

# LAMPIRAN

**Lampiran 1 Lembar izin lokasi pengambilan kasus**

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

---

**IZIN LOKASI PENGAMBILAN KASUS**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yulina Wati, S.Tr.Keb

Alamat : Desa Srikaton, Kec.Tanjung Bintang, Lampung Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Citra Febriyanti

NIM : 2215401056

Tingkat/semester : III (Tiga) / VI (Enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan ahli madya kebidanan pada program studi D III kebidanan Tanjungkarang Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.

Lampung Selatan, 23 Maret 2025

Menyetujui



Yulina Wati, S.Tr.Keb

NIP. 198407072017042002

## Lampiran 2 Lembar permintaan menjadi subyek

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

---

### LAMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ny. Dewi Astuti  
 Umur : 37 Tahun  
 Alamat : Gunung Sari

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam Laporan Tugas Akhir (LTA) untuk diberikan asuhan kebidanan masa nifas. Asuhan yang diberikan oleh mahasiswa yang bersangkutan yaitu :

Nama : Citra Febriyanti  
 NIM : 2215401056  
 Tingkat/Semester : III (Tiga)/ VI (Enam)

Mahasiswa

  
Citra Febriyanti  
 2215401056

Klien

  
Dewi Astuti

Mengetahui,

Pembimbing Lapangan

  
Yulina Wati, S.Tr.Keb  
 NIP.198407072017042002

### Lampiran 3 *Informed Consent*

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG  
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG**

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

#### LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tn. Sugeng Riyadi

Umur : 40 Tahun

Alamat : Gunung Sari

Selaku (SUAMI/KELURGA/KLIEN) telah mendapat penjelasan, memahami, dan ikut menyetujui terhadap tindakan Teknik mengurangi kecemasan pada ibu nifas selama 3 hari dengan totok wajah pada (ISTRI/KELUARGA/BERSANGKUTAN)

Nama : Ny. Dewi Astuti

Umur : 37 Tahun

Alamat : Gunung Sari

Lampung Selatan, 25 Maret 2025

Mahasiswa  
  
Citra Febriyanti

Klien  
  
Dewi Astuti


Suami  
  
Sugeng Riyadi

Menyetujui,  
Pembimbing Lahan Praktik

  
Yulina Wati, S.Tr.Keb  
NIP. 198407072017042002

**Lampiran 4 SOP Totok wajah**

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR TOTOK WAJAH**

		<b>TOTOK WAJAH</b>
1.	Pengertian	Totok wajah merupakan salah satu metode perawatan kecantikan yang dilakukan dengan pemijatan pada area wajah dengan penekanan pada titik-titik meridian tertentu yang bermanfaat untuk mengencangkan otot wajah, menghilangkan kerut pada wajah, membuat wajah menjadi cerah dan merelaksasikan.
2.	Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memperlancar aliran energi dalam tubuh.</li> <li>2. Melancarkan sirkulasi darah.</li> <li>3. Memberikan relaksasi yang mendalam..</li> <li>4. Memancarkan aura kecantikan.</li> <li>5. Mengurangi ketegangan, stress, dan kecemasan</li> </ol>
3.	Persiapan Alat	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pembersih wajah</li> <li>2. Kapas</li> <li>3. Minyak zaitun</li> <li>4. washlap</li> <li>5. Masker wajah</li> <li>6. Baskom berisi air bersih</li> <li>7. Tissue.</li> </ol>
4.	Prosedur Kerja	<p>A. Tahap Pra Interaksi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cek catatan rekam medic klien.</li> </ol>

