

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI LAVENDER
UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA PERINEUM
DI TPMB DIANA YULITA ARYANI, S.Tr.Keb,Bdn**

**Disusun oleh:
Annisa Putri Damaranti
NIM: 202204006**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2024/2025**

KARYA TULIS ILMIAH



**PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI LAVENDER
UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA PERINEUM
DI TPMB DIANA YULITA ARYANI, S.Tr.Keb,Bdn**

**Diajukan untuk Memenuh Jenjang Pendidikan
Diploma III Kebidanan**

**Disusun oleh:
Annisa Putri Damaranti
NIM: 202204006**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
TAHUN 2024/2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI LAVENDER
UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA PERINEUM
DI PMB X DI TPMB DIANA YULITA ARYANI, S.Tr.Keb,Bdn**

Yang disiapkan dan disusun oleh
ANNISA PUTRI DAMARANTI
202204006

Telah memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian KTI

Oleh:

Pembimbing : Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H

Tanggal : 11 Juli 2025

Tandatangan : 

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga



Dr. Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H

HALAMAN PENGESAHAN

**KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI LAVENDER
UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA PERINEUM
DI TPMB DIANA YULITA ARYANI, S.Tr.Keb,Bdn**

Yang disiapkan dan disusun oleh
ANNISA PUTRI DAMARANTI
202204006

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 19 Juni 2025

Penguji :

1. Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H

(.....)

2. Fitria Prabandari, S.ST.,M.Keb

(.....)

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga


Dr. Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa penulisan Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, 10-7-2025
Penulis



(Annisa Putri Damaranti)



**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Annisa Putri Damaranti
NIM : 202204006
Program Studi : DIII Kebidanan
Judul Karya : KTI (Karya Tulis Ilmiah)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas Karya ilmiah saya yang berjudul:

“Penerapan Kompres Dingin Dan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Pada Luka Perineum di TPMB Diana Yulita Aryani, S.Tr.Keb,Bdn”

Beserta perangkat yang ada (Jika diperlukan) dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini. Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Gombong, 2025
Penulis



(Annisa Putri Damaranti)

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA PERINEUM DI TPMB DIANA YULITA ARYANI, S.Tr.Keb,Bdn¹

Annisa Putri Damaranti², Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H³

INTISARI

Latar Belakang: Masa nifas dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir saat organ reproduksi kembali ke keadaan normal. Luka perineum adalah cedera yang terjadi pada area perineum. Di Dunia 50-60% ibu yang melahirkan secara pervaginam akan mengalami luka jahitan perineum. Pada tahun 2017 di Indonesia 60% ibu mengalami jahitan perineum saat melahirkan, yang mana 30% merupakan episiotomi, dan 35% merupakan jahitan vagina yang disebabkan oleh kelahiran alami akibat robekan perineum. Dalam penanganannya yaitu dengan kompres dingin yang dapat meredakan nyeri serta menurunkan aktivitas ujung saraf otot dan aromaterapi yang dapat mengeluarkan hormon endorphen untuk meredakan rasa nyeri dan ketidakseimbangan emosi.

Tujuan: Mengetahui efektifitas kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum.

Metode: Penelitian ini dilakukan dengan desain pendekatan studi kasus untuk menemukan kebenaran. Jenis Penelitian kuantitatif. Fakta dari penelitian ini diperoleh melalui wawancara, observasi dan dokumentasi. Responden penelitian ini yaitu 3 ibu nifas dengan persalinan spontan tanpa riwayat komplikasi sesuai kriteria inklusi dan eksklusi.

Hasil: Hasil penerapan menunjukan bahwa sebelum dilakukan kompres dingin dan aromaterapi lavender semua responden (100%) mengalami nyeri sedang. Setelah dilakukan penerapan kompres dingin dan aromaterapi lavender 2 responden (66,7%) mengalami nyeri sedang dan 1 responden (33,3 %) mengalami nyeri ringan, sehingga semua responden 100% mengalami penurunan nyeri.

Kesimpulan: Penerapan kompres dingin dan aromaterapi lavender efektif menurunkan nyeri luka perineum.

Kata Kunci	: nifas, luka perineum, kompres dingin, aromaterapi
Kepustakaan	: 33 literatur (2019-2025)
Jumlah Halaman	: xii + 60 + 8 lampiran

¹Judul KTI

²Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan

³Dosen Universitas Muhammadiyah Gombong

SCIENTIFIC PAPER

APPLICATION OF COLD COMPRESS AND LAVENDER AROMATHERAPY TO REDUCE PAIN IN PERINEAL WOUNDS

AT DI TPMB DIANA YULITA ARYANI, S.Tr.Keb,Bdn¹

Annisa Putri Damaranti², Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H³

ABSTRACT

Background: The puerperium begins after the birth of the placenta and ends when the reproductive organs return to their normal state. Perineal wounds are injuries that occur in the perineal area. In the world 50-60% of mothers who give birth vaginally will experience perineal suture wounds. In 2017 in Indonesia 60% of mothers experienced perineal sutures during childbirth, of which 30% were episiotomies, and 35% were vaginal sutures caused by natural birth due to perineal tears. In handling it, namely with a cold compress that can relieve pain and reduce the activity of muscle nerve endings and aromatherapy which can release endorphin hormones to relieve pain and emotional imbalance.

Objective: To determine the effectiveness of cold compresses and lavender aromatherapy to reduce perineal wound pain.

Methods: This research was conducted with a case study approach design to find the truth. Type of quantitative research. The facts of this study were obtained through interviews, observation and documentation. Respondents of this study were 3 postpartum women with spontaneous labor without a history of complications according to the inclusion and exclusion criteria.

Results: The results of the application showed that before the application of cold compresses and lavender aromatherapy all respondents (100%) experienced moderate pain. After applying cold compresses and lavender aromatherapy, 2 respondents (66.7%) experienced moderate pain and 1 respondent (33.3%) experienced mild pain, so that all respondents 100% experienced a decrease in pain.

Conclusion: The application of cold compresses and lavender aromatherapy effectively reduces perineal wound pain.

Keywords : puerperium, perineal wound, cold compress, aromatherapy

Literature : 33 literature (2019-2025)

Number of Pages: xii + 60 + 8 attachments

¹Title of KTI

²Student of DIII Midwifery Study Program

³Lecturer of Muhammadiyah Gombong University

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul "Penerapan Kompres Dingin dan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Pada Luka Perineum" di TPMB Diana Yulita Aryani, S.Tr.Keb,Bdn, yang diajukan guna memenuhi salah satu tugas akhir pada Program Studi Kebidanan Program DIII. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak lepas dari dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Herniyatun, M.Kep Sp Mat, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong
2. Eka Riyanti, M. Kep., Sp.Kep.Mat. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gombong
3. Dr. Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H, selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program DIII Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Fitria Prabandari, S.ST.,M.Keb, selaku dosen penguji Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Eni Indrayani, S Si.T., M.P.H, selaku dosen pembimbing dan penguji akademik yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kedua Orang yang saya tercinta terima kasih banyak telah memberikan dukungan baik materil maupun moril, dorongan semangat dan doa yang tiada henti.
7. Semua teman seperjuangan Program Studi Kebidanan Program DIII angkatan 2022.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga laporan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis pada khususnya.
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Gombong, 2025

