

***LAMPIRAN***

*Lampiran 1*

**KEMENTRIAN 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 : Linda Timor Yanti, S.Tr.Keb., Bdn

Alamat : Desa Taman Baru, Kec. Penengahan, Kab. Lampung selatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

Nama : Eni saputri

Nim : 2215401072

Tingkat/semester : III (Tiga)/IV (Empat)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Linda Timor Yanti sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan ahli madya kebidanan Program studi D III kebidanan tanjung karang politeknik Kesehatan tanjung karang.

Lampung Selatan, 26 maret 2025

Pembimbing Lahan Praktik



**Linda Timor Yanti, S.Tr.Keb.,Bdn**  
**NIP. 197703032007012011**

Lampiran 2

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG  
PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNG KARANG**

*Jl. Soekarno-hatta No.1 Hajimena Bandar Lampung*

---

**LEMBARAN PEMINTAAN MENJADI SUBYEK**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nn. Mirna Atika

Umur : 19 Tahun

Alamat : Desa Taman Lama, Kec. Penengahan, Kab. Lampung Selatan.

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam proposal tugas akhir untuk memberikan asuhan Kebidanan persalinan. Asuhan akan diberikan mahasiswa yang bersangkutan yaitu:

Nama : Eni saputri

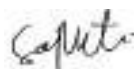
Nim : 2215401072

Tingkat/semester : III (Tiga)/IV (Empat)

Lampung Selatan, 26 Maret 2025

Mahasiswa,

kline



Eni saputri

Tika

Menyetujui,

Pembimbing lahan



**Linda Timor Yanti. S.Tr.Keb..Bdn**

**NIP. 197703032007012011**

*Lampiran 3*

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG  
PRODI D-III KEBIDANAN TANJUNG KARANG**

*Jl. Soekarno-hatta No.1 Hajimena Bandar Lampung*

---

---

INFORMED CHOICE

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nn. Mirna Atika

Umur : 19 Tahun

Alamat : Desa Taman Lama, Kec. Penengahan, Kab. Lampung Selatan.

Menyatakan bersedia menjadi partisipan pada Laporan Tugas Akhir (LTA) yang dilakukan oleh

Nama : Eni saputri

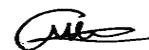
Nim : 2215401072

Judul : Penerapan kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri disminore pada remaja putri, terhadap Nn. T di PMB Linda Timor Yanti

Saya akan memberikan jawaban sejujur-jujurnya demi kepentingan penelitian ini dengan jawaban yang diberikan ilmu pengetahuan. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Lampung Selatan, 26 Maret 2025

Hormat saya



Tika

*Lampiran 4*

# STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR PENERAPAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMINORE PADA REMAJA PUTRI

LANGKAH PENERAPAN KOMPRES HANGAT JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN NYERI DISMINORE PADA REMAJA PUTRI	
Pengertian	Kompres dengan menggunakan jahe merah bisa mengurangi nyeri karena jahe merah memiliki sifat pedas, pahit dan aromatic dari oleoresin seperti zingeron, gingerol dan shogaol. Adapun efek kompres hangat jahe merah yaitu respon tubuh terhadap panas yang menyebabkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan. Pemberian kompres hangat jahe merah dapat memperbaiki sirkulasi darah dalam tubuh, dan mengurangi rasa nyeri.
Tujuan	Untuk mengurangi nyeri pada saat menstruasi.
Persiapan responden	Remaja putri dengan disminore.
Alat dan bahan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Tensimeter</li> <li>b. Termometer</li> <li>c. Timbangan</li> <li>d. Baskom</li> <li>e. Washlap</li> <li>f. Air 1 Liter</li> <li>g. Jahe 5 Rimpang (<math>\pm</math> 100 gram)</li> </ul>

<p>Prosedur pelaksanaan</p>	<p>A. Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Perkenalkan diri kepada pasien dan menjelaskan tujuan dan tindakan yang akan dilakukan.</li> <li>2. Menanyakan kesiapan pasien dan melakukan informed consent.</li> <li>3. Melakukan pemeriksaan TTV</li> <li>4. Menjelaskan hasil pemeriksaan.</li> <li>5. Menjelaskan pada pasien cara mengurangi rasa nyeri menstruasi dengan cara kompres hangat jahe merah.</li> <li>6. Memberi tahu pasien cara pembuatan kompres hangat jahe merah.</li> </ol> <p>B. Cara pembuatan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Siapkan alat dan bahan.</li> <li>2. Rebus <math>\pm</math> 1 liter air, hingga mendidih.</li> <li>3. Siapkan jahe 5 rimpang / <math>\pm</math> 100 gram, bisa diukur memakai timbangan.</li> <li>4. Sangrai jahe hingga agak kering kulitnya.</li> <li>5. Kemudian kerok kulitnya dengan sendok hingga bersih.</li> <li>6. Tumbuk jahe hingga halus. Masukkan ke dalam washlap.</li> <li>7. Tuang air rebusan yang telah mendidih ke dalam baskom, tunggu hingga suhu air menjadi hangat tanpa menambahkan campuran air dingin.</li> <li>8. Ukur suhu air menggunakan termometer, atur suhu dalam kisaran suhu hangat yaitu 37 - 40°C</li> </ol> <p>C. Cara Pemberian</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Atur posisi pasien senyaman mungkin.</li> <li>4. Masukkan washlap yang berisi jahe tadi ke dalam baskom berisi air hangat</li> <li>5. Peras washlap sampai lembab.</li> </ol>
-----------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

