

Lampiran 1 : Jadwal Penyusunan Skripsi



**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN**  
**RS dr.SOEPRAOEN**  
**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**  
**JADWAL PENYUSUNANA SKRIPSI**

NO	KEGIATAN	Nov 2022			Des 2022			Jan 2023			Feb 2023			Mar 2023			Apr 2023			Mei 2023			Jun 2023			Jul 2023			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan judul dan nama pembimbing																												
2	Konfirmasi judul dan nama pembimbing																												
3	Penelusuran literatur, proses bimbingan dan penyusunan proposal																												
4	Seminar proposal																												
5	Revisi dan persetujuan proposal oleh pembimbing																												
6	Penelitian dan penulisan laporan penelitian																												
7	Pendaftaran Ujian SKRIPSI																												
8	Pelaksanaan Ujian SKRIPSI																												
9	Revisi laporan SKRIPSI																												
10.	Penyerahan laporan SKRIPSI																												

Lampiran 2 : Surat Izin Studi Pendahuluan



**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr.SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

Nomor : B/Keb/ 751 / 2022

Malang, 2022

Perihal : Studi Pendahuluan &  
Pelaksanaan Penelitian

Kepada

Yth.

Di

Tempat

1. Dasar
  - a. Kalender Akademik Program Sarjana Kebidanan Tahun Ajaran 2022 / 2023.
  - b. Pelaksanaan Skripsi Program Sarjana Kebidanan Tahun Ajaran 2022 / 2023.

2. Sehubungan dengan hal tersebut diatas, mohon diijinkan mahasiswa dengan

Nama : LISA NURTANTI  
NIM : 196012  
Semester : VII

Untuk dapat melakukan \*( Studi Pendahuluan & Pelaksanaan Penelitian ) yang berjudul:


PENGARUH ENDORPHIN MASSAGE TERHADAP NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI TPIS SUMARITAH S. TR. Kab CEMOROLANDANG.

3. Demikian atas ijin dan perkenannya kami sampaikan terima kasih.

Mengetahui,  
Ka Prodi Sarjana Kebidanan

  
Lisa Indriani, SST., M.Kes

Koordinator WAP

  
Tut Rayani A.W., SST., M.Keb

Tembusan : 1. Arsip

## Lampiran 3 : Surat Balasan Ijin Penelitian



**INSTITUT TEKNOLOGI, SANIS DAN KESEHATAN**  
**RS. dr. SOEPRAOEN MALANG**  
**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

Yth, Koordinator Pelaksana

UAP / Studi Kasus

Di Tempat

Yang Bertanda Tangan Dibawah ini:

Nama : Sumaryah, S. Tr. Keb

Alamat : Jl. Slamet Cemorokandang, RT.5/RW.3, Kedungkandang

Memberikan Izin Kepada Mahasiswa:

Nama : Lisa Nuryanti

NIM : 196012

Tingkat / Semester : IV / VII Prodi Sarjana Kebidanan Institut Teknologi, Sanis dan Kesehatan RS. dr. Soepraoen Malang

Untuk melaksanakan Studi Pendahuluan dan Penelitian Studi Kasus yang berjudul "Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di TPMB Sumaryah, S. Tr. Keb Cemorokandang".

Demikian surat ini dibuat untuk memenuhi penelitian yang akan dilakukan, saya ucapkan banyak terimakasih.

Hormat saya,

**PRAKTEK MANDIRI BIDAN**  
**SUMARYAH, S.Tr.Keb**  
 Jl. Slamet RS. dr. Soepraoen Malang  
 Telp. 0341-3025244 / 085 234.220.084  
 (Sumaryah, S. Tr. Keb)

## Lampiran 4 : Surat Izin Etik



**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS  
dr.SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE  
INSTITUT ILMU KESEHATAN STRADA INDONESIA  
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE STRADA INDONESIA**

**KETERANGAN LOLOS UJI ETIK  
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL  
"ETHICAL APPROVAL"**

**NOMOR : 3729/KEPK/III/2023**

Komite Etik Penelitian Kesehatan Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian kesehatan, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul :

*Health Research Ethics Committee Institute of Health Science STRADA Indonesia in the effort to protect the rights and welfare of research subjects of health, has reviewed carefully the protocol entitled:*

**"Pengaruh Endorphin Massage terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di TPMB Sumariyah S.Tr. Keb. Cemorokandang"**