Penulis



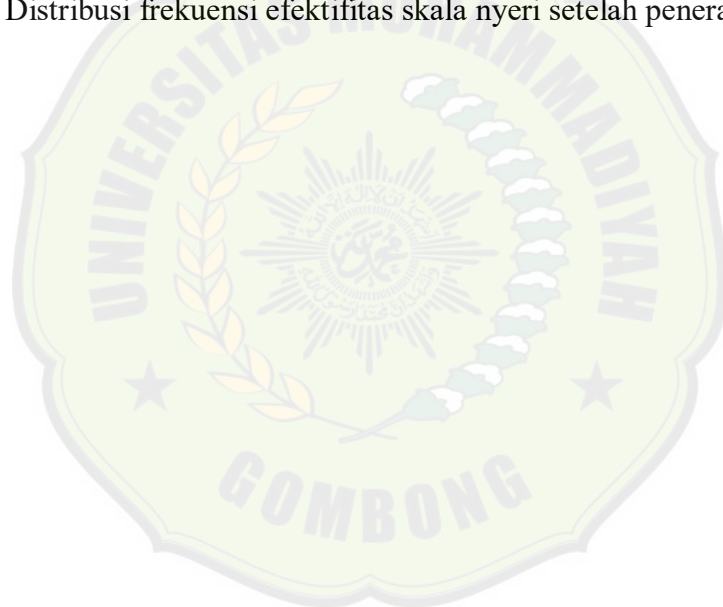
(Annisa Putri Damaranti)

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI.....	vi
INTISARI.....	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan	6
D. Manfaat.....	6
E. Ruang Lingkup.....	7
BAB II.....	8
TINJAUAN LITERATUR	8
A. Nifas	8
B. Luka Perineum	9
C. Nyeri.....	12
D. Kompres Dingin	15
E. Aromaterapi	18
F. Aromaterapi Lavender.....	21
G. Kerangka Teori.....	25
H. Kerangka Konsep	26
BAB III.....	27
METODE STUDI KASUS	27
A. Desain Karya Tulis	27
B. Pengambilan Subjek	27
C. Lokasi dan Waktu Pengambilan Kasus	28
D. Definisi Operasional.....	28
E. Instrumen	30
F. Langkah Pengambilan Data	32
G. Etika Studi Kasus	36
BAB IV	38
HASIL DAN PEMBAHASAN	38
BAB V.....	82
KESIMPULAN DAN SARAN	82
A. Kesimpulan	83
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN	89

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional	21
Tabel 2. SOAP Responden pertama hari kedua	32
Tabel 3. SOAP Responden pertama hari ketiga.....	34
Tabel 4. SOAP Responden kedua hari kedua	39
Tabel 5. SOAP Responden kedua hari ketiga.....	40
Tabel 6. SOAP Responden ketiga hari kedua.....	45
Tabel 7. SOAP Responden ketiga hari ketiga.....	47
Tabel 8. Tingkatan skala nyeri sebelum penerapan.....	48
Tabel 9. Distribusi frekuensi tingkat nyeri sebelum penerapan.....	49
Tabel 10. Tingkat skala nyeri setelah penerapan	49
Tabel 11. Distribusi frekuensi tingkat skala nyeri setelah penerapan	50
Tabel 12. Efektifitas skala nyeri setelah penerapan.....	50
Tabel 13. Distribusi frekuensi efektifitas skala nyeri setelah penerapan	50



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Ice Gel pack</i>	13
Gambar 2. Aromaterapi Lavender	17
Gambar 3. Kerangka Teori	25
Gambar 4. Kerangka Konsep	26



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2. Lembar Informed Consent
- Lampiran 3. Lembar Persetujuan Subjek
- Lampiran 4. Hasil Uji Plagiarism
- Lampiran 5. Lembar SOP Aromaterapi Lavender
- Lampiran 6. Lembar SOP Kompres Dingin
- Lampiran 7. Lembar Observasi Tingkat Nyeri
- Lampiran 8. Dokumentasi
- Lampiran 9. Lembar Bimbingan



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas dimulai setelah lahirnya plasenta dan berakhir saat organ reproduksi kembali ke keadaan normal. Umumnya masa pascapersalinan berlangsung sekitar enam minggu. Gejala umum yang dikeluhkan ibu saat ini antara lain nyeri perineum akibat melahirkan (Dolang, 2019). Masalah ibu pasca melahirkan terutama yang berkaitan dengan luka perineum, masih memerlukan perhatian serius saat ini. Luka perineum adalah cedera yang terjadi pada area perineum (Gustirini, 2021). Luka-luka ini dapat menyebabkan disfungsi organ reproduksi wanita dan juga dapat memicu pendarahan dan infeksi. Kondisi ini dapat menyebabkan kematian akibat pendarahan dan sepsis (Karnila & Susilowati, 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2015 dalam Itsna & Larasati (2022) diperkirakan sekitar 50-60% ibu yang melahirkan secara pervaginam akan mengalami luka jahitan perineum. Di Indonesia, jumlah luka perineum saat melahirkan semakin meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2010, sekitar 26,3% ibu menjalani prosedur tersebut, meningkat menjadi 30,3% pada tahun 2011 dan mencapai 39,3% pada tahun 2012.

Berdasarkan data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017, dari 2.000 kelahiran alami, sekitar 60% ibu mengalami jahitan

perineum saat melahirkan, yang mana 30% merupakan episiotomi, dan 35% merupakan jahitan vagina yang disebabkan oleh kelahiran alami akibat robekan perineum. Selain itu, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) melaporkan bahwa 2,7 juta kasus ruptur perineum terjadi di seluruh dunia pada tahun 2015. Di Indonesia, jumlah ibu yang bersalin pada tahun 2015 mencapai 73. 375. 000, dengan 575. 685 di antaranya berasal dari Jawa Tengah (Itsna & Larasati, 2022). Di Jawa Tengah, sekitar 75% ibu yang melahirkan secara normal menderita robekan perineum. Sebuah studi tahun 2020 menemukan bahwa dari 1.951 kelahiran alami, 57% memerlukan jahitan (Cindy, 2024). Berdasarkan data yang diperoleh dari Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kebumen terdapat total 1.533 kasus persalinan pada tahun 2011 sebanyak 922 kasus atau 60,1% dialami oleh ibu primipara yang mengalami ruptur perineum, sedangkan sisanya, 213 kasus terjadi pada ibu multipara.

Untuk mengatasi masalah luka perineum pada periode postpartum, pemerintah Indonesia telah mengeluarkan Peraturan Menteri Kesehatan (Permenkes) Nomor 1464/Menkes/Per/X/2010, yang mengatur izin dan penyelenggaraan praktik bidan, termasuk kewenangan dalam penanganan persalinan normal. Dalam kerangka kewenangan tersebut, disediakan program pemeriksaan postpartum yang minimal melibatkan empat kali kunjungan. Pelayanan postpartum ini mencakup penyuluhan, konseling, serta perawatan luka perineum. Tujuan dari program ini adalah untuk melakukan deteksi dini, pencegahan, dan pengobatan terhadap

kemungkinan gangguan kesehatan bagi ibu dan bayi (Astuti & Warsiti, 2019).

