

L

A

M

P

I

R

A

N

FORMULIR PERSETUJUAN (*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Agnes

Umur : 22 Tahun

Alamat: Teluk Pandan, Bandar Lampung

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden penelitian “**Pengaruh *endorphin massage* terhadap nyeri punggung ibu hamil trimester III di PMB Lisnani Ali, S.ST di Bandar Lampung Tahun 2022**” yang dilakukan oleh Lesta ningrum mahasiswa program studi DIII Kebidanan Poltekkes Tanjung Karang

Dengan demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya tanpa ada paksaan dari siapapun, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, 4 Juli 2022

Mengetahui,

Suami/Keluarga Responden

Responden

KUESIONER PENELITIAN

**PENGARUH *ENDORPHIN MASSAGE* TERHADAP NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PMB LISNANI ALI, S.ST
BANDAR LAMPUNG
TAHUN 2022**

1. IDENTITAS RESPON	
Nama	Agnes
Usia	22 th
Agama	Islam
Pendidikan	SMP
Pekerjaan	IRT
Alamat	Teluk Pandan, Bandar Lampung
No.Hp	085674632546
2. DATA KEHAMILAN	
GPA	G1P0A0
HPHT	23-11-2021
Usia Kehamilan	31 minggu 6 hari
Pendamping Persalinan	Suami

3. SKALA NYERI PUNGGUNG

Petunjuk pengisian : Responden hanya menunjukkan angka berdasarkan skala nyeri 0-10 yang menggambarkan tingkat nyeri punggung yang dialami ibu hamil trimester III.

Pre-test



Post-test



Keterangan angka :

0	Tidak nyeri.
1-3	Nyeri Ringan : dapat berkomunikasi dengan baik.
4-6	Nyeri Sedang : mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik.
7-10	Nyeri Berat : terkadang tidak dapat mengikuti perintah tetapi masih merespon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya.

Lampiran 2

SOP PIJAT ENDORPHIN

No	Prosedur Tetap	Pijat Endorphan
1.	Pengertian	Pijat Endorphan merupakan suatu metode sentuhan ringan yang digunakan untuk mengelola rasa nyeri punggung pada ibu hamil.
2.	Tujuan	Untuk meredakan nyeri punggung pada ibu hamil.
3.	Indikasi	Bagi ibu hamil trimester III.
4.	Kebijakan	- Prosedur ini membutuhkan kerja sama dengan suami dan keluarga dalam pemberian terapi yang akan digunakan kepada ibu hamil trimester III. - Pijat Endorphan lebih efektif apabila dilakukan oleh suami atau orang yang membuat ibu merasa nyaman disampingnya. Karena hormon Endorphan keluar secara alami saat ibu nyaman dan rileks saat dipijat.
5.	Persiapan pasien Persiapan suami	Ibu bisa duduk, jongkok atau baring miring. Suami sudah dibimbing tentang cara melakukan pijat Endorphan.
6.	Persiapan alat	a. Baby oil b. Matras c. Bantal
7.	Cara kerja	a. Memberi penjelasan tentang tindakan yang akan dilakukan. b. Peneliti meminta izin ke ibu hamil untuk menjelaskan pengertian pijat Endorphan, setelah ibu mengerti kemudian peneliti melakukan observasi tingkat nyeri yang dialami ibu dengan menggunakan lembar observasi yang sudah disiapkan peneliti.

		Kemudian peneliti mencatat hasil observasi yang dilakukan ke ibu bersalin. c. Peneliti membantu ibu hamil untuk mengambil posisi duduk dan kepala menunduk. d. Pastikan ibu merasa nyaman dengan posisi tersebut. e. Pada saat siap, minta suami lakukan pijatan lembut dan ringan dimulai dari kepala, rambut, turun ke leher dan lihat ibu mulai merasa kegelian atau merinding, kemudian turun ke punggung dengan membentuk huruf V terbalik sampai ke lingkaran pinggang. Gunakan hanya jari-jemari dan lakukan berulang-ulang sampai 30 menit. Istirahat selama 10 menit. Sesudah istirahat dilakukan pijatan kembali. f. Untuk memperkuat efek pijatan, suami dapat ucapkan kata-kata menentramkan suasana dan membuat ibu semakin rileks lagi seperti “semangat ya sayang, sebentar lagi kita dipanggil papa dan mama”, “papa yakin, mama kuat”. g. Pijat kembali selama 30 menit kemudian istirahat selama 10 menit. (prosedur di ulang). h. Setelah ibu dipijat, tunggu 15 menit sampai ibu benar-benar rileks dan nyaman. i. Kemudian lakukan penilaian nyeri terhadap ibu bersalin untuk mengetahui efektif atau tidak pijat Endorphin tersebut.
--	--	---

Sumber : Pebrina Gustiara Siahaan (2012)

DAFTAR TILIK
PENGARUH ENDORPHIN MASSAGE TERHADAP NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Beri tanda check list (√) pada kolom yang sesuai!

Nama :

Umur :

Alamat :

No	Tindakan	Ya, dilakukan				Tidak, dilakukan			
		1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Berikan salam, perkenalkan diri anda identifikasi klien dengan memeriksa identitas dengan cermat.								
2.	Jelaskan tentang prosedur yang akan dilakukan, berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien.								
3.	Siapkan peralatan yang diperlukan. 1. Baby oil 2. Matras 3. Bantal								
4.	Mencuci tangan 6 langkah								
5.	Atur ventilasi dan sirkulasi udara dengan baik.								
6.	Atur posisi klien sehingga merasa nyaman dan aman.								
7.	Beritahu klien bahwa tindakan akan segera dimulai								
8.	Periksa TTV.								
9.	Posisikan pasien dengan duduk dan kepala menunduk								

10.	Pastikan pasien nyaman dengan posisi tersebut								
11.	Ukur intensitas nyeri menggunakan skala nyeri								
12.	Tuang baby oil ke telapak kedua tangan lalu gosokan kedua telapak tangan sampai terasa hangat								
13.	Lakukan pijatan lembut dan ringan dari kepala, rambut turun ke leher dan lihat ibu mulai merasa merinding, kemudian turun ke punggung dengan membentuk huruf v terbalik sampai kelingkar pinggang. Gunakan hanya jemari-mari dan lakukan berulang – ulang sampai 15 emnit.								
14.	Istirahat selama 5 menit, lalu pijat kembali selama 15 menit.								
15.	Setelah ibu dipijat, tunggu 10 menit sampai ibu benar benar rileks dan nyaman								
16.	Lakukan penilaian nyeri menggunakan skala nyeri								
17.	Beritau pasien bahwa tindakan telah selesai								
18.	Bereskan alat								
19.	Mencuci tangan 6 langkah								

DOKUMENTASI

Kunjungan ke 1



Kunjungan ke 2



Kunjungan ke 3



Kunjungan ke 4



Kunjungan ke 5

