

**PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP KUALITAS
TIDUR IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH
PUSKESMAS NOGOSARI**

SKRIPSI

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan Stikes 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh
LINA WAHYU NUR ISNAINI
C2015052

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA
2019**

**PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP KUALITAS TIDUR
IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH PUSKESMAS
NOGOSARI**

SKRIPSI

Oleh

LINA WAHYU NUR ISNAINI

C2015052

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ‘AISYIYAH
SURAKARTA
2019**

**PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP KUALITAS TIDUR
IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH PUSKESMAS
NOGOSARI**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta**

Oleh

LINA WAHYU NUR ISNAINI

C2015052

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ‘AISYIYAH
SURAKARTA
2019**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul :

PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP KUALITAS TIDUR IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH PUSKESMAS NOGOSARI

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

Surakarta, 16 Agustus 2019

Lina Wahyu Nur Isnaini
NIM C2015052

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lina Wahyu Nur Isnaini

NIM : C2015052

Jenis Karya : Skripsi

Judul : Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil
Trimester III di Wilayah Puskesmas Nogosari

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surakarta

Pada tanggal : 16 Agustus 2019

Yang menyatakan

(Lina Wahyu Nur Isnaini)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul :

PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP KUALITAS TIDUR IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH PUSKESMAS NOGOSARI

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 29 Juli 2019

Pembimbing I



Mulyaningsih, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIDN.0007047310

Pembimbing II



Norman Wijaya Gati, M. Kep, Sp. Kep. J
NIDN.0615018601



Mengetahui
Keprosdi Sarjana Keperawatan
Anjar Nurrohman, S.Kep. Ns., M.Kep.
NIDN.0602128201

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP KUALITAS TIDUR IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH PUSKESMAS NOGOSARI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Skripsi ini telah diujikan pada sidang skripsi pada tanggal 16 Agustus 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 16 Agustus 2019

Mengesahkan,

- Penguji
1. Wahyuni, M. Kes
NIDN.0625056502 (.....)
 2. Mulyaningsih, S.Kep.,Ns., M.Kep
NIDN. 0007047310 (.....)
 3. Norman Wijaya Gati, M. Kep, Sp. Kep. J
NIDN.0615018601 (.....)

Mengetahui
Kaprodi Sarjana Keperawatan



Anjar Nurrohmat, S.Kep. Ns., M. Kep.
NIDN: 0602128201

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, hidayat serta inayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Senam Hamil Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di wilayah Puskesmas Nogosari”.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Riyani Wulandari S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku Ketua Stikes ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Anjar Nurrohmah S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Stikes ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Mulyaningsih S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku dosen pembimbing I yang selalu memberikan bimbingan, dukungan serta arahan dengan sabar sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Norman Wijaya Gati, M. Kep. Sp. Kep. J, selaku dosen pembimbing II yang selalu memberikan bimbingan, dukungan serta arahan dengan sabar sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Wahyuni, M.Kes, selaku dosen penguji yang telah meluangkan waktu untuk menguji dan memberikan masukan pada penulisan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.
6. Semua responden yang telah memberikan ijin dan meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner sehingga penelitian ini bisa berjalan lancar.
7. Dosen Stikes ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan masukan serta ilmunya selama penulis menuntut ilmu di Stikes ‘Aisyiyah Surakarta.
8. Karyawan beserta jajaran Stikes ‘Aisyiyah Surakarta yang telah membantu serta menyediakan sarana prasarana guna mendukung jalannya kelancaran sidang skripsi.

9. Orang tua tercinta, kakakku tersayang, dan keluarga besar saya yang senantiasa mendoakanku dan mendukungku secara moril maupun materiil serta memberikan motivasi yang sangat besar.
10. Teman seperjuanganku 1 angkatan yang tidak bisa saya tuliskan satu persatu dalam melakukan penelitian hingga menulis skripsi atas kesetiakawanan, bantuan dan kerjasamanya selama ini.

Penyusun menyadari bahwa skripsi ini tidak luput dari kesalahan atau kekurangan baik dari segi bahasa maupun isi. Untuk itu penyusun sangat mengharapkan adanya masukan dan kritikan dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Surakarta, 16 Agustus 2019

Penyusun

(Lina Wahyu Nur Isnaini)