		<ol style="list-style-type: none"> <li>2. Identifikasi factor atau kondisi yang dapat menyebabkan kontra indikasi.</li> <li>3. Siapkan alat dan bahan.</li> </ol> <p>B. Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beri salam, perkenalkan diri.</li> <li>2. Menanyakan keluhan dan perasaan klien.</li> <li>3. Jelaskan tujuan, prosedur, dan lamanya tindakan kepada klien dan keluarga.</li> <li>4. Beri kesempatan klien dan keluarga bertanya</li> <li>5. Tanyakan persetujuan dan kesiapan klien untuk dilakukan totok wajah.</li> </ol> <p>C. Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjaga privasi.</li> <li>2. Mencuci tangan sebelum melakukan tindakan</li> <li>3. Mengatur posisi klien.</li> <li>4. Bersihkan tangan sebelum melakukan totok wajah.</li> <li>5. Membersihkan wajah klien dengan pembersih wajah, Memastikan pasien dalam keadaan rileks, dan memejamkan mata agar merasakan rileksasi saat dipijat, bersihkan dengan kapas atau washlap dengan cara menarik dari bawah keatas, serta kesamping dibagian pipi, dan bagian atas dahi.</li> <li>6. Mengoleskan massage cream pada wajah pasien</li> <li>7. Melakukan pengurutan dari bawah mandibula (dagu) ke atas sampai zygomatic bone (tulang pipi) dengan kedua tangan dilakukan sebanyak 4 kali untuk mengencangkan otot pipi mengurangi</li> </ol>
--	--	--

		<p>gangguan perut karena stress, dan kaku rahang.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>8. Lakukan penekanan pada dagu dengan lembut dengan menggunakan ibu jari sebanyak 3 kali.</li> <li>9. Lakukan penekanan pada pangkal bibir dan diatas bibir dan dibawah bibir dengan gerakan memutar menggunakan ibu jari sebanyak 3 kali.</li> <li>10. Memijat diantara tulang hidung menggunakan jari telunjuk dengan gerakan memutar searah jarum jam selama 30-60 detik.</li> <li>11. Memijat dari tulang pipi ke arah luar sebanyak 3 kali</li> <li>12. Lakukan penekanan secara lembut dibagian sudut kedua mata selama 5 detik untuk merelaksasikan.</li> <li>13. Pijat dahi dengan jari jari tangan kedua tangan (kecuali ibu jari) ke arah luar. Pijat dahi sebanyak 5 kali, manfaatnya mengurangi ketegangan otot.</li> <li>14. posisi tangan kedua ibu jari kanan dan kiri menempel di pelipis kanan kiri. Lakukan pijatan dengan gerakan memutar searah jarum jam selama 30-60 detik. Manfaatnya untuk mengurangi ketegangan dan pusing kepala.</li> <li>15. Memberikan pijatan lembut disepanjang pinggiran daun telinga dari atas ke bawah dengan ibu jari dan jari telunjuk lakukan pijatan 5-10 kali.</li> </ol>
--	--	---

		<p>16. Satu tangan masuk menyangga kepala kemudian tangan yang satunya memijat leher secara bergantian</p> <p>17. Bersihkan wajah klien kembali menggunakan washlap atau kapas.</p> <p>18. Setelah itu melakukan pemasangan masker pada klien tunggu 10 menit.</p> <p>19. Merapihkan kembali klien.</p>
5	Evaluasi	<p>1. Evaluasi hasil kegiatan</p> <p>2. Berikan kesempatan klien mengungkapkan keluhan /perasaan setelah intervensi secara terbuka</p> <p>3. Berikan umpan balik positif</p> <p>4. Kontrak pertemuan selanjutnya</p> <p>5. Bereskan peralatan</p> <p>6. Cuci tangan</p>
6	Dokumentasi	<p>1. Catat tindakan yang telah dilakukan, tanggal dan jam pelaksanaan.</p>



### Lampiran 5 Lembar Penilaian Derajat Kecemasan

#### KUISIONER HARS

Inisial Responden : Ny. D

Tanggal : 25 Maret 2025

Pernyataan dibawah ini menggambarkan perasaan yang dialami ibu.

