

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesoner Pengkajian Skala Nyeri NRS

No	Intensitas nyeri	Cek list
0	Tidak merasakan nyeri	
1	Merasakan nyeri sangat sedikit dan tidak terfokus ke nyeri yang dirasakan	
2	Merasakan nyeri ringan dan mulai tidak menyenangkan	
3	Nyeri lebih terasa namun bisa ditoleransi dan masih bisa berkomunikasi dengan baik	
4	Merasa nyeri yang kuat dan terlihat mendesis	
5	Merasa nyeri yang dalam, terlihat menyeringai dan masih mampu menunjukkan lokasi nyeri	
6	Merasakan nyeri yang begitu kuat sehingga tidak focus, komunikasi mulai terganggu namun masih dapat mengikuti perintah dengan baik	
7	Merasakan nyeri yang sangat kuat, sehingga tidak bisa berkomunikasi dengan baik namun masih memiliki respon terhadap tindakan	
8	Merasakan nyeri yang sangat kuat sehingga mempengaruhi emosi, tidak dapat mendeskripsikan nyeri yang dirasakan	
9	Merasakan nyeri yang tidak bisa ditolerir lagi dan menuntut untuk segera menghilangkan rasa sakit apapun caranya, tidak peduli efek samping/resikonya	
10	Merasakan sakit yang tidak terbayangkan dan tidak dapat diungkapkan serta tidak mampu lagi berkomunikasi dan memukul	

Keterangan

0: tidak nyeri

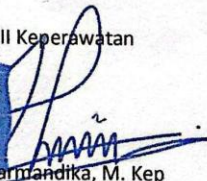
1-3: nyeri ringan

4-6: nyeri sedang

7-9: nyeri berat terkontrol

10: nyeri berat tidak terkontrol

Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian

	POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA <i>The True Vocational Campus</i>	Tegal, 24 April 2025
Nomor	: 016.03/KBD.PHB/IV/2025	
Lampiran	: -	
Hal	: Permohonan ijin Penelitian	
Kepada Yth :		
Ka. Dinas Kesehatan Kota Tegal		
Di		
Tempat		
Dengan hormat,		
Sehubungan dengan dilaksanakan Karya Tulis Ilmiah (KTI) di program Studi D III Keperawatan Politeknik Harapan Bersama Tegal, dengan ini kami mengajukan permohonan pengambilan data untuk mahasiswa kami yaitu :		
NAMA	: Sifa Raturahmah	
NIM	: 22130049	
SEMESTER	: VI (ENAM)	
JUDUL	: IMPLEMENTASI PEMBERIAN KOMPRES DINGIN ALOE VERA UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PENDERITA MASTITIS DI PUSKEMAS TEGAL SELATAN.	
DATA YANG DIAMBIL	: IBU MENYUSUI YANG MENGALAMI MASTITIS	
Demikian surat permohonan ini kami ajukan, mohon kiranya dapat dibantu bagi mahasiswa yang bersangkutan dalam melaksanakan kegiatan ini. Atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.		
 Ka. Prodi Diploma III Keperawatan  NIPY. 09.020.452		
Tembusan:		
1. Ka. Puskesmas Tegal Selatan		
2. Mahasiswa		
3. Arsip		



PEMERINTAH KOTA TEGAL
DINAS KESEHATAN

Jl. Proklamasi No. 16 Tegal 52111 Telp./ Fax. (0283)353351
Email : dinkeskotategal@yahoo.co.id / dinkeskotategal@depkes.go.id

Tegal, 2 April 2025

Nomor : 400.4.5.4 307
Sifat : Penting
Lampiran : -
Perihal : Pemberian Ijin Penelitian

Yth. Ka.Prodi Diploma III Keperawatan

di

Tempat

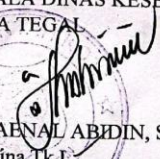
Menindaklanjuti surat dari Politeknik Harapan Bersama Prodi D III Keperawatan
Politeknik Harapan Bersama Nomor 016.03/KBD.PHB/IV/2025 Tanggal 24/04/2025 Perihal
Permohonan Ijin Penelitian atas nama ;

Nama : Sifa Raturahmah
NIM : 22130049
Program Studi : DIII Keperawatan
Judul : Implementasi Pemberian Kompres Dingin Aloe Vera Untuk
Mengurangi Nyeri Pada Penderita Mastitis Di Puskesmas Tegal Selatan

Pada dasarnya kami memberikan ijin selama masih dalam koridor keilmuan dan
sesuai kaidah penelitian yang berlaku.

Demikian untuk menjadi perhatian, disampaikan terima kasih.

