DAFTAR PUSTAKA

Afifah, I. N. N., & Pristianto, A. (2022). Penyuluhan Program Back Exercises Guna Mengatasi Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Pkk Desa Klewor Boyolali. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *5*(2), 48–54. https://doi.org/10.36341/jpm.v5i2.2265

Agustin, R., Rihardini, T., & Punggung, N. (2023). Pengaruh Pelvic Rocking Terhadap Penurunan. *Snhrp-5*, 2733–2740. https://snhrp.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/snhrp/article/view/859/794

Amalia, ayu restu, Erika, E., & Dewi, ari pristiana. (2020). Efektivitas kompres Hangat terhadap Intensitas Nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. *Holistic Nursing and Health Science*, *3*(1), 24–31. https://doi.org/10.14710/hnhs.3.1.2020.24-31

Anggraini, W. Y., Ni'amah, S., & Suwi'i, S. (2023). Efektivitas Senam Hamil terhadap Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, *5*(2), 491–498. https://doi.org/10.37287/jppp.v5i2.1468

Anggreni, D. (2022). *Buku ajar metodologi penelitian kesehatan. Stikes majapahit mojokerto.*

Anna, L. (2023). *Pelvic Rocking Exercise untuk Penurunan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu*. *4*(2), 312–321.

Ariani, D., Indah, W., Eka, P., Kesehatan, P., Bengkulu, K., Kesehatan, P., Bengkulu, K., Kesehatan, P., Bengkulu, K., & Artikel, I. (2024). *Pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri punggung ibu hamil trimester III*. *5*(95), 24–31. https://doi.org/10.36082/jmswh.v5i1.1846

Armayanti, L. Y., Wardana, K. E. L., Pratiwi, P. P., & Pranata, G. K. A. W. (2023). Effect of acupressure therapy to reduce the intensity of low back pain on the third semester pregnant women. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, *7*(2), 115–122. https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i2.505

Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III: Literatur Review. *Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, *9*(1), 14–30. https://doi.org/10.35316/oksitosin.v9i1.1506

Bauer, A. Z., Swan, S. H., Kriebel, D., Liew, Z., Taylor, H. S., Bornehag, C. G., Andrade, A. M., Olsen, J., Jensen, R. H., Mitchell, R. T., Skakkebaek, N. E., Jégou, B., & Kristensen, D. M. (2021). Paracetamol use during pregnancy — a

call for precautionary action. *Nature Reviews Endocrinology*, *17*(12), 757–766. https://doi.org/10.1038/s41574-021-00553-7

Bryndal, A., Majchrzycki, M., Grochulska, A., Glowinski, S., & Seremak-mrozikiewicz, A. (2020). Risk factors associated with low back pain among a group of 1510 pregnant women. *Journal of Personalized Medicine*, *10*(2), 1–10. https://doi.org/10.3390/jpm10020051

Chou, R. (2020). Pharmacological Management of Low Back Pain. *Springer Nature*.

Corp, N., Mansell, G., Stynes, S., Wynne-Jones, G., Morsø, L., Hill, J. C., & van der Windt, D. A. (2021). Evidence-based treatment recommendations for neck and low back pain across Europe: A systematic review of guidelines. *European Journal of Pain (United Kingdom)*, *25*(2), 275–295. https://doi.org/10.1002/ejp.1679

Dwi Febriati, L., & Zakiyah, Z. (2022). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Adaptasi Perubahan Psikologi Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, *13*(1), 23–31. https://doi.org/10.36419/jki.v13i1.561

Dwi Nur Cantika, Nesi Novita, Eprila, & A.Gani. (2023). Efektivitas pelvic rocking menggunakan birthing ball terhadap nyeri punggung pada ibu hamil trimester IIII. *Jurnal Kebidanan : Jurnal Ilmu Kesehatan Budi Mulia*, *13*(1), 31–39. https://doi.org/10.35325/kebidanan.v13i1.347

Eva Santi Hutaosoit, Azwar, Y., Deby Yanthina, Novi Yanti, Donny Hendra, & Siska Mulyani. (2022). Hubungan Pelvic Rocking terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Trimester 3. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, *11*(1), 209–214. https://doi.org/10.36763/healthcare.v11i1.254

Fenny, O. :, Alfiyani, N., Wada, Z. H., Ranti, R. A., & Penulis, K. (2024). Hubungan Antara Nyeri Punggung Bawah Terhadap Aktivitas Fungsional Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kecamatan Duren Sawit. *Jma*, *2*(6).

GBD 2021 Low Back Pain Collaborators. (2023). Global, regional, and national burden of low back pain, 1990–2020, its attributable risk factors, and projections to 2050: a systematic analysis of the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet Rheumatology*, *5*(6), e316–e329. https://doi.org/10.1016/S2665-9913(23)00098-X

Hartini D, & Evelyn G. (2021). Penerapan Terapi Kompres Air Hangat Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Rumah Sakit Umum Asri Purwakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *1*(3), 475–476. http://bajangjournal.com/index.php/J-ABDI

Kemenkes. (2022). Waspada Penyakit Ginjal, Kenali Ciri dan Cara Pencegahan. *Kementrian Kesehatan Republik In*.

Kumala Dewi, A. A. R. M. F., Yuliyani, A. S., Dianita, B. R., Trimanda, D. A. W., Erliana, F. T., Kurniawan, H., Muzaffar, M. Z. R., Rachmafebri, R., Sakinah, S., Pebriastika, V. A., & Nita, Y. (2020). Pengetahuan dan penggunaan obat analgesik dan antipiretik pada ibu hamil. *Jurnal Farmasi Komunitas*, *7*(1), 8. https://doi.org/10.20473/jfk.v7i1.21658

Levels, A. (2024). *Senam Hamil terhadap Tingkat Nyeri Punggung Bawah dan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Trimester III*. *5*(2), 207–223.

Majidah, N. N., & Kamidah. (2024). Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Sungai Kerawang Kabupaten Kubu Raya. *Seroja Husada*, *1*, 3–7.

Marliana, Y., & Setyawati, I. (2023). *Machine translated by google Pengaruh teknik goyang Panggul terhadap pereda nyeri pinggang ibu hamil multigravida machine translated by google suwanti , yunita marliana , Irni Setyawati (2023)*. *15*, 91–99.

NE Mardliyana. (2023). Sistematik Review Efektivitas Dan Manfaat Prenatal Yoga Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil. *Sinar: Jurnal Kebidanan*, *5*(2), 14–22.

Noviyani, P. S. R. E. P. (2023). SENTRI : Jurnal Riset Ilmiah. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, *2*(4), 1275--1289. https://www.researchgate.net/publication/381100251_HUBUNGAN_MOTIVASI_IBU_DUKUNGAN_KELUARGA_DAN_PERAN_BIDAN_TERHADAP_KUNJUNGAN_NIFAS_DI_PUSKESMAS_MARIPARI_KABUPATEN_GARUT_TAHUN_2023

Nugroho, H. A., & Sunarsih, S. (2022). Terapi kompres hangat untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia. *Holistic Nursing Care Approach*, *2*(1), 35. https://doi.org/10.26714/hnca.v2i1.9214

Nursalam. (2020). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan* (5th ed.). Penerbit Salemba Medika.

Oktaviani, M., Hermawan, D., Evayanti, Y., Oktaviani, M., Hermawan, D., & Evayanti, Y. (2021). *PENGARUH PELAKSANAAN PELVIC ROCKING DENGAN BIRTHING BALL UNTUK*. *000*, 24–31.

Rahmadania, E., & Elly, N. (2024). *Pelvic rocking and back rub can reduce back pain in third trimester pregnant women*. *9*(September), 296–302.

