



LAPORAN BIMBINGAN TA/SKRIPSI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak - Ungaran Timur, Kab. Semarang - Jawa Tengah
Email: ngudiwaluyo@unw.ac.id, Telp: Telp. (024) 6925408 & Fax. (024) -6925408

Nomor Induk Mahasiswa : 152211040
Nama Mahasiswa : Ana Sullisnani
Ketua Program Studi : Luvi Dian Atriyani, S.SLT., M.Kes.
Dosen Pembimbing (1) : Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
Dosen Pembimbing (2) : Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
Judul Ta/Skripsi : perbedaan skala insentitas nyeri punggung sebelum dan sesudah di lakukan prenatal yoga
Abstrak : perbedaan skala insentilas nyeri punggung sebelum dan sesudah di lakukan prenatal yoga

Ibu hamil pada trimester pertama mengalami mual dan muntah (Emsia gravidarum). Keadaan ini merupakan hal yang wajar dan sering terjadi pada kehamilan terutama pada trimester pertama. Mual dan muntah yang berhubungan dengan kehamilan biasanya dimulai dengan 9-10 minggu kehamilan, puncak di 11-13 minggu, dan menyelesaikan dalam banyak kasus oleh 12-14 minggu. Dalam 1-10% dari kehamilan, gejala dapat berlanjut setelah 20-22 minggu. Mual dan muntah terjadi pada 60-80% primigravida dan 40-60% multigravida. 1 dari 1000 kehamilan, gejala gejala ini lebih berat. Perasaan mual ini disebabkan oleh karena meningkatnya hormon estrogen dan HCG dalam serum.

Nyeri punggung merupakan nyeri yang terjadi pada area lumbosakral. Yoga merupakan bentuk olahraga yang dapat dilakukan oleh ibu hamil. Yoga dalam kehamilan menggambarkan postur-postur khusus dan teknik-teknik yang bermanfaat bagi ibu hamil dan membantu menghilangkan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh perubahan tubuh selama kehamilan. Terdapat 10 orang ibu hamil, sebanyak 7 orang ibu hamil (70%) mengatakan mengeluh nyeri punggung dengan intensitas sedang, dan sebanyak 2 orang (20%) mengalami nyeri punggung dengan intensitas ringan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Perbedaan Skala Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Sebelum dan Sesudah Dilakukan

Tanggal Pengajuan : 12/09/2022 10:24
Tanggal Acc Judul : 12/09/2022 13:22:38
Tanggal Selesai Proposal : -
Tanggal Selesai TA/Skripsi : -

No	Hari/Tgl	Keterangan	Dosen/Mhs
BIMBINGAN PROPOSAL			
1	Kamis,27/10/2022 20:07:24	Selamat malam ibu, mohon bimbingannya untuk pengajuan proposal ini nggeh. Terima Kaih	Ana Sullisnani
2	Rabu,16/11/2022 06:49:18	mbak kemarin jadinya ganti apa ya?	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
3	Senin,21/11/2022 09:07:43	Kemarin saya ganti efektifitas yoga terhadap nyeri punggung ibu hamil TM 3 nggeh bu ?	-

4	Selasa,22/11/2022 16:32:13	Selamat sore ibu, mohon bimbingannya untuk pengajuan proposal yang baru lagi nggeh. Terima Kaih. https://docs.google.com/document/d/1pkTtVCFJRPmWlXgWeTV7W1dhiN5EW2hT/edit?usp=share_link&ouid=105525637748952230554&rtprof=true&sd=true	-
5	Jumat,06/01/2023 06:22:53	Selamat sore ibu, mohon bimbingannya untuk pengajuan proposal yang baru lagi nggeh. Terima Kaih.	Ana Sulisnani
6	Rabu,01/02/2023 10:05:27	refisi sesuai masukan	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
7	Sabtu,07/01/2023 12:47:51	Selamat siang ibu, mohon bimbingannya untuk Revisi an yang selanjutnya nggeh. Terima Kasih.	Ana Sulisnani
8	Rabu,01/02/2023 10:05:32	refisi sesuai masukan	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
9	Rabu,11/01/2023 06:55:23	Selamat pagi ibu, Mohon maaf mohon izin untuk bimbingannya skripsi nggeh. Terima Kasih bu wahyu	Ana Sulisnani
10	Rabu,01/02/2023 10:05:39	refisi sesuai masukan	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
11	Kamis,12/01/2023 06:58:37	Selamat pagi bu, mohon izin untuk bimbingan skripsi nggeh. Terima kasih	Ana Sulisnani
12	Rabu,01/02/2023 10:05:45	refisi sesuai masukan	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
13	Sabtu,28/01/2023 14:18:28	Selamat siang ibu. Mohon izin untuk bimbingan skripsi nya nggih. Terima Kasih	Ana Sulisnani
14	Minggu,29/01/2023 12:44:02	Selamat siang ibu, mohon izin bimbingan skripsinya nggih. Niki hasil revisiannya sudah diperbaiki. Terima kasih	Ana Sulisnani
15	Rabu,01/02/2023 10:05:54	refisi sesuai masukan	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
16	Senin,30/01/2023 07:11:14	Selamat pagi bu, mohon izin bimbingan skripsi nggih. Terima Kasih	Ana Sulisnani
17	Rabu,01/02/2023 10:05:59	refisi sesuai masukan	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
18	Selasa,31/01/2023 10:05:09	Selamat pagi bu, Mohon izin bimbingan skripsinya nggih. Terima Kasih	Ana Sulisnani
19	Rabu,01/02/2023 10:06:23	refisi sesuai masukan	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Luvli Dian Afrivani, S.Si.T., M.Kes.

(NIDN: 0627048302)

Semarang, 01 Pebruari 2023

Ana sulisnani

Nim: 152211040

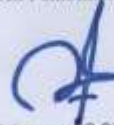
Dosen Pembimbing 1



Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H

(NIDN: 0610048803)

Dosen Pembimbing 2



Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H

(NIDN: 0610048803)