

# **LAMPIRAN**

## Lampiran 1 Lembar Bimbingan

LEMBAR BIMBINGAN			
NAMA	: Dina Dwiyanti		
NIM	: 241FK04049		
PEMBIMBING: R. Nety Rustikayanti, S.Kp., M.Kep			
No.	HARI,TANGGAL	CATATAN PERKEMBANGAN	PARAF
1.		Bim bingung penentuan kasus atau pengambilan kasus	<i>[Signature]</i>
2.	07 Desember 2024	Bim bingung ASKEP BAB 3	<i>[Signature]</i>
3.	04 Agustus 2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- Judul</li><li>- BAB 1 : Tujuan, wawancara, perwicaraan meselih</li><li>- BAB 2 : Sub Judul</li><li>- BAB 3 : Penulisan uskup ke pinggir</li><li>- BAB 4 : Pembahasan sambungkan dengan teori</li></ul>	<i>[Signature]</i>
4.	05 Agustus 2025	<ul style="list-style-type: none"><li>- Judul</li><li>- Penulisan</li></ul>	<i>[Signature]</i>
5.	06 Agustus	<ul style="list-style-type: none"><li>- BAB 4</li><li>- BAB 5</li></ul>	<i>[Signature]</i>

NAMA : Dina Dwiyanti

NIM : 241FK04049

PEMBIMBING: R.Netty Rustikayanti, S.Kp.,M.Kep

No.	HARI,TANGGAL	CATATAN PERKEMBANGAN	PARAF
6	07 Agustus 2025	Kesimpulan dan Saran	✓
7	07 Agustus 2025	Bab 4	✓
8	08 Agustus 2025	Acc	✓

Lampiran 2 SOP

<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)</b> <b>ENDORPHIN MASSAGE</b>	
Tindakan : Endorphin Massage	
Fase : kala 1	
Durasi : 10 – 15 menit	
Pengertian	<p><i>Endorphin massage</i> adalah teknik sentuhan dan pemijatan ringan yang bertujuan untuk menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, serta meningkatkan kondisi rileks pada ibu dengan merangsang pelepasan hormon endorfin melalui permukaan kulit. Endorfin berfungsi sebagai pereda nyeri alami.</p>
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengurangi intensitas nyeri, terutama pada nyeri persalinan, nyeri haid, atau nyeri punggung pada ibu hamil.</li> <li>2. Menormalkan denyut jantung dan tekanan darah.</li> <li>3. Meningkatkan kondisi rileks dan perasaan nyaman.</li> <li>4. Menghambat transmisi sinyal nyeri ke otak</li> </ol>
Indikasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ibu bersalin pada kala I fase aktif.</li> <li>2. Ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung.</li> <li>3. Klien yang mengalami nyeri haid (dismenore).</li> </ol>

	4. Klien yang ingin mengurangi stres dan meningkatkan relaksasi.
--	--

Kontraindikasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>Adanya luka, memar, atau tumor pada area yang akan dipijat.</li> <li>Adanya kelainan pada kulit (misalnya, infeksi atau ruam).</li> <li>Kehamilan dengan risiko tinggi (misalnya, ketuban pecah dini, preeklampsia).</li> <li>Adanya kelainan kontraksi uterus.</li> </ol>
Persiapan	<p><b>1. Persiapan Petugas</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Melakukan perkenalan diri dan identifikasi klien.</li> <li>Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan.</li> <li>Memastikan persetujuan klien (<i>informed consent</i>).</li> <li>Mencuci tangan.</li> </ul> <p><b>2. Persiapan Alat dan Bahan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kain bersih atau handuk kecil.</li> <li>Minyak pijat (seperti <i>baby oil</i>) atau <i>lotion</i>.</li> <li>Bantal untuk kenyamanan.</li> </ul> <p><b>3. Persiapan Pasien dan Lingkungan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Memberikan salam dan menyapa pasien.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memastikan privasi pasien dengan menutup pintu atau tirai.</li> <li>• Menyesuaikan pencahayaan dan suhu ruangan agar nyaman.</li> <li>• Mengajurkan pasien untuk mengambil posisi yang paling nyaman (duduk atau berbaring miring).</li> </ul>
Prosedur Tindakan	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisikan pasien senyaman mungkin. Anjurkan pasien untuk menarik napas dalam secara perlahan sambil memejamkan mata.</li> <li>2. Ambil sedikit minyak pijat, ratakan di telapak tangan, dan gosokkan agar hangat.</li> <li>3. Lakukan sentuhan atau pijatan ringan pada area punggung. Dimulai dari leher, lakukan gerakan pijatan melingkar atau membentuk huruf "V" ke arah luar menuju tulang rusuk. Pijatan dapat dilanjutkan ke area pinggang dan paha.</li> <li>4. Lakukan pijatan dengan lembut pada area luar lengan, dimulai dari bahu hingga pergelangan tangan, selama sekitar 5 menit. Pindah ke lengan yang lain dan ulangi gerakan yang sama.</li> <li>5. Lakukan pijatan ringan di area belakang telinga dengan gerakan melingkar selama beberapa menit.</li> </ol>