Dampak nyeri pada luka perineum pada ibu postpartum dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan mereka. Nyeri ini dapat mengganggu mobilitas, pola nutrisi, dan pola istirahat ibu, serta memengaruhi suasana hati. Selain itu, ibu juga mungkin mengalami kesulitan saat buang air kecil (BAK) dan buang air besar (BAB), yang pada akhirnya mengganggu aktivitas sehari-hari termasuk perawatan bayi. Hal ini bisa menghambat kegiatan domestik, mengurangi interaksi sosial, bahkan mengganggu karir ibu. Nyeri perineum sering kali disebabkan oleh trauma, seperti robekan pada perineum, yang bisa menimbulkan ketidaknyamanan dan *dyspareunia*. Luka perineum berpotensi memengaruhi kesejahteraan fisik dan psikologis ibu setelah melahirkan. Data menunjukkan bahwa sekitar 23-24% ibu yang baru melahirkan mengalami nyeri dan ketidaknyamanan dalam 12 hari setelah persalinan. Jika nyeri pada luka perineum tidak ditangani dengan baik, hal ini dapat mengurangi kenyamanan ibu, berpotensi mengganggu proses pemulihan mereka (Azzah, 2022).

Ada berbagai pendekatan untuk mengatasi nyeri akibat luka perineum yang bisa dilakukan baik melalui metode farmakologi maupun nonfarmakologi. Penanganan secara farmakologi biasanya melibatkan penggunaan obat-obatan, namun metode ini dapat menimbulkan risiko bagi bayi, karena zat aktif dalam obat dapat masuk ke dalam aliran darah

dan terakumulasi dalam air susu ibu (ASI) yang berpotensi menyebabkan reaksi alergi atau diare pada bayi. Sebaliknya, pendekatan non-farmakologis dianggap lebih aman karena memiliki risiko yang lebih rendah, tidak menimbulkan efek samping, dan memanfaatkan proses fisiologis yang alami (Mayangsari & Sari, 2021).

Salah satu pendekatan non-farmakologi yang efektif untuk mengurangi nyeri pada ibu postpartum akibat luka episiotomi di area perineum adalah dengan menggunakan kompres dingin. Metode ini melibatkan penempatan benda dingin pada kulit, yang dapat memicu *vasokonstriksi* pada pembuluh darah. Proses ini berfungsi untuk meredakan rasa nyeri serta menurunkan aktivitas ujung saraf pada otot. Penerapan kompres dingin telah terbukti efektif dalam mengatasi nyeri pada luka perineum (Mayangsari & Sari, 2021). Hasil dari penelitian Ulfa dan Monica (2020), aplikasi pemberian kompres dingin terbukti dapat menurunkan nyeri luka perineum.

Aromaterapi adalah salah satu alternatif yang efektif untuk meredakan nyeri tanpa penggunaan obat-obatan. Ketika aroma dari bahan-bahan aromaterapi dihirup, zat aktif yang terkandung di dalamnya dapat merangsang hipotalamus, kelenjar yang bertanggung jawab untuk mengeluarkan hormon endorfin. Lavender adalah salah satu jenis aromaterapi yang paling populer, yang diketahui mampu meningkatkan gelombang alfa di dalam otak. Gelombang alfa ini berkaitan dengan keadaan rileks, tetapi akan menghilang saat seseorang mengalami pikiran

yang penuh atau berada dalam situasi yang penuh stres. Aromaterapi lavender tidak hanya memberikan rasa nyaman dan keterbukaan, tetapi juga meningkatkan keyakinan diri. Lavender juga dikenal mampu meredakan perasaan tertekan, stres, nyeri, ketidakseimbangan emosi, histeria, frustrasi, dan panik. Penelitian telah menunjukkan bahwa aromaterapi lavender efektif dalam mengurangi intensitas nyeri perineum pada ibu postpartum. Hasilnya menunjukkan penurunan nyeri luka jahitan perineum yang signifikan, yang diuji pada tingkat α 0,01 (Mayangsari & Sari, 2021).

Pada tanggal 12– 16 Maret 2025 di TPMB Diana Yulita Aryani, S.Tr. Keb, Bdn dilakukan studi pendahuluan dan didapatkan 8 ibu melahirkan mengalami kejadian ruptur perineum. Sebagian besar ibu postpartum belum mengetahui bagaimana cara untuk mengurangi nyeri luka perineum pasca melahirkan dengan metode kompres dingin dan aromaterapi lavender. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk melakukan studi kasus penelitian dengan membuat Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan judul “Penerapan Kompres Dingin dan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Pada Luka Perineum di TPMB Diana Yulita Aryani, S.Tr.Keb, Bdn”.

B. Rumusan Masalah

Apakah penerapan kompres dingin dan aromaterapi lavender efektif dalam menurunkan nyeri luka perineum?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui efektifitas kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri pada luka perineum.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui tingkat nyeri pada luka perineum sebelum dilakukan kompres dingin dan aromaterapi lavender pada ibu postpartum.
- b. Mengetahui tingkat nyeri pada luka perineum setelah dilakukannya kompres dingin dan aromaterapi lavender pada ibu postpartum.

D. Manfaat

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Menjadi sumber informasi baru khususnya dalam bidang ilmu kebidanan tentang penerapan kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi institusi

Menambah referensi mengenai informasi terbaru tentang ilmu kebidanan bagi Universitas Muhammadiyah gombong

b. Bagi Bidan /Tenaga Kesehatan

Meningkatkan kualitas pendidikan kesehatan dan sebagai bahan masukan mengenai penerapan kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum

c. Bagi mahasiswa

Sebagai bahan pembelajaran untuk mengetahui tentang penerapan kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum

d. Bagi Penulis

Menambah Pengetahuan, wawasan, dan pengalaman yang nyata mengenai tentang penerapan kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum

E. Ruang Lingkup

Berdasarkan pemaparan diatas, penelitian ini dilaksanakan guna untuk mengetahui efektifitas penerapan kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum. Penelitian ini akan dilaksanakan di TPMB Diana Yulita Aryani, S.Tr,Keb,Bdn