Rahmadona, R., & Batubara, K. S. D. (2021). Efektifitas Metode William's Flexion dan Yoga Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di Kota Tanjungpinang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Andalas*, *9*(4), 419. https://doi.org/10.25077/jka.v9i4.1657

Rofiqoh, L. A., Primadefi, I., Ashari, Y., & Trisnawati, E. (2024). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesmas Asclepius*, *6*(2), 272–278. https://doi.org/10.31539/jka.v6i2.11449

Santi, Hutaosoit, dkk., 2022). (n.d.). *No Title*.

Sari, L. P., Pratama, M. C., & Kuswati, K. (2020). Perbandingan antara kompres hangat untuk menurunkan nyeri punggung awah ibu hamil rimester III. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, *5*(2), 117–125. https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i2.149

Sari, Y., Hajrah, W. O., & Zain, V. R. (2023). Perbandingan Efektivitas Akupresur dan Prenatal Yoga Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, *3*(2), 72. https://doi.org/10.24853/myjm.3.2.72-79

Ulfah, M., & Wirakhmi, I. N. (2017). Perbedaan Manfaat Sebelum dan Sesudah Latihan Pelvic Tilt Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. *MEDISAINS: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, *15*(2), 80–83.

Van Tulder, M. W., & Koes, B. W. (2022). Low back pain. *American Family Physician*, *65*(5), 925–928. https://doi.org/10.21776/ub.jphv.2021.002.01.4

VARA, P., & WARIS, W. (2019). Low back pain during pregnancy. *Annales Chirurgiae et Gynaecologiae Fenniae*, *41*(4), 211–222. https://doi.org/10.1097/01.aog.0000129403.54061.0e

Varney, H. (2017). Asuhan kebidanan. In *Asuhan kebidanan* (p. 73).

World Health Organization. (2023). *No Title*.

Wu, A., March, L., Zheng, X., Huang, J., Wang, X., Zhao, J., Blyth, F. M., Smith, E., Buchbinder, R., & Hoy, D. (2020). Global low back pain prevalence and years lived with disability from 1990 to 2017: estimates from the Global Burden of Disease Study 2017. *Annals of Translational Medicine*, *8*(6), 299–299. https://doi.org/10.21037/atm.2020.02.175

Wulandari. (2021). *No Title*.

L A M P I R A N

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 1

INFORMED CONSENT DAN PENJELASAN PENELITIAN

Kepada Yth.

Responden

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Begi Triyazu Putri

Prodi : STr. Keperawatan dan Profesi Ners

NIM : P05120321053

No. HP : 083157736349

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

Adalah Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bengkulu yang sedang melaksanakan penelitian dengan judul : **efektivitas *pre* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester tiga** Tujuan penelitian ini adalah menambah pengetahuan dalam penanganan nyeri pada nyeri punggung di Kota Bengkulu.

Pada penelitian ini responden akan diberikan kuesioner untuk menilai nyeri *NPB* dalam penanganan NPB pada ibu hamil trimester III Penelitian ini tidak menimbulkan kerugian, bahaya, dan efek apapun bagi responden. Jika anda telah menjadi responden dan terjadi hal-hal yang memberatkan, maka diperbolehkan untuk melaporkan pada peneliti atau dapat langsung mengundurkan diri dari penelitian ini dengan menghubungi peneliti pada nomor telephon yang tercantum diatas. Responden akan mendapatkan kompensasi untuk penggantian waktu untuk pengisian kuesioner ini yang ditentukan peneliti besarannya.

Kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian. Semua hasil catatan atau data responden akan disimpan di Poltekkes Kemenkes Bengkulu. Apabila anda menyetujui maka saya mohon kesediannya untuk menandatangani lembar persetujuan sebagai responden penelitian. Atas perhatian, kerjasama dan kesediannya menjadi responden saya ucapkan terima kasih.

Bengkulu, 2025

(…….)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 2

SURAT PERMOHONAN
RESPONDEN

Dengan Hormat,

Saya yang bertandatangan dibawah ini adalah mahasiswi Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu:

Nama : BEGI TRIYAZU PUTRI

Nim : P05120321053

No Hp: 083157736349

Saya akan melakukan penelitian yang berjudul "efektivitas *pelviuc roking excersice* terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III dipmb kota bengkulu"

Sehubungan dengan maksud tersebut, maka dengan kerendahan hati saya mohon partisipasi Saudari/Ibu untuk menjadi responden penelitian ini. Data yang diperoleh dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat, tenaga kesehatan, dan institusi pendidikan. Informasi tentang data yang diperoleh akan dijamin kerahasiaanya dan hanya digunakan untuk data penelitian. Demikian permohonan ini, atas perhatian dan partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Hormat Saya,

BEGI TRIYAZU PUTRI

Lampiran 3

SURAT PERSETUJUAN

RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Dengan ini saya bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Saudari Begi Triyazu Putri Mahasiswi Sarjana Terapan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Bengkulu dengan judul "efektivitas Terapi *pelvic rocking excersice* terhadap nyeri punggung Ibu hamil trimester III dipmb kota bengkulu" Penelitian ini tidak akan merugikan saya ataupun berakibat buruk bagi saya dan keluarga saya, maka saya bersedia menjadi responden. Demikian surat persetujuan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 2025

(……)

Lampiran 4

LEMBAR KUESIONER

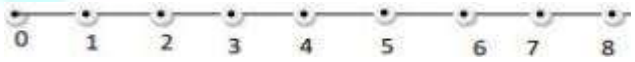
PENGUKURAN SKALA NYERI NRS

EFEKTIVITAS *PELVIC ROKING* DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER KETIGA DIPMB KOTA BENGKULU

1. Nama :
2. Umur :
3. Usia kehamilan :
4. Paritas :
5. Imt :

PENGUKURAN NYERI

Pengukuran menggunakan skala penilaian *Numerical Ratting Scale,* (NRS).



Dengan nilai 1-10

Hasil Pengukuran :

Waktu Pengukuran	Skala Nyeri	
	Sebelum	Sesudah

KETERANGAN

	0 = Tidak nyeri
	1-3 = Nyeri ringan (secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik seperti ada ada nyeri tapi masih bisa ditahan)
	4-6 =Nyeri sedang (secara obyektif klien mendesis, menyeringai, menunjukan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti p dengan baik)
	7-9 = Nyeri berat (secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti p tetapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukan lokasi nyeri dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi, nafas pan dan distraksi)
	10 = Nyeri sangat berat (klien tidak mampu berkomunikasi, memukul)

Lampiran 5 STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SOP) PRE

	POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BENGKULU JL. Indragiri No.03 Padang Harapan Bengkulu-38225 Telp. (0736) 341212, Fax. (0736) 21514 E-mail : poltekkes26@gmail.com Website : www.poltekkesbengkulu.ac.id
Pengertian	*Pelvic rocking* adalah manipulasi terapi otot punggung atau suatu tindakan pada bagian punggung untuk mengurangi nyeri dan merelaksasi otot akibat stres. Tindakan dengan cara menggerakkan pinggang ke kanan, kiri, depan dan belakang. Tindakan ini hanya untuk membantu mengurangi rangsangan nyeri akibat terganggunya sirkulasi.
Indikasi	1. Klien dengan keluhan kekakuan dan ketegangan pada tengkuk 2. Klien dengan gangguan sirkulasi darah pada punggung 3. Klien dengan gangguan nyeri atau ketidaknyamanan
Tujuan	1. Melancarkan sirkulasi darah 2. Meningkatkan fungsi jaringan saraf 3. Menurunkan ketegangan otot 4. Menimbulkan relaksasi 5. Mengurangi nyeri pada punggung
Persiapan pasien	1. Berikan salam, perkenalkan diri anda dan identifikasi klien dengan memeriksa identitas klien dengan cermat 2. Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan, berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien 3. Siapkan peralatan yang diperlukan 4. Atur posisi klien sehingga merasa aman dan nyaman

Persiapan lingkungan	1. Mengatur pencahayaan. 2. Tutup pintu dan jendela. 3. Mengatur suasana yang nyaman (tenang/tidak berisik).
Pelaksanaan	**Langkah – langkah:** 1. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan. 2. Cuci tangan. 3. Ibu berdiri dengan badan tegak dan kondisi rileks. Melakukan latihan pernafasan dengan teknik relaksasi yaitu tarik nafas melalui hidung kemudian hembuskan melalui mulut dengan jalan ditempat secara perlahan-lahan selama 3 detik sebanyak 3 kali selama 10 menit melakukan teknik dasar memposisikan diri dengan berdiri tegak, kaki dibuka selebar bahu dan sedikit ditekuk, kedua tangan diletakan di pinggul, dan rileks.  4.Menggoyangkan panggul ke arah kanan dan ke kiri dengan hitungan satu sampai delapan serta diulangi sebanyak 3 kali gerakan.



