

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden

#### LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

**Kepada**

**Yth. Responden**

**Di RSUD Ngudi Waluyo Kota Blitar**

Sebagai persyaratan tugas akhir Karya Ilmiah Akhir Ners (KIAN) Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Malang, saya akan melakukan penelitian tentang **“Penerapan Kombinasi Foot Massage dan Aromaterapi Lemon Pada Pasien Post Sectio Caesarea Hari Ke-0 dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut Di Ruang Dewi Kunti RSUD Ngudi Waluyo Kota Blitar”**, untuk keperluan tersebut saya mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjawab dengan jujur serta apa adanya dan bekerjasama dengan baik selama penelitian, semua jawaban anda dijamin kerahasiaannya.

Demikian permohonan saya, atas bantuan dan partisipasinya disampaikan terimakasih.

Blitar, 19 Oktober 2024  
Peneliti

Ira Saputri Nofadillah  
P17212245008







## Lampiran 2. Lembar Bimbingan



**LEMBAR BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR  
NERS PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES  
KEMENKES MALANG**

Nama Mahasiswa : Ira Saputri Nofadillah  
 NIM : P17212245008  
 Nama Pembimbing : Dr Lumastari Ajeng W, S.Kep., Ns, M.Kep., Sp.Mat

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
1.	1 Oktober 2024	Konsultasi secara online terkait rencana pengambilan topik FIAN a. Mencari intervensi dengan inovasi terbaru b. Mencari jurnal dengan topik Manajemen nyeri dengan inovasi terbaru		
2.	9 Oktober 2024	Konsultasi terkait judul dan beberapa jurnal untuk mendukung judul FIAN secara online. a. Acc judul b. Bisa dilanjutkan mengerjakan BAB I		
3.	16 Oktober 2024	Konsultasi secara online tentang BAB I a. Pada Bab I terdapat kesalahan penulisan. b. Menambahkan pada Tujuan umum dan Tujuan khusus c. Lanjut BAB selanjutnya		
4.	10 Januari 2025	Konsultasi secara offline revisi BAB I dan konsultasi BAB 2, dan 3. a. Acc BAB I b. Pada Bab 2 pada Teori Nyeri lebih diperdalam		
5.	31 Januari 2025	Konsultasi secara offline tentang revisi BAB 2 dan konsultasi BAB 3 a. Acc BAB 2 dan 3 b. Bisa lanjut BAB 4, 5, dan 6		

6.	20 Mei 2025	Konsultasi secara offline revisi BAB 4 dan BAB 5. a. Acc BAB 4 b. BAB 5 bisa disesuaikan dan masukkan FTD (Fakta, teori, Opini) c. Bisa lanjut BAB 6		
7.	26 Mei 2025	Konsultasi secara offline tentang BAB 5 dan BAB 6 a. Acc BAB 5 dan BAB 6 b.		
8.	27 Mei 2025	Konsultasi finishing laporan KIAN a. Acc untuk sidan KIAN		

Malang, 27 Mei ..... 2025

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners

(Joko Wiyono, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom.)  
NIP. 196909021992031002

Pembimbing KIAN

(Dr. Lumastari Ajeng, S.Kep., Ns, M.Kep., Sp.Mat)  
NIP. 196112161986032003

### Lampiran 3. Kuesioner Skala Nyeri

#### SKALA PENGUKURAN NYERI

#### *NUMERIC RATING SCALE (NRS)*

Nama (Inisial) :

Umur (Saat ini) :

Petunjuk pengisian :

Berilah tanda (✓) pada salah satu angka dibawah ini yang menggambarkan tingkatnyeri yang sedang anda rasakan pada saat mengalami nyeri pada tulang.