DAFTAR PUSTAKA

- Kunang & Sulistianingsih (2021). *Buku Ajar Asuhan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir Dengan Evidance Based Midwifery*. Purbalingga: CV. Eureka Media Aksara. 125 - 133
<https://repository.penerbiteitureka.com/media/publications/565582-buku-ajar-asuhan-persalinan-dan-bayi-bar-43b16136.pdf>
- Aqil, A. D. C. (2020). *Studi Kepustakaan Mengenai Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Pasien Rawat Jalan Di Rumah Sakit*. *Jurnal Ilmiah Pamenang*. (Vol 2).1–6. <https://doi.org/10.53599/jip.v2i2.58>
- Astuti, S. A. P., & Warsiti. (2019). *Perbedaan Lama Penyembuhan Luka Perineum Antara Yang Di Berikan Povidone Iodine Pada Ibu Post Partum*. Skripsi. Program Studi Bidan Pendidik Jenjang D IV Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta, (Vol.1). 1–12. <http://digilib.unisayogya.ac.id/1414/>
- Azzah, I., Setyarini, A. I., & Mediawati, M. (2022). *Kompres Dingin pada Penurunan Intensitas Nyeri Luka Perineum pada Ibu Nifas: Studi Literatur*. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKes Kendal*, (Vol 12), 591–604. <http://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/download/229/412>
- Cindy, F., Aini, N., Nurrohmah, A., Surakarta, U. A., Ki, J., Dewantara, H., & Tengah, J. (2024). *Penerapan Kegel Exercise terhadap Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum*. *Jurnal Kebidanan*. (Vol.5).265 - 267
<https://jurnal.ensiklopediaku.org/ojs2.4.83/index.php/ensiklopedia/article/viewFile/1854/1916>
- Damayanti, D & Yudiantara, R., (2022). *Sistem Penilaian Rapor Peserta Didik Berbasis Web Secara Multiuser*. *Jurnal Informatika Dan Rekayasa Perangkat Lunak*. (Vol.4). 447–453. <https://doi.org/10.33365/jatika.v2i4.1512>
- Dolang, M. W. (2019). *Pengaruh Pemberian Kompres Air Dingin Terhadap Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Post Partum*. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*. (Vol.02). 84–87. <https://ojs.stikesgrahaedukasi.ac.id/index.php/JIKKHC/article/download/155/167>
- Indrayani, dkk. (2024). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas*. Jakarta: Mahakarya Citra Utama, 1 - 6
https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=TB41EQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=info:ZOrUYUWFTdkJ:scholar.google.com&ots=4zvWuF2xnd&sig=jeVW5tcQmjblas99L0hDuVTPOwE&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false

- Itsna, I. N., & Larasati, A. (2022). Penerapan Kompres Dingin (Ice Gel) Terhadap Penurunan Nyeri Luka Episiotomi Pada Pasien Post Partum Di Rsud Dr. Soeselo Kabupaten Tegal. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*. (Vol.13). 87–96. <https://doi.org/10.36308/jik.v13i2.412>
- Karnila, N., & Susilowati, T. (2024). Penerapan Kompres Dingin terhadap Nyeri Luka Perineum pada Ibu Post Partum di RS PKU Muhammadiyah Karanganyar. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*. (Vol.1). 24–34. <https://journal.lpkd.or.id/index.php/ViMed/article/download/750/1228>
- Kasmiati. (2023). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas; Dilengkapi dengan Evidence Based Perawatan Luka Perineum Masa Nifas. In *Paper Knowledge Toward a Media History of Documents*. Malang: CV Literasi Nusantara Abadi (Vol. 135 Issue 4) 1- 13
<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://elibrary.stikesghsby.ac.id/index.php%3Fp%3Dfstreampdf%26fid%3D311%26bid%3D2435&ved=2ahUKEwiwoJu0KKLAXWpRmcHHBjuOCwQFnoECBMQAO&usg=AOvVawIFS4gqqaLEK90y5KZ5T1U3>
- Khotimah, N. N., Sari, I. M., & Purnamawati, F. (2023). Penerapan Aromaterapi Lavender Di Ruang Ponek Rsud Dr. Soeratno Gemolong. *Jurnal Osadhawedyah*. (Vol.1). 367–372. <https://nafatimahpustaka.org/osadhawedyah/article/download/221/171>
- Saefuddin, N., & Wulan D. (2023). Teknik Pengumpulan Data Kuantitatif Dan Kualitatif Pada Metode Penelitian. *Jurnal Silih Asuh*. (Vol.2). 784–808. <https://journal.sttkb.ac.id/index.php/SilihAsuh/article/view/36>
- Maryani, D., & Himalaya, D. (2020). Efek Aroma Terapi Lavender Mengurangi Nyeri Nifas. *Journal Of Midwifery*. (Vol.1). 11–16. <https://doi.org/10.37676/jm.v8i1.1028>
- Mayangsari, D., & Sari, D. G. (2021). Manfaat Aromatherapy Lavender dan Chamomile Mengatasi Nyeri Perineum Ibu Nifas. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. (Vol.14). 1 - 7. <https://doi.org/10.48144/jiks.v14i1.523>
- Nisak, A. Z., Kusumastuti, D. A., & Munawati, M. (2023). Perbedaan Metode Konvensional Dan Eracs Dengan Tingkat Nyeri Pada Pasien Post Sectio Cesarea. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidana*. (Vol.14). 261–268. <https://doi.org/10.26751/jikk.v14i1.1689>
- Nurhidayah, A. P. (2020). Formulasi Dan Uji Aktivitas Antibakteri Sediaan Krim Ekstrak Etanol Daun Ketapang (*Terminalia Catappa L.*) Terhadap *Propionibacterium Acne* Dan *Staphylococcus Epidermidis*. *Skripsi*. (Vol.1). 1–146. <http://repository.stikes-bhm.ac.id/1170/1/19032022.pdf#>

- Pratiwi, F., & Subarnas, A. (2020). Aromaterapi Sebagai Media Relaksasi. *Jurnal Farmaka*. (Vol.18). 66–75.
<https://jurnal.unpad.ac.id/farmaka/article/view/27910>
- Rahmawati, E. S. (2023). Pengaruh Kompres Dingin Terhadap Pengurangan Nyeri Luka Perineum Pada Ibu Nifas di BPS Siti Alfirdaus Kingking Kabupaten Tuban. *Jurnal Sain Med*. (Vol.5). 43–46.
<file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/Afivatul+Ulya.pdf>
- Gustirini. (2021). Pengetahuan Ibu Post Partum Normal tentang Perawatan Luka Perineum. *Jurnal Kebidanan*. (Vol.10). 31–36.
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/86349869/133libre.pdf?1653310352=&responsecontentdisposition=inline%3B+filename%3DPengetahuan_Ibu_Postpartum_Normal_Tentan.pdf&Expires=1738434336&Signature=MCDYH7IrVP1QShQScqINa5K04DJDwqqfAKcfPf0dV~16GXUNHsi29b064wT3IWA L~C0Ko7PgEm45NsEbSHcPIEoA9LdEVs9PolqtFiVHd0gZzyxkcqxw~wcWqj5FbA1BI4l4PvnYh6wenCJPWc5X8voZwxPeFldrLWcxi4ng0iR5sh~lISXW4fPtUsaqdkjsM1NnwderLeT5KXa1nGPHeViH6Ilo12zNaeqsP6hfqWSIR2LCq1~tuNAT3MfuyDx7muDV4bz8y9EmB8I6XxWbr1IqUMVyojC2NooQxQ0CoCnO8XF0vwZBrNjvXp4VOrpAKDxLMkUpO8kpQg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- Gustirini., Susanti., & Andriani. (2023). Pemberian Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif. *Jurnal Inspirasi Kesehatan*. (Vol.1). 29–33. <https://doi.org/10.52523/jika.v1i1.8>
- Sebayang, W. B., & Ritonga, F. (2021). Nutrisi Efektif Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum (Systematic Review). *Jurnal Kesehatan*. (Vol.12). 330–336. <https://doi.org/10.26630/jk.v12i2.1790>
- Suharsimi, A. (2010). *Buku Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. (Vol.2). 211–213.
<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/jak/article/download/6736/2597&ved=2ahUKEwixqSHg6OLAxX6SGwGHRBfCWg4FBAWegQILBAB&usg=AOvVa w35iG98lRAz0Ekqo6iMQr4c>
- Tila, L., Lestari, N., & Setianingsih, S. (2020). Analisis Produksi Dalam Perspektif Ekonomi Islam. *Jurnal Labatila*. (Vol.3). 96–120.
<https://doi.org/10.33507/lab.v3i01.235>
- Trianasari, G., Putri, M. R., & Eltrikanawati, T. (2024). Pengaruh Hypnobreastfeeding terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas di TPMB Atlantika Kota Batam Tahun 2023. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*. (Vol.3). 10–17. <https://doi.org/10.47709/healthcaring.v3i1.3262>

