

**Lampiran 1 . Jadwal Kegiatan Penelitian**

**Jadwal Kegiatan Penelitian  
Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan  
*Endorphin Massage* pada Ibu Hamil Trimester III  
di UPTD Puskesmas Marga II  
Tahun 2023**

No	Kegiatan	Waktu Kegiatan (Dalam Minggu)											
		Maret				April				Mei			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Pengajuan judul KIA-N												
2.	Pengurusan surat izin penelitian												
3.	Pengumpulan data												
4.	Pelaksanaan asuhan keperawatan												
5.	Pengolahan data												
6.	Analisis data												
7.	Penyusunan laporan												
8.	Sidang hasil penelitian												
9.	Revisi laporan												
10.	Pengumpulan KIA-N												

Keterangan : warna hitam ( proses penelitian)

## Lampiran 2. Realisasi Anggaran Biaya Penelitian

**Realisasi Anggaran Biaya Penelitian**  
**Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan**  
***Endorphin Massage* pada Ibu Hamil Trimester III**  
**di UPTD Puskesmas Marga II**  
**Tahun 2023**

Alokasi dana yang diperlukan dalam penelitian ini direncanakan sebagai berikut:

No	Kegiatan	Rencana Biaya
1	Tahap Persiapan	
	a. Pengurusan studi pendahuluan	Rp 10.000,00
	b. Pengurusan surat ijin penelitian	Rp 10.000,00
	c. Penggandaan lembar	Rp 20.000,00
2	Tahap Pelaksanaan	
	a. Instrumen Penelitian	Rp 30.000,00
	b. Alat Pelindung Diri (APD)	Rp 50.000,00
	c. Transportasi dan Akomodasi	Rp 50.000,00
3	Tahap Akhir	
	a. Penyusunan Laporan	Rp 50.000,00
	b. Penggandaan Laporan	Rp 300.000,00
	c. Presentasi Laporan	Rp 50.000,00
	d. Revisi Laporan	Rp 200.000,00
	e. Biaya Tidak Terduga	Rp 100.000,00
<b>Total</b>		Rp 870.000,00

### Lampiran 3. SOP Pemberian Endorphin Massage

#### STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PELAKSANAAN *ENDORPHIN MASSAGE*

	<i>ENDORPHIN MASSAGE</i>
<b>Pengertian</b>	<i>Endorphin massage</i> adalah sebuah teknik sentuhan dan pemijatan ringan yang dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah, mengurangi nyeri punggung serta meningkatkan kondisi rileks dalam tubuh ibu hamil dengan memicu perasaan nyaman melalui permukaan kulit
<b>Tujuan</b>	Tindakan pemberian <i>endorphin massage</i> ini ditujukan untuk ibu hamil trimester III guna mengurangi masalah nyeri punggung.
<b>Persiapan</b>	<b>A. Persiapan Alat dan Bahan</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Bantal/ gym ball</li><li>2. Selimut/ handuk besar</li><li>3. Baby oil</li></ol> <b>B. Persiapan pasien</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Pasien diminta untuk berada dalam posisi duduk atau berbaring</li></ol>

<p><b>Prosedur Kerja</b></p>	<p><b>A. Prainteraksi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mencuci tangan</li> <li>2. Siapkan alat dan bahan</li> </ol> <p><b>B. Tahap Orientasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beri salam terapeutik dan panggil pasien dengan namanya dan memperkenalkan diri</li> <li>2. Menanyakan keluhan pasien</li> <li>3. Jelaskan tujuan, prosedur dan lamanya tindakan pada pasien</li> <li>4. Beri kesempatan pasien untuk bertanya</li> <li>5. Menanyakan persetujuan dan kesiapan pasien</li> </ol>
<p><b>Prosedur Kerja</b></p>	<p><b>C. Tahap Kerja</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Jaga privasi pasien</li> <li>2. Anjurkan pasien untuk mengambil posisi senyaman mungkin, bisa dilakukan dengan duduk, atau berbaring miring.</li> <li>3. Anjurkan pasien untuk bernafas dalam sambil memejamkan mata dengan lembut untuk beberapa saat. Setelah itu, mulai mengelus permukaan bagian luar lengannya, Belaian ini sangat lembut dan dilakukan dengan jari-jemari atau ujung-ujung jari.</li> <li>4. Setelah kira-kira 5 menit, berpindah ke lengan yang lain. Walaupun sentuhan ringan ini dilakukan di kedua lengannya, pasien merasakan dampaknya sangat menenangkan di sekujur tubuhnya. Teknik ini juga bisa diterapkan di bagian tubuh yang lain termasuk telapak tangan, leher, bahu, dan paha.</li> <li>5. Teknik sentuhan ringan ini juga sangat efektif jika dilakukan di bagian punggung. Caranya: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Anjurkan pasien untuk berbaring miring atau duduk. Dimulai dari leher, dipijat ringan membentuk huruf V ke arah luar menuju sisi</li> </ol> </li> </ol>

