

Lampiran 1

Permohonan Ijin Mencari Data



YAYASAN KARTINI BALI
POLITEKNIK KESEHATAN KARTINI BALI
Jln. Piranha No 2 Pegok Sesetan Denpasar. Telp (0361) 720471
E-mail : info@politeknikkesehatankartimbali.ac.id
Web : www.politeknikkesehatankartimbali.ac.id

Nomor : 176/PG/D/PKKB/IV/2023
Lampiran : -
Prihal : Mohon ijin penelitian

Denpasar, 20 April 2023

Kepada
Yth: Direktur RSU Negara
di
Tempat

Dengan hormat,

Dalam rangka menyelesaikan masa Pendidikan di Politeknik Kesehatan Kartini Bali, institusi mewajibkan mahasiswa semester IX Prodi Sarjana Terapan dan Pendidikan Profesi Bidan untuk membuat satu Skripsi. Dengan ini kami mohon Bapak/Ibu untuk dapat memberikan izin penelitian atas nama:

Nama Mahasiswa : Ni Nyoman Swaningsih
NIM : 202215302079
Judul : Efektivitas Prenatal Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di RSU Negara Tahun 2023
Tempat penelitian : RSU Negara
Waktu Penelitian : Maret – Mei 2023

Demikian surat permohonan ini kami ajukan, atas perhatian dan bantuannya kami ucapkan terimakasih.

Direktur Politeknik Kesehatan Kartini Bali

Dr. Gusti Ayu Martha Winingsih, S.ST, MM, M.Kes
NIDN: 08-0411-7901

Lampiran 2

Surat Ijin Penelitian


Pemerintah Kabupaten Jember
Dinas Kesehatan
UPTD Rumah Sakit Umum Negara
Jalan Wijaya Kusuma No. 17 Negara
Telp. (0365) 41006, 42821 FAX (0365) 41006
E-Mail : rsunegara@jember.go.id

Negara, 2 April 2023

Nomor : 440/561/RSUN/2023
Lampiran : 1 (satu) lembar
Perihal : Rekomendasi ijin Penelitian

Kepada :
Yth. Ni Nyoman Swaningsih
di _____
Tempat

Menindak lanjuti Surat dari Politeknik Kesehatan Kartini Nomor: 077/PG/D/PKKB/III/2023 tertanggal 3 Maret 2023 perihal permohonan ijin penelitian atas nama :

Nama : Ni Nyoman Swaningsih
Judul Penelitian : Efektivitas Prenatal Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di RSUD Negara.
Waktu Penelitian : Maret-Mei 2023

Setelah mempelajari rencana kegiatan yang diajukan, pada prinsipnya kami dapat memberikan rekomendasi ijin penelitian di RSUD Negara. Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon diberikan ijin sesuai permohonan (terlampir)

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terimakasih

Direktur RSUD Negara
Dr. Ni Putu Eka Indrawati
NIP. 19760324 200604 2 016

Tembusan disampaikan kepada Yth:

1. KSM Obstetri dan Ginekologi
2. Ka. IGD, IRNA
3. Arsip

Lampiran 3

Surat Kelaikan Etik



KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
POLITEKNIK KESEHATAN KARTINI BALI

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

NO : 065/KEPK/MI/PKKB/2023

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :
The Research Protocol Proposed By

Peneliti Utama : Ni Nyoman Swaningsih

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kartini Bali

Dengan Judul : Efektivitas Prenatal Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di RSUD Negara tahun 2023

Title : The Effectiveness of Prenatal Yoga to Reducing Low Back Pain in Pregnant Woman Third Trimester at Negara Regional General Hospital 2023

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) standar WHO 2011, yaitu :

1. Nilai sosial, 2. Nilai ilmiah, 3. Pemerataan beban dan manfaat, 4. Risiko, 5. Rujukan/eksploitasi, 6. Kerahasiaan dan privacy, 7. Persetujuan setelah penjelasan, yang merujuk pada pedoman CIOMS 2016.
Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards :

*1. Social values, 2. Scientific values, 3. Equitable assessment and benefits, 4. Risks, 5. Persuasion/exploitation, 6. Confidentiality and privacy, and 7. Informed consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines.
This is indicated by the fulfillment indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 30 Maret 2023 sampai 31 Maret 2024

This declaration of ethics applies during the period March 30 th, 2023 until March 31th, 2024.