**Peneliti** : Lisa Nuryanti  
*Investigator*

**Nama Institusi** : Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen  
KESDAM V/Brawijaya

**Dan telah menyetujui protokol tersebut di atas.**  
*And approved the above-mentioned protocol.*

Kediri, 13 Maret 2023

KETUA /  
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN  
STRADA

*Erma Retnaningtyas, SST.,Bd.,SKM.,M.Kes.*  
NIK: 15.07.12.127

## Lampiran 5 : Informed Consent



**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr.SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

34

## Lampiran 1. 4: Informed Consent



**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr.SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN  
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : WY. I  
 umur : 25 th  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Pendidikan : S1/MAKTA  
 Pekerjaan : IRT

Setelah mendapatkan informasi tentang manfaat asuhan kebidanan komplementer, saya (bersedia / tidak bersedia) berpartisipasi dan menjadi responden studi kasus yang berjudul "Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di TPMB Sumariyah, S.Tr, Keb Cemorokandang" Secara sukarela tanpa adanya tekanan dan juga paksaan dari pihak lain.

Peneliti

**Lisa Nuryanti**  
NIM.196019

Malang,

Responden

**(Imas Agustina)**  
Tandatangan dan inisial

## Lampiran 6 : SOP Pemberian Terapi Endorphin Massage



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr.SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

### Prosedur Pemberian Terapi *Endorphin Massage*

#### Tujuan Terapi *Endorphin Massage*

#### STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR *ENDORPHIN MASSAGE*

<b>Pengertian</b>	Sebuah teknik sentuhan dan pemijatan ringan yang kepada ibu hamil dengan durasi waktu 30 menit
<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membantu tubuh merasa lebih rileks, nyaman bahkan tertidur.</li> <li>2. Menurunkan kesadaran nyeri dengan meningkatkan aliran darah kebagian area yang sakit.</li> <li>3. Merangsang reseptor sensori di kulit dan otak dibawahnya</li> <li>4. Meningkatkan sirkulasi local</li> <li>5. Stimulasi pelepasan endorphin</li> </ol>
<b>Persiapan Pasien</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terapis harus bertanya pertama kali apakah klien menyukai usapan karena beberapa klien tidak menyukai kontak secara fisik.</li> <li>2. Perlu diperhatikan kemungkinan adanya alergi atau kulit mudah terangsang, sebelum memberikan lotion atau oil.</li> <li>3. Hindari untuk melakukan <i>massage</i> pada area kemerah-merahan, kecuali bila kemerahan tersebut hilang sewaktu di <i>massage</i>.</li> <li>4. Identifikasi juga faktor-faktor atau kondisi seperti fraktur tulang rusuk atau vertebra, luka bakar, daerah kemerahan pada kulit, atau luka terbuka yang menjadi kontraindikasi untuk <i>massage</i>.</li> </ol>
<b>Persiapan Lingkungan</b>	Memberikan lingkungan yang tenang, aman dan nyaman
<b>Persiapan Alat</b>	Babyoil , mtras dan bola gymbal