	<p>tulang rusuk pasien. Pijatan-pijatan ini terus turun ke bawah dan ke belakang, yaitu pada thorakal 10 sampai lumbal 1. Tindakan dilakukan selama 5 menit dan Anjurkan pasien untuk rileks dan merasakan sensasinya.</p> <p>b. Jika untuk memperkuat efek pijatan lembut dan ringan ini dapat dilakukan dengan kata-kata yang menentramkan pasien. Misalnya sambil memijat lembut bisa mengatakan, “saat aku membelai lenganmu, biarkan tubuhmu menjadi lemas dan santai,” atau “saat kamu merasakan setiap belaianku, bayangkan <i>endorphin-endorphin</i> yang menghilangkan rasa sakit dilepaskan dan mengalir ke seluruh tubuhmu.”</p> <p><b>D. Terminasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Evaluasi hasil kegiatan</li><li>2. Berikan umpan balik positif</li><li>3. Kontrak waktu pertemuan selanjutnya</li><li>4. Salam terapeutik untuk mengakhiri intervensi</li><li>5. Mencuci tangan</li></ol> <p><b>E. Dokumentasi</b></p> <p>Catat hasil kegiatan di dalam catatan keperawatan</p>
--	--

Sumber: Aprilia (2010)

#### ampiran 4. Lembar *Inform Consent*

### PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada:

Ibu Calon Responden di UPTD Puskesmas Marga II Tabanan

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Putu Tisna Damayanti

NIM : P07120322032

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Br. Dinas Selanbawak Kaja, Ds. Selanbawak, Kec.  
Marga, Tabanan

Bermaksud akan mengadakan studi kasus dengan judul “**Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan *Endorphin Massage* pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskemas Marga II Tahun 2023**”. Penelitian ini menjamin keamanan dan kenyamanan ibu sebagai responden serta bermanfaat bagi UPTD Puskemas Marga II untuk meningkatkan kualitas pelayanan pada pasien. Kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan dipergunakan untuk kepentingan penelitian.

Jika ibu bersedia menjadi responden, maka saya mohon kesediaan ibu untuk menandatangani lembar persetujuan yang saya lampirkan dan menjawab pertanyaan yang saya sertakan. Atas perhatian dan kesediaan ibu menjadi responden saya ucapkan terimakasih.

Hormat saya,



Ni Putu Tisna Damayanti

NIM. P07120322032

## Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

### PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Setelah saya membaca dan memahami isi dan penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, maka saya bersedia turut berpartisipasi sebagai responden dalam studi kasus yang akan dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar, yaitu :

Nama : Ni Putu Tisna Damayanti

NIM : P07120322032

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Br. Dinas Selanbawak Kaja, Ds. Selanbawak, Kec. Marga, Tabanan

Judul : Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III yang Mengalami Nyeri Punggung dengan Intervensi Inovasi *Endorphin Massage* di UPTD Puskesmas Marga II Kabupaten Tabanan Tahun 2023

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak membahayakan dan merugikan saya maupun keluarga saya, sehingga saya bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

Tabanan, April 2023



(Ny. Ys )

## Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

### PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Setelah saya membaca dan memahami isi dan penjelasan pada lembar permohonan menjadi responden, maka saya bersedia turut berpartisipasi sebagai responden dalam studi kasus yang akan dilakukan oleh mahasiswa Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar, yaitu :

Nama : Ni Putu Tisna Damayanti

NIM : P07120322032

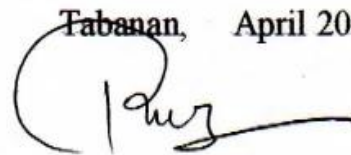
Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Br. Dinas Selanbawak Kaja, Ds. Selanbawak, Kec. Marga, Tabanan

Judul : Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman pada Ibu Hamil Trimester III yang Mengalami Nyeri Punggung dengan Intervensi Inovasi *Endorphin Massage* di UPTD Puskesmas Marga II Kabupaten Tabanan Tahun 2023

Saya memahami bahwa penelitian ini tidak membahayakan dan merugikan saya maupun keluarga saya, sehingga saya bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

Tabanan, April 2023



( Ny. WR )





ආචාරිකුලකරුගැනුම  
PEMERINTAH KABUPATEN TABANAN  
නිල සිද්ධාන්තය  
DINAS KESEHATAN

