

# LAMPIRAN

*Lampiran 1*

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG**  
**PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG**  
*Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung*

---

**IZIN LOKASI PENGAMBILAN STUDI KASUS**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yulina Wati, S.Tr. Keb  
Alamat : Dusun Gunung Sari II, Desa Srikaton, Kecamatan  
Tanjung Bintang, Kabupaten Lampung Selatan, Provinsi  
Lampung

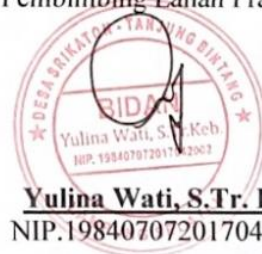
Dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Ayu Tamara Sari  
NIM : 1915401016  
Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Yulina Wati, S.Tr. Keb sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi DIII Kebidanan Tanjungpurang Politeknik Kesehatan Tanjungpurang.

Lampung Selatan , 19 Maret 2022

Pembimbing Lahan Praktik



**Yulina Wati, S.Tr. Keb**  
NIP.198407072017042002

Lampiran 2

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR**  
**PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPUR**  
*Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung*

---

**LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ny. N  
Umur : 24 tahun  
Alamat : Desa Agom, Kec. WayPanji, Kabupaten Lampung Selatan

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam Laporan Tugas Akhir (LTA) untuk diberikan asuhan kebidanan Penatalaksanaan Kompres Air Hangat dan Gerakan Cat Cow Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil

Nama : Ayu Tamara Sari  
NIM : 1915401016  
Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

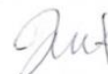
Lampung Selatan, 19 Maret 2022

Mahasiswa,



**Ayu Tamara Sari**

Klien,



**Nur**

Menyetujui,  
Pembimbing Lahan,



**Yulina Wati, S.Tr. Keb**  
NIP.198407072017042002

Lampiran 3

**SURAT PERSETUJUAN**  
**( INFORMED CONSENT)**

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Ny. N  
Umur/Tgl. Lahir : 24 tahun/ 11 April 1998  
Alamat : Desa Gunung Batu, Tanjung Bintang, Lampung Selatan  
Telepon : 0838 0012 XXXX

Menyatakan dengan sesungguhnya telah mendapat penjelasan serta mengetahui manfaat penerapan yang berjudul "Penatalaksanaan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Pada Ny. N G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> Di PMB Yulina Wati, S.Tr. Keb Lampung Selatan", Saya menyatakan (~~Bersedia~~/Menolak)\* untuk di ikut sertakan dalam penerapan ini.

Disamping itu saya tidak menuntut kepada peneliti apabila terjadi hal-hal yang tidak diinginkan baik pada saat maupun setelah penelitian ini selesai. Demikian surat persetujuan ini saya buat tanpa ada paksaan dari pihak lain.

Tanjung Bintang, 24 Maret 2022

Peneliti



Ayu Tamara Sari

Yang Membuat Persetujuan

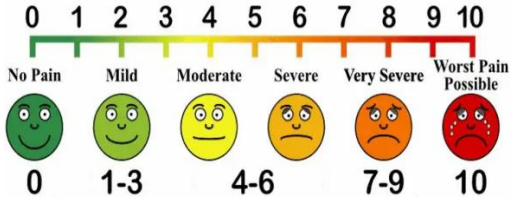


(Nur)

