

Lampiran 1 SOP Pijat *Endorphin*

Pengertian	Pijat <i>endorphin</i> merupakan teknik pijat atau sentuhan lembut yang diaplikasikan langsung ke kulit, dengan tujuan merangsang sistem saraf pusat dan kelenjar hipofisis untuk memproduksi hormon endorfin. Pijat ini sangat bermanfaat bagi ibu yang baru saja menjalani persalinan melalui <i>sectio caesarea</i> , terutama yang mengalami nyeri hebat pasca operasi.
Tujuan	Menurunkan dan mengendalikan rasa nyeri/sakit yang menetap
Manfaat	- meningkatkan sistem kekebalan tubuh atau imunitas - mengendalikan rasa nyeri serta rasa sakit yang menetap - mengurangi stress dan memicu perasaan nyaman - menormalkan denyut jantung dan tekanan darah
Alat Alat yang digunakan	- lembar <i>Numeric Rating Scale</i> - tensimeter <i>hanscoon</i> - baby oil - washlap/tisu
Prosedur	Fase Orientasi - Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri - Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan - Menanyakan kesiapan dan kontrak waktu Fase Kerja - Mencuci tangan - Melakukan pengkajian/pengukuran skala nyeri sebelum dilakukan pijat <i>endorphin</i> - Meminta klien melepaskan baju bagian atas - Mengatur posisi nyaman klien berbaring miring atau duduk - Melumuri telapak tangan dengan baby oil - Memijat lembut dan ringan dari arah leher dengan cara menggosok atau mengelus menggunakan 10 jari jari kedua tangan, mulai dari tulang leher (<i>cervical veterbrae</i>) sampai dengan tulang pinggang kedua (<i>lumbal veterbrae L2</i>) dengan gerakan berirama naik turun dengan membentuk huruf v terbalik, kemudian disandingkan afirmasi positif kepada klien - Terus lakukan pijatan-pijatan ringan ini hingga ke tubuh klien bagian bawah tulang punggung belakang selama rentang waktu 10 sampai 15 menit frekuensi pijatan dilakukan 1 hari sekali. - memperkuat efek pijatan lembut dan ringan ini dengan kata-kata yang menentramkan klien (pujian,afirmasi positif). - Setelah melakukan pijat <i>endorphin</i> mengukur kembali skala nyeri yang dirasakan klien Fase Terminasi - Evaluasi respon klien - Evaluasi skala nyeri - Mencuci tangan - Dokumentasi

Lampiran 2 Informed Consent

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : YUNI KARYAWATI
Jenis Kelamin : PEREMPUAN
Usia : 33
Alamat : JL. KAPTEN DULHAR
66 EGLINCI

Dengan ini menyatakan bahwa SETUJU dan BERSEDIA untuk menjadi subjek studi kasus berjudul Penerapan "pijat endorfin" pada Pasien Post Sectio Caesarea Dengan Masalah Keperawatan nyeri akut.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

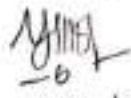
1. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejukur-jujurnya.
2. Identitas dan informasi yang saya berikan akan dirahasiakan dan tidak akan disampaikan secara terbuka kepada umum.
3. Saya menyetujui adanya perekaman selama studi kasus berlangsung.
4. Guna menunjang kelancaran studi kasus yang dilakukan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama.

Dalam menandatangani lembar ini, saya tidak ada paksaan dari pihak manapun sehingga saya bersedia untuk mengikuti studi kasus ini sampai selesai

Mengetahui
Peneliti


Ruda Anggi Saputri

Kotabumi, Maret 2025
Partisipan


Yuni K.