රජයේ සේවයේ පාලන කාර්යාලය  
JALAN GUNUNG AGUNG NOMOR 82, TABANAN, TELEPON : (0361) 811419  
Website: <http://diskes.tabanankab.go.id> dan Email: [diskes@tabanankab.go.id](mailto:diskes@tabanankab.go.id)

Nomor : 071/ 278 /Dikes  
Lampiran : -  
Hal : Pengumpulan Data Awal

Kepada :  
Yth. Ketua Jurusan Keperawatan  
Poltekkes Kemenkes Denpasar  
di \_\_\_\_\_  
Tempat

Berdasarkan surat saudara tertanggal 16 Februari 2023 , Nomor :KH.03.02/020/0558/2023 , perihal permohonan Studi Pendahuluan:

Nama : Ni Putu Tisna Darmayanti  
Nim : P07120322032  
Data Yang Diperlukan : Jumlah dan Persentase Ibu Hamil Trimester III Yang Mengalami Nyeri Punggung Pada Bulan Februari 2023

Maka bersama ini disampaikan bahwa hanya diperbolehkan mengumpulkan data pendahuluan (awal), sedangkan jika sudah melakukan penelitian /survei/ maka diharapkan saudara dapat melengkapi administrasi tentang Ijin Penelitian/Survei /Magang, dsb.

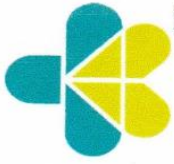
Demikian untuk dapat dipergunakan dan atas kerjasamanya di ucapkan terimakasih.

Tabanan, 22 Februari 2023  
Kepala Dinas Kesehatan  
Kabupaten Tabanan

PARAF HIRARKI  
  
Dr. I. Nyoman Susila, M. Kes  
Pembina Utama Muda/IV c  
NIP. 19630222 198903 1 008

TEMBUSAN disampaikan kepada Yth.

1. Ka. UPTD Puskesmas Marga II
2. Yang Bersangkutan
3. Arsip.



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**

**POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR**

Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar

Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448

Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>

Email : [info@poltekkes-denpasar.ac.id](mailto:info@poltekkes-denpasar.ac.id)



Nomor : PP.08.02/020/ 0525 /2023

Denpasar, 18 April 2023

Lampiran :

Hal : Mohon ijin Penelitian

Yth :

Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Tabanan

di-

Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar tahun akademik 2022-2023, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

Nama : Ni Putu Tisna Damayanti

Nim : P07120322032

Judul penelitian : Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan *Endorphin Massage* pada Ibu Hamil Trimester III yang Mengalami Nyeri Punggung di UPTD Puskesmas Marga II Kabupaten Tabanan Tahun 2023

Lokasi penelitian : UPTD Puskesmas Marga II Kabupaten Tabanan

Waktu penelitian : Bulan April 2023

Atas perkenannya kami ucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Keperawatan

**Ners. I Made Sukarja, S.Kep, M.Kep**

NIP : 196812311992031020

Tembusan

Yth.

1. Ka. UPTD Puskesmas Marga II
2. Arsip





**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**DIREKTORAT JENDERAL TENAGA KESEHATAN**

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR  
Alamat : Jalan Sanitasi No. 1 Sidakarya, Denpasar  
Telp : (0361) 710447, Faksimile : (0361) 710448  
Laman (Website) : <https://www.poltekkes-denpasar.ac.id/>  
Email : [info@poltekkes-denpasar.ac.id](mailto:info@poltekkes-denpasar.ac.id)



**BUKTI PENYELESAIAN ADMINISTRASI**  
**SEBAGAI PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN KARYA ILMIAH AKHIR**  
**PRODI PROFESI NERS KEPERAWATAN POLTEKKES DENPASAR**

Nama Mahasiswa : Ni Putu Tisna Damayanti  
NIM : 207120322032

NO	JENIS	TGL	PENANGGUNG JAWAB	
			TANDA TANGAN	NAMA TERANG
1	Akademik	5/5 - 2023		N. Rai Sukerni
2	Perpustakaan	8/5 - 2023		Dewa Triwijaya
3	Laboratorium	5/5 - 2023		Ni Ma Juniani
4	HMJ	5/5 - 2023		Suryantika
5	Keuangan	8/5 - 2023		I. A. Suabdi. B
6	Administrasi umum/ perlengkapan	5/5 - 2023		MYM Sudira

**Keterangan :**

Mahasiswa dapat mengikuti Ujian Karya Ilmiah Akhir jika seluruh persyaratan diatas terpenuhi.