Depasar, 30 Maret 2023
Politeknik Kesehatan Kartini Bali
Komisi Etik Penelitian Kesehatan

Bdn. Kadek Widiantari, S.ST., M.Kes.
NIDN : 0818029003

Lampiran 4

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Umur :

PendidikanTerakhir :

Alamat :

Setelah mengetahui penjelasan tentang maksud dan tujuan penelitian ini, maka saya bersedia untuk berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang dilakukan peneliti dengan Judul “Efektivitas Prenatal Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di Rsu Negara Tahun 2023”. Saya mengerti bahwa ada beberapa pertanyaan-pertanyaan yang harus saya jawab, dan sebagai responden saya akan menjawab pertanyaan kuesioner dengan jujur. Saya bersedia menjadi responden bukan karena adanya paksaan dari pihak lain, namun karena keinginan sendiri dan tanpa biaya yang akan ditanggungkan kepada saya sesuai dengan penjelasan yang sudah dijelaskan oleh peneliti. Hasil yang diperoleh dari saya sebagai responden dapat dipublikasikan sebagai hasil dari penelitian dan akan diseminarkan pada ujian hasil dengan tidak akan mencantumkan nama.

Negara.....

Responden

Lampiran 5

Lembar Observasi

**EFEKTIVITAS *PRENATAL* YOGA TERHADAP PENURUNAN NYERI
PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III DI RSUD NEGARA
TAHUN 2023**

Petunjuk Pengisian

1. Tanyakan pada petugas jika ada pertanyaan yang belum dimengerti.
2. Berikan jawaban dengan memberikan tanda centang (\checkmark) pada jawaban yang paling sesuai.
3. Nomor responden diisi oleh petugas

A. Data Umum

No. Responden :

1. Umur

Umur <20 tahun

Umur 20-35 tahun

Umur >35 tahun

2. Pendidikan

SD

SMP

SMA/SMK

Perguruan Tinggi

3. Pekerjaan

PNS

- Swasta
- Wiraswasta
- Ibu Rumah Tangga

4. Saat ini adalah kehamilan yang ke- ..

- Hamil pertama
- Hamil ke 2-4
- Hamil ke > 5

5. Usia kehamilan

- 28-34 Minggu
- 35-41 Minggu

6. Pernah melakukan *prenatal* yoga pada kehamilan sebelumnya?

- Pernah
- Tidak Pernah

7. Pernah mendapatkan informasi tentang *prenatal* yoga ?

- Pernah
- Tidak Pernah

8. Pernahkah ibu merasakan nyeri punggung bawah ?

- Pernah
- Tidak Pernah

B. Lembar Observasi

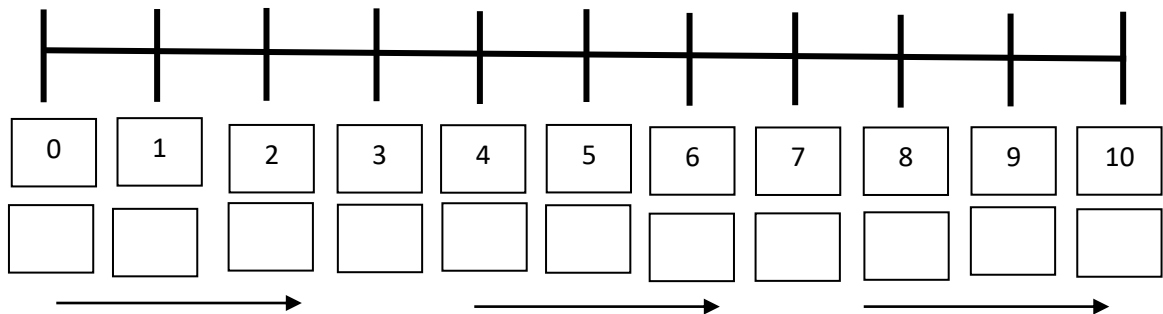
SKALA PENGUKURAN NYERI
NUMERIC RATING SCALE (NRS)

(Pretest) Sebelum Melakukan Prenatal Yoga

Petunjuk Pengisian :

Berilah tanda (\checkmark) pada salah satu angka dibawah ini yang menggambarkan tingkat nyeri yang anda rasakan pada saat mengalami nyeri punggung bagaian bawah sebelum melakukan *prenatal* yoga.