KEPALA DINAS KESEHATAN
KOTA TEGAL


M. ZAENAL ABIDIN, S.KM.,MM
Pembina Tk I
NIP. 19680514 198801 1 001

Tembusan :
1. Kepala Puskesmas Tegal Selatan
2. Arsip

Lampiran 3 Lembar Persetujuan (*INFORMED CONSENT*)

**LEMBAR PERSETUJUAN
(*INFORMED CONSENT*)**

**LEMBAR PERSETUJUAN
(*INFORMED CONSENT*)**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama (inisial) : *NIY-V*

Umur : *25 thn*

Alamat : *Pandugunting, Jalan Rajawali 1, Kota Tegal*

Menyatakan bahwa saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan :

Nama : *Sifa Raturahmah*

NIM : *22130049*

Institusi : *Politeknik Harapan Bersama Kota Tegal*

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi serta bersedia menjadi responden

"Implementasi Pemberian Kompres Dingin *Aloe Vera* Untuk Mengurangi Nyeri Mastitis Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Tegal Selatan"

Demikian surat persetujuan ini saya tanda tangani atas dasar kesadaran tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Tegal, 5 Mei 2025
Responden



(Responden)

Lampiran 4 Cara Membuat Gel *Aloe Vera* Dingin

Alat dan bahan membuat gel *aloe vera* dingin

- 1) *Aloe vera* (lidah buaya)
- 2) Sendok
- 3) Pisau
- 4) Mangkok



Langkah-langkah pembuatan gel *aloe vera* dingin

- 1) *Aloe vera* yang sudah dibersihkan lalu dipotong menjadi dua dan dikerok menggunakan sendok





2) Dimasukkan ke dalam freezer selama 30 menit



Lampiran 5 Alat Dan Bahan Kompres Dingin *Aloe Vera*

Alat dan bahan kompres dingin *aloe vera*

- 1) Handuk
- 2) Waslap
- 3) Mangkok +(gel *aloe vera* dingin)
- 4) Air dingin



Lampiran 6 Penilaian Skala Nyeri Pada Ny. V

Kuesoner skala NRS nyeri pre kompres dingin *aloe vera*

Nama responden : NY-V

TTL : Randugunting, Tegal 10 Februari 2000

Alamat : Randugunting

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Tanggal pemeriksaan : 5 Mei 2025

No	Intensitas nyeri	Cek list
0	Tidak merasakan nyeri	
1	Merasakan nyeri sangat sedikit dan tidak terfokus ke nyeri yang dirasakan	
2	Merasakan nyeri ringan dan mulai tidak menyenangkan	
3	Nyeri lebih terasa namun bisa ditoleransi dan masih bisa berkomunikasi dengan baik	
4	Merasa nyeri yang kuat dan terlihat mendesis	✓
5	Merasa nyeri yang dalam, terlihat menyeringai dan masih mampu menunjukkan lokasi nyeri	
6	Merasakan nyeri yang begitu kuat sehingga tidak focus, komunikasi mulai terganggu namun masih dapat mengikuti perintah dengan baik	
7	Merasakan nyeri yang sangat kuat, sehingga tidak bisa berkomunikasi dengan baik namun masih memiliki respon terhadap tindakan	
8	Merasakan nyeri yang sangat kuat sehingga mempengaruhi emosi, tidak dapat mendeskripsikan nyeri yang dirasakan	
9	Merasakan nyeri yang tidak bisa ditolerir lagi dan menuntut untuk segera menghilangkan rasa sakit apapun caranya, tidak peduli efek samping/resikonya	
10	Merasakan sakit yang tidak terbayangkan dan tidak dapat diungkapkan serta tidak mampu lagi berkomunikasi dan memukul	

Keterangan

0: tidak nyeri

7-9:nyeri berat terkontrol

1-3:nyeri ringan

10:nyeri berat tidak terkontrol

4-6:nyeri sedang

Kuesoner skala nyeri NRS post kompres dingin *aloe vera*

Nama responden : MY.V

TTL : Randugunting, Tegal 10 Februari 2000

Alamat : Randugunting

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Tanggal pemeriksaan : 8 Mei 2025