5.Memposisikan diri dengan berdiri tegak, kaki dibuka selebar bahu dan sedikit ditekuk, kedua tangan diletakan di pinggang bagian belakang, dan rileks.



6.Menggoyangkan panggul ke arah depan dan ke belakang dengan hitungan satu sampai delapan serta diulangi sebanyak 3 kali.

7. Melakukan relaksasi dengan tarik nafas melalui hidung dan hembuskan lewat mulut disertai dengan jalan ditempat secara perlahan 3 kali hitungan sebanyak 3 kali

Evaluasi	Tanyakan keadaan dan kenyamanan pasien setelah tindakan dilakukan
Dokumentasi	Hal yang di dokumentasikan setelah tindakan *pelvic rocking* Kaji kenyamanan klien dan catat jika terdapat adanya tegangan atau nyeri saat pelvic rocking dilakukan Kaji kembali nyeri dengan mengunakan kuisioner

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 6. STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) KOMPRES HANGAT

	POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BENGKULU JL. Indragiri No.03 Padang Harapan Bengkulu-38225 Telp. (0736) 341212, Fax. (0736) 21514 E-mail : poltekkes26@gmail.com Website : www.poltekkesbengkulu.ac.id
Pengertian	Kompres hanggat suuatu metode terapi non-farmakologis yang menggunakan air hangat untuk meredakan nyeri dan ketegangan otot. Proses ini dilakukan dengan cara mengompres area nyeri didaerah punggungbmenggunakan kain atau handuk yang telah dibasahi dengan air hangat, atau menggunakan buli-buli/botol air panas yang dibungkus kain.
Tujuan	1. Meredakan Nyeri 2. Meningkatkan Sirkulasi Darah: 3. Mengurangi Kekakuan Otot dan Sendi
Persiapan pasien	1. Berikan salam, perkenalkan diri anda dan identifikasi klien dengan memeriksa identitas klien dengan cermat 2. Jelaskan tentang prosedur tindakan yang akan dilakukan, berikan kesempatan kepada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien 3. Siapkan peralatan yang diperlukan 4. Atur posisi klien sehingga merasa aman dan nyaman
Pelaksanaan	Langkah – langkah 1. Siapkan bantal penghangat 2. Letakkan kompres pada area punggung yang nyeri selama 10-15 menit. 3. Monitor kenyamanan ibu selama prosedur. Jika ibu merasa terlalu panas, segera angkat kompres. 4. Setelah 15 menit, angkat kompres dan tanyakan kembali mengenai intensitas nyeri.

Evaluasi	1. Catat skor nyeri setelah intervensi pada lembar observasi. 2. Bandingkan skor awal dan skor setelah penerapan kompres untuk menilai efektivitas terapi
Dokumentasi	Hal yang di dokumentasikan setelah tindakan kompres hanggatKaji kenyamanan klien dan catat semua hasil pengukuran dan intervensi dalam catatan medis pasien.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 7. Master Tabel

KODE RESPONDEN	INISIAL RESPONDEN	DATA KARAKTERISTIK						SKALA SKOR NRS		
		USIA	PARITAS	USIA KEHAMILAN	AKTIVITAS FISIK	IMT	PERNAH MENGALAMI NYERI PUNGGUNG BAWAH	NILAI PRE	NILAI POST	SELISIH SKOR
I1	**Ny.F**	**20**	**Primipara**	**30**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**7**	**4**	3
I2	**Ny.M**	**23**	**Primipara**	**29**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**3**	2
I3	**Ny.y**	**21**	**Primipara**	**32**	**RINGAN**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**3**	3
I4	**Ny.d**	**26**	**Multipara**	**34**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**4**	2
I5	**Ny.l**	**28**	**Multipara**	**29**	**RINGAN**	**UNDERWEIGHT**	**YA**	**6**	**3**	3
I6	**Ny.F**	**23**	**Primipara**	**33**	**BERAT**	**NORMAL**	**YA**	**7**	**4**	3
I7	**Ny.D**	**22**	**Primipara**	**32**	**BERAT**	**NORMAL**	**YA**	**8**	**6**	2
I8	**Ny.H**	**25**	**Primipara**	**30**	**RINGAN**	**OBESITAS**	**YA**	**6**	**4**	2
I9	**Ny.P**	**26**	**Multipara**	**29**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**6**	**3**	3
I10	**Ny.D**	**25**	**Primipara**	**30**	**BERAT**	**NORMAL**	**YA**	**8**	**5**	3
I11	**Ny.T**	**22**	**Primipara**	**29**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**3**	2
I12	**Ny.P**	**23**	**Primipara**	**29**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**6**	**4**	2
I13	**Ny.F**	**26**	**Multipara**	**32**	**BERAT**	**NORMAL**	**YA**	**9**	**6**	3

I14	**Ny.Y**	**23**	**Primipara**	**30**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**5**	**3**	2
I15	**Ny.M**	**28**	**Multipara**	**29**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**4**	2
I16	**Ny.R**	**23**	**Primipara**	**30**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**4**	**2**	2
I17	**Ny.M**	**22**	**Primipara**	**31**	**RINGAN**	**OBESITAS**	**YA**	**6**	**2**	4
I18	**Ny.K**	**23**	**Primipara**	**34**	**RINGAN**	**NORMAL**	**YA**	**5**	**2**	3
I19	**Ny.W**	**27**	**Multipara**	**32**	**RINGAN**	**NORMAL**	**YA**	**7**	**4**	3
I20	**Ny.D**	**20**	**Primipara**	**30**	**RINGAN**	**NORMAL**	**YA**	**8**	**4**	4
I21	**Ny.W**	**28**	**Multipara**	**31**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**7**	**4**	3
I22	**Ny.D**	**22**	**Primipara**	**28**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**4**	**2**	2
123	**Ny.w**	**23**	**Primipara**	**29**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**2**	3
I24	**Ny.A**	**29**	**Multipara**	**32**	**BERAT**	**NORMAL**	**YA**	**7**	**5**	2
I25	**Ny.N**	**26**	**Multipara**	**31**	**BERAT**	**NORMAL**	**YA**	**8**	**4**	4
I26	**Ny.E**	**22**	**Primipara**	**29**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**4**	**1**	3
I27	**Ny.J**	**22**	**Primipara**	**27**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**6**	**3**	3
I28	**Ny.S**	**21**	**Primipara**	**29**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**3**	2
I29	**Ny.D**	**24**	**Multipara**	**34**	**SEDANG**	**UNDERWEIGHT**	**YA**	**6**	**4**	2
I30	**Ny.L**	**23**	**Primipara**	**33**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**3**	2
K1	**Ny.f**	**23**	**Primipara**	**34**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**4**	2
K2	**Ny.M**	**22**	**Primipara**	**29**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**5**	0
K3	**Ny.F**	**24**	**Primipara**	**29**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**5**	0
K4	**Ny.S**	**19**	**Primipara**	**32**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**3**	2