Semakin besar angka maka semakin berat keluhan nyeri.



Sumber : *Pain Scale Numeric Scale*

Keterangan :

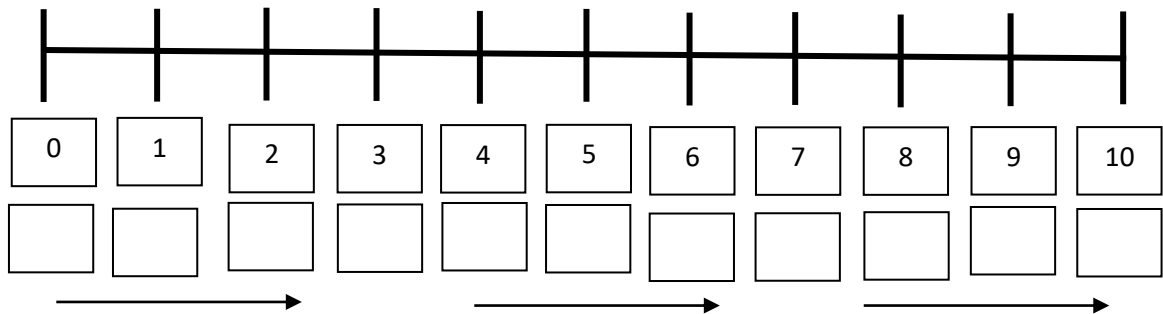
- 0 : Tidak nyeri
- 1-3 : Nyeri ringan : Ibu masih dapat berkomunikasi dengan baik
- 4-6 : Nyeri sedang : Ibu mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik.
- 7-10 : Nyeri berat : ibu terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya.

(Posttest) Setelah Melakukan Prenatal Yoga

Petunjuk Pengisian :

Berilah tanda (\surd) pada salah satu angka dibawah ini yang menggambarkan tingkat nyeri yang anda rasakan pada saat mengalami nyeri punggung bagian bawah setelah melaksanakan *prenatal* yoga.

Semakin besar angka maka semakin berat keluhan nyeri.





Sumber : *Pain Scale Numeric Scale*

Keterangan :

- 0 : Tidak nyeri
- 1-3 : Nyeri ringan : Ibu masih dapat berkomunikasi dengan baik
- 4-6 : Nyeri sedang : Ibu mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik.
- 7-10 : Nyeri berat : ibu terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya.

Lampiran 6

SOP Prenatal Yoga

PELAYANAN PRENATAL YOGA			
	No Dokumen: 186.II.34.2022	No Revisi: 00	Halaman: 1/4
	Tanggal terbit: 1 Desember 2022	Ditetapkan: Direktur RSUD Negara  dr. Ni Putu Eka Indrawati NIP.19760324 200604 2 016	
STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL			
PENGERTIAN	<i>Prenatal yoga</i> adalah modifikasi dari yoga klasik yang telah disesuaikan dengan kondisi fisik wanita hamil yang dilakukan dengan intensitas yang lebih lembut dan perlahan. Modifikasi diperlukan demi kenyamanan dan keamanan ibu hamil dan janin yang dikandungnya.		
TUJUAN	1. Meningkatkan kesadaran pada ibu hamil, menciptakan ikatan batin ibu dan bayi serta persiapan persalinan alami.		
KEBIJAKAN	1. Keputusan Direktur RSUD Negara nomor ; 457/RSUN/2022 tentang Kebijakan Pelayanan Rumah Sakit Umum Negara 2. Keputusan Direktur RSUD Negara Nomor 795/RSUN/2022 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional Integrasi di Rumah Sakit Umum Negara.		
PROSEDUR	1. Perkenalkan diri dan berikan salam kepada pasien 2. Jelaskan prosedur dan tujuan <i>prenatal yoga</i> 3. Persiapan <ol style="list-style-type: none"> a. Kenakan pakaian longgar b. Berlatih tanpa alas kaki c. Jaga perut agar tidak terlalu kenyang atau lapar d. Alas e. Musik 4. Menyiapkan pasien (duduk bersila di atas matras dengan rileks, bahu dan punggung tegak) 5. Memusatkan perhatian penting untuk memulai latihan (<i>centering</i>) 6. Melakukan pernapasan diafragma <ol style="list-style-type: none"> a. Letakkan kedua tangan di perut bagian atas, pada lengkungan atas perut. b. Tarik napas melalui hidung dan rasakan perut bagian atas mengembang lembut sehingga mendorong tangan ke luar. Saat melakukan ini, jaga agar dada dan bahu tetap diam. c. Keluarkan napas, rasakan perut kembali lembut mengempis. d. Lakukan selama beberapa putaran dan lakukan sambil memejamkan mata agar merasa lebih nyaman. 		




