Lampiran

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

Lembar Persetujuan Responden

Setelah diberikan penjelasan tentang penelitian ini secara lisan dan tertulis, saya mengerti tujuan penelitian ini untuk mengetahui Penerapan Relaksasi Aromaterapi Dalam Mengurangi Tingkat Nyeri Perineum Pada Ibu Post *Partum* yang mengalami nyeri perineum Di Klinik Bersalin Bidan Wati Widana Kota Bogor.

| Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini | : | |
|--|--------|------------|
| Nama : | | |
| Umur : | | |
| Alamat : | | |
| Bersedia untuk menjadi responden dalam p Aromaterapi Dalam Mengurangi Tingkat Nyeri Per | _ | |
| | Bogor, | April 2022 |
| Peneliti | Respoi | nden |
| | | |
| (Joya Agustia Ningsih) | (|) |

Kuesioner A

IDENTITAS RESPONDEN

(Skrining dan Rekam Medis)

A. Petunjuk Pengisian

- 1. Tuliskan identitas anda pada tempat yang sudah disediakan
- Bacalah setiap pertanyaan dalam kolom dengan teliti sehingga anda memahaminya, kemudian pilihlah satu jawaban yang paling sesuai dengan pendapat anda.
- Berilah tanda (✓) pada kolom (B/YA) jika pertanyaan anda anggap benar dan tanda (x) pada kolom (S/TIDAK) jika pertanyaan anda anggap salah
- 4. Identitas dan data yang anda berikan akan dijamin kerahasiaanya
- Untuk kelancaran penelitian ini mohon semua pertanyaan anda diberi tanggapan jangan sampai ada yang terlewatkan.
- Selamat mengerjakan dan terimakasih atas ketersediaan anda untuk mengisi angket ini.

Identitas Responden

1. Nama (Inisial)

| 2. | Umur(sesuai KTP) | : |
|----|--|---|
| 3. | Nomer RM(Rekam Medis) | : |
| 4. | . Waktu dilakukan (post partum hari ke-) : | |
| 5. | Jumlah anak | : |
| 6. | Pengalaman operasi sebelumnya | : |

| 7. Riwayat penyakit sebelumnya | : Hipertensi |
|--------------------------------|--------------------|
| | Asma |
| | Diabetes melitus |
| | Tidak ada penyakit |
| 8. Suka Wangi Lavender | : Ya |
| | Tidak |
| 9. Pendidikan terakhir | : |
| 10. Pekerjaan | : |
| 11. Alamat | : |

Kuesioner B

Lembar Pengukuran Intensitas Nyeri

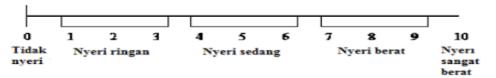
PENERAPAN RELAKSASI AROMATERAPI TERHADAP PENURUNAN INTENSITAS NYERI PERINEUM PADA IBU POST PARTUM DI KLINIK BERSALIN BIDAN WATI WIDANA KOTA BOGOR

Hari, tanggal, jam :

Nama (Inisial)

A. Sebelum Dilakukan Pemberian Relaksasi Aromaterapi Lavender Pengukuran Tingkat Nyeri

Seblum dilakukan pemberian relaksasi aromaterapi lavender, nyeri yang saya alami berada pada tingkat : (dengan memberikan tanda (✓) pada skala nyeri atau menunjuk angka skala nyeri di bawah ini).

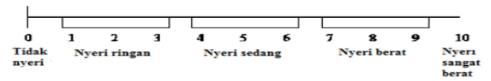


(Sumber: Wiarto, 2017)

| Interpretasi Numeric Rating Scale | | | | |
|---|--|--|--|--|
| Tidak ada nyeri (skala 0) | Saya menyatakan tidak merasa nyeri | | | |
| Nyeri ringan skala (1-3) | Saya menyatakan nyeri ringan atau sedikit nyeri dan tidak merasa gelisah | | | |
| Nyeri sedang (skala 4-6) | Saya menyatakan nyeri sedang atau masih dapat berpartisipasi dalam perawatan | | | |
| Nyeri berat terkontrol (skala 7-9) | Saya menyatakan nyerinya hebat atau tidak dapat ditahan, Nampak gelisah, fungsi mobilitas atau perilaku perubahan | | | |
| Nyeri berat tidak terkontrol (skala 10) | saya menyatakan nyerinya sangat hebat atau sangat tidak tertahankan, perubahan yang menyolok dalam pemenuhan aktifitas sehari-hari, ketergantungan, putus asa. | | | |

B. Setelah Dilakukan Pemberian Relaksasi Aromaterapi Lavender Pengukuran Tingkat Nyeri

Seblum dilakukan pemberian relaksasi aromaterapi lavender, nyeri yang saya alami berada pada tingkat : (dengan memberikan tanda (✓) pada skala nyeri atau menunjuk angka skala nyeri di bawah ini).



