing : 1. Firda Fibrila, S.SiT., M.Pd
 2. DR. Drs. YusroHadi M, M.Kes

No.	Hari/ Tanggal	Materi Bimbingan	Saran / Perbaikan	Paraf	
				Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
1.	Senin/ 07-09-20	Konsul perbaikan judul Proposal	ACC judul	 Firda Fibrila, S.SiT., M.Pd	 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes
2.	Senin/ 14-09-2020	Konsul BAB I, BAB II, BAB III	1. Perbaikan latar belakang 2. Perbaikan kerangka teori 3. Perbaikan definisi operasional 4. Perbaikan rancangan penelitian	 Firda Fibrila, S.SiT., M.Pd	
3.	Senin/ 02-11-2020	Konsul instrumen penelitian	1. Perbaikan lembar checklist 2. Perbaikan lembar observasi 3. Perbaikan SOP	 Firda Fibrila, S.SiT., M.Pd	

4.	Senin/ 02-11-2020	Konsul BAB I, II, III	1. Perbaikan latar belakang 2. Perbaikan teori 3. Perbaikan definisi operasional 4. Perbaikan rancangan penelitian		 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes
5.	Selasa/ 03-11-2020	Konsultasi proposal lengkap	ACC uji proposal	 Firda Fibrila, S.SiT.,M.Pd	 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes
6.	Selasa/ 10-11-2020	Perbaikan Seminar Proposal	1. Perbaikan variabel independen 2. Tambahan teori 3. Perbaikan kerangka teori 4. Perbaikan kerangka konsep	 Firda Fibrila, S.SiT.,M.Pd	
7.	Jumat/ 03-12-2020	Perbaikan Seminar Proposal	1. Perbaikan rumusan masalah 2. Perbaikan rancangan penelitian 3. Perbaikan rumus sampel		 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes
8.	Senin/ 07-12-2020	Perbaikan BAB II , BAB III	1. Perbaikan penulisan 2. Perbaikan pengumpulan data 3. Perbaikan SOP		 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes

9.	Senin/ 14-12-2020	Konsultasi proposal lengkap	ACC Proposal	 Firda Fibrila, S.SiT.,M.Pd	 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes
10.	Selasa/ 04-05-2021	Konsultasi BAB IV dan V	1. Perbaikan hasil penelitian 2. Perbaikan pembahasan 3. Perbaikan penulisan	 Firda Fibrila, S.SiT.,M.Pd	
11.	Kamis/ 06-05-2021	Konsultasi BAB IV dan V	1. Perbaikan analisis univariat dan bivariat 2. Perbaikan penulisan 3. Perbaikan simpulan	 Firda Fibrila, S.SiT.,M.Pd	
12.	Selasa/ 18-05-2021	Konsultasi BAB IV dan V	1. Perbaikan hasil penelitian 2. Perbaikan pembahasan 3. Perbaikan penulisan		 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes
13.	Rabu/ 19-05-2021	Konsultasi Abstrak dan Daftar Pustaka	1. Perbaikan penulisan abstrak 2. Perbaikan penulisan Dapus		 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes

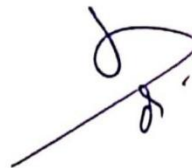
19.	Kamis/ 10-06-2021	Konsultasi skripsi lengkap	ACC Skripsi	 Firda Fibrila, S.SiT.,M.Pd	 DR. Drs. Yusro Hadi M, M.Kes
-----	----------------------	-------------------------------	-------------	--	--

Mengetahui,
Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Metro
Ketua,



Martini Fairus, S.Kep., Ns., M.Sc
NIP. 19700802 199003 2 002

Penanggung Jawab



Sadiman., AK., M.Kes
NIP. 19670803 198703 1 001

Alat Yang Dibutuhkan

Kursi
Baskom untuk merendam kaki
Termometer air
Air panas (termos)
Air biasa
Handuk
Stopwatch (Alat pengukur waktu)

PERSIAPAN TINDAKAN

1. Siapkan baskom lalu tuangkan air biasa/dingin lalu tuangkan air panas (termos) sampai suhu yang diinginkan.
2. Pastikan air pada suhu $37^{\circ}\text{C} - 39^{\circ}\text{C}$ dengan menggunakan termometer
3. Dekatkan baskom yang telah diisi air hangat
4. Rendam kaki kedalam baskom kemudian ditutup dengan handuk untuk menjaga suhu dalam air selama 10 – 15 menit.
5. Keringkan kaki dengan handuk



**Tips Mengatasi
Nyeri Punggung !**



DENADA NOVIA RIZKY
NIM. 1715371048

NYERI PUNGGUNG

Nyeri punggung yang terjadi pada area lumbosakral dan dirasakan dari pertama kehamilan dan meningkat pada tiga bulan terakhir kehamilan.

Nyeri punggung berdampak keletihan dan ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas sehari-hari yang disebabkan oleh gangguan tidur. Kondisi ini akan membuat janin menjadi stres dimana keadaan menghambat aktivitas bayi.



Terapi Rendam Kaki Air Hangat Menjadi Salah Satu Alternatif Mengatasi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III

Keterangan

Terapi dilakukan untuk ibu hamil yang mengalami nyeri punggung.

Terapi dilakukan sebanyak 7x selama 7 hari dalam waktu yang bersamaan.

Terapi dilakukan selama 10-15 menit pada suhu 37-39 ° C.