K5	**Ny.D**	**24**	**Primipara**	**30**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**6**	**4**	2
K6	**Ny.F**	**28**	**Multipara**	**32**	**SEDANG**	**OBESITAS**	**TIDAK**	**5**	**3**	2
K7	**Ny.D**	**27**	**Multipara**	**30**	**BERAT**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**4**	2
K8	**Ny.D**	**23**	**Primipara**	**36**	**RINGAN**	**UNDERWEIGHT**	**TIDAK**	**6**	**4**	2
K9	**Ny.S**	**24**	**Primipara**	**28**	**BERAT**	**OBESITAS**	**YA**	**7**	**5**	2
K10	**Ny.R**	**29**	**Grandemultipara**	**32**	**SEDANG**	**OBESITAS**	**TIDAK**	**5**	**5**	0
K11	**Ny.D**	**28**	**Multipara**	**33**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**4**	2
K12	**Ny.J**	**21**	**Primipara**	**30**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**3**	3
K13	**Ny.m**	**23**	**Primipara**	**31**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**5**	**2**	3
K14	**Ny.L**	**24**	**Primipara**	**28**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**6**	**3**	3
K15	**Ny.R**	**28**	**Multipara**	**30**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**5**	**2**	3
K16	**Ny.N**	**24**	**Primipara**	**28**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**4**	2
K17	**Ny.N**	**23**	**Primipara**	**32**	**RINGAN**	**OBESITAS**	**YA**	**5**	**3**	2
K18	**Ny.O**	**28**	**Multipara**	**34**	**RINGAN**	**OBESITAS**	**YA**	**5**	**5**	0
K19	**Ny.A**	**20**	**Primipara**	**29**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**8**	**6**	2
K20	**Ny.E**	**27**	**Multipara**	**30**	**RINGAN**	**OBESITAS**	**YA**	**6**	**4**	2
K21	**Ny.S**	**24**	**Primipara**	**28**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**3**	2
K22	**Ny.R**	**29**	**Grandemultipara**	**29**	**BERAT**	**OBESITAS**	**TIDAK**	**7**	**5**	2
K23	**Ny.W**	**25**	**Primipara**	**31**	**SEDANG**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**6**	-1
K24	**Ny.D**	**22**	**Primipara**	**30**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**4**	**6**	-2
K25	**Ny.T**	**21**	**Primipara**	**28**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**5**	**6**	-1

K26	**Ny.I**	**27**	**Multipara**	**30**	**RINGAN**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**4**	2
K27	**Ny.A**	**23**	**Primipara**	**31**	**RINGAN**	**NORMAL**	**TIDAK**	**4**	**3**	1
K28	**Ny.F**	**30**	**Grandemultipara**	**33**	**SEDANG**	**OBESITAS**	**YA**	**5**	**6**	-1
K29	**Ny.K**	**29**	**Multipara**	**34**	**SEDANG**	**NORMAL**	**YA**	**6**	**6**	0
K30	**Ny.m**	**21**	**Primipara**	**36**	**SEDANG**	**UNDERWEIGHT**	**TIDAK**	**6**	**6**	0

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 8. Output SPSS

ANALISA UNIVARIAT

Descriptives Usia

	KELOMPOK			Statistic	Std. Error
USIA	INTERVENSI	Mean		23.8667	.45671
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	22.9326	
			Upper Bound	24.8007	
		5% Trimmed Mean		23.8148	
		Median		23.0000	
		Variance		6.257	
		Std. Deviation		2.50149	
		Minimum		20.00	
		Maximum		29.00	
		Range		9.00	
		Interquartile Range		4.00	
		Skewness		.502	.427
		Kurtosis		-.724	.833
	KONTROL	Mean		24.6667	.55777
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	23.5259	
			Upper Bound	25.8074	
		5% Trimmed Mean		24.6852	
		Median		24.0000	
		Variance		9.333	
		Std. Deviation		3.05505	
		Minimum		19.00	
		Maximum		30.00	
		Range		11.00	
		Interquartile Range		5.25	
		Skewness		.114	.427
		Kurtosis		-1.079	.833

KARAKTERISTIK PARITAS

			KELOMPOK		
			INTERVENSI	KONTROL	Total
PARITAS	Grandemultipara	Count	0	3	3
		% within KELOMPOK	0.0%	10.0%	5.0%
	Multipara	Count	10	8	18
		% within KELOMPOK	33.3%	26.7%	30.0%
	Primipara	Count	20	19	39
		% within KELOMPOK	66.7%	63.3%	65.0%
Total		Count	30	30	60
		% within KELOMPOK	100.0%	100.0%	100.0%

Descriptives Usia Kehamilan

	KELOMPOK			Statistic	Std. Error
USIA_KEHAMILAN	INTERVENSI	Mean		30.5667	.34134
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	29.8685	
			Upper Bound	31.2648	
		5% Trimmed Mean		30.5556	
		Median		30.0000	
		Variance		3.495	
		Std. Deviation		1.86960	
		Minimum		27.00	
		Maximum		34.00	
		Range		7.00	
		Interquartile Range		3.00	
		Skewness		.380	.427
		Kurtosis		-.670	.833
	KONTROL	Mean		30.9000	.42440
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	30.0320	
			Upper Bound	31.7680	
		5% Trimmed Mean		30.7778	
		Median		30.0000	

	Variance	5.403	
	Std. Deviation	2.32453	
	Minimum	28.00	
	Maximum	36.00	
	Range	8.00	
	Interquartile Range	3.25	
	Skewness	.659	.427
	Kurtosis	-.308	.833

KARAKTERISTIK IMT

			KELOMPOK		
			INTERVENSI	KONTROL	Total
IMT	NORMAL	Count	26	20	46
		% within KELOMPOK	86.7%	66.7%	76.7%
	OBESITAS	Count	2	8	10
		% within KELOMPOK	6.7%	26.7%	16.7%
	UNDERWEIGHT	Count	2	2	4
		% within KELOMPOK	6.7%	6.7%	6.7%
Total		Count	30	30	60
		% within KELOMPOK	100.0%	100.0%	100.0%

KARAKTERISTIK AKTIFITAS FISIK

			KELOMPOK		
			INTERVENSI	KONTROL	Total
AKTIFITAS_FISIK	BERAT	Count	6	3	9
		% within KELOMPOK	20.0%	10.0%	15.0%
	RINGAN	Count	11	11	22
		% within KELOMPOK	36.7%	36.7%	36.7%
	SEDANG	Count	13	16	29
		% within KELOMPOK	43.3%	53.3%	48.3%
Total		Count	30	30	60
		% within KELOMPOK	100.0%	100.0%	100.0%

KARAKTERISTIK RIWAYAT NYERI

KELOMPOK		
INTERVENSI	KONTROL	Total

RIWAYAT_NYERI	TIDAK	Count	12	14	26
		% within KELOMPOK	40.0%	46.7%	43.3%
	YA	Count	18	16	34
		% within KELOMPOK	60.0%	53.3%	56.7%
Total		Count	30	30	60
		% within KELOMPOK	100.0%	100.0%	100.0%

Descriptives Nilai Pre dan Post

	KELOMPOK			Statistic	Std. Error
PRE	INTERVENSI	Mean		6.1000	.23659
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	5.6161	
			Upper Bound	6.5839	
		5% Trimmed Mean		6.0741	
		Median		6.0000	
		Variance		1.679	
		Std. Deviation		1.29588	
		Minimum		4.00	
		Maximum		9.00	
		Range		5.00	
		Interquartile Range		2.00	
		Skewness		.312	.427
		Kurtosis		-.408	.833
	KONTROL	Mean		5.5667	.15671
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	5.2461	
			Upper Bound	5.8872	
		5% Trimmed Mean		5.5370	
		Median		5.5000	
		Variance		.737	
		Std. Deviation		.85836	
		Minimum		4.00	
		Maximum		8.00	

