


Lampiran 1

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) TEKNIK RELAKSASI FOOT MASSAGE
Pengertian	Foot massage yaitu gabungan berbagai teknik pijatan, seperti effleurage, petrissage, friction, tapotement, dan vibration sehingga menimbulkan otak terstimulasi lebih cepat dari pada rasa nyeri yang dirasakan.
Tujuan	Meningkatkan sirkulasi darah ke seluruh tubuh, mengurangi nyeri, berfungsi untuk merelaksasi tubuh, menghilangkan kecemasan dan kelelahan tubuh.
Indikasi	Pasien Post SC dengan keluhan Nyeri
Prosedur Pelaksanaan	<p>Tahap Orientasi</p> <p>Mengucapkan salam</p> <p>Memperkenalkan diri / menanyakan nama pasien</p> <p>Menjelaskan tujuan tindakan</p> <p>Menjelaskan prosedur tindakan</p> <p>Menyampaikan kontak waktu</p> <p>Memvalidasi kesiapan pasien</p> <p>Fase kerja</p> <p>Menjaga privasi pasien</p> <p>Mencuci tangan</p> <p>Memberikan penjelasan mengenai prosedur yang akan dilakukan</p> <p>Mengambil posisi menghadap kaki klien</p> <p>Tempatkan handuk dibawah paha dan tumit</p> <p>Melumuri kedua tangan dengan lotion atau minyak</p>

	<p>Langkah-langkah foot massage:</p> <p>pertama Letakan tangan kita sedikit diatas tulang kering usap secara perlahan dan tekanannya ringan menggunakan ibu jari menuju keatas dengan satu gerakan yang tidak putus dan kembali turun mengikuti lekuk kaki dengan menggunakan teknik effluarge.</p> <p>Kedua yaitu memijat dengan cara meremas telapak kaki dan punggung kaki dengan gerakan perlahan dari bagian dalam ke bagian terluas luar kaki menggunakan teknik petrissage.</p> <p>Ketiga Teknik friction (menggosok) yaitu tangkupkan salah satu telapak tangan dipunggung kaki, Kemudian perawat menggosok area telapak kaki secara keseluruhan dengan lembut dari dalam ke sisi luar kaki di bagian terluas kaki kanan.</p> <p>Keempat Pegang telapak kaki kemudian perawat menepuk dengan ringan punggung kaki dan telapak kaki dengan kedua tangan secara bergantian untuk merangsang jaringan otot dengan menggunakan teknik tapotement.</p> <p>Kelima Rilekskan kaki dan jari kaki dengan gerakan maju, mundur atau depan belakang dan menggetarkan kaki dengan lembut menggunakan teknik vibration, teknik ini akan membuat efek kaki dan jari kaki menjadi rileks, tidak tegang dan dapat melancarkan sirkulasi darah</p> <p>Setelah selesai bersihkan kaki menggunakan handuk pasien setelah dilakukan tindakan.</p> <p>Rapikan pasien kembali dan berpamitan</p> <p>Mencuci tangan</p> <p>Dokumentasikan hasil pengkajian dan terapi yang telah dilakukan kepada pasien.</p> <p>Fase Terminasi</p> <p>Melakukan evaluasi</p> <p>Menyampaikan rencana tindak lanjut</p> <p>Berpamitan</p>
Hasil	Hasil Terapi Relaksasi foot massage:

	<p>Nyeri pasien berkurang saat melakukan relaksasi genggam jari</p> <p>Patient safty :</p> <p>Mencuci tangan sebelum dan sesudah tindakan, identifikasi pasien dan melaksanakan prosedur dengan benar</p> <p>Dokumentasi :</p> <p>Dokumentasikan hasil pengkajian dan terapi yang telah dilakukan kepada pasien.</p>
--	--