(Sumber: Wiarto, 2017)

| Interpretasi Numeric Rating Scale | | | | |
|---|--|--|--|--|
| Tidak ada nyeri (skala 0) | Saya menyatakan tidak merasa nyeri | | | |
| Nyeri ringan skala (1-3) | Saya menyatakan nyeri ringan atau sedikit nyeri dan tidak merasa gelisah | | | |
| Nyeri sedang (skala 4-6) | Saya menyatakan nyeri sedang atau masih dapat berpartisipasi dalam perawatan | | | |
| Nyeri berat terkontrol (skala 7-9) | Saya menyatakan nyerinya hebat atau tidak dapat ditahan, Nampak gelisah, fungsi mobilitas atau perilaku perubahan | | | |
| Nyeri berat tidak terkontrol (skala 10) | saya menyatakan nyerinya sangat hebat atau sangat tidak tertahankan, perubahan yang menyolok dalam pemenuhan aktifitas sehari-hari, ketergantungan, putus asa. | | | |

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

Standar Operasional Prosedur (SOP) Relaksasi Aromaterapi

A. Definisi

Aromaterapi adalah terapi komplementer yang menggunakann minyak esenisal yang diambil dari bau harum tumbuh-tumbuhan. Penggunaan aromaterapi pasca melahirkan dengan nyeri perineum membantu untuk menurunkan tingkat nyeri.

B. Tujuan

- 1. Mengurangi rasa nyeri post partum
- 2. Merilekskan pikiran,
- 3. Menurunkan ketegangan dan kecemasan pada ibu bersalin

C. Ruang Lingkup

- 1. Klien yang mengalami keluhan nyeri saat bersalin
- 2. Klien yang mengalami keluhan kemasan seta stress berat

D. Acuan

(Tetti Solehati, 2015) .Konsep dan Aplikasi Relaksasi Dalam Keperawatan Maternitas. Bandung. PT Refika Aditama

E. Prosedur

- 1. Persiapan
 - a. Persiapan Klien
 - 1) Ucapkan salam (SOP Komunikasi Terapeutik)

- 2) Jelaskan kepada klien mengenai tujuan dan tindakan yang akan dilakukan serta petunjuk pengisian lembar kuisioner pengukuran intensitas nyeri dengan NRS (*Numeric Rating Scale*)
- 3) Menanyakan persetujuan klien atau inform consent
- 4) Validasi kondisi klien
- b. Persiapan Alat
 - 1) Diffuser Aromaterapi,
 - 2) Air, dan
 - 3) Minyak esensial; aromaterapi
- c. Persiapan Lingkungan
 - 1) Tempat yang nyaman dan tenang
 - 2) Jaga privasi klien

Sebelum intervensi dimulai, peneliti meminta responden untuk mengisi intensitas nyeri menggunakan NRS (Numeric Rating Scale), data ini digunakan sebagai data *pre test*.

2. Pelaksanaan

- a. Buka tutup diffuser lalu isi tangki diffuser dengan air yang lebih rendah suhunya dari pada tubuh kita.
- Teteskan 4 tetes minyak esensial lavender pada tangka yang sudah berisi air
- c. Pasangkan Kembali tutup diffuser pastikan penutup sudah menutup dengan rapat, lalu sambungkan diffuser dengan stopkontak, setelah itu tekan tombol untuk menyalakan diffuser
- d. Tunggu sampai air menguap dan bau aromaterapi tercium
- e. Dekatkan Diffuser aromaterapi yang telah dinyalakan tadi dan disiapkan di depan pasien