		Range		4.00	
		Interquartile Range		1.00	
		Skewness		.655	.427
		Kurtosis		1.141	.833
POST	INTERVENSI	Mean		3.4667	.21299
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	3.0311	
			Upper Bound	3.9023	
		5% Trimmed Mean		3.4444	
		Median		3.5000	
		Variance		1.361	
		Std. Deviation		1.16658	
		Minimum		1.00	
		Maximum		6.00	
		Range		5.00	
		Interquartile Range		1.00	
		Skewness		.226	.427
		Kurtosis		.211	.833
	KONTROL	Mean		4.3000	.23069
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	3.8282	
			Upper Bound	4.7718	
		5% Trimmed Mean		4.3333	
		Median		4.0000	
		Variance		1.597	
		Std. Deviation		1.26355	
		Minimum		2.00	
		Maximum		6.00	
		Range		4.00	
		Interquartile Range		2.25	
		Skewness		-.064	.427
		Kurtosis		-1.075	.833

Descriptives Selisih

	KELOMPOK			Statistic	Std. Error
SELISIH	INTERVENSI	Mean		2.6333	.12208
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	2.3836	
			Upper Bound	2.8830	
		5% Trimmed Mean		2.5926	
		Median		3.0000	
		Variance		.447	
		Std. Deviation		.66868	
		Minimum		2.00	
		Maximum		4.00	
		Range		2.00	
		Interquartile Range		1.00	
		Skewness		.586	.427
		Kurtosis		-.589	.833
	KONTROL	Mean		1.2667	.25341
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	.7484	
			Upper Bound	1.7849	
		5% Trimmed Mean		1.3333	
		Median		2.0000	
		Variance		1.926	
		Std. Deviation		1.38796	
		Minimum		-2.00	
		Maximum		3.00	
		Range		5.00	
		Interquartile Range		2.00	
		Skewness		-.764	.427
		Kurtosis		-.492	.833

Uji Normalitas

Tests of Normality Usia

		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	KELOMPOK	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
USIA	INTERVENSI	.236	30	.000	.926	30	.037
	KONTROL	.186	30	.009	.941	30	.095

a. Lilliefors Significance Correction

Tests of Normality Usia Kehamilan

		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	KELOMPOK	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
USIA_KEHAMILAN	INTERVENSI	.186	30	.010	.926	30	.039
	KONTROL	.184	30	.011	.921	30	.028

a. Lilliefors Significance Correction

Tests of Normality Nilai Pre dan Post

		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	KELOMPOK	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PRE	INTERVENSI	.197	30	.004	.934	30	.064
	KONTROL	.245	30	.000	.861	30	.001
POST	INTERVENSI	.190	30	.007	.925	30	.037
	KONTROL	.161	30	.047	.902	30	.009

a. Lilliefors Significance Correction

Tests of Normality

		Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
	KELOMPOK	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
SELISIH	INTERVENSI	.295	30	.000	.764	30	.000
	KONTROL	.335	30	.000	.838	30	.000

a. Lilliefors Significance Correction

Uji Homogen

Test Statistics Homogen

Usia[a]

	USIA

Mann-Whitney U	370.000
Wilcoxon W	835.000
Z	-1.193
Asymp. Sig. (2-tailed)	.233

a. Grouping Variable: KELOMPOK

Chi-Square Tests Homogen Paritas

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	3.248[a]	2	.197
Likelihood Ratio	4.407	2	.110
N of Valid Cases	60		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.50.

Test Statistics Homogen Usia Kehamilan[a]

	USIA_KEHAMILAN
Mann-Whitney U	425.500
Wilcoxon W	890.500
Z	-.367
Asymp. Sig. (2-tailed)	.713

a. Grouping Variable: KELOMPOK

Chi-Square Tests Homogen IMT

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	4.383[a]	2	.112
Likelihood Ratio	4.640	2	.098
N of Valid Cases	60		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.00.

Chi-Square Tests Homogen Aktifitas Fisik

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	1.310[a]	2	.519
Likelihood Ratio	1.330	2	.514
N of Valid Cases	60		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.50.

Chi-Square Tests Homogen Riwayat Nyeri

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.271[a]	1	.602		
Continuity Correction[b]	.068	1	.794		
Likelihood Ratio	.272	1	.602		
Fisher's Exact Test				.795	.397
N of Valid Cases	60				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 13.00.

b. Computed only for a 2x2 table

Analisa Bivariat

Uji Wilcoxon

Test Statistics Pre Post Dalam Kelompok Intervensi[a]

	POST - PRE
Z	-4.890[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Test Statistics Pre Post Dalam Kelompok Kontroli[a]

	POST - PRE
Z	-3.854[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Uji Man whitney

Test Statistics Man Whitney Sebelum Intervensi[a]

	PRE
Mann-Whitney U	339.500
Wilcoxon W	804.500
Z	-1.711
Asymp. Sig. (2-tailed)	.087

a. Grouping Variable: KELOMPOK

Kemenkes Itekkes Bengkulu

Test Statistics Man Whitney Setelah Intervensi[a]

	POST
Mann-Whitney U	290.500
Wilcoxon W	755.500
Z	-2.429
Asymp. Sig. (2-tailed)	.015

a. Grouping Variable: KELOMPOK

Test Statistics Man Whitney Selisih[a]

	SELISIH
Mann-Whitney U	187.000
Wilcoxon W	652.000
Z	-4.185
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Grouping Variable: KELOMPOK

Lampiran 9.Dokumentasi Intervensi







































Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Lampiran 10. Dokumentasi kelompok Kontrol





