	<p>6. Anjurkan pasien untuk rileks dan menikmati sensasi pijatan. Petugas atau pendamping persalinan dapat memberikan kata-kata menenangkan.</p> <p>7. Durasi pijatan bisa disesuaikan, umumnya dilakukan selama 15-20 menit per sesi.</p>
Evaluasi	<p>1. Tanyakan perasaan klien setelah pijatan.</p> <p>2. Amati ekspresi wajah dan bahasa tubuh klien.</p> <p>3. Ukur kembali skala nyeri jika diperlukan.</p> <p>4. Catat hasil tindakan dalam dokumentasi keperawatan.</p>

Lampiran 3 EBP

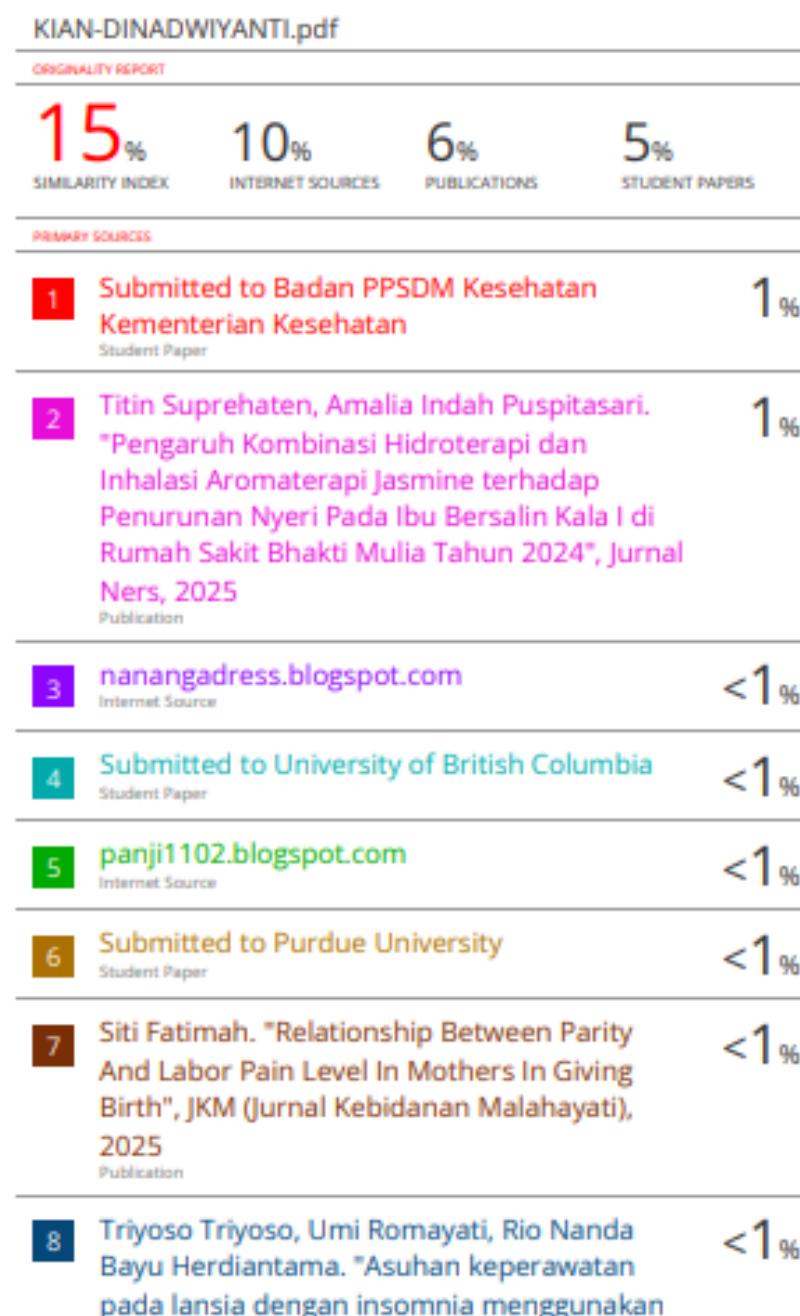
*Evidence Based Pratice*

No	Penulis	Judul	Tujuan	Prosedur	Hasil
1	Hesty Fitria Wulandari , Sri Mulyati	Pijat endorphin efektif menguran gi nyeri kala i persalinan	untuk mengetahui pengaruh pijat endorphin terhadap intensitas nyeri kala I persalinan.	Endorphin massage adalah terapi sentuhan atau pijatan ringan yang penting untuk wanita hamil menjelang dan selama persalinan. Pijat ini diberikan selama 5-15 menit dan terbukti membuat ibu merasa lebih rileks serta nyeri berkurang. Penelitian menunjukkan bahwa pijat endorphin diberikan saat kontraksi berlangsung.	Berdasarkan hasil penelitian didapati penurunan intensitas nyeri yang signifikan setelah diberi endorphin massage. Pada penelitian endorphin massage ini diberikan selama kontraksi berlangsung
2	Siti Nurkha sanah, Arni Hesti Nurvita Sari	Pengaruh endorphin massage terhadap penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala i fase aktif persalinan di pmb e pekanbaru 2019	Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh endorphin pada ibu bersalin kala i fase aktif persalinan.	Pijatan ini cukup penting untuk diberikan kepada wanita hamil menjelang dan selama persalinan. Pemberian pijat dilakukan selama 5-15 menit dan terbukti membuat ibu merasa lebih rileks serta nyeri berkurang	Hasil penelitian menunjukkan uji t dependen kelompok intervensi dengan nilai $p=0,001$ , kelompok kontrol dengan nilai $p=0,001$ sedangkan t independen diperoleh nilai Pvalue : 0,001 sehingga Pvalue $\leq 0,05$ , artinya ada pengaruh endorphin massage terhadap

					penurunan intensitas nyeri pada ibu bersalin kala I fase aktif persalinan