Ceklis salah satu dari 5 pilihan dibawah ini (0-4)

0 = tidak ada gejala

1 = 1 dari gejala yang ada

2 = separuh dari gejala yang ada

3 = lebih dari separuh gejala yang ada

4 = semua gejala yang ada

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	Perasaan cemas : khawatir, pikiran buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung				✓	
2	Ketegangan : merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar , gelisah			✓		
3	Ketakutan : pada gelap, orang asing, ditinggal sendiri, pada binatang besar, keramaian lalu lintas, kerumunan orang banyak		✓			
4	Gangguan tidur : sukar untuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyenyak, bangun dengan lesu, banyak mimpi-mimpi, mimpi buruk, mimpi menakutkan				✓	
5	Kecerdasan : sulit konsentrasi, daya ingat buruk	✓				
6	Perasaan depresi : hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah-ubah sepanjang hari			✓		

7	Gejala somatik (otot) : sakit dan nyeri otot, kaku, kedutan, suara tidak stabil, gigi gemeletuk			✓		
8	Gejala somatik (sensori) : telinga berdengung, penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lelah, perasaan ditusuk- tusuk		✓			
9	Gejala pada jantung : nadi cepat , berdebar, - nyeri di dada, denyut nadi kuat, perasaan lesu/lemas seperti mau pingsan, detak jantung menghilang (berhenti sekejap)		✓			
10	Gejala Pernafasan : Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada, Perasaan Tercekik, Sering Menarik Napas, Napas Pendek/Sesak	✓				
11	Gejala pada pencernaan : sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut, rasa penuh atau kembung, mual, muntah, buang air besar lembek, kehilangan berat badan, sukar buang air besar (konstipasi)		✓			
12	Gejala perkemihan dan reproduksi: sering buang air kecil, tidak dapat menahan air seni, amenorrhoe, menorrhagia, menjadi dingin (frigid), ejakulasi praecoeks, ereksi hilang, impotensi	✓				
13	Gejala Otonom : muka merah, mudah berkeringat, pusing, sakit kepala, bulu kuduk berdiri		✓			
14	Tingkah laku pada wawancara : gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kening mengerut, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek dan cepat, muka merah.	✓				
	Total : 17	4	5	3	2	0

Inisial Responden : Ny. D

Tanggal : 26 Maret 2025

Pernyataan dibawah ini menggambarkan perasaan yang dialami ibu.

Ceklis salah satu dari 5 pilihan dibawah ini (0-4)

0 = tidak ada gejala

1 = 1 dari gejala yang ada

2 = separuh dari gejala yang ada

3 = lebih dari separuh gejala yang ada

4 = semua gejala yang ada

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	Perasaan cemas : khawatir, pikiran buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung			✓		
2	Ketegangan : merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar , gelisah			✓		
3	Ketakutan : pada gelap, orang asing, ditinggal sendiri, pada binatang besar, keramaian lalu lintas, kerumunan orang banyak		✓			
4	Gangguan tidur : sukar untuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyenyak, bangun dengan lesu, banyak mimpi-mimpi, mimpi buruk, mimpi menakutkan				✓	
5	Kecerdasan : sulit konsentrasi, daya ingat buruk	✓				
6	Perasaan depresi : hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah-ubah sepanjang hari			✓		
7	Gejala somatik (otot) : sakit dan nyeri otot, kaku, kedutan, suara tidak stabil, gigi gemeletuk			✓		
8	Gejala somatik (sensori) : telinga berdengung, penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lelah, perasaan ditusuk- tusuk		✓			

9	Gejala pada jantung : nadi cepat , berdebar, - nyeri di dada, denyut nadi kuat, perasaan lesu/lemas seperti mau pingsan, detak jantung menghilang (berhenti sekejap)		✓			
10	Gejala Pernafasan : Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada, Perasaan Tercekik, Sering Menarik Napas, Napas Pendek/Sesak	✓				
11	Gejala pada pencernaan : sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut, rasa penuh atau kembung, mual, muntah, buang air besar lembek, kehilangan berat badan, sukar buang air besar (konstipasi)	✓				
12	Gejala perkemihan dan reproduksi: sering buang air kecil, tidak dapat menahan air seni, amenorrhoe, menorrhagia, menjadi dingin (frigid), ejakulasi praecocks, ereksi hilang, impotensi	✓				
13	Gejala Otonom : muka merah, mudah berkeringat, pusing, sakit kepala, bulu kuduk berdiri		✓			
14	Tingkah laku pada wawancara : gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kening mengerut, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek dan cepat, muka merah.	✓				
	Total : 15	5	4	4	1	0

Inisial Responden : Ny. D

Tanggal : 27 Maret 2025

Pernyataan dibawah ini menggambarkan perasaan yang dialami ibu.