**Semakin besar angka maka semakin berat keadaan nyeri**

← | | | | | | | | | | →  
 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

#### **Keterangan :**

- 0 : Tidak nyeri
- 1-3 : Nyeri ringan, secara objektif klien dapat berkomunikasi dengan baik
- 4-6 : Nyeri sedang, secara objektif klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik
- 7-9 : Nyeri berat, secara objektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya.
- 10 : Nyeri sangat berat (tak terkontrol)

#### Lampiran 4. SOP *Foot Massage* dan Aromaterapi Lemon

##### SOP *Foot Massage* dan Aromaterapi Lemon

<b>STANDART OPERASIONAL PROSEDUR</b>	
<b>TERAPI KOMBINASI <i>FOOT MASSAGE</i> DAN AROMATERAPI LEMON (MENGURANGI NYERI)</b>	
<b>Pengertian</b>	<p><i>Foot massage</i> adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada area kaki, terutama bagian telapak, tumit, dan pergelangan kaki, dengan tujuan memberikan relaksasi, mengurangi ketegangan, dan meningkatkan sirkulasi darah. Dalam praktiknya, <i>foot massage</i> dapat melibatkan tekanan, usapan, dan gerakan melingkar menggunakan tangan, jari, atau alat bantu khusus.</p> <p>Aromaterapi Lemon (<i>cytrus</i>) Merupakan suatu aromaterapi yang menggunakan minyak esensial lemon (<i>cytrus</i>) yang mengandung limeone yang dapat menghambat system kerja prostalglandin sehingga dapat mengkurani rasa nyeri.</p>
<b>Tujuan</b>	Untuk menurunkan intensitas nyeri post sectio caesarea
<b>Persiapan alat</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Persiapan alat :               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. lembar observasi</li> <li>b. minyak atau lotion</li> <li>c. tisu/kassa</li> <li>d. aromaterapi lemon</li> <li>e. handscoon</li> </ol> </li> <li>2. Persiapan klien :               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. mengucapkan salam</li> <li>b. memperkenalkan diri</li> <li>c. identifikasi klien</li> <li>d. jelaskan maksud dan tujuan, prosedur kegiatan dan waktu</li> <li>e. meminta persetujuan (<i>informand consent</i>)</li> </ol> </li> <li>3. Persiapan lingkungan :               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Jaga privasi pasien</li> <li>b. Siapkan ruangan yang tenang, nyaman dan aman</li> </ol> </li> </ol>
<b>Pelaksanaan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tahap Pra Terapi               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Menjelaskan tujuan, manfaat, prosedur pengumpulan data pada responden</li> <li>b. Memberikan informed consent kepada responden</li> <li>c. Menjelaskan tentang nyeri post sectio caesarea dan penangannya kepada responden</li> <li>d. Mengajak responden berdiskusi terkait pengalamannya</li> </ol> </li> </ol>

