

**Lampiran 1 STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR KOMPRES
DINGIN**

Pengertian	Kompres dingin adalah metode terapi non-farmakologis yang melibatkan penerapan suhu rendah pada area tubuh untuk mengurangi nyeri, peradangan, dan pembengkakan.
Tujuan	Kompres dingin ini bertujuan untuk mengurangi nyeri dan rasa ketidaknyamanan
Persiapan alat dan bahan	1. Trolly 2. Kantong es (ice bag) menggunakan merk Onemed ukuran 6 inch, Suhu 10-15°C 3. 1 waskom berisi potongan es 4. Perlak kecil dan alasnya 5. Lap kering 6. Buku dokumentasi dan alat tulis
Pra Interaksi	1. Siapkan alat-alat 2. Membawa alat didekat pasien dengan benar 3. Identifikasi skala nyeri pasien dan Lokasi nyeri 4. Cuci tangan
Tahap orientasi	1. Mengucapkan salam terapeutik 2. Memperkenalkan diri dan menanyakan nama klien 3. Menjelaskan tujuan dan prosedur Tindakan pada klien 4. Menanyakan kesiapan klien sebelum Tindakan dilakukan
Tahap kerja	4. Menjaga privasi klien 5. Cuci tangan 6 langkah 6. Mengatur posisi pasien nyaman mungkin 7. Letakkan alat alat didekat klien

	8. Mengobservasi skala nyeri klien menggunakan NRM sebelum dilakukan Tindakan 9. Memasang pernak pengalas 10. Mengisi kantong es sebanyak 1/2–1/3 bagian 11. Mengeluarkan udara, kemudian menutup kantong es. 12. Memeriksa dengan teliti apakah kantong es bocor atau tidak 13. Mengeringkan kantong es dengan lap kering 14. Menempatkan kantong es pada bagian tubuh yang akan di kompres dengan waktu 10-15 menit, dengan suhu 10-15 derajat <i>celcius</i> 15. Mengobservasi reaksi yang timbul pada klien 16. Angkat kantong es jika sudah selesai 17. Mengembalikan kantong es pada tempatnya 18. Memposisikan pasien pada posisi semula
Tahap terminasi	6 Merapikan alat dan bahan 7 Cuci tangan 8 Dokumentasi 9 Evaluasi

**Lampiran 2 STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR RELAKSASI
NAPAS DALAM**

Pengertian	Relaksasi nafas dalam adalah suatu teknik merilekskan ketegangan otot yang dapat membuat pasien merasa tenang dan bisa menghilangkan dampak psikologis stres pada pasien.
Tujuan	Tujuan dari pelaksanaan teknik relaksasi nafas dalam adalah untuk merileksasikan ketegangan otot tubuh dengan mengatur pola napas sehingga dapat mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri.
Prosedur tindakan	1. Tahap pra interaksi a. Membaca status klien jika ada b. Mencuci tangan 2. Tahap orientasi a. Mengucapkan salam terapeutik b. Memperkenalkan diri dan menanyakan nama klien c. Menjelaskan tujuan prosedur Tindakan pada klien d. Menanyakan kesiapan klien sebelum Tindakan dilakukan e. Menjaga privasi klien 3. Tahap kerja a. Berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya jika ada yang kurang jelas b. Atur posisi klien agar rileks tanpa beban fisik c. Intruksikan pasien untuk Tarik nafas sedalam-dalamnya melalui hidung

	d. Intruksikan klien untuk menahan napas selama 3 detik. e. Intruksikan klien untuk menghembuskan napas secara perlahan melalui mulut, pada waktu yang bersamaan minta klien untuk sensasi rileks yang dirasakan. f. Latih dan informasikan kepada klien untuk melakukan teknik relaksasi napas dalam sebanyak 5-10 kali atau sampai rasa nyeri berkurang atau hilang. g. Setelah pasien merasakan ketenangan, minta pasien untuk melakukan secara mandiri dan intruksiakan klien untuk mengulangi teknik ini apabila rasa nyeri Kembali lagi. 4. Tahap terminasi a. Evaluasi hasil kegiatan b. Lakukan kontrak untuk kegiatan selanjutnya c. Cuci tangan 5. Dokumentasi a. Catat waktu pelaksanaan Tindakan b. Catat respon klien sebelum dan sesudah dilakukan Tindakan.
--	--

Lampiran 3

**Dokumentasi saat pengkajian*



Lampiran 4

**Dokumentasi pada saat terapi realaksasi nafas dalam*



Lampiran 5

**Dokumentasi saat pemberian terapi kompres dingin*





Lampiran 6

*Lembar persetujuan (*informed consent*)

LEMBAR PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama (inisial) : *Tn. W*

Umur : *53 tahun*

Alamat : *Jagapura Brebes*

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

Nama : Intan Nur Hanifah

NIM : 22130015

Institusi : Politeknik Harapan Bersama Kota Tegal

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi serta bersedia menjadi responden “**Implementasi Terapi Kombinasi Kompres Dingin Dan Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Post Operasi Laparatomi Dengan Gangguan Rasa Nyaman Akibat Nyeri**”