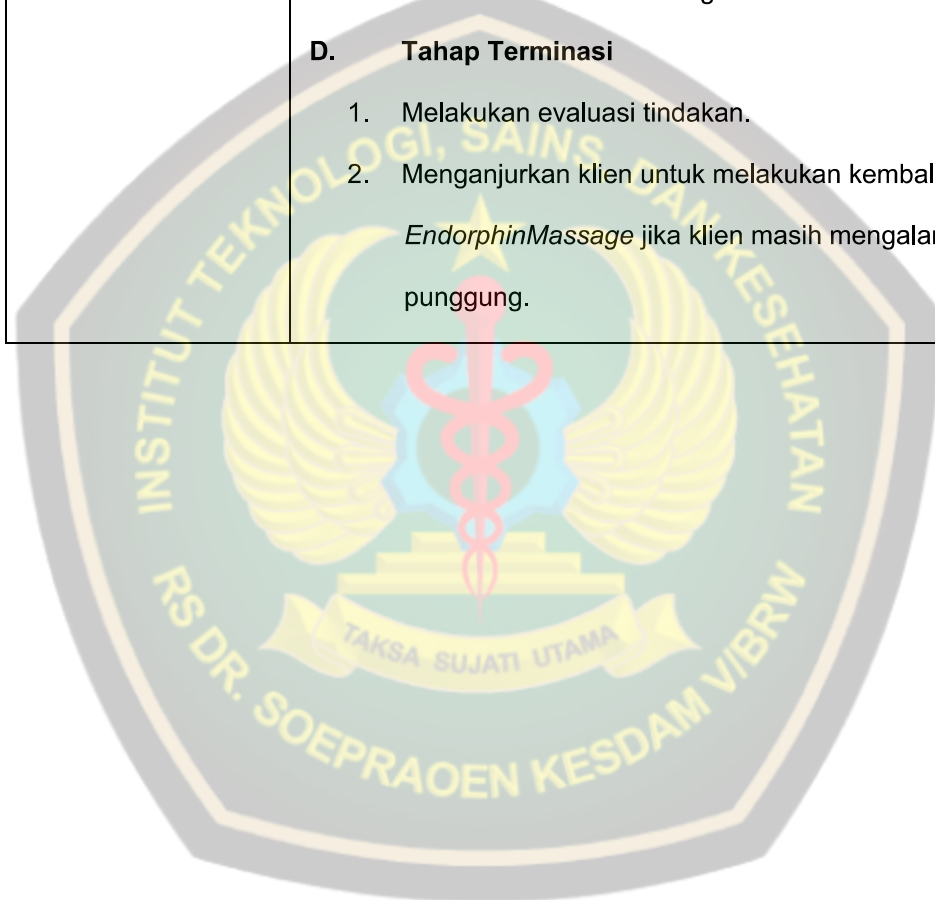
<p><b>Prosedur</b></p>	<p><b>A. Tahap Pra-Intraksi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberitahu pasien bahwa tindakan <i>endorphin massage</i> akan segera dilakukan.</li> <li>2. Cek kelengkapan alat-alat yang akan digunakan</li> <li>3. Dekatkan alat-alat kesisi tempat duduk.</li> <li>4. Menyiapkan ruangan yang tenang dan nyaman.</li> </ol> <p><b>B. Tahap Orientasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Memberi salam dan memperkenalkan diri terlebih dahulu.</li> <li>2. Menanyakan identitas klien menjelaskan tujuan dan prosedur</li> <li>3. Meminta persetujuan dan kesiatan klien (informed Consent).</li> </ol> <p><b>C. Tahap Kerja</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Posisikan pasien senyaman mungkin, pasiendapat duduk ataupun miring</li> <li>2. Ambil posisi berbaring miring atau duduk.</li> <li>3. Pasangan atau pendamping mulai melakukan pijatan lembut dan ringandari arah leher membentuk huruf V terbalik, ke arah luar menuju sisi tulang rusuk.</li> <li>4. Terus lakukan pijatan-pijatan ringan ini hingga ke tubuh ibu bagian bawah belakang.</li> <li>5. Suami dapat memperkuat efek pijatan lembut dan ringan ini dengan kata-kata yang menentramkan ibu. Misalnya, sambil memijat lembut, suami bisa mengatakan, "Saat aku membelai lenganmu, biarkan tubuhmu menjadi lemas dan santai," atau "Saat kamu merasakan belaianku, bayangkan endhorpin-</li> </ol>
------------------------	---

endorphin yang menghilangkan rasa sakit dilepaskan dan mengalir ke seluruh tubuhmu". Bisa juga dengan mengungkapkan kata-kata cinta.

6. Setelah melakukan pijat endorphin sebaiknya pasangan langsung memeluk istrinya, sehingga tercipta suasana yang benar-benar menenangkan pijatan ini dilakukan pada punggung membentuk huruf "V" berdurasi kurang lebih 30 menit.

#### **D. Tahap Terminasi**

1. Melakukan evaluasi tindakan.
2. Menganjurkan klien untuk melakukan kembali *Endorphin Massage* jika klien masih mengalami nyeri punggung.