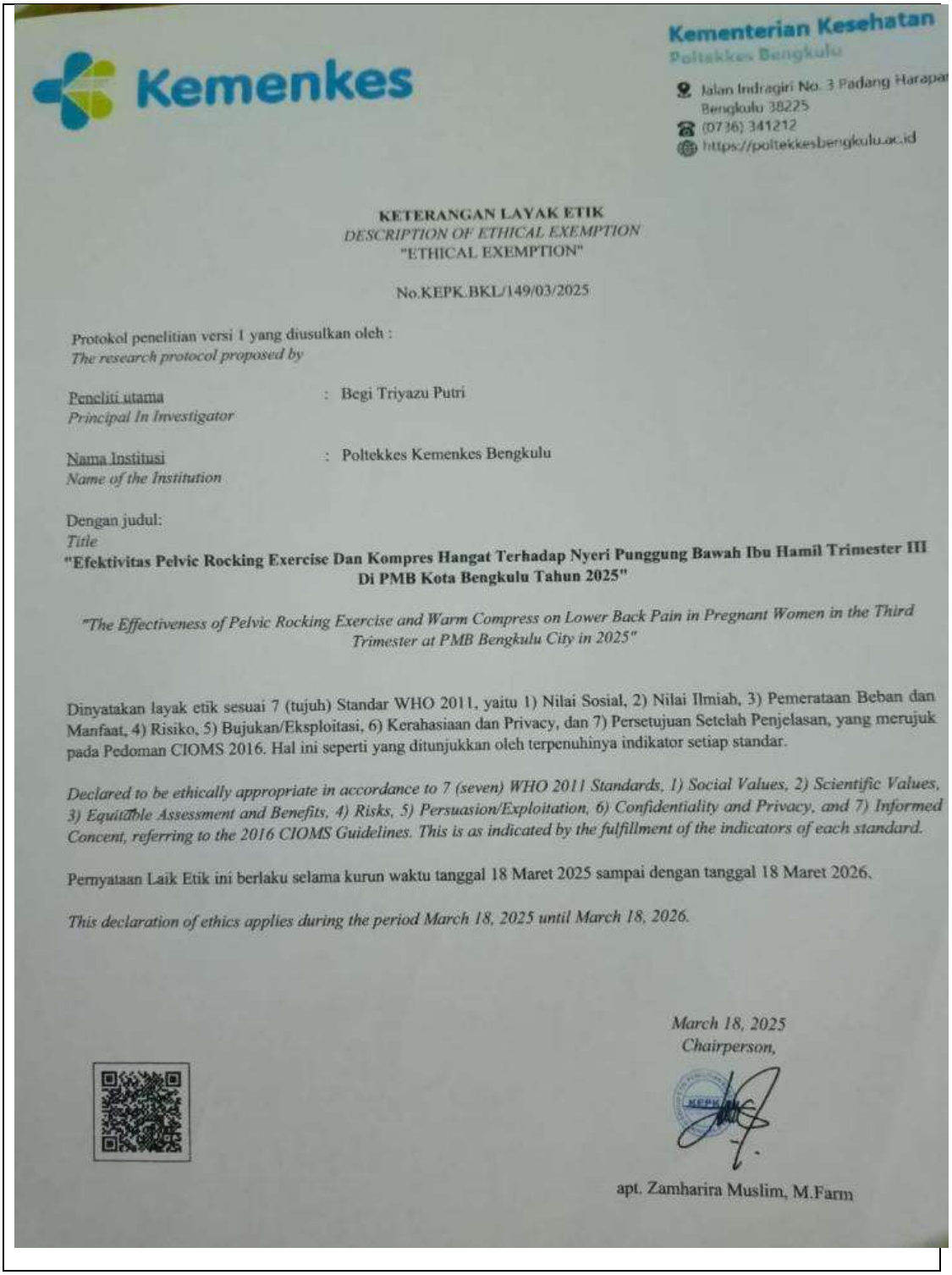








Lampiran 11. Surat keterangan Layak Etik



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Bengkulu
Jalan Indragiri No. 3 Padang Harapan Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://poltekkesbengkulu.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.KEPK.BKL/149/03/2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Begi Triyazu Putri
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"Efektivitas Pelvic Rocking Exercise Dan Kompres Hangat Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Di PMB Kota Bengkulu Tahun 2025"

"The Effectiveness of Pelvic Rocking Exercise and Warm Compress on Lower Back Pain in Pregnant Women in the Third Trimester at PMB Bengkulu City in 2025"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 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 Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 18 Maret 2025 sampai dengan tanggal 18 Maret 2026.

This declaration of ethics applies during the period March 18, 2025 until March 18, 2026.

March 18, 2025
Chairperson,

apt. Zamharira Muslim, M.Farm

Lampiran 12.Izin Pra Penelitian

PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban
Kota Bengkulu Telp. 085216000810 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com.
www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI

Nomor : 000.9.2/ /D.Kes/2024

Dasar Surat dari Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor: PP.1.01/FXXXI.1/1098/2024 Tanggal 26 September 2024, Perihal : Permohonan Izin Pra Penelitian untuk atas nama :

Nama	:	**Begi Triyazu Putri**
N I M	:	P05120321053
Program Studi	:	Sarjana Terapan Keperawatan
Judul / Data	:	Pengaruh Back Massage Dan Pelvic Roking Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester 3
Tempat Penelitian	:	1.Dinas Kesehatan Kota Bengkulu 2.Puskesmas…
Lama Kegiatan	:	03 Oktober 2024 s/d 10 Oktober 2024

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan pra penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

a. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Pra Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Pra Penelitian.
d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
e. Surat Rekomendasi Pra Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 03 Oktober 2024

Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu

Joni Haryadi Thabrani, SKM, MM
Pembina, IV/a
NIP. 197406081994021002

Tembusan :
1.Yth.Sdr,Ka,UPTD Puskesmas….
2.Yang Bersangkutan

Lampiran 13.Surat Rekomendari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu



PEMERINTAH KOTA BENGKULU
DINAS KESEHATAN
Jl. Letjen Basuki Rahmat No. 8 Kel. Belakang Pondok Kec. Ratu Samban
Kota Bengkulu Telp. 085216000810 Email dinkeskotabengkulu1@gmail.com
www.dinkes.bengkulukota.go.id Kode Pos 34223

REKOMENDASI

Nomor : 000.9.2/ 1949 /D.Kes/2025

Dasar Surat

1. Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes Kemenkes Bengkulu Nomor : PP.01.01/F.XXIII.1/26012/2025 Tanggal 11 Maret 2025
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Bengkulu Nomor : 000.9.2/924/KESBANGPOL-REK/2025 Tanggal 09 Mei 2025, Perihal : Penelitian Untuk Penyusunan Tugas Akhir Mahasiswa Atas Nama :

Nama	:	**Begi Triyazu Putri**
N I M	:	P05120321053
Pekerjaan	:	Mahasiswa
Program Studi	:	Keperawatan
Judul / Data	:	Pengaruh pelvic rocking exercise terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III di BPM Kota Bengkulu Tahun 2025
Tempat Penelitian	:	BPM Kota Bengkulu
Lama Kegiatan	:	01 April 2025 s/d. 31 Mei 2025

Pada prinsipnya Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tidak berkeberatan diadakan penelitian/kegiatan yang dimaksud dengan catatan ketentuan :

a. Tidak dibenarkan mengadakan kegiatan yang tidak sesuai dengan penelitian yang dimaksud.
b. Harap mentaati semua ketentuan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat setempat.
c. Apabila masa berlaku Rekomendasi Penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan belum selesai maka yang bersangkutan harus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
d. Setelah selesai mengadakan kegiatan diatas agar melapor kepada Kepala Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (tembusan).
e. Surat Rekomendasi Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat ini tidak mentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bengkulu, 26 Mei 2025
Kepala Dinas Kesehatan
Kota Bengkulu

Joni Haryadi Thabrani, SKM, MM
Pembina, IV/a
NIP.197406081994021002

Tembusan :
1. Sdr...
2. Yang Bersangkutan

Lampiran 14. Surat penelitian



Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Bengkulu
Jalan Indragiri No.3 Padang Harapan
Bengkulu 38225
(0736) 341212
https://www.poltekkesbengkulu.ac.id

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

11 Maret 2025

Nomor : PP. 01.01/F.XXIII.1/ 2 Sart./2025
Perihal : **Izin Penelitian**

Yth,
Kepala Kesbangpol kota Bengkulu
di
Tempat

Sehubungan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam bentuk kripsi Progam Studi Keperawatan Program Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Tahun Akademik 2024/2025 , dengan ini kami mohon Bapak/Ibu dapat memberikan izin pengambilan data untuk penelitian kepada:

Nama	: Begi triyazu putri
NIM	: P05120321053
Tempat Penelitian	: PMB kota Bengkulu
Waktu Penelitian	: 1 April - 30 mei
Judul	: Pengaruh pelvic rocking excercise terhadap nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III dipmb kota Bengkulu
No Handphone	: 083157736349

Demikianlah, atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu diucapkan terimakasih.

a.n. Direktur Poltekkes Kemenkes Bengkulu
Wakil Direktur Bidang Akademik

Kemenkes

Agung Riyadi, S.Kep.Ns.M.Kes

Lampiran 15.Surat Rekomendasi Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik

PEMERINTAHKOTABENGKULU

BADANKESATUANBANGSADANPOLITIK

Alamat:Jl. MelurNo.1 KelurahanNusa Indah
Email:bkesbangpolkotabengkulu@gmail.com

REKOMENDASIPENELITIAN

Nomor:000.9.2/924/KESBANGPOL-REK/2025

Dasar :PeraturanMenteriDalamNegeriRepublikIndonesiaNomor7Tahun2014 tentangPerubahanAtasPeraturanMenteriDalamNegeriRepublikIndonesiaNomor64Tahun2011TentangPedomanPenerbitan Rekomendasi Penelitian