	<p>tentang nyeri dan penanganan dari nyeri itu sendiri</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>e. Responden melakukan pengisian lembar informed consent</li> <li>f. Menjelaskan jadwal kontrak kegiatan penelitian secara keseluruhan kepada responden</li> <li>g. Melakukan pengisian lembar kuesioner observasi (<i>pretest</i>)</li> </ol> <p>2. Tahap Pelaksanaan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mencuci tangan</li> <li>b. Atur posisi pasien senyaman mungkin</li> <li>c. Berikan aromateri lemon 0,1 ml pada tisu</li> <li>d. Posisi pemberi terapi berada diujung kaki pasien</li> <li>e. Gunakan hanscoon apabila kontak dengan cairan pasien</li> <li>f. Angkat kaki pasien dan letakkan handuk dibawah tumit pasien</li> <li>g. Minta pasien mengatakan bagian-bagian yang terasa tidak nyaman selama dipijit</li> <li>h. Minta pasien menghirup aromaterapi lemon yang telah diberikan dengan jarak 5cm dari hidung</li> <li>i. Minta pasien rileks dan tarik napas dalam ketika menghirup aromaterapi lemon, serta merasakan pemijatan yang berlangsung.</li> <li>j. Siapkan lotion atau minyak yang akan digunakan</li> <li>k. Oleskan lotion atau minyak pada daerah kaki yang akan dipijat</li> <li>l. Lakukan <i>foot massage</i> pada otot-otot tungkai bawah dengan (otot tulang kering), otot-otot tungkai bawah (otot betis), otot punggung kaki dan otot telapak kaki       <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Otot-otot tungkai bawah depan (otot tulang kering)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Usap otot-otot tungkai bawah depan (otot tulang kering) kanan menggunakan kedua telapak tangan dari bagian lipatan lutut menuju achilles sebanyak 5 kali.</li> <li>2. Gosok otot-otot tungkai bawah depan kanan menggunakan kedua ibu jari peneliti dari achilles menuju lipatan lutut sebanyak 5 kali</li> <li>3. Pijat otot-otot tungkai bawah depan kana dengan menggunakan kedua tangan dari lipatan lutut menuju achilles, setiap titik dilakukan 3 kali pijatan. Pijatan diulang sebanya 2 kali</li> <li>4. Gosok otot-otot tungkai bawah depan kanan menggunakan kedua ibu jari dari achilles menuju lipatan lutut sebanyak 3 kali</li> </ol> </li> <li>• <b>Otot-otot tungkai bawah belakang (otot betis)</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Usap pada otot betis sebelah kanan menggunakan telapak tangan dan bagian lipatan lutut menuju</li> </ol> </li> </ul> </li> </ol>
--	---

	<p>achilles sebanyak 5 kali.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>2. Pegang atau angkat pergelangan kaki kanan pasien dengan tangan kiri, gosok otot-otot betis kanan bagian tengah menggunakan ibu jari peneliti dari achilles menuju lipatan paha sebanyak 5 kali.</li> <li>3. Pegang atau angkat pergelangan kaki kanan pasien dengan tangan kiri, pijat otot betis kanan menggunakan tangan kanan dari lipatan menuju achilles setiap titik dilakukan 3 kali pijatan.</li> <li>4. Pukul-pukul otot betis sebelah menggunakan sisi telapak bagian luar sebanyak 4 kali</li> <li>5. Goncangkan otot-otot betis sebelah mulai dari lipatan lutut menuju achilles selama 15 detik.</li> <li>6. Gosok-sosok otot betis kanan bagian tengah menggunakan kedua ibu jari dari achilles menuju lipatan lutut sebanyak 5 kali.</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Otot-otot punggung kaki</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gosok otot-otot punggung kaki kanan menggunakan telapak tangan dan jari jari dari pangkal jari-jari kaki menuju tumit sebanyak 3 kali</li> <li>2. Gosok otot-otot punggung kaki kanan menggunakan ibu jari dari pangkal jari-jari kaki menuju tumit sebanyak 3 kali</li> <li>3. Pijat otot-otot punggung kaki kanan menggunakan ibu jari dari pangkal jari-jari kaki menuju tpergelangan kaki sebanyak 3 kali.</li> <li>4. Gosok otot-otot punggung kaki menggunakan telapak tangan dan jari jari dari pangkal jari-jari kaki menuju tumit sebanyak 3 kali</li> </ol> </li> <li>• <b>Otot-otot telapak kaki</b></li> </ul> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Tahap Terminasi       <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Lakukan evaluasi hasil setelah dilakukan tindakan kombinasi terapi dengan jeda 15 menit setelah pemberian terapi</li> <li>b) Merapikan kembali peralatan yang telah digunakan</li> <li>c) Kontrak pertemuan selanjutnya</li> <li>d) Perawat mencuci tangan (Ryaswati &amp; Nurrohmah, 2023)</li> </ol> </li> </ol>
<b>Evaluasi</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tanyakan kenyamanan pasien</li> <li>2. Catat hal hal yang terjadi selama latihan</li> <li>3. Buat kontrak pertemuan selanjutnya</li> </ol>

### Lampiran 5. Dokumentasi Kegiatan



### Pemberian terapi kombinasi foot massage dan aromaterapi lemon selama 15 menit