## Lampiran 7 : Lembar Kuesioner Endorphin Massage



**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr.SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

**Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan NyeriPunggung**

**Petunjuk pengisian :**

**Berilah tanda centang (√) pada pilihan jawaban yang menurut anda benar.Tanggal :**

**Nomor responden :**

### 1. DATA UMUM

a. Nama responden

b. Umur

< 20 tahun

20-25 tahun

26-30 tahun

> 35 tahun

c. Pendidikan

SD

SMP

SMA/SMK

Perguruan Tinggi

d. Pekerjaan

Ibu rumah tangga

Wiraswasta (Dagang, Petani, dll)

Swasta (Buruh pabrik, buruh tani, dll)

PNS

e. Usia Kehamilan

36-37

37-38

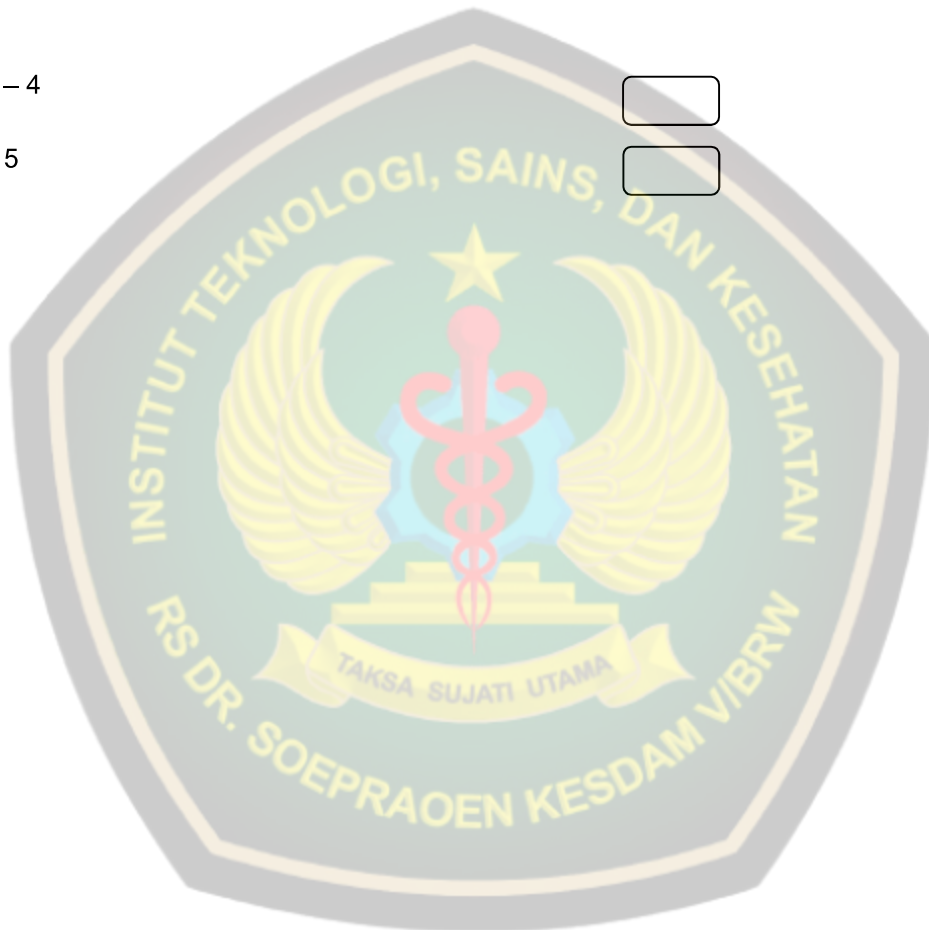
38-39

39-40

f. Jumlah anak

2 – 4

≥ 5



## 2. DATA KHUSUS

### SKALA PENGUKURAN NYERI

#### *FacePainScale-Revised (FPS-R)*

Petunjuk sebelum dilakukannya Endorphin Massage, Pengukuran Nyeri Berilah tanda (X) pada salah satu angka dibawah ini yang menggambarkan tingkat nyeri yang anda rasakan pada saat mengalami nyeri punggung. Semakin besar angka makin berat keluhan.



Keterangan :

Intensitas Nyeri

- 0 = Tidak Nyeri
- 1 = Sedikit Nyeri
- 2 = Sedikit Lebih Nyeri
- 3 = Lebih Nyeri
- 4 = Sangat Nyeri
- 5 = Nyeri Sangat Hebat

## SKALA PENGUKURAN NYERI

### *FacePainScale-Revised (FPS-R)*

Petunjuk setelah dilakukannya Endorphin Massage, Pengukuran Nyeri Berilah tanda (X) pada salah satu angka dibawah ini yang menggambarkan tingkat nyeri yang anda rasakan pada saat mengalami nyeri punggung. Semakin besar angka makin berat keluhan.



