

L

A

M

P

I

R

A

N

Lampiran 1. Lembar persetujuan menjadi responden

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

No. Responden :*I*.....(diisi oleh peneliti)

Nama : *My. D*.....

No. Hp : *082146328707*

Setelah di berikan penjelasan tentang tujuan dan manfaat penelitian ini dan adanya jaminan kerahasiaan, maka : Saya bersedia Saya tidak bersedia

Terlibat sebagai partisipan dalam penelitian yang berjudul “ **Penerapan *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Oepoi Kota Kupang**”. Surat persetujuan ini Saya tandatangani tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Saya berharap hasil penelitian dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah di lakukan terapi. Dengan mendatangani surat persetujuan ini, Saya menyatakan kesediaan/ ketidaksediaan Saya menjadi responden dalam penelitian ini.

Peneliti


Angelintan Konda Namu

Kupang.....*15*..... Juli 2025

Partisipan


My. D

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

No. Responden :11.....(diisi oleh peneliti)

Nama :ny. F.....

No. Hp :085792487561.....

Setelah di berikan penjelasan tentang tujuan dan manfaat penelitian ini dan adanya jaminan kerahasiaan, maka : Saya bersedia Saya tidak bersedia

Terlibat sebagai partisipan dalam penelitian yang berjudul “ **Penerapan *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Oepoi Kota Kupang**”. Surat persetujuan ini Saya tandatangani tanpa adanya paksaan dari pihak manapun. Saya berharap hasil penelitian dapat menurunkan tekanan darah pada pasien hipertensi setelah di lakukan terapi. Dengan mendatangani surat persetujuan ini, Saya menyatakan kesediaan/ ketidaksediaan Saya menjadi responden dalam penelitian ini.

Peneliti



Angelintan Konda Namu

Kupang.....15..... Juli 2025

Partisipan



ny. F

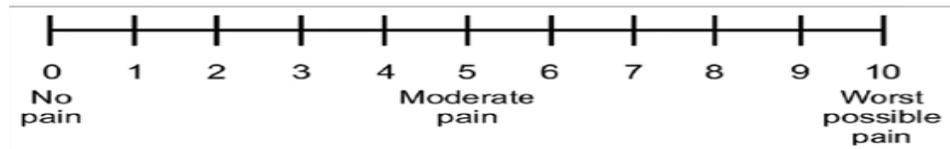
Lampiran 2. Lembar Observasi

A. Identitas Responden

- 1 Nama (Inisial) :
- 2 Umur :
- 3 Agama :
- 4 Pendidikan :
- 5 Pekerjaan :
- 6 Alamat :
- 7 Status kehamilan :
- 8 Usia kehamilan :

B. Intensitas nyeri sebelum di lakukan intervensi endorphin massage

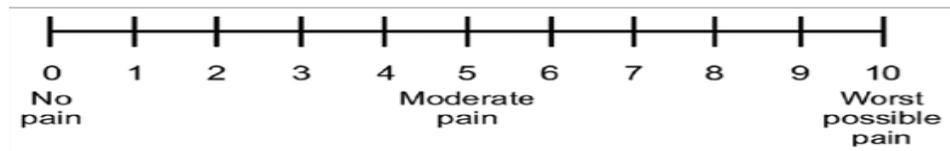
Petunjuk : responden menunjukkan angka nyeri yang dirasakan berdasarkan skala nyeri 0-10 sebelum dilakukan intervensi kemudian peneliti menuliskan jawaban responden ditempat yang disediakan



Hari 1	hari 2	hari 3	ket
() 0	() 0	() 0	: Tidak nyeri
() 1-3	() 1-3	() 1-3	: Nyeri ringan
() 4-6	() 4-6	() 4-6	: Nyeri sedang
() 7-10	() 7-10	() 7-10	: Nyeri hebat

C. Intensitas nyeri punggung setelah diberikan intervensi endorpin massage

Petunjuk : responden menunjukkan angka nyeri yang dirasakan berdasarkan skala nyeri 0-10 setelah dilakukan intervensi kemudian peneliti menuliskan jawaban responden ditempat yang disediakan