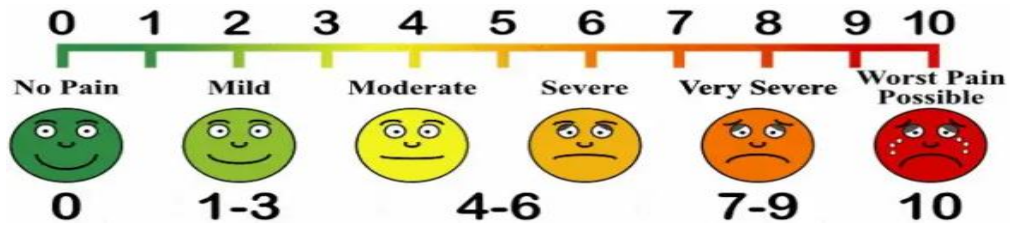
\*) Coret yang tidak perlu

## LEMBAR KUISIONER PENGAJIAN NYERI

Hari/Tanggal : Kamis, 24 Maret 2022	
Peneliti/NIM : Ayu Tamara Sari / 1915401016	
Nama Klien : Ny. N	
Usia : 24 Tahun	
Pendidikan : SMP	
<b>Jawablah pertanyaan di bawah ini</b>	
<b>O (Onset)</b> Kapan nyeri muncul? Berapa lama nyeri? Berapa sering nyeri muncul?	Ny.N mengatakan nyeri punggung muncul saat usia kehamilan 32 minggu, lama nyeri sudah 2 minggu dan nyeri terasa terus menerus/tidak hilang
<b>P (Provoking)</b> Apa yang membuat nyeri bertambah?  Apa yang membuatnya berkurang?	Ny.N mengatakan nyeri sangat terasa seusai melakukan pekerjaan rumah tangga seperti mencuci baju posisi jongkok  Ny.N mengatakan untuk mengurangi nyeri punggung hanya minum obat yang telah diberikan bidan berupa Paracetamol dosis 500 mg
<b>Q (Quality)</b> Bagaimana rasa nyeri yang dirasakan?  Bisakah digambarkan?	Ny.N mengatakan terasa kaku sepanjang tulang belakang, nyeri menusuk.  Menurut pengamatan penulis, Ny.N terlihat melindungi daerah punggung yang nyeri dengan telapak tangannya, tampak gelisah dan wajahnya terlihat menahan nyeri
<b>R (Region)</b> Dimanakah lokasi nyerinya?	Nyeri berlokasi di punggung

<p><b>S (Severity)</b> Berapa skala nyerinya?</p>  <p>0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</p> <p>No Pain Mild Moderate Severe Very Severe Worst Pain Possible</p> <p>0 1-3 4-6 7-9 10</p>	<p>Skala nyeri 5, deksripsi nyeri sedang karena Ny.N terlihat menyeringai, tampak gelisah, merintih, melindungi area punggung yang nyeri dengan telapak tangan dan mengeluh nyeri pada punggung</p>
<p><b>T (Treatment)</b> Pengobatan atau terapi apa yang digunakan?</p>	<p>Ny.N mengatakan untuk pengobatan saat ini hanya minum paracetamol 500 mg</p>
<p><b>U (Understanding)</b> Apakah pernah merasakann nyeri sebelumnya? Jika ya, apa masalahnya?</p>	<p>Ny.N mengatakan tidak merasakan nyeri punggung seperti sekarang ini sebelum hamil</p>

## LEMBAR SKALA NYERI WAJAH



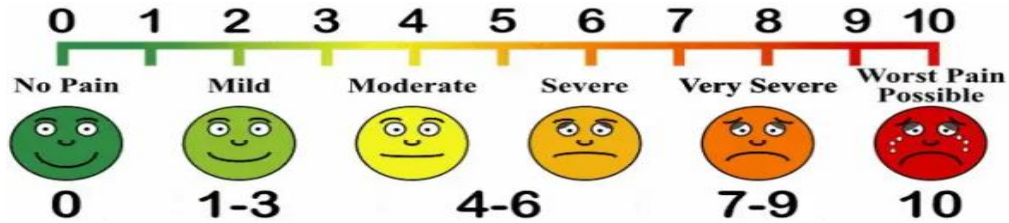
Keterangan:

- 0 (Tidak Nyeri) : Nyeri tidak dirasakan sama sekali, aktivitas normal dan bahagia
- 1-3 (Nyeri ringan) : Nyeri masih dapat ditahan, tidak mengganggu pola aktivitas si penderita, ekspresi netral, mau berinteraksi, tersenyum
- 4-6 (Nyeri sedang) : Nyeri sedikit kuat sehingga dapat mengganggu pola aktivitas penderita, tangan melindungi daerah yang nyeri, gerakan (diam), tampak gelisah dan mengeluh nyeri
- 7-9 (Nyeri berat) : Nyeri kuat sehingga memerlukan terapi medis, tidak bergerak, mata sayu, takut dan tidak dapat melakukan aktivitas mandiri
- 10 (Nyeri sangat berat) : Nyeri sangat kuat sehingga sangat memerlukan terapi medis, tidak dapat melakukan aktivitas mandiri, sangat gelisah, mengeluh sangat nyeri, dan menangis terus