Ceklis salah satu dari 5 pilihan dibawah ini (0-4)

0 = tidak ada gejala

1 = 1 dari gejala yang ada

2 = separuh dari gejala yang ada

3 = lebih dari separuh gejala yang ada

4 = semua gejala yang ada

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4
1	Perasaan cemas : khawatir, pikiran buruk, takut akan pikiran sendiri, mudah tersinggung		✓			
2	Ketegangan : merasa tegang, lesu, tidak bisa istirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar , gelisah			✓		
3	Ketakutan : pada gelap, orang asing, ditinggal sendiri, pada binatang besar, keramaian lalu lintas, kerumunan orang banyak	✓				
4	Gangguan tidur : sukar untuk tidur, terbangun malam hari, tidak nyenyak, bangun dengan lesu, banyak mimpi-mimpi, mimpi buruk, mimpi menakutkan			✓		
5	Kecerdasan : sulit konsentrasi, daya ingat buruk	✓				
6	Perasaan depresi : hilangnya minat, berkurangnya kesenangan pada hobi, sedih, bangun dini hari, perasaan berubah-ubah sepanjang hari			✓		
7	Gejala somatik (otot) : sakit dan nyeri otot, kaku, kedutan, suara tidak stabil, gigi gemeletuk		✓			
8	Gejala somatik (sensori) : telinga berdengung, penglihatan kabur, muka merah atau pucat, merasa lelah, perasaan ditusuk- tusuk		✓			

9	Gejala pada jantung : nadi cepat , berdebar, - nyeri di dada, denyut nadi kuat, perasaan lesu/lemas seperti mau pingsan, detak jantung menghilang (berhenti sekejap)	✓				
10	Gejala Pernafasan : Rasa Tertekan atau Sempit Di Dada, Perasaan Tercekik, Sering Menarik Napas, Napas Pendek/Sesak	✓				
11	Gejala pada pencernaan : sulit menelan, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri sebelum dan sesudah makan, perasaan terbakar di perut, rasa penuh atau kembung, mual, muntah, buang air besar lembek, kehilangan berat badan, sukar buang air besar (konstipasi)	✓				
12	Gejala perkemihan dan reproduksi: sering buang air kecil, tidak dapat menahan air seni, amenorrhoe, menorrhagia, menjadi dingin (frigid), ejakulasi praecocks, ereksi hilang, impotensi	✓				
13	Gejala Otonom : muka merah, mudah berkeringat, pusing, sakit kepala, bulu kuduk berdiri		✓			
14	Tingkah laku pada wawancara : gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kening mengerut, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek dan cepat, muka merah.	✓				
	Total : 9	8	3	3	0	0

**Lampiran 6 Lembar Observasi Derajat Kecemasan**

**LEMBAR OBSERVASI**

**Tabel tingkat kecemasan responden sebelum melakukan Totok Wajah**

Nama : Ny D

Umur : 37 Tahun

<b>No</b>	<b>Tanggal Kunjungan</b>	<b>Skor HARS</b>
1	25 Maret 2025	17
2	26 Maret 2025	15
3	27 Maret 2025	9