3	Winancy, Yuliana Rastika , Hetty Asri	Penerapan endorphin massage untuk mengurangi tingkat nyeri persalinan bagi ibu bersalin	Berdasarkan pemaparan tersebut maka tujuan dari kegiatan ini yaitu menerapkan Endorphin Massage pada Ibu Bersalin Kala I Fase Aktif di PMB Wilayah Kecamatan Bekasi Utara Tahun 2023 untuk membantu mengurangi tingkat nyeri persalinan ibu	Pada jurnal tidak di cantumkan berapa lama atau saat kapan endorphin massage diberikan	Hasil uji statistik menunjukkan pengaruh endorphin massage terhadap intensitas nyeri persalinan signifikan 0.000 ( $P < 0.05$ ). Endorphin massage dapat mengurangi nyeri persalinan kala 1 fase aktif sehingga mampu memberikan pengalaman bersalin yang lebih nyaman dan menghindari ibu dari trauma persalinan.
4	Meinas ari Kurnia Dewi	Pengaruh pijat endorphin terhadap penurunan intensitas nyeri persalinan kala i fase	Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat endorphin terhadap penurunan	Pijatan diberikan sebagai sentuhan lembut dan ringan ke arah bahu kiri dan kanan membentuk huruf V, kemudian ke arah tulang ekor. Pijatan ini	Hasil penelitian menunjukkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada Ny. C sebelum diberikan pijat endorphin sebesar 5 dan setelah diberikan pijat

		aktif Studi Kasus Pada Ibu Bersalin di PMB M Kota Bekasi	intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif di PMB N Kota Bekasi Tahun 2023	dilakukan berkali-kali saat terjadi kontraksi. Pijatan endorphin diberikan selama 5-15 menit. Pijat endorphin pada punggung lebih efektif dalam mengurangi nyeri dan membuat ibu bersalin merasa lebih nyaman	endorphin sebesar 3. Sedangkan intensitas nyeri persalinan kala I fase aktif pada Ny. T pada observasi awal sebesar 5 dan pada observasi kedua tanpa diberikan pijat endorphin sebesar 5.
5	Rachmawati Ika Sukarsi h, Nova Elok Mardliyana, Siti Alfiyah , Dian Kartika Rizaran i	Pengaruh pijat endorphin terhadap lama kala 1 pada ibu bersalin	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat endorphin terhadap lamanya kala 1 persalinan	Pijatan diberikan sebagai sentuhan lembut dan ringan ke arah bahu kiri dan kanan membentuk huruf V, kemudian ke arah tulang ekor. Pijatan ini diberikan selama 5-15 menit	Sebagian besar ibu berusia 26-35 tahun, sebanyak 14 responden (50,0%). Paritas ibu multipara terbanyak, yaitu 17 responden (60,7%). Durasi persalinan pada fase aktif kala I persalinan, ibu yang menerima pijat endorphin mengalami mayoritas durasi persalinan lebih cepat dari teori, sebanyak 18 responden (64,3%)