- Verawati, B., Yuliani, I., Nugroho, S. M., Utami, J. N. W., & Nona, M. (2022). *Persalinan Dengan Aroma Terapi Lavender. Jurnal Pengabdian Masyarakat. (Vol.7), 129–134.*
<https://core.ac.uk/download/pdf/599239828.pdf>
- Vitani, R. A. I. (2019). *Tinjauan Literatur: Alat Ukur Nyeri Untuk Pasien Dewasa Literature Review: Pain Assessment Tool To Adults Patients. Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan. (Vol.3). 1–7.*
<https://doi.org/10.33655/mak.v3i1.51>
- Wijaya, W., Limbong, T. O., & Yulianti, D. (2018). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas. Surabaya: Griya Husada. (Vol.1). 1-4.*
<http://repository.stikesrspadgs.ac.id/1694/1/COPYRIGHT%20BUKU%20AJAR%20ASUHAN%20KEBIDANAN%20NIFAS.pdf>





LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan

JADWAL PELAKSANAAN KARYA TULIS ILMIAH

NO	KEGIATAN	RENCANA	REALISASI	WAKTU
1.	Pengajuan judul/tema	1 – 5 November 2024	1 – 11 November 2024	1 minggu
2.	Studi pendahuluan	8 – 10 November 2024	12 – 19 November 2024	1 minggu
3.	Konsultasi Proposal (BAB I, II,III)	12 November – 12 Desember 2024	19 Desember 2024 – 4 Februari 2025	2 bulan
4.	Uji Turnitin Proposal	5 Februari 2025	5 – 7 Februari 2025	2 hari
5.	Ujian Proposal	7 Februari 2025	10 Februari 2025	1 hari
6.	Penerapan	1 – 5 Maret 2025	12 – 16 Maret 2025	4 hari
7.	Konsultasi KTI (BAB IV,V,Kesimpulan dan Lampiran	6 – 12 Maret 2025	15 – 20 Mei 2025	5 hari
8.	Uji Turnitin	2 Juni 2025	2 Juni 2025	1 hari
9.	Ujian Seminar Hasil	7 Juni 2025	10 Juni 2025	1 hari
10.	Revisi KTI	11 – 20 Juni 2025	11 Juni – 5 Juli 2025	3 minggu

Lampiran 2. Lembar Informed Consent

INFORM CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hamdiah

Umur : 22 tahun

Alamat : Desa Hlogowulung, dukuh sipamk, RT 03, RW 03

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul
"Penerapan Kompres Dingin dan Aromaterapi Lavender Untuk
Menurunkan Nyeri Pada Luka Perineum", oleh :

Nama : Annisa Putri Damaranti

NIM : 202204006

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tidak ada
paksaan dari pihak manapun.

Gombong, 12 April 2025

Peneliti

Yang Membuat Pernyataan



(Annisa Putri Damaranti)



(.....Hamdiah.....)

INFORM CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Winarni

Umur : 32

Alamat : Wuwunono RT/RW 11/02

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul
"Penerapan Kompres Dingin dan Aromaterapi Lavender Untuk
Menurunkan Nyeri Pada Luka Perineum", oleh :

Nama : Annisa Putri Damaranti

NIM : 202204006

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tidak ada
paksaan dari pihak manapun.

Gombong, 13 April 2025

Peneliti

Yang Membuat Pernyataan



(Annisa Putri Damaranti)



(Winarni)

INFORM CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mei Sarah

Umur : 33

Alamat : Sunman 04/3

Dengan ini saya bersedia menjadi responden pada penelitian dengan judul
“Penerapan Kompres Dingin dan Aromaterapi Lavender Untuk
Menurunkan Nyeri Pada Luka Perineum”, oleh :

Nama : Annisa Putri Damaranti

NIM : 202204006

Demikian persetujuan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tidak ada
paksaan dari pihak manapun.

Gombong, 14 April 2025

Peneliti

Yang Membuat Pernyataan



(Annisa Putri Damaranti)



(Mei Sarah)

FORMULIR LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI SUBJEK

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hamdiah

Umur : 22 tahun

Alamat : Desa Hlogowulung, dukuh sipamk, RT 03, RW 03

Selaku **KLIEN** ttelah mendapatkan penjelasan mengenai pemberian kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum dan menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam laporan tugas akhir dengan judul "Penerapan Kompres Dingin Dan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Pada Luka Perineum". Yang akan dilakukan oleh mahasiswa :

Nama : Annisa Putri Damaranti

NIM : 202204006

Tingkat/Semester : III (Tiga)/ 6 (Enam)

Demikian surat persetujuan ini saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Gombong, 12 April 2025

Klien



(.....Hamdiah.....)

FORMULIR LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI SUBJEK

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Windrni

Umur : 32

Alamat : Wonorejo RT/RW 11/02

Selaku **KLIEN** telah mendapatkan penjelasan mengenai pemberian kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum dan menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam laporan tugas akhir dengan judul "Penerapan Kompres Dingin Dan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Pada Luka Perineum". Yang akan dilakukan oleh mahasiswa :

Nama : Annisa Putri Damaranti

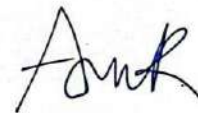
NIM : 202204006

Tingkat/Semester : III (Tiga)/ 6 (Enam)

Demikian surat persetujuan ini saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Gombong, 13 April 2025

Klien



(Winarni)

FORMULIR LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI SUBJEK

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mei Sarah
Umur : 33
Alamat : Surutman 04/3

Selaku KLIEN ttelah mendapatkan penjelasan mengenai pemberian kompres dingin dan aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri luka perineum dan menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam laporan tugas akhir dengan judul "Penerapan Kompres Dingin Dan Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Pada Luka Perineum". Yang akan dilakukan oleh mahasiswa :

Nama : Annisa Putri Damaranti
NIM : 202204006
Tingkat/Semester : III (Tiga)/ 6 (Enam)

Demikian surat persetujuan ini saya buat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Gombong, 14 April 2025

Klien

Am

(..... Mei Sarah)



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PERPUSTAKAAN
Jl. Yos Sudarso No. 461, Telp./Fax. (0287) 472433 GOMBONG, 54412
Website : <https://library.unimugo.ac.id/>
E-mail : lib.unimugo@gmail.com

SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini **sudah lolos** uji cek similarity/plagiasi:

Judul : PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI LAVENDER
UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA PERINEUM DI TPMB
DIANA YULITA ARYANI, S.Tr.Keb, Bdn
Nama : Annisa Putri Damaranti
NIM : 202204006
Program Studi : D3 Kebidanan
Hasil Cek : 23%

Gombong, 4 Juni 2025

Pustakawan

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Annisa Putri Damaranti)


(Sawiji, M.Sc)

STANDAR OPERSIONAL PROSEDUR AROMATERAPI LAVENDER	
PENGERTIAN	Aromaterapi lavender merupakan salah satu metode non farmakologi bermanfaat untuk mengurangi rasa nyeri, merelaksasi pikiran, menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan pada pasca melahirkan
TUJUAN	1. Mengurangi rasa nyeri 2. Merilekskan pikiran 3. Menurunkan ketegangan dan kecemasan serta memberi ketenangan pada ibu postpartum
KEBIJAKAN	Dilakukan pada mahasiswa kepada ibu nifas
PERALATAN	1. Air bersih secukupnya 2. Minyak esensial lavender 3. Diffuser
PROSEDUR	A. SIKAP 1. Menyambut klien dengan sopan dan ramah 2. Memperkenalkan diri pada klien 3. Menjelaskan kepada klien mengenai tujuan dan tindakan yang akan dilakukan serta petunjuk pengisian lembar kuisioner pengukuran intensitas nyeri dengan NRS (Numeric Rating Scale) 4. Sebelum intervensi dimulai, peneliti meminta responden untuk mengisi intensitas nyeri menggunakan NRS (Numeric Rating Scale), data ini digunakan sebagai data pretest. 5. Menjaga privasi B. ISI 1. Mencuci tangan 2. Dekatkan peralatan 3. Buka tutup diffuser lalu isi dengan air 4. Teteskan minyak essensial 5 – 7 tetes dalam 200 – 250 ml air dalam diffuser (15-30 menit) dengan jarak pemberian adalah 50-100 cm dari Lokasi klien) kemudian tutup diffuser 5. Tancapkan kabel diffuser ke stop kontak, atur kecepatan keluarnya uap pada diffuser 6. Anjurkan klien untuk memejamkan mata kemudian menghirup aromaterapi dan rileks serta beri afirmasi positif pada klien 7. Setelah terapi selesai rapikan klien dan bereskan alat

	8. Mencuci tangan 9. Nilai skala nyeri C. EVALUASI 1. Mengucapkan terimakasih kepada klien 2. Catat hasil tindakan yang telah dilakukan 3. Catat respon klien 4. Sampaikan hasil pemeriksaan pada klien 5. Lakukan kontrak untuk tindakan selanjutnya
--	--



Lampiran 6. Standar Operasional Prosedur (SOP) kompres dingin

STANDAR OPERSIONAL PROSEDUR TERAPI KOMPRES DINGIN	
PENGERTIAN	Sebuah kompres es dengan Ice gel kemasan dan dibungkus dengan kain tipis
TUJUAN	Menurunkan rasa nyeri yang diakibatkan oleh perlukaan jalan lahir yang disengaja ataupun tidak
KEBIJAKAN	Dilakukan pada mahasiswa kepada ibu nifas
PERALATAN	1. Ice gel pack yang terbuat dari kurang lebih 250 cc air 2. Sarung tangan bersih 3. Pembalut bersih 4. Kasa steril/kain 5. Nacl/air bersih 6. Perlak atau alas 7. Lembar observasi
PROSEDUR PELAKSANAAN	A. SIKAP 1. Menyambut klien dengan sopan dan ramah 2. Memperkenalkan diri pada klien 3. Menjelaskan kepada klien mengenai tujuan dan tindakan yang akan dilakukan serta petunjuk pengisian lembar kuisioner pengukuran intensitas nyeri dengan NRS (Numeric Rating Scale) 4. Sebelum intervensi dimulai, peneliti meminta responden untuk mengisi intensitas nyeri menggunakan NRS (Numeric Rating Scale), data ini digunakan sebagai data pretest. 5. Menjaga privasi B. ISI 1. Mencuci tangan dengan 6 langkah 2. Posisikan pasien pada posisi dorsal rekumben 3. Lepaskan celana dalam klien, bersihkan area luka 4. Letakkan Ice gel pack yang sudah terbungkus pada perineum klien 5. Pasang kembali celana dalam dan pembalut pasien 6. Bantu pasien untuk mengambil posisi yang nyaman selama Tindakan

	7. Biarkan kompres selama 15 menit 8. Observasi keluhan selama tindakan yang diberikan, bila keluhan nyeri bertambah segera lepas Ice gel pack dari perineum klien 9. Mencuci tangan 10. Nilai skala nyeri setelah dilakukan pemberian terapi Ice gel pack C. EVALUASI 1. Ucapkan terimakasih 2. Atur posisi klien dalam keadaan nyaman 3. Dokumentasikan hasil pemberian SOP dalam lembar observasi
--	---



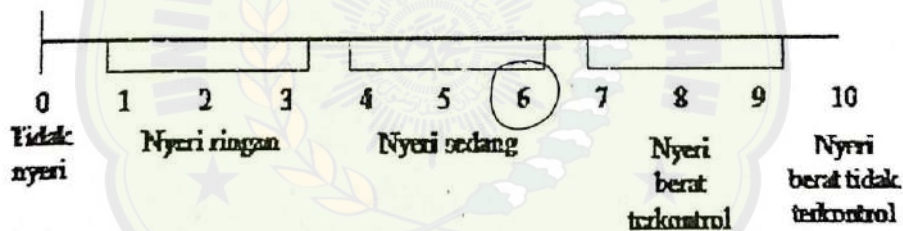
Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri

LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

Nama : Hamdiah
Umur : 22 tahun
Paritas : 2
Alamat : Desa Hlogowulung, dukuh Sipamk, RT 03, RW 03

2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi

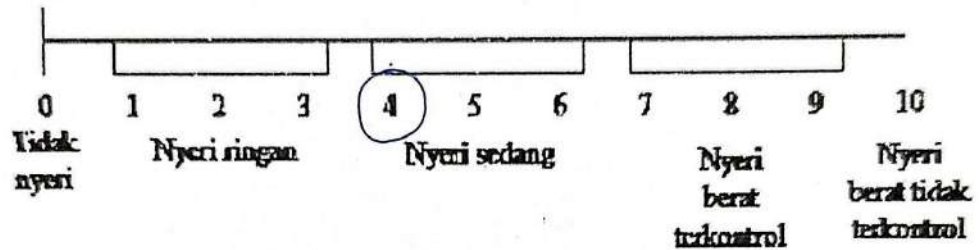


Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri



LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

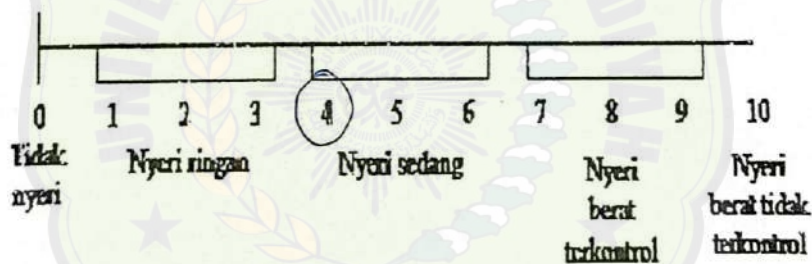
Nama : Hamdiah

Umur : 22 tahun

Paritas : 2

Alamat : Desa Hogowulung, dukuh sipamk, RT 03, RW 03

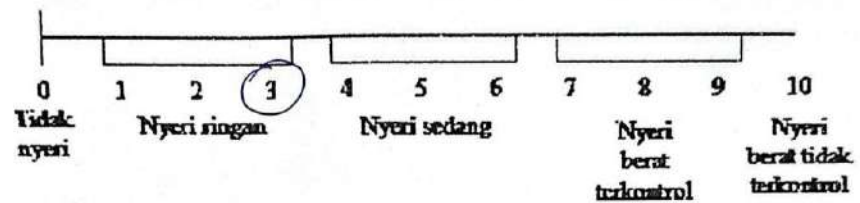
2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 -- 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri

LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

Nama : Hamdiah

Umur : 22 tahun

Paritas : 2

Alamat : Desa Hlogowulung, dukuh Sipamk, RT 03, RW 03

2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi

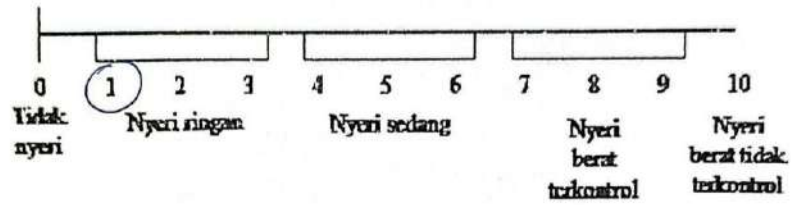


Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

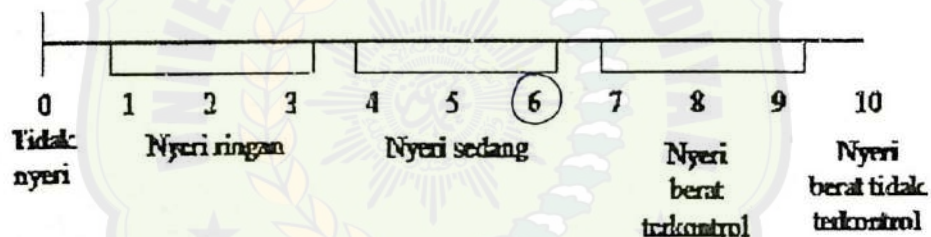
Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri

LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

Nama : Windri
Umur : 32
Paritas : 2
Alamat : Wonokromo RT / RW 11/02

2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi

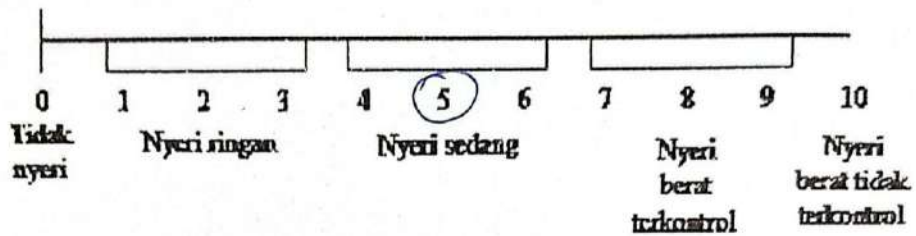


Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri

LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

Nama : Winarni
Umur : 32
Paritas : 2
Alamat : Wonokromo RT/RW 11/02

2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi

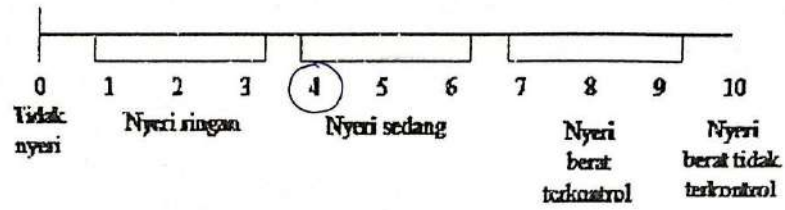


Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

☐

0 Tidak Nyeri

☐

1 – 3 Nyeri Ringan

☐

4 – 6 Nyeri Sedang

☐

7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol

☐

10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri

LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

Nama : Winarni
Umur : 32
Paritas : 2
Alamat : Wonokromo RT/PW 11/02

2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi

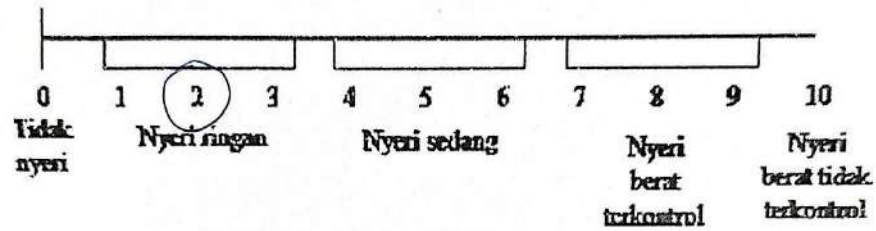


Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri

LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

Nama : Mei Sanih

Umur : 33

Paritas : 2

Alamat : Suratmanan 04/3

2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi

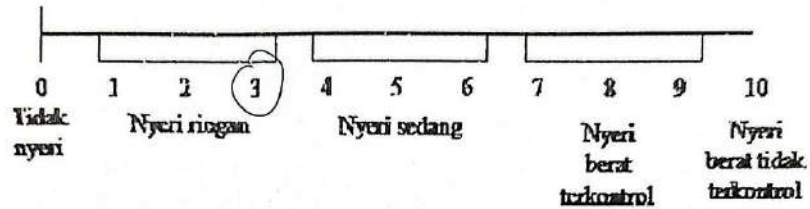


Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri

LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

Nama : Mei Sarah
Umur : 33
Paritas : 2
Alamat : Surotman 09/3

2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi

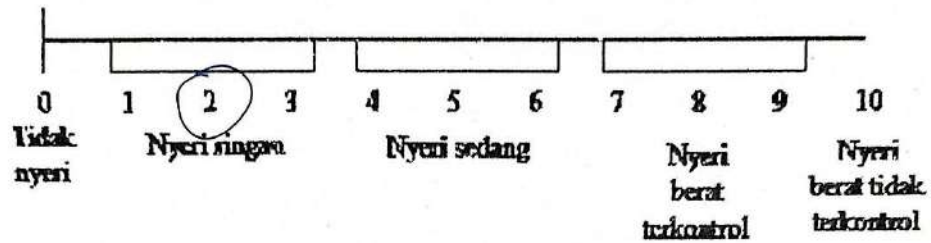


Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

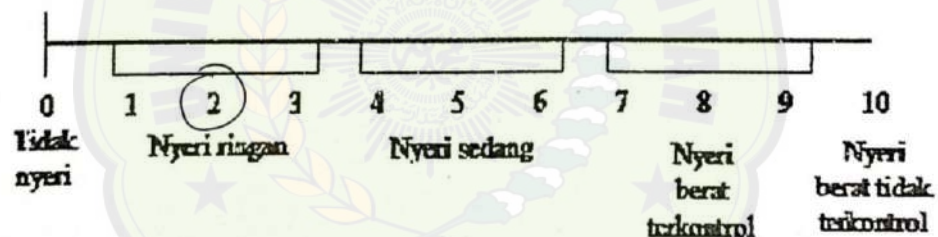
Lampiran 7. Lembar Pengukuran Nyeri

LEMBAR PENGUKURAN NYERI
PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN AROMATERAPI
LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI PADA LUKA
PERINEUM