- f. Posisi Diffuser jangan terlalu jauh dan jangan terlalu dekat dengan pasien
- g. Atur posisi pasien senyaman mungkin, bantu pasien untuk mendapatkan posisi yang nyaman, setelah itu biarkan aromaterapi menyala sampai 10-15 menit
- h. Anjurkan pasien untuk melemaskan otot-ototnya, hindari keadaan tegang
 - Anjurkan pasien untuk Tarik nafas dalam 5 menit sekali dengan, menarik nafas malelui hidung, lalu iasaplah aromaterapi secara perlahan-lahan
 - 2) Lalu keluarkan nafas secara perlahan denga mulut seperti bersiul
 - Anjurkan pasien untuk tetap focus pada pernapasannya dan bau dari aromaterapi yang sedang dinyalakan

3. Tahap evaluasi

- Setelah intervensi selesai, peneliti meminta responden untuk mengisi intensitas nyeri menggunakan NRS, data ini digunakan sebagai data posttest
- b. Evaluasi perasaan klien
 - 1) Bagaimana perasaan pasien setelah dilakukan intervensi relaksasi aromaterapi?
 - 2) Apakah rasa nyeri atau cemas berkurang setelah dilakukan intervensi relaksasi aromaterapi?

- 3) Apakah pasien merasa pusing setelah intervensi relaksasi aromaterapi dilakukan?
- c. Berikan reinforcement positif
- d. Catat tindakan yang telah dilakukan (hasil penilaian/pemeriksaan)
- e. Kontrak pertemuan selanjutnya (waktu, kegiatan, tempat)
- f. Akhiri kegiatan dan ucapkkan salam

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

SURAT IZIN PRAKTIK KARYA TULIS ILMIAH





Julian Dr. Summers No. 116 Boyce

7alp. (0251) #326063,832668 Fax. (0251) #32606 22 Maret 2022

Nomor : PP.04.03/4.1.1/0285/2022

Lampiran : -

: Ijin Praktik Klinik Keperawatan

Yang terhormat, Bidan Wati Widana

di-

Penhal

Tempat

Dalam rangka mencapai target kompetensi mengaplikasikan konsep dan teori asuhan keperawatan pada Mata Kuliah Karya Tulis Ilmiah (KTI) bagi mahasiswa TK III semester VI TA 2021/2022, kami memohon izin melakukan praktik klinik keperawatan di instansi Ibu/Bapak pada tanggal 4 April 2022 s.d 9 April 2022 (enam hari):

| NAMA MAHASISWA | NIM | SASARAN / TARGET KASUS | Ruangan |
|-------------------------|--------------|--------------------------------|--|
| Joya Agustia Ningsih | P17320319025 | Ibu post partum (3-5 orang) | Ruang Nifas Klinik Bersalin Bidan Wati Widana Kota Bogor |

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, kami sampaikan terima kasih.

Die Ming Hödikoh, M.Kep., Sp. Mat NIP. 196704111990032001

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN BOGOR

LAMPIRAN DOKUMENTASI KEGIATAN

















LEAFLET RELAKSASI AROMATERAPI

Tujuan Relaksasi Aromaterapi

- Menurunkan Tingkat Nyeri,
 Merilekskan Pikiran,
 Menurunkan Ketegangan dan
 Kecemasan Serta,
 Memberikan Ketenangan pada Ibu Nifas.

Teknik-Teknik Penggunaan Relaksasi Aromaterapi

- Aromaterapi Inhalasi/Penghirupan (penggunaan oil burner) Aromaterapi Masase atau Pijat
- Aromaterapi Mandi Aromaterapi Kompres



APA ITU RELAKSASI **AROMATERAPI?**

Relaksasi Aromaterapi adalah salah satu cara non farmakologi yang menggunakan minyak esensial yang diambil dari bau harum tumbuh tumbuhan. Aromaterapi bersifat menurunkan atau menghilangkan rasa nyeri (Puspita & Yati, 2020)

Manfaat Relaksasi Aromaterapi

Menurunkan tingkat nyeri dan memberikan rasa tenang pada ibu bersalin





PENERAPAN RELAKSASI AROMATERAPI TERHADAP **PENURUNAN NYERI** PERINEUM PADA IBU POST PARTUM



Klinik Bersalin Bidan Wati Widana Joya Agustia Ningsih P17320319025 POLTEKKES KEMENKES BANDUNG

Langkah Langkah Relaksasi Aromaterapi

Persiapan Alat

- 1. Diffuser
- 2. Esensial Oil Aromaterapi



Persiapan Lingkungan

- 1. Pastikan Tempat yang Nyaman dan Tenang
- 2. Serta Jaga Privasi Klien

Aturan Pakai

Untuk penggunaanya, 4-5 | tetes essenisal oil dalam 50-70 ml air dalam diffuser (15-30 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari lokasi pasien.