Sumber : Mardana, 2017

Lampiran 6

**LEMBAR OBSERVASI SKALA NYERI WAJAH**



Petunjuk Pengisian:

1. Peneliti mengamati dan melihat ekspresi wajah klien sebelum dan sesudah penatalaksanaan kompres hangat menggunakan buli-buli panas
2. Peneliti memilih ekspresi wajah yang ada di wong baker face scale sesuai yang peneliti amati
3. Menghitung selisih angka untuk mengisi kolom penurunan.

Kunjungan	Waktu Intervensi	Intensitas Nyeri		Penurunan Nyeri
		Sebelum Intervensi	Sesudah Intervensi	
1	Kamis, 24 Maret 2022	5	4	1
2	Jumat, 25 Maret 2022	5	3	2
3	Sabtu, 26 Maret 2022	4	2	2
4	Minggu, 27 Maret 2022	2	1	1
5	Senin, 28 Maret 2022	2	1	1
<b>Hasil</b>		$\Sigma$ 3,6	$\Sigma$ 2,2	$\Sigma$ 1,4

Sumber : Mardana, 2017



Lampiran 7

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURUN**

**PRODI DIII KEBIDANAN TANJUNGPURUN**

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)**

**PENATALAKSANAAN KOMPRES HANGAT TERHADAP**

**PENURUNAN NYERI PUNGGUNG**

<b>Pengertian</b>	Kompres hangat merupakan suatu tindakan yang dapat memberikan rasa hangat pada daerah yang diintervensi menggunakan kantung buli-buli yang berisi air hangat 43°C, kemudian ditempel kepada daerah yang nyeri selama 15 menit sehingga menimbulkan rasa hangat pada bagian daerah yang diintervensi.
<b>Tujuan</b>	Tujuan dari kompres hangat 1. Memperlancar sirkulasi darah 2. Mengurangi rasa nyeri 3. Memberikan rasa hangat sehingga tubuh rileks dan nyaman 4. Merileksasi otot yang tegang
<b>Alat dan Bahan</b>	1. Buli-buli 2. Air panas 3. Handuk tipis 4. Termometer 5. Matras olahraga/tiker/karpet
<b>Soft skill</b>	1. Menyapa klien dengan ramah dan sopan 2. Memperkenalkan diri kepada klien 3. Memastikan identitas klien terlebih dahulu 4. Menjelaskan kepada klien tujuan, manfaat dan proses pelaksanaan kompres hangat kepada klien dengan nyeri punggung. 5. Informed consent

	<ol style="list-style-type: none"> <li>6. Pastikan posisi klien sudah nyaman miring ke kiri dan jaga privasi klien</li> </ol>
<b>Hard Skill</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Persiapan alat, ruangan, pasien dan petugas</li> <li>2. Mencuci tangan dengan 7 langkah</li> <li>3. Melakukan pengukuran pertama intensitas nyeri punggung bawah (di region lumbal 5 (L5) dan sacral (S1))</li> <li>4. Melakukan tindakan pemberian kompres hangat menggunakan buli-buli dengan suhu air 43°C. Pemberian kompres hangat dilakukan selama 15 menit yang diberikan 2 kali sehari pada pagi dan malam hari atau kala nyeri muncul</li> <li>5. Membereskan alat</li> <li>6. Mengobservasi skala nyeri sesudah kompres air hangat dan gerakan cat cow terhadap pasien</li> <li>7. Mencuci tangan dengan 7 langkah</li> </ol>
<b>Hasil</b>	<p>Dokumentasikan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tanggal dan jam tindakan</li> <li>2. Respon klien selama tindakan (Respon subjektif dan objektif )</li> <li>3. Nama dan paraf peneliti</li> </ol>
<b>Referensi</b>	<p>Yuspina, A., Mulyani, N., &amp; Silalahi, U. A. (2018). <i>Pengaruh Kompres Air Hangat dan Air Dingin terhadap Nyeri Tulang Belakang Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Rajapolah. Jurnal Sehat Masada, 12(2), 103-112.</i></p>