No	Intensitas nyeri	Cek list
0	Tidak merasakan nyeri	
1	Merasakan nyeri sangat sedikit dan tidak terfokus ke nyeri yang dirasakan	✓
2	Merasakan nyeri ringan dan mulai tidak menyenangkan	
3	Nyeri lebih terasa namun bisa ditoleransi dan masih bisa berkomunikasi dengan baik	
4	Merasa nyeri yang kuat dan terlihat mendesis	
5	Merasa nyeri yang dalam, terlihat menyeringai dan masih mampu menunjukkan lokasi nyeri	
6	Merasakan nyeri yang begitu kuat sehingga tidak focus, komunikasi mulai terganggu namun masih dapat mengikuti perintah dengan baik	
7	Merasakan nyeri yang sangat kuat, sehingga tidak bisa berkomunikasi dengan baik namun masih memiliki respon terhadap tindakan	
8	Merasakan nyeri yang sangat kuat sehingga mempengaruhi emosi, tidak dapat mendeskripsikan nyeri yang dirasakan	
9	Merasakan nyeri yang tidak bisa ditolerir lagi dan menuntut untuk segera menghilangkan rasa sakit apapun caranya, tidak peduli efek samping/resikonya	
10	Merasakan sakit yang tidak terbayangkan dan tidak dapat diungkapkan serta tidak mampu lagi berkomunikasi dan memukul	

Keterangan

0: tidak nyeri

7-9:nyeri berat terkontrol

1-3:nyeri ringan

10:nyeri berat tidak terkontrol

4-6:nyeri sedang

Lampiran 7 Leaflet Perawatan Payudara

MANFAAT PERAWATAN PAYUDARA

- Menjaga kebersihan payudara
- Melancarkan sirkulasi peredaran darah dan ASI
- Merangsang produksi ASI
- Mencegah pembengkakan payudara.

PERSIAPAN ALAT

1. Handuk
2. Washlap
3. Baskom berisi air hangat
4. Baskom berisi air dingin
5. Minyak kelapa/ baby oil
6. Kassa secukupnya

PERAWATAN PAYUDARA

Perawatan payudara merupakan perawatan yang dilakukan pada ibu pasca melahirkan/nifas untuk melancarkan sirkulasi darah dan mencegah tersumbatnya saluran susu sehingga memperlancar ASI

KAPAN SIH WAKTU PELAKSANAAN PERAWATAN?

Perawatan payudara bisa dilakukan minimal 2x dalam sehari

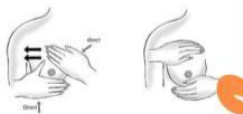
PERAWATAN PAYUDARA PADA IBU NIFAS



TEKNIK PERAWATAN PAYUDARA

Tempelkan kapas yang sudah diberi minyak kelapa atau baby oil selama kurang lebih 5 menit, kemudian puting susu dibersihkan. Tempelkan kedua telapak tangan diantara kedua payudara.

- a. Pengurutan dimulai kearah atas, kesamping, lalu ke arah bawah, dalam pengurutan posisi tangan kiri kearah sisi kanan.
- b. Pengurutan diteruskan kebawah, kesamping selanjutnya melintang. lalu telapak tangan mengurut ke depan kemudian kedua tangan dilepaskan dari payudara, ulangi gerakan 20-30 kali
- c. Gerakan perawatan payudara:



1. Gerakan pertama, kedua tangan disimpan dibagian tengah atau antara payudara gerakan tangan ke arah atas pusat kesamping, kebawah kemudian payudara diangkat sedikit dan dilepas kan dilakukan 20-30 kali
2. Gerakan kedua, satu tangan menahan payudara dari bawah, tangan yang lain mengurut payudara dengan pinggir tangan dari arah pangkal ke puting susu, dilakukan 20-30 kali pada kedua payudara secara bergantian
3. Gerakan ketiga, satu tangan menahan payudara dibagian bawah, tangan yang lain mengurut dengan bahu, jari tangan mengepal lakukan pengurutan dari arah pangkal ke puting susu, 20-30 dilakukan pada kedua payudara secara bergantian
- d. Selesai pengurutan, payudara dikompres dengan air hangat dan dingin bergantian selama kurang lebih 5 menit keringkan payudara dengan handuk bersih kemudian gunakan BH yang bersih dan menopang.
- e. Bersihkan payudara terutama bekas minyak



-TERIMA KASIH-

Lampiran 8 Foto Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian

1. Hari pertama implementasi tanggal 5 Mei 2025



2. Hari kedua implementasi tanggal 6 Mei 2025



3. Hari ketiga implementasi tanggal 7 Mei 2025



4. Hari keempat implementasi tanggal 8 Mei 2025



Lampiran 9 Form Bimbingan Tugas Akhir

FORM BIMBINGAN TUGAS AKHIR

PEMBIMBING 1

Identitas Mahasiswa:

Nama : Sifa Raturahmah

NIM : 22130049

Judul TA : Implementasi Pemberian Kompres dingin

Aloe Vera Untuk mengurangi nyeri mastitis pada Ibu menyusui

Identitas Pembimbing 1:

Nama : Ns. Candia Andodo, M. Icp

NIDN : 0012018903

Hari/Tgl	Materi Konsultasi	Hasil Konsultasi	Paraf Pembimbing 1
17 Desember 2024 Selasa	Konsultasi Judul + masalah yang masih ingin diambil	Ganti topik Permasalahan	
8 Januari 2025 Rabu	Konsultasi Judul + topik Per masalahan	Ace	
22 Januari 2025 Rabu	Konsultasi Bab 1 dan Bab 2	- Penulisan gambar menyorek - ditambah angle preventasi - bab 2 ditambah pemeriksaan, klasifikasi dan tanda gejala	

Jum'at 11 April 2025	Konsultasi: bab 1, bab 2, bab 3	Bab 1 - mencari data angka dr who - Proses kompres dengan diganti bahasanya - ditambahkan kalimat penghubung	d
		Bab 2 - pathway diganti - definisi kompres dengan atau lain diganti	d
		Bab 3 - kriteria ekses diganti - data yang dikom putasi ditambahkan sisa n/eri	d
Jum'at 18 April 2025	Konsultasi: Bab 1, bab 2, bab 3	Bab 1 - definisi operasional - tulisan miring Bab 2 - data apa yg mau diambil - data apa yg akan	d
		disajikan - Perbaikan mendeley dan tulisan miring	d
Senin 21 April 2025		acc	d
Senin 19 Mei 2025	Konsultasi: BAB 4	- Menambah dx - Perbaiki kuespan - Dapihin	d

26 Mei 2015 Senin	Konsultasi BAB 4 dan 5	- dirapikan - bab 5 dikasih teori dan kesimpulan an diringkas lagi	
4 Juni 2015 Rabu	Konsultasi Bab 5	- Bab 5 diringkas lagi, ditambah abstrak dan ppt	
5 Juni 2015 Kamis	Konsultasi Bab 4 & 5	- Mengambil teori di pembahasan	
12 Juni 2015 Kamis	Konsultasi 4 dan 5	Acc	

FORM BIMBINGAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING 2

Identitas Mahasiswa:

Nama : Sifa Rakrahmah

NIM : 22130049

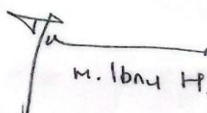
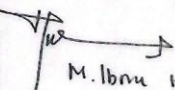
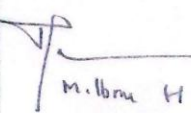
Judul TA : Implementasi Pemberian kompres dingin

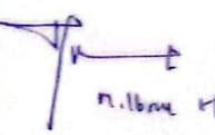
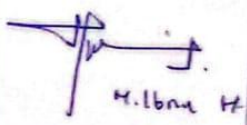
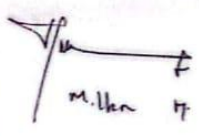
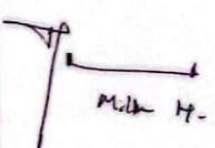
diaplikasikan untuk mengurangi nyeri mastitis
pada ibu menyusui

Identitas Pembimbing 2:

Nama : Ms. M. Ibnu H. M. Kep

NIDN : 0629069103

Hari/Tgl	Materi Konsultasi	Hasil Konsultasi	Paraf Pembimbing 2
Selasa 7 Januari 2025	Konsultasi Judul dan Permasalahan	- Ganti judul + permasalahan	 M. Ibnu H.
Rabu 13 Januari 2025	Konsultasi Judul + Permasalahan	Acc	 M. Ibnu H.
Senin 14 April 2025	Konsultasi Bab 1, Bab 2, Bab 3	Bab 1 - Kata didefinisikan Bab 2 - Penjelasan nyeri, etiologi, patofisiologi nyeri mastitis	 M. Ibnu H.

	ip n na	- ditambah tahap kerja pembuatan gel aloe vera - Bab 3 - ditambah kriteria inklusi	
Jumat 10 April 2025	Bab 2 dan bab 3	- def ^{Bab 3} definisi operation or (definisi nyeri maskis dan kapan diukur nyeri) - mengapa memilih NRS	
Senin 21 April 2025	Bab 2	- Acc	
Rabu 21 Mei 2025	Bab 4	- tambah pengkajian genetologi - tambah terapi komplementer - implementasi skala 1x saja - pengkajian fisile	
Rabu 26 Mei 2025	Bab 4 dan 5	- bagian pengkajian diteliti tagi - tambah teori di bab 4 pembahasan	
Kamis 12 Juni 2025	Bab 4 dan 5	Acc	