Pelaksanaan Aromaterapi

- 1. Atur posisi pasien senyaman mungkin, pastikan nyaman dan rileks
- 2. Buka tutup diffuser lalu isi dengan air
- 3. Teteskan minyak essensial (jumlah sesuai kebutuhan), kemudian tutup diffuser





4. Tancapkan kabel diffuser ke stop kontak, atur kecepatan keluarnya uap pada diffuser



- Anjurkan klien menghirup aromaterapi dan
- Setelah terapi bereskan alat dan atur posisi nyaman untuk klien



POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BANDUNG



FORMULIR BIMBINGAN KTI

NAMA MAHASISWA : Joya Agustia Ningsih

NIM : P17320319025

NAMA PEMBIMBING : Nawati, APPd., M.Kes.

CATATAN PROSES BIMBINGAN

| No | HARI/ TANGGAL | TOPIK BIMBINGAN | REKOMENDASI (PERUBAHAN ISI DAN BAHAN BACAAN) | TANDA TANGAN PEMBIMBING |
|----|----------------------|---------------------------------|--|--|
| 1 | Senin, 27-12-2021 | Konsultasi judul studi kasus | Mencari referensi judul lain dan korelasi dengan penelitian sebelumnya Mengajukan 2 judul dan mencari jurnal untuk memperkuat judul tersebut | THE STATE OF THE S |
| 2 | Kamis, 30-12-2022 | Konfirmasi ulang judul KTI | Judul di ACC dan melanjutkan merancang BAB 1 | C NHH |
| 3 | Kamis, 18-02-2022 | Konsultasi dan revisi BAB 1 | Pada latar belakang meletakkan sumbernya di bawah dan kata KTI diganti dengan Studi Kasus Perbanyak sumber-sumber terbaru pada latar belakang | |
| 4 | Senin, 28-02-2022 | Revisi dan Konsultasi BAB 2 | Melanjutkan Bab 3 | NH . |

| 5 | Rabu, 09-03-2022 | Konsultasi BAB 3 | Membahas masukan saat seminar proposal Menambahkan kriteria inklusi dan eksklusi agar lebih spesifik Memperbaiki redakasi penulisan sumber Melengkapilat tujuan penelitian di latar belakang | NH |
|----|-----------------------|-------------------------------|---|--|
| 6 | Jumat. 11-03-2022 | Lembar Persetujuan | Di ACC untuk diujikan Buat lembar persetujuan | |
| 7 | Rabu, 23-03-2022 | Post Seminar Proposal | Merevisi masukan yang diberikan pada saat seminar proposal yang diberikan oleh dosen penguji | N |
| 8 | Selasa, 29-03-2022 | Pengumpulan Data | Mengkonfirmasi pelaksanaan implementasi dengan responden kepada dosen pembimbing | NH |
| 9 | Senin, 18-04-2022 | Konsultasi BAB 4 dan BAB 5 | Melengkapi bagan pada pembahasan | NH NH |
| 10 | Selasa, 19-04-2022 | Konsultasi BAB 4 dan BAB 5 | Menambahkan hambatan pada saat penelitian Menambahkan gambaran responden yang lebih detail | N |
| 11 | Kamis 28-04-2022 | Konsultasi KTI | Ganti kata-kata yang masih berkaitan dengan proposal Rapihkan penulisan yang masih berantakan | N |
| 12 | Kamis, 28-04-2022 | Bimbingan persiapan sidag | Menyajikan tabel yang mudah dipahami oleh pembaca | |
| 13 | Senin, 9 -05-2022 | Revisi saat siding hasil | Abstrak pertu ditambahkan hasil/dalam bentuk angka Latar belaknag perlu dipersingkat Kembali Tambahkan tabel karakteristik di BAB IV | THE STATE OF THE S |

| 14 | Kamis, 19-05- 2022 | Revisi KTI Abstrak dan penulisan | 4. Pada BAB IV untuk tabel hanya menggunakan garis horizontal saja 5. Konsisten dalam penyebutan subjeknya Mencantumkan hasil rekomendasi pada abstrak | NH . |
|----|-----------------------|--|---|------|
| 15 | Senin, 23-05- 2022 | Revisi KTI acc | ACC KTI | NH |

Ketua Program Studi Keperawatan Bogor

Dr. Atik Hodikoh, M. Kep, Sp. Mat

NIP. 196704111990032001