Memperhatikan:SuratdariWakilDirekturBidangAkademikPoltekkesKemenkesBengkulu Nomor:PP.01.01/FXXIII.1/26012/2025tanggal11Maret2025PerihalIzin Penelitian

DENGANINIMENYATAKANBAHWA

Nama	:	BEGITRIYAZUPUTRI
NPM	:	P05120321053
Pekerjaan	:	Mahasiswa
Prodi/Fakultas	:	KeperawatanProgramSarjanaTerapan
JudulPenelitian	:	pengaruhPelvicRockingExcersiceTerhadapNyeri PunggungBawahIbuHamilTrimesterIIIdiPMB Kota Bengkulu
TempatPenelitian	:	PMBKotaBengkulu
Waktupenelitian	:	1April2025s.d31Mei2025
PenanggungJawab:		Wakil Direktur Bidang Akademik Poltekkes KemenkesBengkulu

Dengan Ketentuan

:1Tidakdibenarkanmengadakankegiatanyangtidaksesuaidengan penelitian yang dimaksud.
2 Harusmentaatiperaturanperundang-undanganyangberlakuserta mengindahkan adat istiadat setempat.
3 ApabilamasaberlakuRekomendasiPenelitianinisudahberakhir, sedangkanpelaksanaanbelumselesaimakayangbersangkutanharus mengajukan surat perpanjangan Rekomendasi Penelitian.
4 SuratRekomendasiPenelitianiniakandicabutkembalidandinyatakan tidakberlakuapabilaternyatapemegangsuratinitidakmentaati ketentuan seperti tersebut diatas.

Demikianlah Rekomendasi Penelitian ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

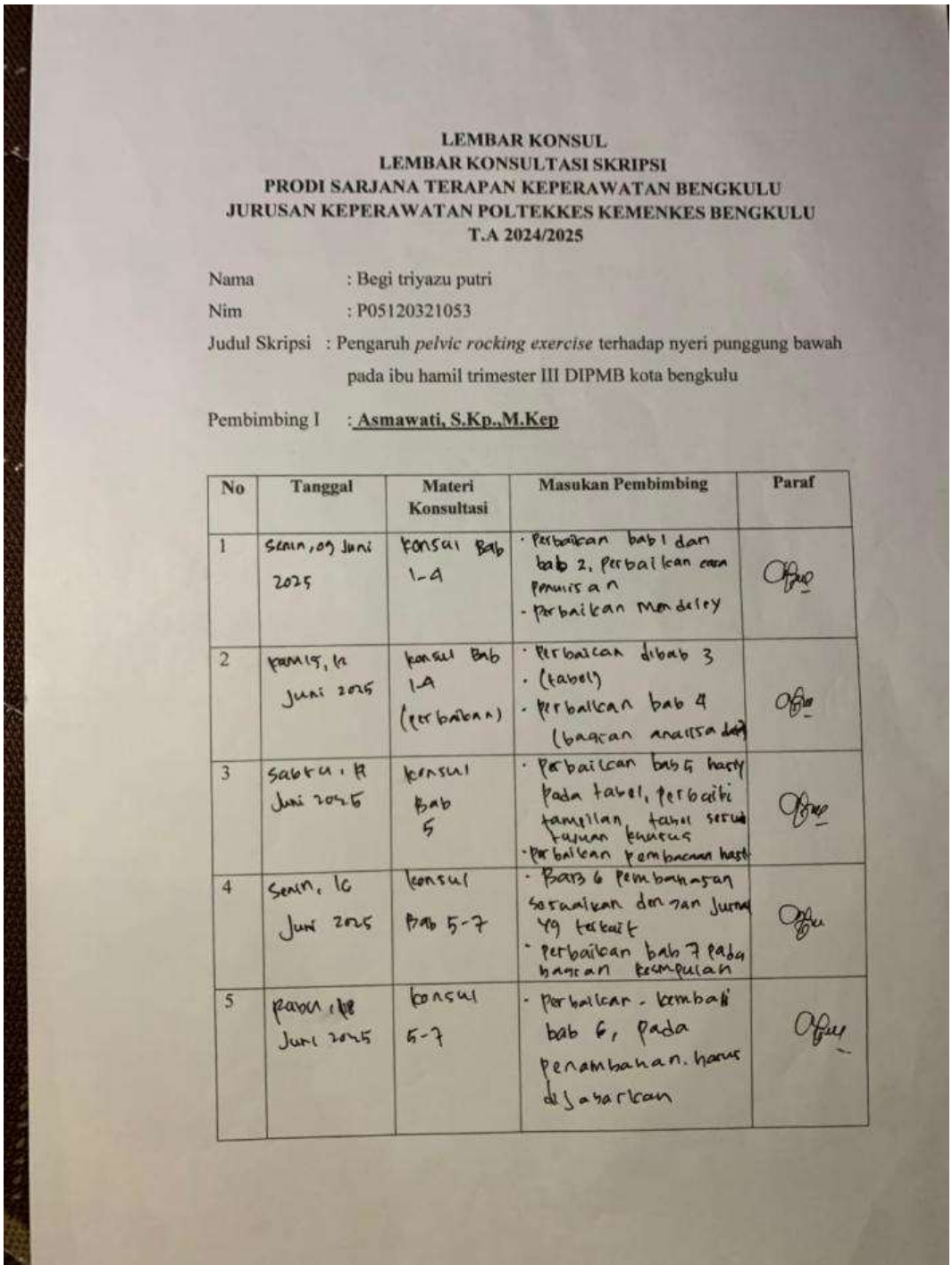
Dikeluarkan di : Bengkulu
Pada tanggal : 9Mei2025

a.n.WALIKOTABENGKULU
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kota Bengkulu

SYOFYANTOSONI,SE,MM
Pembina Utama Muda
NIP. 197009021993031006

Dokumeninitelahdiregistrasi,dicapdanditandatanganiolehKepalaBadanKesatuanBangsadanPolitikKotaBengkuludan didistribusikan melalui Email kepada Pemohon untuk dicetak secara mandiri, serta dapat digunakan sebagaimana

Lampiran.16 Lembar Konsul Skripsi Pembimbing 1



LEMBAR KONSUL
LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI
PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
T.A 2024/2025