Lampiran 3 foto kegiatan





Lampiran 4 Lembar Observasi

Sebelum Dilakukan Tindakan Pijat *Endorpin*

No	Tgl/ jam	Sebelum tindakan					
		Tekanan darah	Skala nyeri	Rr	Nadi	Keluhan nyeri	Meringis
1.	11 Maret 2025, 13.30 WIB	120/70 mmhg	6	20x/ menit	84x/ menit	√	√
2.	12 Maret 2025, 09.00 WIB	120/80 mmhg	5	20x/ menit	85x/ menit	√	√
3.	13 Maret 2025, 09.00 WIB	110/80 mmhg	4	20x/ menit	85x/ menit	×	×

Sesudah Dilakukan Tindakan Pijat *Endorpin*

No	Tgl/ jam	Sesudah tindakan					
		Tekanan darah	Skala nyeri	Rr	Nadi	Keluhan nyeri	Meringis
1.	11 Maret 2025, 15.10 WIB	120/80 mmhg	5	20x/ menit	80x/ menit	√	√
2.	12 Maret 2025, 13.10 WIB	120/80 mmhg	4	20x/ menit	82x/ menit	√	√
3.	13 Maret 2025, 13.10 WIB	120/90 mmhg	2	20x/ menit	83x/ menit	×	×

Lampiran 5 Lembar Konsultasi



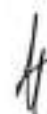
Nama : Rida Anggi Saputri
 NIM : 2214471073
 Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Pijat Endorpin pada pasien post sectio caesarean dengan masalah keperawatan nyeri akut Di Rumah Sakit Umum Hidayati Kotabumi Lampung Utara
 Pembimbing I : Fitarina, SKM., M.Kes

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1.	18-3-2025	- Perbaiki menurut uho - lengkapi indikator sc - Perbaiki tujuan umum - hapus kata-kata yang tidak perlu - lengkapi manfaat bagi RS Hidayati - lengkapi manfaat bagi pasien dan keluarga	
2.	21-3-2025	- Perbaiki data rekam medis RS Hidayati - lengkapi hasil dari penelitian pijat endorpin - Perbaiki penulisan rumusan masalah - Perbaiki tujuan studi kasus dan lengkapi	
3.	26-3-2025	- Perbaiki dan acc Bab 1	
4.	21-4-2025	Bab 2 - Perbaiki penulisan - Bagikan materi tambahan pengertian pijat endorpin - tambahkan Patofisiologi Pijat endorpin - Sop di jelaskan - tambahkan jurnal yang mendukung dari bab 3 - jelaskan D.O Pijat endorpin	

		- tambahan semua instrumen yang digunakan - tambahan observasi	
5.	14 April 2025	Bab 4 - catatan implementasi - lakukan kembali NPS - Perbaiki Parafrase pengertian pphf endorphan - Perbaiki dan proteksi SOP - Perbaiki perencanaan - Perbaiki perencanaan menurut jurnal	A
6.	30-4-2025	- acc Bab 2 - acc Bab 3 - Bab 4 - Perbaiki implementasi - lengkapi Evaluasi - Bab 5 - lengkapi saran	A
7.	6-5-2025	- Perbaiki pembahasan Bab 4 - tambahkan saran bab 5	A
8.	7-5-2025	- acc Bab 4 - acc Bab 5 - acc Ujian → bisa kumpulkan & lihat format sebelum uji	A

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2

Nama : Rida Anggi Saputri
 NIM : 2214471073
 Program Studi : DIII Keperawatan Kotabumi
 Judul KTI : Penerapan Pijat Endorfin pada pasien post sectio caesarea dengan masalah keperawatan nyeri akut Di Rumah Sakit Unum Handayani Kotabumi Lampung Utara
 Pembimbing 2 : Zenni Puspitarini, S.Kep., Ners., M.Kep

No.	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
1.	24 Maret 2025	- Perbaiki Spasi - Perbaiki bahwa Inggris menjadi Italia - Cari data risiko dan terbaru - tambahkan sitasi artikel	
2.	27 Maret 2025	Acc Bab 1	
3.	10 April 2025	- Penulisan disamping - tambahkan riwayat kesehatan yang berhubungan dengan nyeri sja - perencanaan tindakan sesuai mungkin	
4.	23 April 2025	- tambahkan keterangan pathway - tambah frekuensi pemberian - Pengkajian tambahkan jam - Jelaskan implementasi hari 1-3 dirangkum	
5.	8 Mei 2025	- Perbaiki pembahasan bagian implementasi - Perbaiki cupus	

6.	9. mmi 2025	Acc Ujian	✓
----	-------------	-----------	---