

**PENERAPAN SENAM NIFAS TERHADAP PENURUNAN  
TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM  
DI PUSKESMAS KARTASURA**



**Diah Eka Nauroh Nazifah**

**B2016036**

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

**PENERAPAN SENAM NIFAS TERHADAP PENURUNAN  
TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM  
DI PUSKESMAS KARTASURA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan  
Pada Program Studi DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



**Diah Eka Nauroh Nazifah**

**B2016036**

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH  
SURAKARTA**

**2019**

## PERNYATAAN KEASLIAN KTI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul :

### **PENERAPAN SENAM NIFAS TERHADAP PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS KARTASURA**

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

Surakarta, 21 Juni 2019



Diah Eka Nauroh Nazifah  
NIM B2016036

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Diah Eka Nauroh Nazifah

NIM : B2016036

Jenis Karya : KTI (Karya Tulis Ilmiah)

Judul : **PENERAPAN SENAM NIFAS TERHADAP PENURUNAN  
TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM DI  
PUSKESMAS KARTASURA**

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 mengembangkan ilmu pengetahuan. STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*date 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 : STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Pada Tanggal : Jumat, 21 Juni 2019

Yang menyatakan



(Diah Eka Nauroh Nazifah)

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**PENERAPAN SENAM NIFAS TERHADAP PENURUNAN TINGGI  
FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS  
KARTASURA**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang Karya Tulis Ilmiah Program  
Studi DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Juni 2019

Pembimbing I



Mulyaningsih, M. Kep  
NIDN. 0007047310

Pembimbing II



Irma Mustika S. M. Kep  
NIDN. 0625048703

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep. NS, M.Kep  
NIDN. 0602058501

## PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

### **PENERAPAN SENAM NIFAS TERHADAP PENURUNAN TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU POST PARTUM DI PUSKESMAS KARTASURA**

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Tulis Ilmiah pada tanggal 24 Juni 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah pada Program Studi DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Juni 2019

Mengesahkan,

Penguji 1. Wahyu Purwaningsih, M.Sc  
NIDN.0605117803

(.....)

2. Mulyaningsih, M.Kep  
NIDN.0007047310

(.....)

3. Irma Mustika Sari, M.Kep  
NIDN.0625048703

(.....)

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni S.Kep, NS, M.Kep  
NIDN.0602058501

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alikum,Wr.Wb

Alhamdulillah, penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmad dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan kasus yang berjudul “Penerapan Senam Nifas Terhadap Penurunan Tinggi Fundus Uteri Pada Ibu Post Partum Di Desa Plemburan Kartasura”. Laporan ini di susun dan diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

Di dalam penyusunan laporan Karya Tulis Ilmiah ini penulis merasa sedikit mengalami hambatan dan kesulitan. Namun bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak maka Laporan Karya Tulis Ilmiah ini dapat penulis selesikan, oleh karena itu perkenankanlah penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Mulyaningsih, M.Kep dan Irma Mustika Sari, M.Kep yang dengan penuh kesabaran telah memberikan segenap waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan kepada penulis dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Seluruh Dosen dan Karyawan beserta Staf Prodi DIII Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, atas bantuan dan bimbingan selama penulis menempuh pendidikan keperawatan.
5. Bapak atau ibu beserta keluarga yang sudah bersedia berkerjasama dengan penulis dalam melakukan pengambilan kasus ini.
6. Bapak Sukarno, ibu Parinem, dan Muhammad Wahyudin Subhandan semua keluarga tercinta yang telah memberikan do’a nasihat, kasih sayang, cinta dan motivasi moral atau material sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Sahabat dan teman-teman angkatan 2016 Program Studi DIII Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta yang sama-sama berjuang menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.

Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi para pembaca. Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah ini, Untuk itu kritik dan saran yang membangun sangat saya harapkan demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamua'alaikum, Wr.Wb

Surakarta, 12 Maret 2019