

**SENAM HAMIL UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG
PADA IBU HAMIL DENGAN MEDIA BOOKLET**

LAPORAN TUGAS AKHIR



OLEH
DWI SETIANINGSIH
202322159

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIAH SURAKARTA

2024

**SENAM HAMIL UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL
DENGAN MEDIA BOOKLET**

Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan Pada
Program Studi Kebidanan Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta



OLEH
DWI SETIANINGSIH
202322159

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AISYIYAH SURAKARTA
2024

PERNYATAAN KEASLIAN PENULIS

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa laporan tugas akhir dengan judul :

SENAM HAMIL UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL DENGAN MEDIA BOOKLET

Yang dibuat untuk melengkapi Sebagian persyaratan menjadi Sarjana Pada Program Studi S1 Kebidanan Universitas Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari tugas akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan tugas akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 06 Juni 2024

Yang membuat pernyataan



DWI SETIANINGSIH

202322159

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama : DWI SETIANINGSIH

NIM : 202322159

Jenis Karya : Booklet

Judul : Senam Hamil Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Dengan Media Booklet

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-Exclusive royalty-Free Right*) Kepada Universitas ‘Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pengakalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta untuk kepentingan akademis.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 06 Juni 2024

Yang membuat pernyataan



DWI SETIANINGSIH

202322159

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan judul :

SENAM HAMIL UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL MELALUI MEDIA BOOKLET

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Tugas Akhir Program Studi Sarjana
Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 06 Juni 2024

Pembimbing



(Rina Sri Widayati,S.Keb.SKM.M.Kes)

NIDN. 0625097901

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan



Dr.Sri Handayani,S.SiT..M.Keb

NIDN.0627017401

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul :

SENAM HAMIL UNTUK MENGURANGI NYERI PUNGGUNG PADA IBU HAMIL DENGAN MEDIA BOOKLET

Dibuat untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Kebidanan pada Program Studi SI Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Proyek akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 6 Juni 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai proyek akhir program Studi SI Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 06 Juni 2024

Mengesahkan, Penguji

1. Kamidah, S.SiT., M.Kes
NIDN.0623077501

(.....)

2. Rita Riyanti Kusumadewi, SST., M.Kes
NIDN.0624068803

(.....)

3. Rina Sri Widiyanti, S.Keb.SKM.M.Kes

(.....)

NIDN.0625097901

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan



Dr. Sri Handayani, S.SiT.,M.Keb

NIDN. 0627017401

KATA PENGANTAR

Puji syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat,taufik,hidayah,serta inayah nya,sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini yang berjudul “Upaya Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Melakukan Senam Hamil Melalui Media Booklet ”.

Penulis menyadari tidak akan mampu menyelesaikan tugas akhir dengan baik tanpa dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ucapkan terimakasih banyak kepada :

1. Riyani Wulandari,S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Sri Kustiyati,SST.,M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Dr.Sri Handayani,S,SiT,M.Keb selaku ketua Program Studi S1 Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Rina Sri Widayati, S.Keb.SKM.M.Kes selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan bimbingan serta arahan sehingga penulisan tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Kepada Dosen penguji yang telah memberikan arahan dan masukannya sehingga penulisan tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Seluruh dosen Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Kedua orang tua dan seluruh keluarga besar yang telah memberi doa,dukungan,dan kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
8. Teman-teman Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta tahun 2023-2024 yang saya sayangi

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan itu hanya milik Allah SWT. Oleh karena itu,semua masukan yang menuju sempurnanya tugas akhir ini senantiasa penulis harapkan. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya di bidang kesehatan.

Surakarta, 06 Juni 2024

Yang membuat pernyataan



DWI SETIANINGSIH

NIM. 202322159