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

Tegal, 19 Mei 2025

Responden



(Responden)

Lampiran 7***Surat Ijin Pengambilan Data**

Tegal, 9 Mei 2025

 **POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA**
The True Vocational Campus

Nomor : 040.03/KEP.PHB/V/2025
Lampiran : -
Hal : Permohonan ijin Penelitian

Kepada Yth :
Direktur RSUD Kardinah 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 : Intan Nur Hanifah
NIM : 22130015
SEMESTER : VI (ENAM)
JUDUL : IMPLEMENTASI TERAPI KOMBINASI KOMPRES DINGIN DAN RELAKSASI NAFAS DALAM PADA PASIEN POST OPERASI LAPARATOMI DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN AKIBAT NYERI.
DATA YANG DIAMBIL : STUDI KASUS PASIEN POST OPERASI LAPARATOMI

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
 Ns. Ardi Henda Karmandika, M. Kep
 NIP. 09.020.452

Tembusan:
1. Mahasiswa
2. Arsip

Lampiran 8

*Surat Balasan Permohonan Ijin Penelitian



PEMERINTAH KOTA TEGAL
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KARDINAH

Jl. Aip KS. TUBUN NO. 4 Tegal

Telp. (0283) 350377 / 350477 / 350577 / 341938, Fax (0283) 353131 KODE POS 52124

Nomor : 400.34 / 114 / V / 2025
 Lampiran : -
 Perihal : Balasan Permohonan Ijin Penelitian

Tegal, Mei 2025

Kepada Yth. **Direktur Politeknik Harapan Bersama**
 di
TEMPAT

Memperhatikan surat dari Politeknik Harapan Bersama Nomor 041.03/KEP.PHB/V/2025 tanggal 09 Mei 2025, Perihal Surat Permohonan Ijin Penelitian. bersama ini disampaikan bahwa Permohonan atas :

Nama : INTAN NUR HANIFAH
 Program Studi : D-III Keperawatan
 Judul : IMPLEMETASI TERAPI KOMBINASI KOMPRES DINGIN
 DAN RELAKSASI NAFAS PADA PASIEN POST OPERASI
 LAPARATOMI DENGAN GANGGUAN RASA NYAMAN
 AKIBAT NYERI

Dijijinkan dan selanjutnya proses pelaksanaan mengikuti prosedur/ketentuan yang berlaku di RSUD Kardinah.

Demikian, atas perhatiannya disampaikan terima kasih.

Plt. DIREKTUR RSUD KARDINAH
 KOTA TEGAL



M. ZABNAL ABIDIN, SKM, MM

Rembina Tk.I

NIP. 19680514 198801 1 001

Lampiran 9

*Form Bimbingan

FORM BIMBINGAN TUGAS AKHIR PEMBIMBING 1

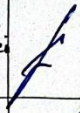
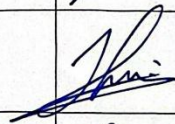
Identitas Mahasiswa:

Nama : Intan Nur Hanifah
 NIM : 22130015
 Judul TA : Implementasi terapi kombinasi kompres dingin dan relaksasi nafas dalam pada pasien post operasi laparotomi dengan gangguan rasa nyaman akibat nyeri

Identitas Pembimbing 1:

Nama : Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep
 NIDN : 0615029303

Hari/Tgl	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing 1
7/12 ²⁴	- konsul judul - Revisi judul	
21/12 ²⁴	- Revisi Latar belakang	
27/12 ²⁴	- Revisi Latar belakang tambahan 1-3 kalimat	
23/01 ²⁵	- Tambahan dampak nyeri pd pasien - Terapi farmakologis + non, kompres dingin dan relaksasi nafas dalam.	

16/04	Revisi Bab 2. - gangguan rasa nyaman akibat nyeri	
21/04 ²⁵	Revisi BAB 2. - konsep gangguan rasa nyaman - perselar mekanisme terhadap kompartemen dingin dan relaksasi napas dalam.	
29/04 ²⁵	Revisi BAB 2 dan 3.	
30/04 ²⁵	Acc Proposal	
1/06 ²⁵	Konsep bab 4-5	
16/06 ²⁵	Revisi Bab 9 (pembahasan)	
25/06 ²⁵	Acc Skripsi Gawai	

**FORM BIMBINGAN TUGAS AKHIR
PEMBIMBING 2**

Identitas Mahasiswa:

Nama : Intan Nur Hanifah
NIM : 22130015
Judul TA : Implementasi terapi kombinasi kompres dingin dan relaksasi nafas dalam pada pasien post operasi laparotomi dengan gangguan rasa nyaman akibat nyeri

Identitas Pembimbing 2:

Nama : Bdn. Seventina Nurul Hidayah S. Si.T., M.Kes
NIDN : 1117088601

Hari/Tgl	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing 2
Kamis 17 April 25	Judul Aee sesuai pokok kajian	
22 April 25	Bab I Revisi latar belakang penelitian pd masalah nyeri post laparotomi	
29 April 25	Revisi bab I (cek ulang isi saran)	
5 Mei 25	Bab I Aee. Bab 2 dan 3 perlu penambahan referensi terkait tyy terapi kombinasi	

8 Mei 25	Sudah sesuai Ace Bab 2 dan 3	11
17 Juni 25	Bab 4 dan 5 perlu perbaikan sistemahko pembahasan	8
19 Juni 25	Tambahkan referensi pendukung pada interpretasi hasil	8
26 Juni 25	Ace bab 4 dan 5 (layak untuk diajukan sidang)	8

Lampiran 10

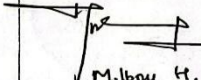
* Form Revisi Naskah Tugas Akhir

Lampiran 11: Form Revisi Naskah Tugas Akhir



LEMBAR REVISI UJIAN TUGAS AKHIR (TA)
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGALTAHUN
AKADEMIK 2021/2022

Nama Mahasiswa : IMAN NUR HANIPAH
 NIM : 22130015
 Jenis Tugas Akhir : KTI/ Tm Riset Dosen /Publikasi*
 Judul Tugas Akhir : Implementasi Terapi Kombinasi Komputer dengan dan tanpa
 Tanggal Sidang TA : 9 Juli 20
 Ketua /Penguji 1/ Penguji 2*) : M. M. Lina Lina, M. Lina

NO.	REVISI	TANGGAL REVISI	TANDA TANGAN PENGUJI
1.	Perbaiki "definisi" dalam tabel di.		
2.	Pengrajan nyeri — P a R J T	18 Agustus 25	 M. Ibnu H.
3.	penulisan ukuran sesuaikan siki	Acc	
4.	pain / discomfort ?		
5.	Pastikan fisiologi kompres dengan 4/ ↓ nyeri.		

6. sesuaikan judul dgn tindakan yang dilakukan.

Mahasiswa,

(.....)

NIM. 22130018

salah satu

Lampiran 11: Form Revisi Naskah Tugas Akhir



LEMBAR REVISI UJIAN TUGAS AKHIR (TA)
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGALTAHUN
AKADEMIK/.....

Nama Mahasiswa : Irfan Nur Hanifal
NIM : 22130015
Jenis Tugas Akhir : KTI/ Tim Riset Dosen / Publikasi*
Judul Tugas Akhir : Implementasi Jarak Jarak Berbasis Digital & Kolaborasi
Tanggal Sidang TA : 5/7/2025
Ketua / Penguji 1/ Penguji 2*) : Ulfaul Lailah Islah - M.B.S.

NO.	REVISI	TANGGAL REVISI	TANDA TANGAN PENGUJI
1.	latar belakang : tambahkan narasi penelitian lain & alasan untuk mendukung judul ini		
2.	metode : DO, sub teh penelitian		
3.	informasi : tambahkan data		
4.	pembahasan : tambahkan data sesuai dgn hasil penelitian & alasan untuk		

Tegal,.....

Mahasiswa,

(.....)

NIM. 22130015

Torek salah satu

Lampiran 11: Form Revisi Naskah Tugas Akhir



LEMBAR REVISI UJIAN TUGAS AKHIR (TA)
PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGALTAHUN
AKADEMIK 2014/2015

Nama Mahasiswa : Atika Nur Hafidha
NIM : 22130015
Jenis Tugas Akhir : KTI/ Tim Riset Dosen / Publikasi*
Judul Tugas Akhir :
Tanggal Sidang TA : 9-7-2015
Ketua / Penguji 1/ Penguji 2*) : Ms. Arah Henda Kurniasari M.Kep

NO.	REVISI	TANGGAL REVISI	TANDA TANGAN PENGUJI
	sesuai catatan sidang 1.	8/25 6	

Tegal, ... 9 ... 7 ... 2015

Mahasiswa,

(.....)
NIM. 22130015

*Coret salah satu

Lampiran 12 Biodata Mahasiswa**BIODATA MAHASISWA**

Nama : Intan Nur Hanifah
 Nim : 22130015
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Tempat, tanggal lahir : Tegal, 21 Oktober 2002
 Alamat : Ds. Pengabean Rt 01 Rw 02
 No Telepon/Hp : 085725210089
 Email : intannurhanifah38@gmail.com
 Riwayat pendidikan :
 SD : SDN Slerok 2 Tegal
 SMP : SMP Muhammadiyah 1 Tegal
 SMK : SMK Harapan Bersama Tegal
 Diploma : Diploma III Keperawatan Politeknik Harapan
 Bersama
 Judul Studi Kasus : Implementasi Terapi Kompres Dingin Dan
 Relaksasi Nafas Dalam Pada Pasien Nyeri Post Operasi Laparatomi