

**PENGARUH *PRENATAL EXERCISE* TERHADAP
PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA
IBU HAMIL USIA KEHAMILAN 5-8 BULAN
DI BPM RIRIN YUNIAN TI DAN BPM ATIH SUMIYATI**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan
pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh

**WAHYU WULANJARI
E2015032**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA
2019**

**PENGARUH *PRENATAL EXERCISE* TERHADAP
PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA
IBU HAMIL USIA KEHAMILAN 5-8 BULAN
DI BPM RIRIN YUNIAN TI DAN BPM ATIH SUMIYATI**

SKRIPSI

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan
pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta**



Oleh

**WAHYU WULANJARI
E2015032**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ‘AISYIYAH
SURAKARTA
2019**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

PENGARUH *PRENATAL EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL USIA KEHAMILAN 5-8 BULAN DI BPM RIRIN YUNIAN TI DAN BPM ATIH SUMIYATI

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan pada Program Studi DIV Fisioterapi 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 Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian 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, 11 Januari 2019



Wahyu Wulanjari
NIM E2015032

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

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

Nama : Wahyu Wulanjari

NIM : E2015032

Jenis Karya : Skripsi

Judul : **PENGARUH *PRENATAL EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL USIA KEHAMILAN 5-8 BULAN DI BPM RIRIN YUNIANTI DAN BPM ATIH SUMIYATI**

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*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 skripsi saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Boyolali
Pada tanggal : 11 Januari 2019

Yang menyatakan



(Wahyu Wulanjari)

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

**PENGARUH *PRENATAL EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI
PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL
USIA KEHAMILAN 5-8 BULAN
DI BPM RIRIN YUNIANTI DAN BPM ATIH SUMIYATI**

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian sidang skripsi program Studi
DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Maret 2019

Pembimbing I

Indarwati, SKM., M.Kes
NIDN. 0621076904

Pembimbing II

Yudha Wahyu Putra, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0621058704

Mengetahui

Kaprodi DIV Fisioterapi



Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes
NIDK. 9906000450

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

PENGARUH *PRENATAL EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL USIA KEHAMILAN 5-8 BULAN DI BPM RIRIN YUNIANTI DAN BPM ATIH SUMIYATI

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada seminar skripsi pada tanggal 21 Maret 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Maret 2019

Mengesahkan,

Penguji 1. Winarni, S.SiT., MPH.
NIDN. 0622087101

(.....)

2. Indarwati, SKM., M.Kes.
NIDN. 0621076904

(.....)

3. Yudha Wahyu Putra, SSt.FT., M.Or.
NIDN. 0621058704

(.....)



Mengetahui
Kaprosdi DIV Fisioterapi

Maskun Pudjiyanto, S.MPh., S.Pd., M.Kes
NIDK. 9906000450

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT kepadanya kita menyembah dan meminta ampun atas khilaf yang telah kita lakukan. Shalawat serta salam tercurah kepada Rasulullah nabi Muhammad SAW semoga kelak kita dikumpulkan dalam barisan beliau, yaitu orang-orang yang mendapat syafaat. Rasa syukur dan terimakasih penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah serta inayah-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**PENGARUH *PRENATAL EXERCISE* TERHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL USIA KEHAMILAN 5-8 BULAN DI BPM RIRIN YUNIANI DAN BPM ATIH SUMIYATI**”

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

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes. selaku ketua Program Studi DIV Fisioterapi STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Indarwati, SKM., M.Kes. selaku pembimbing I yang selalu memberi bimbingan dan dengan sabar serta motivasi sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Yudha Wahyu Putra, SSt.Ft., M.Or. selaku pembimbing II yang selalu memberi bimbingan serta arahan dengan sabar sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Bapak/Ibu Dosen Sekolah Tinggi Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah member bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
6. Tri Sabekti Amd. Keb. selaku bidan koordinator Puskesmas Ngemplak Boyolali yang memberikan bimbingan kepada saya dengan sabar.

7. Ririn Yuniarti Amd. Keb. dan Atih Sumiyati Amd. Keb. selaku bidan ditempat penelitian saya yang selalu memberikan arahan dan bimbingan dengan sabar kepada saya.
8. Responden dalam penelitian saya yang selalu kooperatif dalam mengikuti penelitian yang saya lakukan
9. Kedua orang tua tercinta, ibu saya Sri Lestari dan bapak saya Sukamto yang telah mendo'akan, memberi semangat dan dukungan yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan baik .
10. Semua keluarga besar saya, yang telah memberikan dukungan dan do'a terbaiknya untuk saya.
11. Teman-Teman Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Surakarta angkatan 2015-2016 yang banyak membantu dan motivasi dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.
12. Sahabat terbaik saya, TIGA SERANGKAI (Ferawati Kusumawardani dan Murni Untari) yang telah memberi banyak semangat, motivasi, dukungan dan bantuan serta do'a terbaik kepada saya dalam mengerjakan skripsi ini.
13. Semua pihak yang telah membantu penulisan dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan milik Allah SWT oleh karena itu kritik dan saran yang menuju kesempurnaannya skripsi ini senantiasa penulis harapkan, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta , 07 Mei 2018

Penulis