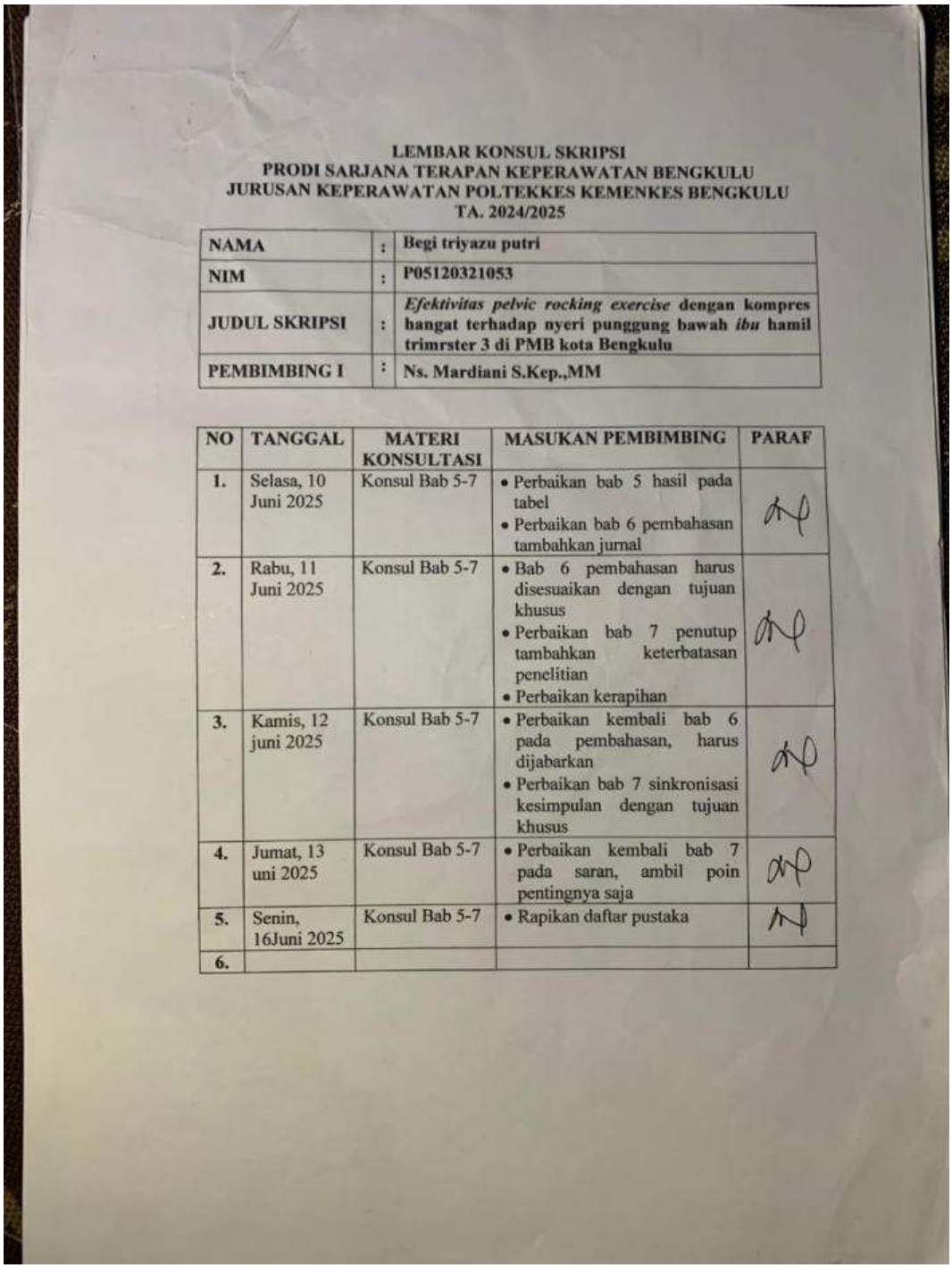
Nama : Begi triyazu putri
Nim : P05120321053
Judul Skripsi : Pengaruh *pelvic rocking exercise* terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III DIPMB kota bengkulu

Pembimbing I : **Asmawati, S.Kp.,M.Kep**

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Masukan Pembimbing	Paraf
1	Senin, 09 Juni 2025	konsul Bab 1-4	· Perbaikan bab 1 dan bab 2, perbaikan cara penulisan · perbaikan mendeley	
2	Kamis, 12 Juni 2025	konsul Bab 1-4 (perbaikan)	· Perbaikan dibab 3 · (tabel) · perbaikan bab 4 (bagian analisa data)	
3	Sabtu, 14 Juni 2025	konsul Bab 5	· Perbaikan bab 5 hasil pada tabel, perbaiki tampilan, tabel serta tujuan khusus · Perbaikan pembahasan hasil	
4	Senin, 16 Juni 2025	konsul Bab 5-7	· Bab 6 pembahasan sesuaikan dengan jurnal yg terkait · perbaikan bab 7 pada bagian kesimpulan	
5	Rabu, 18 Juni 2025	konsul 5-7	· Perbaikan - kembali bab 6, pada penambahan. harus dijabarkan	

6	Jumat 20 Juni 2025	konsul Bab 5-7	perbaikan kembali pada bagian saran ambil poin penting	
7	Senin 23 Juni 2025	konsul 5-7	Acc Skripsi	
8				

Lampiran 17.Lembar Konsul skripsi pembimbing 2



LEMBAR KONSUL SKRIPSI
PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN POLTEKKES KEMENKES BENGKULU
TA. 2024/2025

NAMA	:	**Begi triyazu putri**
NIM	:	**P05120321053**
JUDUL SKRIPSI	:	***Efektivitas pelvic rocking exercise* dengan kompres hangat terhadap nyeri punggung bawah *ibu* hamil trimrster 3 di PMB kota Bengkulu**
PEMBIMBING I	:	**Ns. Mardiani S.Kep.,MM**

NO	TANGGAL	MATERI KONSULTASI	MASUKAN PEMBIMBING	PARAF
1.	Selasa, 10 Juni 2025	Konsul Bab 5-7	• Perbaikan bab 5 hasil pada tabel • Perbaikan bab 6 pembahasan tambahkan jurnal	
2.	Rabu, 11 Juni 2025	Konsul Bab 5-7	• Bab 6 pembahasan harus disesuaikan dengan tujuan khusus • Perbaikan bab 7 penutup tambahkan keterbatasan penelitian • Perbaikan kerapihan	
3.	Kamis, 12 juni 2025	Konsul Bab 5-7	• Perbaikan kembali bab 6 pada pembahasan, harus dijabarkan • Perbaikan bab 7 sinkronisasi kesimpulan dengan tujuan khusus	
4.	Jumat, 13 uni 2025	Konsul Bab 5-7	• Perbaikan kembali bab 7 pada saran, ambil poin pentingnya saja	
5.	Senin, 16Juni 2025	Konsul Bab 5-7	• Rapikan daftar pustaka	
6.				

Lampiran.18 Lembar Konsul Proposal penelitian

LEMBAR KONSUL PEMBIMBING PROPOSAL SKRIPSI

Nama : Begi Triyazu Putri

NIM : P05120321053

Pembimbing 2 : Ns.Mardiani,S.Kep, M.M

Judul Proposal Penelitian : Pengaruh *pelvic rocking* exercise dan kompres hangat terhadap nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester 3

NO	HARI/ TANGGAL	TOPIK	SARAN	PARAF
1	18/08/2024	Konsul judul	- Cari dan baca jurnal ilmiah dan artikel tentang judul yang mau di ambil	
2	28/08/2024	Konsul judul	- ACC judul - Lanjut Bab 1 - Cari jurnal nasional dan internasional	
3	03/09/2024	Konsul Refrensi dan Bab 1,2	- Perbaikan huruf pada kutipan - Tambahkan sumber-sumber dari buku - Jelaskan lokasi pada pembahasan - Perbaiki penulisan - Paraphrase kata-kata di latar belakang - Cari buku-buku tentang nyeri punggung	
4	08/10/2024	Konsul Bab 1,2,3,4	- Tambahkan jurnal internasional - Perbaikan penulisan pada kutipan jurnal - Perbaikan definisi oprasional - Perbaiki SOP - Perbaiki penulisan di daftar pustaka - Perbaiki patofisiologi - Perbaiki manifestasi klinis	

5	16/10/2024	Konsul Bab 1,2,3,4	- Perbaikan kata yang salah - Perbaikan definisi operasional - Perbaikan kriteria inklusi - Lengkapi analisis bivariat - Perbaikan SOP	
6	20/11/2024	konsul Bab 1,2,3,4,dan lampiran	- Perbaiki definisi terapi - Perbaiki krangka teori - Melengkapi kembali kata yang kurang - Merapikan proposal - Menyusun dan melengkapi lampiran proposal - Mengecek kembali dari awal sampai akhir proposal	
7		ACC Proposal penelitian	- ACC Perbaikan proposal - Persiapkan semua dokumen dan lampiran - Daftar seminar proposal	