PELAYANAN PRENATAL YOGA


No Dokumen:
186.II.34.2022

No Revisi:
00

Halaman:
2/4

7. Latihan pemanasan
 - a. Melakukan latihan untuk leher dengan menengok ke kiri-kanan, ke depan-belakang dan memutar leher.
 - b. Memutar sendi bahu, siku dan pergelangan tangan
 - c. Merentangkan tubuh ke samping.
 - d. Memuntir ringan tulang punggung.
 - e. Meregangkan panggul.
 - f. Merentangkan lutut.
 - g. Memutar pergelangan kaki.
 - h. Merentangkan jari-jari kaki
8. Melakukan gerakan peregangan kucing
 - a. Letakkan kedua telapak tangan dan lutut di alas. Posisi lutut sejajar panggul dan telapak tangan sejajar bahu.
 - b. Tarik napas, lihat ke depan naikkan tulang ekor dan panggul ke atas, kedua tangan tetap lurus.
 - c. Keluarkan napas, tundukkan kepala dan tangan ke arah perut, posisi punggung melengkung ke arah dalam.
 - d. Ulangi beberapa kali.
9. Melakukan gerakan *Sun Salutation Modifikasi*
 - a. Berdiri buka kaki selebar bahu
 - b. Letakkan kedua tangan pada pinggul. Tarik napas, dorong pinggul ke depan dan panjangkan tulang punggung ke belakang sambil mendorong dada ke depan.
 - c. Keluarkan napas, tekuk lutut dan condongkan tubuh bagian atas ke depan.
 - d. Tarik napas, langkahkan kaki kanan ke belakang, turunkan lutut dan punggung kaki kanan, dorong dada ke depan.
 - e. Keluarkan napas, langkahkan kaki kiri ke belakang
 - f. Tarik napas, arahkan tulang ekor ke luar dan panjangkan tulang punggung, dorong dada ke depan dan tarik dagu ke atas. Mata menatap satu titik di atas.
 - g. Keluarkan napas, tarik tulang ekor masuk ke dalam, bungkukkan tulang punggung mulai dari pinggang hingga ke leher dan tarik dagu ke dada. Mata menatap pusar.
 - h. Tarik napas, kembali arahkan tulang ekor ke luar, panjangkan.
 - i. tulang punggung, dorong dada ke depan, dagu ke atas.
 - j. Keluarkan napas, angkat tulang ekor ke atas, luruskan lutut, dan turunkan tumit.

