



### **BIODATA PENULIS**

Nama	: Junita
Nim	: 2215401018
Tempat/Tanggal Lahir	: Sumur Jaya, 15 Januari 2004
Agama	: Islam
Jenis Kelamin	: Perempuan
Status Mahasiswa	: Reguler 1
Alamat	: Sumur Jaya, Kec. Pesisir Selatan, Kab. Pesisir barat

### **Riwayat Pendidikan**

SD ( 2011 – 2016 )	: SD Negeri 55 Krui
SMP ( 2016 – 2018 )	: SMP Negeri 12 Krui
SMA ( 2019 – 2022 )	: SMA Negeri 1 Pesisir Selatan

## LEMBAR PERSETUJUAN

Laporan Tugas Akhir

### **PENERAPAN KOMPRES GEL RELAXANT HOT AND COLD TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PEMBENGKAKAN PAYUDARA IBU NIFAS PADA NY. L P1A0 DI TPMB SRI WINDARTI LAMPUNG SELATAN**

Penulis

Junita / NIM: 2215401018



**Kemenkes**

Telah diperiksa dan disetujui tim pembimbing laporan tugas akhir  
Program Diploma III Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.

Bandar Lampung, 20 Juni 2025

Tim Pembimbing LTA

Pembimbing Utama

Pembimbing pendamping

  
**Mugiati, SKM., M.Kes**  
**NIP. 196802181992122002**

  
**Amrina Octaviana, S.SiT., M.Keb**  
**NIP. 197910222002122002**

## LEMBAR PENGESAHAN

Laporan Tugas Akhir

### **Penerapan Kompres Gel Relaxant Hot And Cold Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pembengkakan Payudara Ibu Nifas Pada Ny. L P1A0 Di TPMB Sri Windarti Lampung Selatan**

Penulis

Junita / NIM: 2215401018

Diterima dan disahkan oleh tim penguji Ujian Akhir Program Diploma III  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Tanjungkarang Jurusan Kebidanan, sebagai  
Persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma III

Ketua Penguji



**Indah Trianingsih, SST., M.Kes**

**NIP. 198205292003122001**

Anggota penguji 1

**Amrina Octaviana, S.SiT., M.keb**

**NIP. 1797910222002122002**

Anggota penguji 2

**Mugiati, SKM., M.Kes**

**NIP. 196802181992122002**

Mengetahui

Ketua Prodi DIII Kebidanan

Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

**Dr. Ika Fitria Elmeida, S.SiT., M.Keb**

**NIP. 197804062006042002**



## LEMBAR PERNYATAAN

yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Junita

NIM/NIP : 2215401018

Program Studi/Jurusan : DIII Kebidanan Tanjungkarang

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan laporan tugas akhir yang berjudul : penerapan kompres gel relaxant hot and cold terhadap penurunan skala nyeri pembengkakan payudara ibu nifas pada Ny. L di TPMB Sri Windarti lampung selatan

Apabila suatu saat nanti, terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan saya buat dengan sebenar-benarnya,

Bandar lampung, 20 Juni 2025



Junita

2215401018

## **PERSEMBAHAN**

Proses menuju kesuksesan dan keberhasilan yang telah penulis capai. Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan berbagai hidayah, kemudahan, petunjuk serta karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Akhir ini dengan kelancaran tanpa halangan apapun, penulis mempersembahkannya kepada :

1. Allah SWT yang telah memberi penulis kesehatan, kekuatan, kesabaran dalam proses menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini, sehingga penulis dapat menyelesaikannya tepat waktu.
2. Terimakasih kepada kedua orang tua tercinta, yaitu Bapak Mat. Arpan dan Ibu Cik Zubaidah, orang tua penulis tidak pernah merasakan di bangku perkuliahan tetapi orang tua penulis selalu berusaha untuk bisa membuat penulis berda di titik ini, terimakasih selalu menemani penulis hingga saat ini, memberikan semangat, dukungan baik secara emosional maupun maternal, motivasi dan selalu mendoakan penulis dan terimakasih atas jerih payah kalian selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan tepat waktu.
3. Terimakasih kepada diri sendiri yang telah semangat dan bertahan sampai di tahap ini, sehingga laporan tugas akhir ini selesai tepat waktu.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berbagai kemudahan, petunjuk serta karunia yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan tugas akhir yang berjudul “PENERAPAN KOMPRES GEL RELAXANT HOT AND COLD TERHADAP PENURUNAN SKALA NYERI PEMBENGKAKAN PAYUDARA IBU NIFAS PADA NY. L P1A0 DI TPMB SRI WINDARTI LAMPUNG SELATAN”.

Laporan Tugas Akhir ini penulis susun untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh derajat Ahli Madya Kebidanan di Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang. Dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini penulis telah mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dewi Purwaningsih, S.SiT.,M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
2. Dr. Sudarmi, S.Pd., M.Kes, selaku Ketua Jurusan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
3. Dr. Ika Fitria Elmeida, S.SiT., M.Keb, selaku Ketua Program Studi DIII Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.
4. Mugiati,SKM.,M.Kes, selaku pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis, sehingga laporan tugas akhir ini dapat terwujud.
5. Amrina Octaviana,S.SiT.,MKeb, selaku pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, arahan serta motivasi kepada penulis sehingga laporan tugas akhir ini dapat terwujud.
6. Indah Trianingsih, SST., M.Kes, selaku penguji yang juga telah memberikan masukan, arahan serta motivasi kepada penulis dalam penulisan laporan tugas akhir ini.
7. Kepada TPMB Sri Windarti, Str.Keb. Bdn, M.K.M. yang telah memberikan izin dan membantu penelitian ini.

Bandar Lampung, 20 Juni 2025

Penulis

## **MOTTO**

“ Jangan pernah menyerah pada impianmu,  
meskipun dunia sepertinya tidak berpihak padamu,  
karena segala sesuatu yang berharga membutuhkan waktu dan usaha ”