Hari 1	hari 2	hari 3	ket
() 0	() 0	() 0	: Tidak nyeri
() 1-3	() 1-3	() 1-3	: Nyeri ringan
() 4-6	() 4-6	() 4-6	: Nyeri sedang
() 7-10	() 7-10	() 7-10	: Nyeri hebat

Lampiran 3. Standar Operasional Prosedur

Standar Operasional Prosedur Endorphin Massage

Pengertian	Endorphin massage/ pijat endorphin adalah teknik pijat yang ringan atau sentuhan lembut pada ibu hamil untuk memicu endorfin dilepaskan oleh tubuh
Tujuan	Menurunkan intensitas nyeri yang di rasakan oleh ibu hamil
Indikasi	Ibu hamil trimester III
Persiapan alat	<ol style="list-style-type: none">1. Alat tulis (lembar observasi)2. Tempat duduk (kursi atau sofa)
Persiapan ibu	Inform consent yang telah ditandatangani sebagai persetujuan dilakukan terapi pijat endorfin
Prosedur	<ol style="list-style-type: none">1. Memberikan salam dan memperkenalkan diri serta menjelaskan maksud dan tujuan tindakan2. Mencuci tangan3. Kaji tingkat nyeri ibu menggunakan instrumen nyeri sebelum dilakukan intervensi4. Sarankan ibu untuk memilih posisi senyaman mungkin, posisi dapat dilakukan dengan duduk atau berbaring miring ke arah kiri atau kanan, mintalah suaminya untuk ikut mendampingi istri dengan cara duduk yang nyaman di samping atau belakang istri5. Mintalah ibu untuk menarik nafas dalam dengan kedua tangan mata dipejamkan untuk beberapa saat agar ibu merasa lebih rileks. Kemudian belai lembut permukaan luar lengan ibu, mulai lengan atas hingga lengan bawah menggunakan ujung jari6. Setelah kurang lebih 5 menit, lakukan hal yang sama dengan lengan lain7. Tindakan serupa dapat dilakukan di bagian tubuh lainnya, seperti telapak tangan, leher, bahu dan paha karena meski

	<p>hanya sentuhan lembut yang diberikan, ibu dapat merasa lebih rileks dan nyaman</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. Kemudian lakukan tindakan pada bagian punggung ibu, sarankan ibu untuk memilih posisi yang nyaman, baik duduk maupun berbaring miring. Selanjutnya, pijat ibu dengan lembut di mulai dari leher membentuk V terbalik menuju tulang rusuk. 9. Setelah pijatan dilakukan turun kebawah dengan alur bahu, punggung, pantat dan tulang ekor dan anjurkan ibu untuk rileks. 10. Setelah pijatan-pijatan, ucapkan kata-kata yang dapat menentramkan perasaan ibu. Contohnya “ saat ibu merasakan belaian ini, bayangkan endorfin yang menghilangkan rasa sakit di lepas dan mengalir ke tubuhmu” suami juga dapat mengungkapkan kata-kata cinta pada ibu saat melakukan tindakan. Contohnya “ istriku, terimakasih telah berjuang sampai saat sampai masa persalinanmu, aku akan terus ada di sampingmu dan menjaga mu dan anak kita”. 11. Setelah tindakan semua dilakukan, mintalah suami memeluk istrinya supaya ibu lebih merasa nyaman dan tercipta suasana yang menyenangkan dan mengharu biru 12. Setelah muncul tanda-tanda endorphin keluar seperti ada rasa hangat ditubuh, tubuh merasa lebih rileks dan timbul perasaan nyaman (5 menit setelah intervensi) kaji kembali nyeri punggung yang ibu rasakan setelah diberikan intervensi 13. Salam penutup 14. Mencuci tangan
Referensi	<p>(Aprilia, 2017) (Deswani et al, 2018)</p>