	PELAYANAN PRENATAL YOGA		
	No Dokumen: 186.II.34.2022	No Revisi: 00	Halaman: 3/4
	<p>k. Keluarkan napas, langkahkan kaki kanan ke sisi luar tangan kanan. Posisikan kepala istirahat di antara kaki.</p> <p>l. Kedua tangan memegang panggul belakang. Tarik napas bawa tubuh kembali tegak dan panjangkan tulang punggung ke belakang, tarik dagu ke atas.</p> <p>m. Keluarkan napas, kedua tangan disatukan di depan dada.</p> <p>n. Lakukan dengan sisi lainnya, yakni dengan melangkahkan kaki kiri untuk nomor d dan j.</p> <p>10. Melakukan gerakan postur pohon</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berdiri, arahkan berat badan ke kaki kanan. b. Tekuk lutut kiri dan letakkan telapak kaki kiri di punggung kaki kanan, betis kanan atau dipaha dalam kaki kanan. c. Satukan kedua tangan di depan dada. d. Tahan beberapa saat, jaga keseimbangan dan kestabilan tubuh. e. Lakukan sisi sebaliknya. <p>11. Melakukan gerakan postur kursi</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berdiri paralel, buka kedua kaki selebar panggul b. Tekuk kedua lutut searah dengan jari kaki. c. Tangan di pinggang atau untuk angkat kedua tangan di samping telinga. <p>12. Melakukan gerakan postur pejuang 1</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berdiri tegak dengan kedua kaki diregangkan lebih lebar daripada bahu. b. Bawa mundur kaki kiri ke belakang c. Tekuk lutut kanan ke arah jari kaki, lutut tidak melebihi tumit d. Jika nyaman, letakkan telapak kaki kiri dilantai. e. Letakkan tangan di pinggang atau bawa kedua tangan ke atas sejajar dengan telinga. <p>13. Melakukan gerakan postur pejuang 2</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berdiri membuka kaki dengan nyaman b. Putar kaki kanan kearah luar c. Tekuk lutut kanan searah jari kaki kanan, lutut tidak melebihi tumit. d. Luruskan kaki kiri e. Jaga berat badan diantara kedua kaki f. Buka kedua tangan kearah samping 		

	PELAYANAN PRENATAL YOGA		
	No Dokumen: 186.II.34.2022	No Revisi: 00	Halaman: 4/4
	<p>14. Melakukan postur kepala ke lutut berputar</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Duduk luruskan kedua kaki b. Tekuk dan buka lutut kanan ke arah lantai, dekatkan tumit kanan ke paha dalam kiri. c. Letakkan tangan kiri di lantai. d. Tarik napas, angkat tangan kanan ke atas. e. Keluarkan napas, bawa tangan kanan ke arah kiri. f. Rasakan peregangan sisi kanan tubuh g. Tahan beberapa saat dan ganti sisi sebaliknya. <p>15. Melakukan gerakan postur kupu-kupu Duduk dengan menyatukan kedua telapak kaki, ayunkan kedua paha ke atas dan ke bawah. Lakukan 10-20 kali.</p> <p>16. Melakukan gerakan duduk melebarkan kaki dua arah</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Dalam posisi duduk, buka kedua kaki lebar senyamannya . b. Bawa kedua pergelangan kaki ke arah atas. c. Letakkan tangan di lantai. d. Jaga tulang belakang tetap tegak <p>17. Melakukan gerakan postur jongkok Berjongkoklah dengan nyaman. Kedua telapak kaki menempel pada alas. Satukan kedua tangan dan kedua siku di dalam lutut mendorong ke arah luar.</p> <p>18. Melakukan postur anak</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Duduk di atas tumit dan renggangkan kedua lutut hingga sejajar pinggul. b. Condongkan tubuh ke depan dan istirahatkan kening pada alas. Letakkan kedua lengan di samping tubuh dengan kedua telapak tangan sejajar dengan telapak kaki dan menghadap atas. c. Pejamkan mata dan dalamkan napas d. Lakukan posisi ini senyamannya dan perlahan kembali duduk di atas tumit. <p>19. Melakukan savasana</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Berbaring miring ke samping kiri. Tekuk lutut kanan dan sangga lutut dengan bantal. Biarkan kaki kiri dalam posisi lurus. b. Atur suhu udara dan musik yang nyaman. Biarkan ibu menikmati semua sensasi yang ada pada dirinya. 		
Unit Terkait	Instalasi rawat jalan kasir		