### **Lampiran 7 Cara Melakukan Totok Wajah**

**Gambar 2.1 Membersikan wajah klien**



**Gambar 2.2 Memijat dari dagu ke tulang pipi**



**Gambar 2.3 Memijat memutar pada dagu**





**Gambar 2.4 Memijat memutar dibagian atas bibir**



**Gambar 2.5 Memijat memutar diantara tulang hidung**



**Gambar 2.6 Memijat dari tulang pipi ke arah luar**



**Gambar 2.7 Memijat dahi ke arah luar**



**Gambar 2.8 Memijat Memutar pelipis kanan kiri**



**Gambar 2.9 Memijat lembut daun telinga**



**Gambar 3.1 Melakukan pemijatan pada leher**



### **Lampiran 8 Dokumentasi Asuhan**

25 Maret 2025

Kunjungan 1 Nifas hari ke-3



26 Maret 2025

Kunjungan 2 Nifas hari ke-4



27 Maret 2025



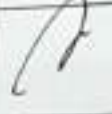
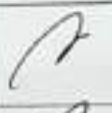


Kunjungan 3 Nifas hari ke-5



**Lampiran 9 Lembar konsultasi pembimbing 1**

**LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR  
PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNGPINANG**

NAMA MAHASISWA : CITRA FEBRIYANTI  
NIM : 2215401056  
PEMBIMBING : Utama-(1) / Pendamping (2)  
NAMA PEMBIMBING : Eva Berliana, S.,Kep.,Ners.,M.Kes

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	07 November 2024	Penggunaan judul ITA	ACC	
2.	19 / 2025 12	Bab 1-3	perbaiki	
3.	13 / 2025 02	Bab 1-3	ACC	
4.	05 / 2025 06	Bab 4-6	perbaiki	
5.	06 / 2025 05	Bab 4-6	perbaiki	
6.	07 / 2025 01	Bab 4-6	ACC	

Bandar Lampung, Februari 2025

Ketua Prodi D-III Kebidanan

Pembimbing LTA,



Dr. Ika Fitria Elmeida, S.Si.T., M.Keb  
NIP. 197804062006042002



(Eva Berliana, S.,Kep.,Ners.,M.Kes)  
NIP. 1972091992022001



### Lampiran 10 Lembar Konsultasi Pembimbing 2

#### LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNGPINANG

NAMA MAHASISWA : CITRA FEHRIYANTI  
NIM : 2215401056  
PEMBIMBING : Utama (1) / Pendamping (2)  
NAMA PEMBIMBING : Yeyen Putriana, S.SiT., M.Keb

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	08 / 2024 12	pengajuan judul LTA	ACC	M
2.	14 / 2025 01	Bab 1-3	perbaiki	M
3.	19 / 2025 02	Bab 1-3	perbaiki	M
4.	21 / 2025 02	Bab 1-3	perbaiki	M
5.	26 / 2025 02	Bab 1-3	perbaiki	M
6.	03 / 2025 03	Bab 1-3	ACC akhir	M

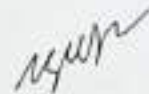
Bandar Lampung, Februari 2025

Ketua Prodi D-III Kebidanan



Dr. Ika Fitria Elmeida, S.SiT., M.Keb  
NIP. 197804062006042002

Pembimbing LTA,



Yeyen Putriana, S.SiT., M.Keb  
NIP. 197401281692122001

**LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR**  
**PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNGPINANG**

NAMA MAHASISWA : CITRA FEBRIYANTI  
 NIM : 2215401056  
 PEMBIMBING : Utama (1) / Pendamping (2)  
 NAMA PEMBIMBING : Yeyen Putriana, S.SiT., M.Keb

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	04 Maret 2025	Berb IV - VI	perbaiki	
2.	26 Maret 2025	Berb IV - VI	perbaiki	
3.	31 Maret 2025	Berb IV - VI	perbaiki	
4.	29 April 2025	Berb IV - VI	perbaiki	
5.	05 Mei 2025	Berb IV - VI	perbaiki	
6.	06 Mei 2025	Berb IV - VI	ACARA	

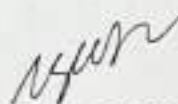
Bandar Lampung, 28 April 2025

Ketua Prodi D-III Kebidanan

Pembimbing LTA,



Dr. Ika Fitria Elmenda, S.SiT., M.Keb  
 NIP. 197804062006042002



(Yeyen Putriana, S.SiT., M.Keb)  
 NIP. 197401281692122001