Keterangan :

Intensitas Nyeri

- 0 = Tidak Nyeri
- 1 = Sedikit Nyeri
- 2 = Sedikit Lebih Nyeri
- 3 = Lebih Nyeri
- 4 = Sangat Nyeri
- 5 = Nyeri Sangat Hebat

Lampiran 8 : *Master Sheet*
**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr.SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

No	Responden	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Usia kehamilan	Jumlah anak	Data khusus Sebelum Endorphin Message	Setelah Endorphin Message
1	Ny. N	2	3	1	2	1	2	0
2	Ny. D	2	3	1	2	1	3	2
3	Ny. W	2	3	1	2	1	3	0
4	Ny. I	2	3	3	2	1	3	1
5	Ny. N	3	4	1	2	1	2	0
6	Ny. R	2	4	1	1	1	3	2
7	Ny. F	2	4	1	2	1	3	1
8	Ny. I	3	2	1	2	1	4	2
9	Ny. Z	3	2	1	1	1	3	2
10	Ny. I	3	1	1	2	1	3	1
11.	Ny. A	3	3	1	1	1	3	0
12.	Ny. L	2	3	3	2	1	2	0
13.	Ny. P	3	3	1	2	1	2	0
14.	Ny. L	3	2	1	2	1	4	2
15.	Ny. M	3	3	1	2	1	3	1
16.	Ny. D	3	3	1	2	1	3	0
17.	Ny. A	3	2	1	2	1	2	0
18.	Ny. R	2	4	1	1	1	2	0

No	Umur	Pendidikan	Pekerjaan	Usia Kehamilan	Jumlah Anak
1	< 20	SD	IRT	36-37	2-4
2	20-25 thn	SMP	Wirawasta	37-38	>5
3	26-30	SMA/ SMK	Swasta	38-39	
4	> 35	Perguruan Tinggi	PNS	39-40	



**KETERANGAN :**

## a. Data Umum

1) Responden	: 1
Responden	: ...
2) Umur	
< 20 tahun	: 1
20-25 tahun	: 2
26-30 tahun	: 3
>35	: 4
3) Pendidikan	
Sekolah Dasar (SD)	: 1
Pendidikan Menengah Pertama (SMP)	: 2
Pendidikan Menengah Atas (SMA/SMK)	: 3
Pendidikan Tinggi (Perguruan Tinggi)	: 4
4) Pekerjaan	
Ibu Rumah Tangga	: 1
Wiraswasta (Dagang, Petani, dll)	: 2
Swasta (Buruh Pabrik, Buruh Tani, dll)	: 3
PNS	: 4
5) Usia Kehamilan	
36-37	: 1
37-38	: 2
38-39	: 3
39-40	: 4
6) Jumlah anak	
2-4	: 1
>5	: 2

## 7) Tingkat Nyeri yang Dirasakan Responden

0	= Tidak Nyeri	: 0
1	= Sedikit Nyeri	: 1
2	= Sedikit Lebih Nyeri	: 2
3	= Lebih Nyeri	: 3
4	= Sangat Nyeri	: 4
5	= Nyeri Sangat Hebat	: 5





## Lampiran 9 : Lembar Hasil SPSS


**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr.SOEPRAOEN**  
**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

## a. Hasil Analisis univariate

**PRETEST**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid sedikit lebih nyeri	6	33.3	33.3	33.3
lebih nyeri	10	55.6	55.6	88.9
sangat nyeri	2	11.1	11.1	100.0
Total	18	100.0	100.0	

**POSTTEST**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid tidak nyeri	9	50.0	50.0	50.0
sedikit nyeri	4	22.2	22.2	72.2
sedikit lebih nyeri	5	27.8	27.8	100.0
Total	18	100.0	100.0	

**USIA**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 20-25	8	44.4	44.4	44.4
26-35	10	55.6	55.6	100.0
Total	18	100.0	100.0	

**PENDIDIKAN**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SD	1	5.6	5.6	5.6
SMP	4	22.2	22.2	27.8
SMA/SMK	9	50.0	50.0	77.8
PERGGURUAN TINGGI	4	22.2	22.2	100.0
Total	18	100.0	100.0	

**PEKERJAAN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	16	88.9	88.9	88.9
	SWASTA	2	11.1	11.1	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

**USIA KEHAMILAN**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	36-37	4	22.2	22.2	22.2
	38-40	14	77.8	77.8	100.0
	Total	18	100.0	100.0	