## Lampiran 4 Turnitin



## Lampiran 5 Matriks



Jl. Soekarno Hatta No 754 Bandung  
022 7830 760, 022 7830 768  
bku.ac.id contact@bku.ac.id

### MATRIKS EVALUASI UJIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN TAHUN AKADEMIK 2024/ 2025

Nama Mahasiswa : Dina Dwiyanti  
NIM : 291FK09049  
Pembimbing : I. R. Nety Rusfitayanti, S.Kp., M.Kep

Pengaji(III\*) : Tri Nur Jayani, S.Kep., Ners, M.Kep

No	Perbaikan/Masukan (diisi berdasarkan perbaikan/masukan saat ujian)	Hasil Revisi (diisi oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan Pengaji)
1.	Intervensi yang sudah dilakukan diruangkan (BAB 1)	Intervensi telah dilakukan di ruangan yaitu relasi nafas dalam
2.	Tanggal di hasil Lab dicantumkan	Tanggal sudah dicantumkan yaitu 8 November 2024
3.	Intervensi di tinggulan kesus ditambahkan	Sudah ditambahkan yaitu relasi nafas dalam dan monitoring
4.	Pembahasan : • mengapa perlu indikasi dan bagaimana respon nya • mengapa tidak di terapkan farmakologis untuk menurunkan nyeri	mengapa indikasi dipelajari dan respon pasien sudah dicantumkan farmakologis sudah dicantumkan
5.	Penulisan , daftar isi , halaman sesuai Panduan	penulisan , daftar isi , halaman sudah sesuai dengan panduan

Mengetahui,

Sebelum Revisi	Setelah Revisi
1. Mahasiswa : <i>Dina</i>	1. Mahasiswa : <i>Dina</i>
2. Pembimbing : <i>I. R. Nety Rusfitayanti</i>	2. Pembimbing : <i>I. R. Nety Rusfitayanti</i>
3. Pengaji : <i>Tri Nur Jayani</i>	3. Pengaji : <i>Tri Nur Jayani</i>



Scanned with CamScanner

**MATRIKS EVALUASI UJIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
TAHUN AKADEMIK 2024/ 2025**

Nama Mahasiswa : Dina Dwilyanti  
NIM : 291FTK04049  
Pembimbing : I. R. Nety Rustikayanti, S.Kep., M.Kep

Pengaji I(D) : Ingrid Dwiyahyu S.Kep., M.Km

No	Perbaikan/Masukan (diisi berdasarkan perbaikan/masukan saat ujian)	Hasil Revisi (diisi oleh Mahasiswa sebagai bentuk jawaban perbaikan/masukan Pengaji)
1.	Alternatif di pembahasan lebih baik menjadi message Counterpressure / effleurage	Alternatif dibab 4 pembahasan sudah dirubah menjadi counterpressure / effleurage

Mengetahui,

Sebelum Revisi	Setelah Revisi
1. Mahasiswa : 	1. Mahasiswa : 
2. Pembimbing : 	2. Pembimbing : 
3. Pengaji : 	3. Pengaji : 

Lampiran 6 Daftar Riwayat Hidup

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**



Nama : Dina Dwiyanti  
NIM : 241FK04049  
Tempat Tanggal Lahir : Bandung, 18 Januari 2002  
Alamat : Kp. Pintu 1 01/07 Rancaekek Wetan Kecamatan Rancaekek Kabupaten Bandung  
Pendidikan :  
1. TK Shandy Putra Rancaekek : Tahun 2006-2008  
2. SDN Sukamanah Rancaekek : Tahun 2008-2014  
3. SMPN 3 Rancaekek : Tahun 2014-2017  
4. SMK Bhakti Kencana Majalaya : Tahun 2017-2020  
5. Program Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung : Tahun 2020-2024  
6. Program Profesi Ners Universitas Bhakti Kencana Bandung : Tahun 2024-Sekarang  
Alamat Email : [dinadwiyanti1801@gmail.com](mailto:dinadwiyanti1801@gmail.com) / [201fk03091@bku.ac.id](mailto:201fk03091@bku.ac.id)  
Telepon / No HP : 08886038735 / 089658992221