Lampiran 7

Master Data

No Responden	Umur	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Gravida	UK	Nyeri Sebelum	Nyeri Sesudah
1	2	3	3	2	1	6	5
2	2	3	2	1	2	5	5
3	3	4	1	2	2	5	4
4	1	2	4	1	1	6	3
5	2	3	3	1	2	6	5
6	2	3	4	2	2	5	5
7	3	2	4	2	1	4	3
8	2	4	1	1	1	7	5
9	2	4	2	2	2	6	6
10	1	2	4	1	2	7	4
11	3	3	2	2	1	6	3
12	2	3	2	2	1	5	4
13	2	2	4	2	2	5	5
14	3	3	2	1	1	6	6
15	3	3	4	2	1	6	4
16	2	2	4	2	2	4	4
17	2	4	1	2	1	5	3
18	1	2	4	1	2	7	5
19	2	3	2	2	2	6	3
20	2	3	4	2	1	5	6
21	3	2	4	2	2	5	3
22	3	2	2	2	2	6	4
23	2	3	4	1	1	6	6
24	3	3	3	2	2	5	3

25	2	4	1	2	1	6	4
26	2	3	4	2	2	5	3
27	3	3	2	1	2	6	3
28	3	4	1	2	1	6	3
29	2	3	4	2	2	5	2
30	2	3	4	2	1	7	3
31	3	4	1	2	2	5	2
32	3	3	2	2	2	6	3

Lampiran 9

Uji Statistik

Karakteristik Umur

Umur Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<20 tahun	3	9.4	9.4	9.4
	20-35 tahun	17	53.1	53.1	62.5
	>35 tahun	12	37.5	37.5	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Karakteristik Pendidikan

Pendidikan Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMP	8	25.0	25.0	25.0
	SMA/SMK	17	53.1	53.1	78.1
	PERGURUAN TINGGI	7	21.9	21.9	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Karakteristik Pekerjaan

Pekerjaan Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS	6	18.8	18.8	18.8
	Swasta	9	28.1	28.1	46.9
	Wiraswasta	3	9.4	9.4	56.3
	IRT	14	43.8	43.8	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Karakteristik Status Gravida

		Status Gravida			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hamil Pertama	9	28.1	28.1	28.1
	G2-G3	23	71.9	71.9	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Karakteristik Usia Kehamilan

		Usia Kehamilan			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	UK 28-34 MGU	14	43.8	43.8	43.8
	UK 35-41 MGU	18	56.3	56.3	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nyeri Pretest	.244	32	.000	.864	32	.001
nyeri posttest	.232	32	.000	.891	32	.004

a. Lilliefors Significance Correction

Intensitas Nyeri Pretest

		Intensitas Nyeri Pretest			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Sedang	28	87.5	87.5	87.5
	Nyeri Berat	4	12.5	12.5	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Intensitas Nyeri Posttest

Intensitas nyeri posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri Ringan	14	43.8	43.8	43.8
	Nyeri Sedang	18	56.3	56.3	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Uji Bivariat Wicolxon

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
nyeri posttest - Nyeri Pretest	Negative Ranks	24 ^a	13.40	321.50
	Positive Ranks	1 ^b	3.50	3.50
	Ties	7 ^c		
	Total	32		

a. nyeri posttest < Nyeri Pretest

b. nyeri posttest > Nyeri Pretest

c. nyeri posttest = Nyeri Pretest

Test Statistics^a

	nyeri posttest - Nyeri Pretest
Z	-4.332 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 10

Lembar Konsultasi



YAYASAN KARTINI BALI
POLITEKNIK KESEHATAN KARTINI BALI
Jln. Piranha No 2 Pegok Sesetan Denpasar. Telp (0361) 720471
E-mail: info@politeknikkesehatankartinibali.ac.id
Web: www.politeknikkesehatankartinibali.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING I

Nama Mahasiswa : Ni Nyoman Swaningsih
Judul : Efektivitas *Prenatal* Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung
Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di RSUD Negara Tahun 2023

No	Hari/Tanggal Konsultasi	Materi yang dikonsultasikan	Perbaikan yang diberikan	Tanda tangan pembimbing
1	22-12-2022	Konsultasi Pengajuan Judul	-Mencari latar belakang masalah	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Keb
2	29-12-2022	Konsultasi judul proposal	-Acc Judul -Kerjakan Bab 1	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Keb
3	7-01-2023	Konsultasi Bab 1	-Perbaiki isi latar belakang sesuai piramida terbalik - Sumber referensi terbaru minimal 2020 - Kerjakan sesuai format lengkap panduan penulisan	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Keb
4	8-01-2023	Konsultasi Bab 1	- Tambahkan jurnal penelitian sebelumnya minimal 3 - Perbaiki tujuan khusus - Lanjutkan ke Bab 2	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Keb