Denpasar, 8 Mei 2023  
Ketua Jurusan Keperawatan,



**Ners. Made Sukarja. S.Kep.M.Kep.**  
NIP. 196812311992031020







## Data Skripsi Mahasiswa

**N I M** P07120322032  
**Nama Mahasiswa** Ni Putu Tisna Damayanti  
**Info Akademik** Fakultas : Jurusan Keperawatan - Jurusan Program Studi Profesi Ners  
 Semester : 2

[Skripsi](#) | [Bimbingan](#) | [Jurnal Ilmiah](#) | [Seminar Proposal](#) | [Syarat Sidang](#)

Bimbingan				
No	Dosen	Topik	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen
1	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	ACC Judul KIAN Asuhan keperawatan nyeri akut pada ibu hamil trimester III dengan endorpin massage di UPTD Puskesmas Marga III	24 Jan 2023	✓
2	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	1.Revisi penulisan pada Bab I 2. Revisi penomoran 3. Revisi susunan kata dan kalimat agar runut	6 Feb 2023	✓
3	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	1. Revisi Bab 1 dan mengajukan Bab II 2. Revisi isi sub bab pada BAB II 3. revisi isi bab II agar tidak terlalu banyak 4. Tambahkan penomoran	13 Mar 2023	✓
4	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	ACC Judul baru Asuhan Keperawatan Gangguan rasa nyaman dengan Endorpin massage pada ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II	27 Mar 2023	✓
5	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	1. Revisi pengakjian pada Bab IV serta alasan kunjungan 2. Revisi pembahasan agar jelas sumber kutipan	5 Mei 2023	✓
6	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	1. revisi isi diagnosis pada bab IV 2. Revisi Bab VI agar simpulan tidak banya 3. Acc Ujian 11/5/23	8 Mei 2023	✓
7	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	ACC Judul Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan Endorpin Massage pada Ibu Hamil trimester III di UPTD Puskesmas Marga II	13 Mar 2023	✓
8	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	1. Mengajukan Bab I, II,III Revisi penulisan Bab I	28 Mar 2023	✓
9	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	1. Revisi Bab II, Revisi alur penelitian	28 Apr 2023	✓
10	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	1. Revisi Bab IV 2. Revisi simpulan pada tabel	1 Mei 2023	✓
11	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	1. Revisi penulisan Bab V, Revisi sumber kutipan	5 Mei 2023	✓
13	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	revisi bab 5 dan 6 acc ujiannn	8 Mei 2023	✓

Lampiran 11. Dokumentasi Implementasi Asuhan Keperawatan

1. Pada Ny. YS



2. Pada Ny. WR



ASUHAN KEPERAWATAN  
GANGGUAN RASA NYAMAN  
DENGAN ENDORPHINE  
MASSAGE PADA IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI UPTD  
PUSKESMAS MARGA II  
TABANAN

*by Ni Putu Tisna Damayanti*

---

**Submission date:** 08-May-2023 03:18PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 2086255404

**File name:** KIAN\_NI\_PUTU\_TISNA\_DAMAYANTI\_P07120322032.docx (472.84K)

**Word count:** 18193

**Character count:** 112337



# ASUHAN KEPERAWATAN GANGGUAN RASA NYAMAN DENGAN ENDORPHINE MASSAGE PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI UPTD PUSKESMAS MARGA II TABANAN

## ORIGINALITY REPORT

<b>16%</b> SIMILARITY INDEX	<b>16%</b> INTERNET SOURCES	<b>0%</b> PUBLICATIONS	<b>0%</b> STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	---------------------------	-----------------------------

## PRIMARY SOURCES

<b>1</b> repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	<b>16%</b>
---	------------

Exclude quotes  On  
Exclude bibliography  On

Exclude matches  < 1220 words



## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Putu Tisna Damayanti  
NIM : P07120322032  
Program Studi : Profesi Ners  
Jurusan : Keperawatan  
Tahun Akademik : 2022/2023  
Alamat : Br. Dinas Selanbawak Kaja, Ds. Selanbawak, Marga,  
Tabanan  
Nomor HP/Email : Tisnadamayanti24@gmail.com/087894484374

Dengan ini menyerahkan Karya Ilmiah Akhir Ners berupa Tugas Akhir dengan Judul: Asuhan Keperawatan Gangguan Rasa Nyaman dengan *Endorphin Massage* pada Ibu Hamil Trimester III di UPTD Puskesmas Marga II Tahun 2023

1. Dan Menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialihkan, diunggah, dikelola dalam pangkalan data dan dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 15 Mei 2023

Menyatakan,  


Ni Putu Tisna Damayanti

P07120322032