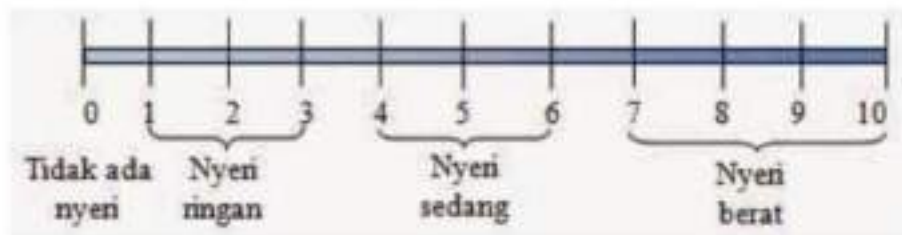
	<ol style="list-style-type: none"><li>6. Tempelkan pada area yang sakit hingga kehangatan washlap berkurang. Ulangi langkah diatas hingga <math>\pm</math> 15-20 menit.</li><li>5. Observasi perubahan yang terjadi setelah kompres dilakukan.</li></ol>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Lampiran 5

**LEMBAR CHEKLIST PENERAPAN KOMPRES HANGAT  
JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN NYERI  
DISMINORE PADA REMAJA PUTRI**

Tanggal :

1. Nama : Ny. M
2. Umur : 19 Tahun
3. Menarche : 13 Tahun
4. Lama Menstruasi : 5-6 hari



Sebelum dilakukan Kompres hangat jahe merah			
No.	Pernyataan	Jawaban	
		Ya	Tidak
0	Tidak ada rasa nyeri		
<b>No 1-3 : nyeri ringan</b>			
1	Nyeri hampir tidak terasa, sangat ringan seperti gigitan nyamuk		
2	Nyeri ringan seperti cubitan ringan dikulit.		
3	Nyeri sangat terasa, seperti suntikan oleh dokter tetapi masih bisa ditoleransi.		
<b>No 4-6: nyeri sedang</b>			



4	Mendesisi, menyeringai seperti sakit gigi atau rasa sakit seperti tersengat lebah.		
5	Nyeri sangat kuat, seperti tertusuk, seperti pergelangan terkilir.		
6	Nyeri sangat kuat, seperti tertusuk, seperti pergelangan terkilir dan mengganggu konsentrasi.		
<b>No 7-9: nyeri berat</b>			
7	Tidak dapat mengikuti perintah, tetapi masih merespon.		
8	Dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikan.		
9	Tidak dapat dialihkan dengan posisi nafas panjang dan distraksi.		
<b>No 10: nyeri paling berat</b>			
10	Tidak mampu lagi berkomunikasi, memukul.		

<b>Sesudah dilakukan Kompres hangat jahe merah</b>			
No.	Pernyataan	Jawaban	
		Ya	Tidak
0	Tidak ada rasa nyeri		
<b>No 1-3 : nyeri ringan</b>			
1	Nyeri hampir tidak terasa, sangat ringan seperti gigitan nyamuk		
2	Nyeri ringan seperti cubitan ringan dikulit.		
3	Nyeri sangat terasa, seperti suntikan oleh dokter tetapi masih bisa ditoleransi.		

<b>No 4-6: nyeri sedang</b>			
4	Mendesis, menyeringai seperti sakit gigi atau rasa sakit seperti tersengat lebah.		
5	Nyeri sangat kuat, seperti tertusuk, seperti pergelangan terkilir.		
6	Nyeri sangat kuat, seperti tertusuk, seperti pergelangan terkilir dan mengganggu konsentrasi.		
<b>No 7-9: nyeri berat</b>			
7	Tidak dapat mengikuti perintah, tetapi masih merespon.		
8	Dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikan.		
9	Tidak dapat dialihkan dengan posisi nafas panjang dan distraksi.		
<b>No 10: nyeri paling berat</b>			
10	Tidak mampu lagi berkomunikasi, memukul.		

Lampiran 6

**LEMBAR OBSERVASI PENERAPAN KOMPRES HANGAT  
JAHE MERAH TERHADAP PENURUNAN NYERI  
DISMINORE PADA REMAJA PUTRI**

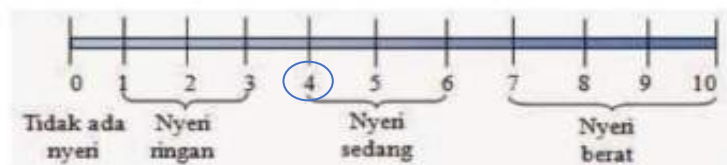
Nama : Ny. M  
Umur : 19 Tahun  
Menarche : 13 Tahun  
Alamat : Desa Taman Lama

Petunjuk skala nyeri *Numerik Rating Scale* (NRS): Lihat pada gambar dan pilih saah satu angka yang menunjukan nyeri.