5	12-01-2023	Konsultasi Bab 1 dan 2	- Tambahkan SOP <i>Prenatal</i> yoga dilampiran - lanjutkan ke bab 3	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Keb
6	16-01-2023	Konsultasi bab2 dan 3	-Perbaiki kerangka konsep dan definisi operasional - Lanjutkan bab 4	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Keb
7	27-02-2023	Konsultasi bab 3 dan bab 4	- Tambahkan nama rumus sampel - Tambahkan kode yang dimaksud dalam coding - Pastikan menggunakan instrument apa , lembar observasi atau kuisioner	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Kes
8	06-02-2023	Konsultasi bab 4	- Sertakan daftar pustaka sesuai panduan - Sertakan rancangan instrument yang akan digunakan dalam lampiran	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Ke
9	08-02-2023	Konsultasi bab 4 dan lampiran	ACC maju sidang proposal	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Ke
10	13-06-2023	Konsultasi bab 5	-Perbaiki tabel hasil penelitian - Pastikan jumlah persentase 100%	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Kes
11	16-06-2023	Revisi Bab 4	-Rapikan susunan kalimat dalam pembahasan	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Kes
12	19-06-2023	Konsultasi bab 5	-Buat kesimpulan dengan bahasa singkat , padat dan jelas	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Kes

13	21-06-2023	Revisi bab 5	-Perbaiki saran , tambahkan untuk responden, tempat penelitian dan keluarga	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Kes
14	26-06-2023	Revisi Lampiran	-ACC maju sidang skripsi	I Gusti Ayu Raras Pramingrum S.ST., M.Kes



YAYASAN KARTINI BALI
POLITEKNIK KESEHATAN KARTINI BALI
Jln. Piranha No 2 Pegok Sesetan Denpasar. Telp (0361) 720471
E-mail: info@politeknikkesehatankartinibali.ac.id
Web: www.politeknikkesehatankartinibali.ac.id

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING II

Nama Mahasiswa : Ni Nyoman Swaningsih
Judul : Efektivitas *Prenatal* Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di RSUD Negara Tahun 2023

No	Hari/Tanggal Konsultasi	Materi yang dikonsultasikan	Perbaikan yang diberikan	Tanda tangan pembimbing
1	27-12-2022	Konsultasi pengajuan judul	-Acc judul -lanjutakn ke Bab 1	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes
2	08-01-2023	Konsultasi Bab 1	-perbaiki beberapa kalimat di latar belakang - Tabmahakn data studi pendahuluan di tempat penelitian	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes
3	16-01-2023	Konsultasi Bab 2	- tambahkan semua referensi pada daftar pustaka sesuai pedoman penulisan	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes
4	26-02-2023	Konsultasi Bab 3	- Perbaiki definisi operasional - tuliskan data bulan dan tahun berapa di dalam populasi	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes
5	7-02-2023	Konsultasi Bab 4	- Tambahkan SOP <i>prenatal</i> yoga di lampiran -ACC Untuk sidang proposal	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes

6	12-06-2023	Konsultasi Bab 5	-Perbaiki tabel hasil penelitian - Ikuti panduan pedoman penulisan	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes
7	20-06-2023	Revisi Bab 4	-Rapikan susunan kalimat dalam pembahasan	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes
8	24-06-2023	Konsultasi bab 5	-Buat kesimpulan dengan bahasa singkat , padat dan jelas -tuliskan dengan numberings	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes
9	26-06-2023	Revisi bab 5	-Perbaiki saran , tambahkan untuk responden, tempat penelitian dan keluarga	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes
10	28-06-2023	Revisi Lampiran	-ACC maju sidang skripsi	Bdn. Ni Nyoman Deni Witari, S.ST., M.Kes

Lampiran 11

DOKUMENTASI KEGIATAN PENELITIAN

Gambar 1



Gambar 2



Gambar 3



Gambar 4

