

LAMPIRAN

1. Identitas Responden 1

Nama : Tri Widyastuti
Tempat tanggal lahir : Sragen, 6 juni 1996
Usia : 17 tahun
Pekerjaaaan : Pelajar
Alamat : Pucung, Jurangjero, Karang Malang, Sragen

2. Identitas Responden 2

Nama : Novita Tri Saputri
Tempat tanggal lahir : Sragen, 11 November 2001
Usia : 17 tahun
Pekerjaan : Pelajar
Alamat : Pucung, Jurangjero, Karang Malang, Sragen

DOKUMENTASI



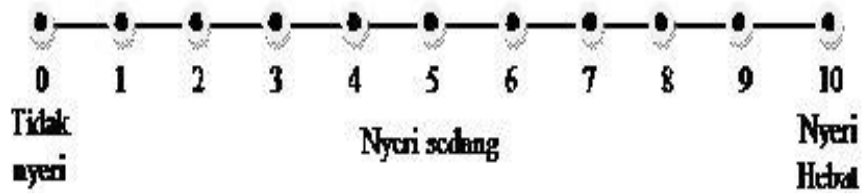






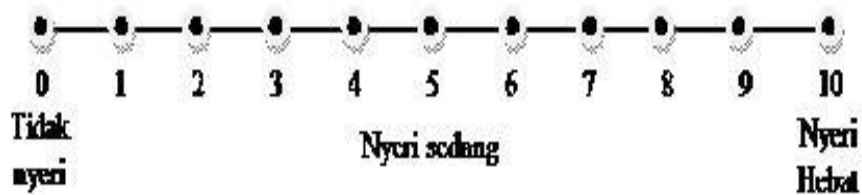
1) Skala penilaian nyeri pada Responden 1 (hari ke-1)

2) Skala identitas nyeri numerik



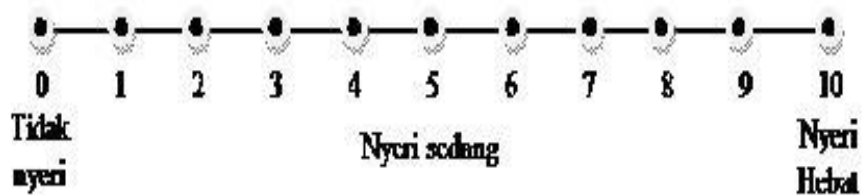
Hari ke 2

2) Skala identitas nyeri numerik



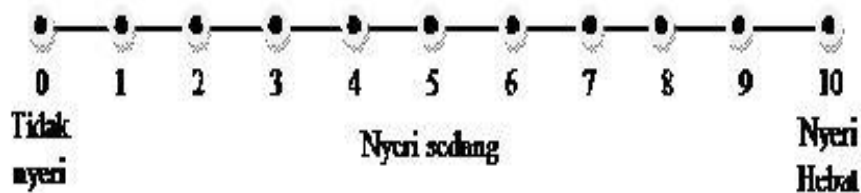
Hari ke 3

2) Skala identitas nyeri numerik



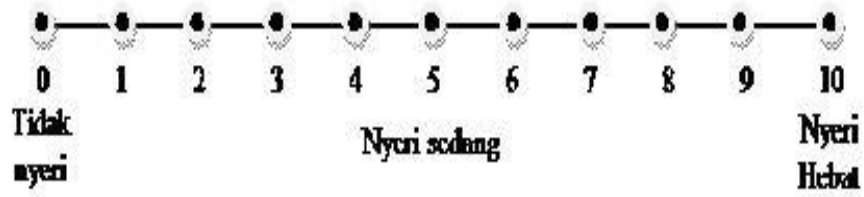
1. Skala penilaian nyeri pada Responden 2 (hari ke 1)

2) Skala identitas nyeri numerik



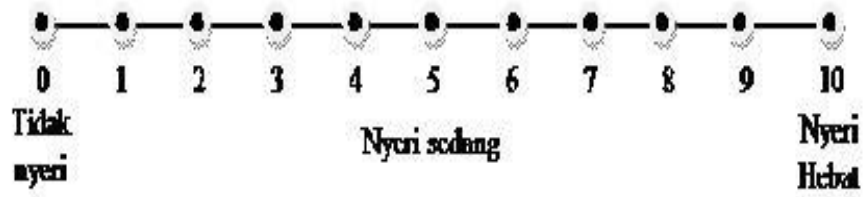
Hari ke 2

2) Skala identitas nyeri numerik



Hari ke 3

2) Skala identitas nyeri numerik



FORMAT PENILAIAN SENAM DISMENOIRE

NO	ASPEK YANG DINILAI	NILAI		
		0	1	2
A.	FASE ORIENTASI			
1.	Menyapa klien dengan ramah dan sopan			
2.	Memperkenalkan diri dengan klien			
3.	Merespon terhadap reaksi klien			
4.	Percaya diri			
5.	Teruji menjelaskan maksud dan tujuan			
	SCORE = 10			
B.	CONTENT			
6.	Menempatkan alat secara ergonomis			
7.	Mencuci tangan menggunakan sabun			
8.	Menjaga privacy klien			
9.	Memasang matras atau alas di bawah tubuh pasien			
10.	Memposisikan tubuh pasien			
11.	Menanyakan pasien apakah sudah nyaman apa belum,kalau belumatur posisi kembali sesuai dengan kebutuhan			
12.	Gerakan <i>Seated Forward Bend</i> berfungsi untuk menenangkan pikiran dan meregangkan hamstring agar tidak kaku. Dilakukan selama 1-3 menit.			
13.	Gerakan <i>Head To Knee Forward Bend</i> berfungsi untuk membantu mengatasi lelah, rasa cemas, dan nyeri pada perut. Dilakukan selama 1-3 menit.			
14.	Gerakan <i>Hard of Lord of Fish Pose</i> berfungsi untuk memberi energi ke tulang belakang dan membantu melancarkan metabolisme tubuh. Dilakukan selama 1-3 menit.			
15.	Gerakan <i>Child Pose</i> berfungsi untuk mengalirkan darah ke kepala,sehingga dapat mengistirahatkan tubuh dan membuat pikiran lebih tenang. Dilakukan selama 1-3 menit.			
C.	FASE TERMINASI			
16.	Merapikan pasien			
17.	Membereskan alat			
18.	Cuci tangan dengan sabun			
19.	Berpamitan dengan pasien			
20.	Mengevaluasi tindakan			
D.	SIKAP			
21.	Melakukan tindakan secara sistematis			
22.	Ketenangan selama melakukan tindakan			
23.	Melakukan komunikasi terapeutik dan			

	menjawab setiap pertanyaan pasien			
24.	Melakukan tindakan dengan percaya diri			
25.	Menjaga keamanan pasien dan tenaga kesehatan			