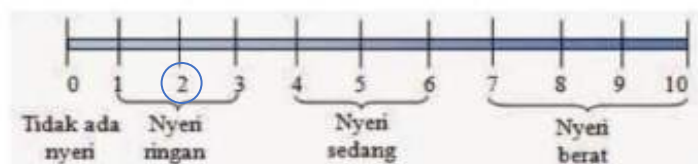
Hari pertama:  
Penerapan Kompres hangat jahe merah



Hari Kedua:  
Penerapan Kompres hangat jahe merah



Hari Ketiga:  
Penerapan Kompres hangat jahe merah



Keterangan:

0 : Tidak ada nyeri

1-3 : Nyeri ringan

4-6 : Nyeri sedang

7-10 : Nyeri berat

## DOKUMENTASI

Cara pembuatan kompres hangat jahe merah



Tanggal, 26 Maret 2025



Tanggal, 27 Maret 2025



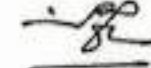





Tanggal, 28 Maret 2025



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


NAMA MAHASISWA : Eni Saputri  
 NIM : 285401092  
 PEMBIMBING : Utama (1) / Pendamping (2)  
 NAMA PEMBIMBING : Risnani S., S.SiT., M.Kes


No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	8/24 11	Pengajuan Judul Penerapan Gerakan Yoga Terhadap Penurunan tekanan darah pada wanita pueri.	Acc	
2.	2/24 12	Konsul Bab I	Revisi latar belakang	
3.	17/24 12	Konsul Bab I, II, III	Perbaiki bab II daftar pustaka	
4.	13/25 01	Konsul Bab I, II, III Daftar Pustaka	Acc Proposal	
5.	12/25 03	Perbaikan Judul Penerapan Gerakan Yoga Terhadap Penurunan tekanan darah pada wanita pueri	Acc Jurnal	
6.	13/25 03	Bab 1, 2, 3	acc.	

Bandar Lampung, November 2024

Ketua Prodi D-III Kebidanan



Pembimbing LTA,

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

  
(Risnani P., S.SiT., M.Kes)  
 NIP. 196204031902107003

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

NAMA MAHASISWA : Eni saputri  
 NIM : 2215401072  
 PEMBIMBING : Utama (1) / Pendamping (2)  
 NAMA PEMBIMBING : Risnani R, S.SiT., M.Kes

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	7/5	Bab 4-5	Perhatikan diagnosis dan uup bidan	
2.	8/5	Bab IV, V, VI	see	
3.				
4.				
5.				
6.				

Bandar Lampung,

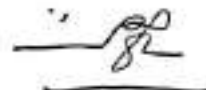
2025

Ketua Prodi D-III Kebidanan

Pembimbing LTA,



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

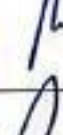


(Risnani R, S.SiT., M.Kes)  
 NIP. 196204031982102003



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

NAMA MAHASISWA : Eni Saputri  
 NIM : 2215401072  
 PEMBIMBING : Utama (1) / Pendamping (2)  
 NAMA PEMBIMBING : Marlina, S.ST, M.Kes

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	11/2025	Finalisasi Judul Penelitian dengan topik tentang Pemasangan nyeri Discontinore pada Remaja Putri	Ace	
2.	15/2025 02	Konsul bab 1,2,3	Revisi Pemasangan dan Sifat Revisi cover dan Sifat Rustaka.	
3.	14/2025 02	Konsul bab 1,2,3	Perbaikan Sifat kaprak	
4.	15/2025 02	Konsul bab 1,2,3	Tambahan Revisi Sifat Rustaka dan membuat Foto 5000000	
5.	15/2025 03	Perbaikan Judul Penelitian dengan topik tentang Pemasangan nyeri Discontinore pada Remaja Putri	Ace	
6.				

Bandar Lampung, 2025

Ketua Prodi D-III Kebidanan



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





Pembimbing LTA,



( Marlina, S.ST, M.Kes)  
 NIP. 1982203212005012013

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

NAMA MAHASISWA : Eni saputri  
 NIM : 2215401072  
 PEMBIMBING : Utama (1) / Pendamping (2)  
 NAMA PEMBIMBING : Marlina, S. ST., M.Kes

No.	Tanggal	Topik Bimbingan	Saran	Tanda Tangan
1.	19/25 5	Konsul Bab 18,19,20	Perbaikan	
2.	19/25 5	Konsul Bab 18,19,20	Perbaikan	
3.	19/25 5	Konsul Bab 18,19,20	Perbaikan	
4.	24/25 5	Konsul Bab 18,19,20	Selesai	
5.				
6.				

Bandar Lampung, Mei 2025

Ketua Prodi D-III Kebidanan



Dr. Ika Fitria Elmecida, S.St., M.Kes  
 NIP. 197804062006042002

Pembimbing LTA,



(Marlina, S. ST., M.Kes)  
 NIP. 1982203212005012013