Lampiran 4. Surat Permohonan Penelitian

	Kemenkes	Kementerian Kesehatan Sekretariat Jenderal 📍 Jalan H.R. Rasuna Said Blok X-5 Kavling 4-9 Jakarta Selatan 12950 ☎ (021) 5201590 (hunting) 🌐 https://www.kemkes.go.id
Nomer	: PP.06.02/F.XXIX.19/1008/2025	Juli 2025
Hal	: Permohonan Ijin Penelitian	
Yth. Kepala Dinas Kesehatan Kota Kupang di Tempat		
Sehubungan dengan penulisan Skripsi bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang, maka bersama ini kami mohon diberikan ijin untuk melakukan penelitian kepada		
Nama	: Angelintan Konda Namu	
NIM	: PO5303211241478	
Jurusan/Prodi	: Keperawatan / Pendidikan Profesi Ners	
Judul Penelitian	: "Penerapan Endorphin Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Oepoi Kota Kupang"	
Tempat Penelitian	: Puskesmas Oepoi Kota Kupang	
Waktu Penelitian	: Juli - Agustus 2025	
Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerja samanya diucapkan terimakasih.		
	Jurusan Keperawatan Kupang	
		
	DR. Florentianus Tat, SKp, MKes NIP. 196611281993031005	
<p>Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan https://wbs.kemkes.go.id. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF</p>		

Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian

	<p style="text-align: center;">PEMERINTAH KOTA KUPANG DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG JL. S. K. Lerik – Kupang, Kode Pos : 85228 Website: www.dinkes-kotakupang.web.id, Email: dinkeskotakupang45@gmail.com KUPANG</p>		
<p>SURAT IZIN</p> <p>NOMOR : B-902/Dinkes.400.7.22.2/VII/2025</p> <p>TENTANG IZIN PENELITIAN</p>			
Dasar	: Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Kupang Nomor : PP.06.02/F.XXIX.19/1008/2025 tanggal 08 Juli 2025 Hal : Permohonan Izin Penelitian, maka dengan ini :		
<p>MEMBERI IZIN</p>			
Kepada	:		
Nama	: Angelintan Konda Namu		
NIM	: PO5303211241478		
Jurusan/Prodi	: Keperawatan/Pendidikan Profesi Ners		
Instansi/Lembaga	: Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang		
Judul Penelitian	: "Penerapan <i>Endorphin Massage</i> Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Oepoi Kota Kupang"		
Waktu	: Juli - Agustus 2025		
Lokasi	: UPTD. Puskesmas Oepoi		
<p>Demikian Izin Penelitian ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.</p> <p style="text-align: right;">Kupang, 09 Juli 2025 an. KEPALA DINAS KESEHATAN KOTA KUPANG Sekretaris</p> <p style="text-align: center;"> <u>I.G.A. Nurlan Sula-Gawa SKM., M.Kes.</u> NIP. 196912211993031007</p>			
<p>Tembusan : disampaikan dengan hormat kepada :</p> <ol style="list-style-type: none">1. Kepala UPTD. Puskesmas Oepoi di Tempat.2. Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Kupang di Tempat.			
<table border="1" style="width: 100%;"><tr><td style="text-align: center;">Paraf Hierarki</td></tr><tr><td style="text-align: center;">Kasubag Umum dan Kepegawaian</td></tr></table> <p style="text-align: right;"></p>		Paraf Hierarki	Kasubag Umum dan Kepegawaian
Paraf Hierarki			
Kasubag Umum dan Kepegawaian			

Lampiran 7. Lembar ACC Judul

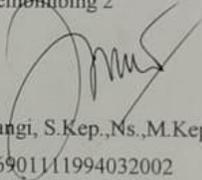
 **Kemenkes**

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Kupang
Jalan Piet A. Tallo, Liiba, Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0380) 8800256
<https://poltekkeskupang.ac.id>

PENGAJUAN JUDUL KARYA ILMIAH AKHIR

Nama : Angelintan Konda Namu, S.Tr.Kep
NIM : PO5303211241478
Prodi : Ners
Judul : Penerapan *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester 3 di Puskesmas Oepoi Kota Kupang

