**LEMBAR PENGUKURAN NYERI**

**Pengukuran Nyeri**

Nama :

Usia :

Paritas :

Hasil Pengukuran 1 : Sebelum : , Sesudah :

Hasil Pengukuran 2 : Sebelum : , Sesudah :

Hasil Pengukuran 3 : Sebelum : , Sesudah :

* 1. Numeric Rating Scale ( Menurut Bruner and Sudart 2002 )

Gambar 1



|  |
| --- |
| **LEMBAR OBSERVASI** |
| **EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT DAN KOMPRES DINGIN UNTUK MENGURANGI RASA NYERI PADA LASERASI**  |
|  **PERINEUM PADA MULTIPARA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS RAWAT INAP MAMPU**  |
| **PONED MULYA ASRI KABUPATEN TULANG BAWANG BARAT TAHUN 2020** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Lembar Observasi Kompres Dingin : |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **No** | **Nama Responden** | **Usia** | **Paritas** | **Jahitan Perineum Derajad 1-2** | **Nyeri Sebelum Kompres** | **Kompres Dingin 1** | **Kompres Dingin 2 ( Jarak 30 menit)** | **Kompres Dingin 3 ( Jarak 30 menit)** | **P-Value** |
|
| 1 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 2 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 3 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 4 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 5 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 6 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 7 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 8 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 9 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 10 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 11 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 12 |   |   |  |   |   |   |   |   |   |
| 13 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 14 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 15 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|  |
| **LEMBAR OBSERVASI** |
| **EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT DAN KOMPRES DINGIN UNTUK MENGURANGI RASA NYERI PADA LASERASI**  |
|  **PERINEUM PADA MULTIPARA DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS RAWAT INAP MAMPU**  |
| **PONED MULYA ASRI KABUPATEN TULANG BAWANG BARAT TAHUN 2020** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Lembar Observasi Kompres Hangat : |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **No** | **Nama Responden** | **Usia** | **Paritas** | **Jahitan Perineum Derajad 1-2** | **Nyeri Sebelum Kompres** | **Kompres Dingin 1** | **Kompres Dingin 2 ( Jarak 30 menit)** | **Kompres Dingin 3 ( Jarak 30 menit)** | **P-Value** |
|
| 1 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 2 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 3 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 4 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 5 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 6 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 7 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 8 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 9 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 10 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 11 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 12 |   |   |  |   |   |   |   |   |   |
| 13 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 14 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 15 |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)**

**EFEKTIVITAS KOMPRES HANGAT UNTUK MENGURANGI RASA NYERI LASERASI PERINEUM PADA IBU POSTPARTUM DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS RAWAT INAP MAMPU
PONED MULYA ASRI TAHUN 2020**

|  |  |
| --- | --- |
| **No** | **ASPEK YANG DILAKUKAN** |
| **1.** | 1. **Fase Pra Interaksi**
 |
|  |  Menyiapkan perlengkapan :1. Air hangat secukupnya
2. Handscone 4 pasang
3. Tampon vagina 1 buah
4. Thermometer 1 buah
5. Plastik es batu uk.1/2 kg 3 buah
6. Dug steril/kain bersih tipis 3 buah
7. Masker 3 buah
8. Underpads 1 buah
 |
| **2.** | 1. **Fase Interaksi**
 |
|  | 1. Mengucapkan salam
2. Melakukan validasi
3. Menjelaskan kontrak waktu pemberian kompres hangat
4. Menjelaskan tujuan dan langkah-langkah tindakan
 |
| **3.** | 1. **Fase Kerja**
 |
|  | 1. Mencuci tangan
2. Instruksikan responden untuk tidur dengan posisi yang nyaman
3. Berikan lembar observasi skala numerik 5 menit sebelum dilakukan penelitian.
4. Pemberian kompres hangat atau bantalan hangat untuk mengurangi nyeri laserasi perineum selama 20 menit dalam 3x kompres dengan jeda 30 menit dan suhu air hangat 370C
5. Selanjutnya berikan kompres hangatpada area penjahitan perineum.
6. Pastikan responden dapat merasakan sensasi hangat di area penjahitan.
 |
| **4.** | 1. **Fase Terminasi**
 |
|  | 1. Berikan lembar observasi skala nyeri nominal untuk mengetahui derajat nyeri setelah dilakukan kompres
2. Catat hasil.
3. Mengajarkan pada ibu untuk melalukan tidakan lanjutan sendiri di rumah
4. Mendokumentasikan hasil
 |

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)**

**EFEKTIVITAS KOMPRES DINGIN UNTUK MENGURANGI RASA NYERI LASERASI PERINEUM PADA IBU POSTPARTUM DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS RAWAT INAP MAMPU PONED
MULYA ASRI TAHUN 2020**

|  |  |
| --- | --- |
| **No** | **ASPEK YANG DILAKUKAN** |
| **1.** | 1. **Fase Pra Interaksi**
 |
|  |  Menyiapkan perlengkapan :1. Air dingin secukupnya
2. Handscon 4 pasang
3. Thermometer 1 buah
4. Tampon vagina 1 buah
5. Dug steril/kain bersih tipis 3 buah
6. Plastik es batu uk.1/2 kg 3 buah
7. Masker 3 buah
8. Underpads 3 buah
 |
| **2.** | 1. **Fase Interaksi**
 |
|  | 1. Mengucapkan salam
2. Melakukan validasi
3. Menjelaskan kontrak waktu pemberian kompres dingin
4. Menjelaskan tujuan dan langkah-langkah tindakan
 |
| **3.** | 1. **Fase Kerja**
 |
|  | 1. Mencuci tangan
2. Instruksikan responden untuk tidur dengan posisi yang nyaman
3. Berikan lembar observasi skala numerik 5 menit sebelum dilakukan penelitian
4. Selanjutnya berikan kompres dinginpada area penjahitan perineum.
5. Pemberian kompres dingin atau bantalan dingin untuk mengurangi nyeri laserasi perineum selama 10 menit dalam 3x kompres dengan jeda 30 menit dan suhu air dingin 130C
6. Pastikan responden dapat merasakan sensasi dingin di area penjahitan.
 |
| **4.** | 1. **Fase Terminasi**
 |
|  | 1. Berikan lembar observasi skala nyeri nominal untuk mengetahui derajat nyeri setelah dilakukan kompres
2. Catat hasil.
3. Mengajarkan ibu untuk melalukan tidakan lanjutan sendiri di rumah
4. Mendokumentasikan hasil
 |