**JUMLAH ANAK**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2-4	18	100.0	100.0	100.0

**PRETEST \* POSTTEST Crosstabulation**

Count		POSTTEST			Total
		tidak nyeri	sedikit nyeri	sedikit lebih nyeri	
PRETEST	sedikit lebih nyeri	6	0	0	6
	lebih nyeri	3	4	3	10
	sangat nyeri	0	0	2	2
Total		9	4	5	18

**Test Statistics<sup>b</sup>**

	POSTTEST - PRETEST
Z	-3.861 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

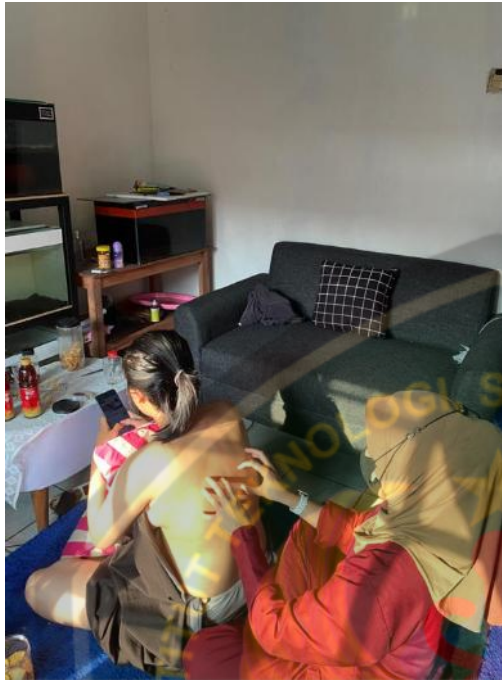
a. Based on positive ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

## Lampiran 10 : Dokumentasi Bersama Responden



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr.SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN





## Lampiran 11 : Lembar Konsultasi



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr.SOEPROAEN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

NAMA : Lisa Nuryanti

NIM : 196012

Judul SKRIPSI : "Pengaruh *Endorphin Massage* terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di TPMB Sumariyah S.Tr.Keb Cemorokandang"

Pembimbing I : Ina Indriati, SST., M.Kes

Pembimbing II : Tut Rayani Aksohini Wijayanti, SST., M.Keb

NO	TANGGAL / JAM	REKOMENDASI	TTD
1	27 / 06 2023	Revisi Perubahan Sampel	
2	09 / 07 2023	Revisi BAB IV Merubah kriteria inklusi	
3	07 / 07 2023	Revisi BAB IV Data umum	
4	12 / 07 2023	Revisi BAB IV-V Abstrak Data umum, Data khusus, keterbatasan	
5	31 / 07 2023	- kerangka konsep - keterbatasan - Definisi operasional - Penulisan - Data umum	
6	01 / 08 2023	- Tabelan ruang - keterbatasan - Data Penulisan.	
7	07 / 08 2023	Pembal → Keterbatasan ←	
8	8 / 8 23	12 Juli 23	

**NAMA** : Lisa Nuryanti

**NIM** : 196012

**Judul SKRIPSI** : "Pengaruh *Endorphin Massage* terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di TPMB Sumariyah S.Tr.Keb Cemorokandang"

**Pembimbing I** : Ina Indriati, SST., M.Kes

**Pembimbing II** : Tut Rayani Aksohini Wijayanti, SST., M.Keb

NO	TANGGAL / JAM	REKOMENDASI	TTD
1	23 / 06 2023	- Revisi Abstrak - Penambahan Sampel	
2	05 / 07 2023	- Revisi Penulisan - Revisi Tabel - Revisi Abstrak - Revisi kata kunci	
3	10 / 07 2023	- Revisi penulisan - Revisi Abstrak	
4	12 / 07 2023	- Revisi - sign mraf	
5	07 / 08 2023	- Revisi	
6	07 / 06 2023	AK	
7			
8			

## Lampiran 12 : Curriculum Vitae



**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr.SOEPRAOEN**  
**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

**Curriculum Vitae**



**A. Identitas Diri**

Nama Lengkap	Lisa Nuryanti
NIM	196012
Program Studi	Sarjana Kebidanan
Jenis Kelamin	Perempuan
Tempat Tanggal Lahir	Berau, 08 Januari 2001
e-mail	<a href="mailto:Lisanuryanti15@gmail.com">Lisanuryanti15@gmail.com</a>
No. Telp	081238970399
Alamat	Jl. Mojo Labanan Makmur Kec.Teluk Bayur Kab. Berau Provinsi Kalimantan Timur