Mengajukan judul penelitian yang telah disetujui pembimbing 1 dan 2

Pembimbing 1	Pembimbing 2
	
Yuliana Dafroyati, S.Kep.,Ns.,M.Sc NIP. 197808242000031002	Jane Leo Mangi, S.Kep.,Ns.,M.Kep NIP. 196901111994032002

Telah dikoreksi dan disetujui oleh

Koordinator KIA	Ketua Prodi
Ns, Yoany M. V. B. Aty, S.Kep., M.Kep NIP. 197205271998031001	Dr. Aemilianus Mau, S.Kep,Ns., M.Kep NIP. 197205271998031001

Lampiran 8. Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR MAHASISWA

Nama Mahasiswa : Angelintan Konda Namu

Nim : PO5303211241478

No	Hari/tanggal	Rekomendasi pembimbing	Paraf pembimbing
1	Selasa, 24 Juni 2020	konsultasi Judul	
2	Kamis, 26 Juni 2020	Revisi Judul, Acc Judul	
3	A Jumat, 4 Juli 2020	konsultasi KIRAN BAB 1 sampai BAB III	
4	Rabu, 9 Juli 2020	Revisi konsultasi Revisi KIRAN BAB 1 dan BAB III	
5	Senin, 21 Jun 2020	konsultasi dan BAB 4 dan 5	
6	Selasa, 22 Juli 2020	Revisi BAB 4 dan 5	
7	Rabu, 23 Juli 2020	Acc KIRAN, lanjut Pembimbing 2	

Mengetahui

Ketua Program Studi

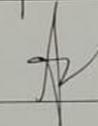
Dr. Aemilianus Mau, S.Kep., Ns. M.Kep
Nip: 197205271998031001

Pembimbing Utama

Yuliana Dafroyati, S.Kep.,Ns, M.Sc
Nip : 197808242000031002

**LEMBAR KONSULTASI
 BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR
 MAHASISWA PRODI PROFESI NERS**

Nama Mahasiswa : Angelintan Konda Namu
 NIM : PO5303211241478

NO	Hari/Tanggal	Topik Konsultasi	Paraf Pembimbing
	Kamis, 26 Juni 2025	Konsultasi Judul	
	Jumat, 21 Juli Konsultasi BAB 1 - BAB 11	Konsultasi BAB 1 - BAB 11	
	Jenin, 21 Juli Konsultasi Revisi Konsultasi BAB 4 - BAB 5	Konsultasi Revisi Konsultasi BAB 4 - BAB 5	
	Kamis, 24 Juli ACC KIAN	ACC KIAN	

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pembimbing 2

Dr. Aemilianus Mau, S.Kep.,Ns.,M.Kep
 NIP. 197205271998031001

Jane Leo Mangi, S.Kep.,Ns.,M.Kep
 NIP. 196901111994032002

Lampiran 9. Plagiat



Kementerian Kesehatan

Poltekkes Kupang

Jalan Piet A. Tallo, Liliba Oebobo,
Kupang, Nusa Tenggara Timur 85111
(0380) 8800256
<https://poltekkeskupang.ac.id>

PERPUSTAKAAN TERPADU

<https://perpus-terpadu.poltekkeskupang.ac.id/> ; e-mail: perpustakaanterpadu61@gmail.com

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Angelintan Konda Namu , S. Tr. Kep

Nomor Induk Mahasiswa : PO5303211241478

Dosen Pembimbing 1 : Yuliana Dafroyati., S.Kep.,Na.MSc

Dosen Pembimbing 2 : Jane Leo Mangi, S.Kep., Ns.M.Kep

Penguji : Kori Limbang.,S.Kep.,Ns.,M.Kep

Jurusan/Prodi : Keperawatan / Profesi Ners

Judul Karya Ilmiah : Penerapan Endorphin Massage Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Oepoi Kota Kupang.

Laporan Karya Ilmiah Akhir yang bersangkutan di atas telah melalui proses cek plagiasi menggunakan Strike Plagiarism dengan hasil kemiripan (similarity) sebesar 26,09 % Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kupang, 4 September 2025

Admin Strike Plagiarism

Murry Jermias Kale SST
NIP. 198507042010121002

Lampiran 10. Dokumentasi