1. Identitas Responden

Nama : Mei Sarah
Umur : 33
Paritas : 2
Alamat : Surothunan 04/3

2. Intensitas Nyeri Sebelum Dilakukan Terapi

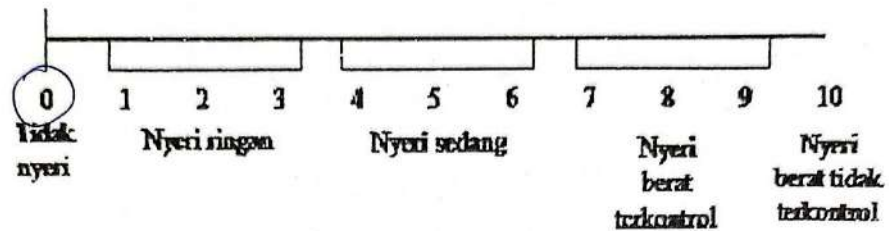


Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 – 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

3. Intensitas Nyeri Setelah Dilakukan Terapi



Kesimpulan:

- ☐ 0 Tidak Nyeri
- ☐ 1 -- 3 Nyeri Ringan
- ☐ 4 – 6 Nyeri Sedang
- ☐ 7 – 9 Nyeri Berat Terkontrol
- ☐ 10 Nyeri Berat Tidak Terkontrol

Sumber : (Vitani, 2019)

Lampiran 7. Lembar Observasi

**LEMBAR OBSERVASI
SEBELUM PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN
AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI
PADA LUKA PERINEUM**

No	Nama Responden	Usia	Paritas	Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
1.	Ny H	22	2	6	4	3
2.	Ny W	32	2	6	5	4
3.	Ny M	33	2	5	3	2

**LEMBAR OBSERVASI
SESUDAH PENERAPAN KOMPRES DINGIN DAN
AROMATERAPI LAVENDER UNTUK MENGURANGI NYERI
PADA LUKA PERINEUM**

No	Nama Responden	Usia	Paritas	Tingkat Hari ke-1	Tingkat Hari ke-2	Tingkat Hari ke-3
1.	Ny H	22	2	4	3	1
2.	Ny W	32	2	5	4	2
3.	Ny M	33	2	3	2	0

Lampiran 8. Dokumentasi

1. Responden pertama



Hari Pertama Penerapan Kompres Dingin



Hari Pertama Penerapan Aromaterapi Lavender



Hari Kedua Penerapan Kompres Dingin



Hari Kedua Penerapan Aromaterapi Lavender



Hari Ketiga Penerapan Kompres Dingin



Hari Ketiga Penerapan Aromaterapi Lavender

2. Responden kedua



Hari Pertama Penerapan Kompres Dingin



Hari Pertama Penerapan Aromaterapi Lavender



Hari Kedua Penerapan Kompres Dingin



Hari Kedua Penerapan Aromaterapi Lavender



Hari Ketiga Penerapan Kompres Dingin



Hari Ketiga Penerapan Aromaterapi Lavender

3. Responden ketiga



Hari Pertama Penerapan Kompres Dingin



Hari Pertama Penerapan Aromaterapi Lavender



Hari Kedua Penerapan Kompres Dingin



Hari Kedua Penerapan Aromaterapi Lavender



Hari Ketiga Penerapan Kompres
Dingin



Hari Ketiga Penerapan Aromaterapi
Lavender



Lampiran 9. Lembar Bimbingan

	PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III
---	--

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Nama Mahasiswa : Annisa Putri Damaranti
 NIM : 202204006
 Nama Pembimbing : Fitria Prabandari, S.ST.,M.Keb

No	Hari/ Tanggal	Rekomendasi/saran pembimbing	TTD Mahasiswa	TTD Pembimbing
1.	Senin 17 Februari 2025	- Revisi latar belakang - Revisi BAB III	 Annisa Putri Damaranti	 Fitria Prabandari, S.ST.,M.Keb
2.	Jumat 21 Februari 2025	ACC Proposal	 Annisa Putri Damaranti	 Fitria Prabandari, S.ST.,M.Keb
3.	Selasa 17 Juni 2025	- Revisi BAB IV (menambahkan jurnal penelitian) - Revisi keterbatasan studi kasus	 Annisa Putri Damaranti	 Fitria Prabandari, S.ST.,M.Keb

4.	Kamis 19 Juni 2025	ACC Karya Tulis Ilmiah		
			Annisa Putri Damaranti	Fitria Prabandari S.ST.,M.Keb

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma III


(Dr. Siti Mutoharoh,S.ST.,M.P.H)



**PROGRAM STUDI
KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III**

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Nama Mahasiswa : Annisa Putri Damaranti
NIM : 202204006
Nama Pembimbing : Muhammad As'ad, M.Pd

No	Hari/ Tanggal	Rekomendasi/saran pembimbing	TID Mahasiswa	TID Pembimbing
1.	Selasa, 24 Juni 2025	• Konsultasi abstract • ACC	 Annisa Putri Damaranti	 Muhammad As'ad, M.Pd

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma III


(Dr. Siti Mutoharoh, S.ST., M.P.H.)

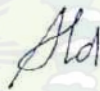


**PROGRAM STUDI
KEBIDANAN PROGRAM DIPLOMA III**

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Nama Mahasiswa : Annisa Putri Damaranti
NIM : 202204006
Nama Pembimbing : Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H

No	Hari/ Tanggal	Rekomendasi/saran pembimbing	TTD Mahasiswa	TTD Pembimbing
1.	Senin 11 November 2024	Konsultasi judul	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H
2.	Selasa 12 November 2024	ACC Judul	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H
3.	Kamis 16 November 2024	- Konsultasi studi pendahuluan - Konsultasi BAB II,III	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H
4.	Kamis 16 November 2024	- Revisi setelah ujian proposal - Konsultasi daftar pustaka	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H

5.	Selasa 15 Mei 2025	Konsultasi BAB IV,V	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H
6.	Senin 19 Mei 2025	Revisi BAB IV,V	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H
7.	Selasa 20 Mei 2025	• Revisi BAB IV,V • Revisi Lampiran • Konsultasi intisari	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H
8.	Rabu 25 Juni 2025	• Konsultasi BAB IV,V setelah seminar hasil • Konsultasi daftar pustaka	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H
9.	Jumat 11 Juli 2025	ACC Karya Tulis Ilmiah	 Annisa Putri Damaranti	 Eni Indrayani, S.Si.T.,M.P.H

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kebidanan Program Diploma III


(Dr.Siti Mulyahroh,S.ST.,M.P.H)