Lampiran 2

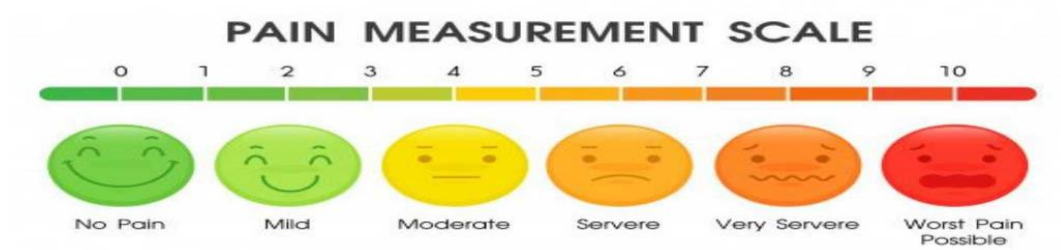
Identitas Responden

Nama : Ny. N

Umur : 29 Tahun

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT NYERI	
Sebelum	Sesudah

Hari Ke-1	Hari Ke-1	Hari Ke-2	Hari Ke-3
Pasien mengatakan nyeri pada bagian luka post operasi sc dengan skala 4	Pasien mengatakan nyeri masih skala 4 tapi sudah mulai jarang terasa	Pasien mengatakan nyeri sudah mulai berkurang di skala 3	Pasien mengatakan nyeri sudah berkurang di skala 3 dan nyeri mulai jarang terasa



Keterangan

Skala	Keterangan
1-3	Nyeri Ringan
4-6	Nyeri Sedang
7-10	Nyeri Berat

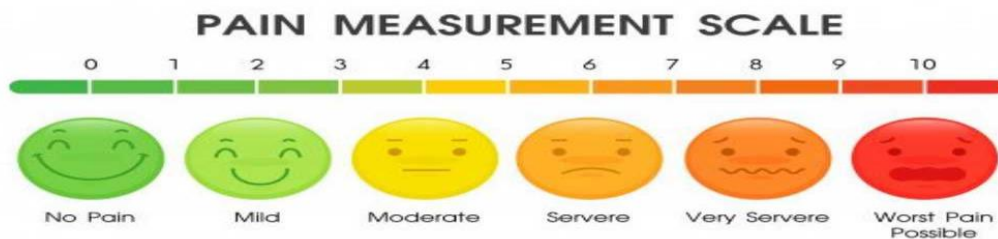
Lampiran 3

Identitas Responden

Nama : Ny. K

Umur : 32 Tahun

LEMBAR OBSERVASI TINGKAT NYERI			
Sebelum	Sesudah		
Hari Ke-1	Hari Ke-1	Hari Ke-2	Hari Ke-3
Pasien mengatakan nyeri pada bagian luka post operasi sc dengan skala 4	Pasien mengatakan nyeri masih skala 4 tapi sudah mulai jarang terasa	Pasien mengatakan nyeri sudah mulai berkurang di skala 3	Pasien mengatakan nyeri sudah berkurang di skala 2 dan kadang-kadang sudah tidak terasa nyeri



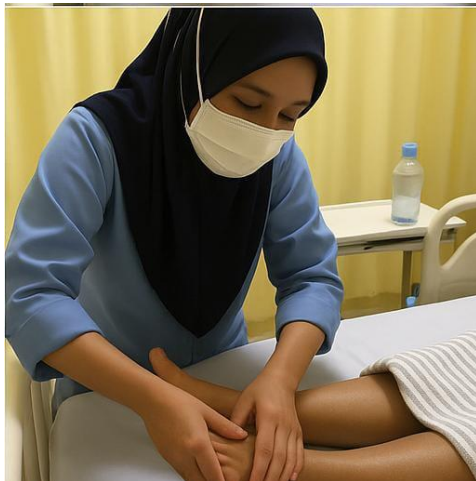
Keterangan

Skala	Keterangan
1-3	Nyeri Ringan
4-6	Nyeri Sedang

7-10	Nyeri Berat
------	-------------

DOKUMENTASI

Pasien 1



Pasien 2