**DAFTAR TILIK**  
**PENATALAKSANAAN KOMPRES HANGAT PADA IBU HAMIL**

Nama Responden : Ny.N usia 24 tahun G<sub>2</sub>P<sub>1</sub>A<sub>0</sub> usia kehamilan 34 minggu

Nama Peneliti/NIM : Ayu Tamara Sari/1915401016

Tempat Intervensi : Rumah Ny.N di Gunung Batu, Tanjung Bintang

Keterangan :

0 : Tidak dilakukan

1 : Dilakukan

No	Kegiatan	Hasil				
		Kunjungan I	Kunjungan II	Kunjungan III	Kunjungan IV	Kunjungan V
<b>A. PERSIAPAN</b>						
1.	<b>PERSIAPAN ALAT</b> Menyiapkan peralatan yang diperlukan : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Buli-buli panas</li> <li>• Handuk tipis</li> <li>• Termos berisi air hangat</li> <li>• Matras</li> <li>• Sarung tangan bersih</li> <li>• Pena</li> <li>• Lembar observasi</li> </ul>	1	1	1	1	1
2.	<b>PERSIAPAN RUANGAN</b> Ruang dalam keadaan nyaman, bersih dan tenang	1	1	1	1	1
3.	<b>PERSIAPAN PETUGAS</b> menyiapkan formulir persetujuan untuk melakukan penatalaksanaan kompres hangat pada ibu hamil	1	1	1	1	1
<b>B. LANGKAH-LANGKAH</b>						
1.	Menyapa klien dengan ramah dan sopan	1	1	1	1	1
2.	Memperkenalkan diri kepada klien	1	1	1	1	1

3.	Menjelaskan kepada klien tujuan dan prosedur tindakan kompres hangat pada area nyeri	1	1	1	1	1
4.	Memberikan lembar persetujuan	1	1	1	1	1
5.	Mencuci tangan dengan 7 langkah	1	1	1	1	1
6.	Melakukan pengamatan intensitas nyeri melalui ekspresi wajah klien	1	1	1	1	1
7.	Mengkaji terlebih dahulu mengenai tanda-tanda kontraindikasi penggunaan terapi kompres hangat berupa luka pada area yang akan diintervensi	1	1	1	1	1
8.	Isi buli-buli dengan air panas ± sebanyak setengah bagian dari buli-buli tersebut lalu tutup penutup buli-buli dengan rapat/benar Memastikan suhu air 43°C	1	1	1	1	1
9.	Memastikan buli-buli panas tidak bocor dengan membolak-balikkan buli-buli	1	1	1	1	1
10.	Menempatkan buli-buli ke area punggung dengan beralaskan pakaian atau handuk tipis selama 15 menit. Kompres hangat dengan posisi ibu hamil miring kekiri. Minta klien untuk menyampaikan buli-buli apabila terlalu panas dirasa maupun rasa yang tidak nyaman	1	1	1	1	1
10.	Membereskan alat yang telah terpakai	1	1	1	1	1
11.	Mengobservasi skala nyeri punggung setelah pemberian kompres hangat	1	1	1	1	1
12.	Mencuci tangan dengan 7 langkah kembali, lalu dikeringkan menggunakan handuk yang bersih dan kering	1	1	1	1	1
13.	Pendokumentasian	1	1	1	1	1

Lampiran 9

**DOKUMENTASI PENELITIAN**

**Kunjungan hari ke-1 : Kamis, 24 Maret 2022**



**Kunjungan hari ke-2 : Jum'at, 25 Maret 2022**



**Kunjungan hari ke-3 : Sabtu, 26 Maret 2022**



**Kunjungan hari ke-4 : Minggu, 27 Maret 2022**



**Kunjungan hari ke-5 : Senin, 28 Maret 2022**

