

## Lampiran : Lembar Konsultasi



### LAPORAN BIMBINGAN TA/SKRIPSI UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Jl. Diponegoro No 186 Gedanganak-ngaran Timur, Kab, Semarang-Jawa Tengah

E-mail: [ngudiwaluyo@unw.ac.id](mailto:ngudiwaluyo@unw.ac.id), Telp. (0240 6925408 & Fax. (024)-6925408

Nomor induk mahasiswa : 152231034

Nama mahasiswa : Khairunnisa Anugrah Oktadwiyanti

Ketua program studi : Luvi Dian Afriyani, S. Si.T., M.Kes

Dosen pembimbng (1) : Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H

Dosen pembimbng (2) : Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H

**Judul Ta/Skripsi: EFEKTIVITAS PREGNANCY MASSAGE TERHADAP  
PENURUNAN TINGKAT NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL  
TRIMESTER III DI MOMMY & PUTRI PREGNANCY SPA  
BALIKPAPAN**

**Abstrak : Latar belakang:** Semakin bertambahnya usia kehamilan, semakin banyak ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu hamil terutama pada trimester III. Nyeri punggung adalah salah satu ketidaknyamanan yang paling sering dirasakan. Jika tidak ditangani dengan baik nyeri punggung dapat mengakibatkan kualitas tidur ibu terganggu, kelelahan dan tidak dapat beraktivitas dengan baik. Terapi non farmakologi di nilai lebih aman untuk ibu hamil salah satunya adalah pijat hamil atau *pregnancy massage*. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Mommy & Putri Pregnancy Spa di dapatkan data 2 ibu hamil mengatakan nyeri punggung namun masih bisa di tahan, sedangkan 2 ibu hamil lainnya mengatakan nyeri punggungnya sudah mengganggu aktivitas sehingga butuh penanganan sehingga melakukan kunjungan pregnancy massage.

**Tujuan:** Mengetahui efektivitas pregnancy massage terhadap penurunan tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III

**Metode penelitian:** penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode experiment dengan menggunakan 1 grup untuk *pretest* dan *posttest* tanpa kelompok kontrol. Penilaian tingkat nyeri menggunakan skala nyeri *Visual Analog Scale* yang di ukur sebelum pijat dan setelah dilakukan 1kali pijat selama 90 menit. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang berkunjung ke tempat penelitian. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive Sampling* dengan jumlah sampel adalah 15 responden. Analisa univariat dengan distribusi frekuensi, analisa bivariat dengan uji wilcoxon.

**Hasil:** Gambaran tingkat nyeri punggung ibu hamil sebelum dilakukan *pregnancy massage* adalah 6 responden (40%) mengalami nyeri ringan dan 9 responden (60%) mengalami nyeri sedang. Setelah dilakukan *pregnancy massage* didapatkan hasil nyeri ringan sebanyak 10 responden (66,7%) dan nyeri sedang 5 responden (33,3%). Hasil uji wilcoxon adalah  $0,001 < \alpha 0,05$  dengan demikian menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  di tolak.

**Kesimpulan:** Terdapat pengaruh *pregnancy massage* terhadap penurunan tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III di Mommy & Putri Pregnancy Spa Balikpapan.

Tanggal pengajuan : 02/04/2024 12.20.50

Tanggal acc judul : 02/04/2024 14.02.19

Tanggal selsai proposal :

Tanggal selesai TA/Skripsi :

No	Hari/Tgl	Keterangan	Dosen /Mhs
1	Kamis,04/04/2024 14.29	Konsultasi kembali untuk judul skripsi terkait metode penelitian nnti yang akan di lakukan	Khairunnisa
2	Senin,20/05/2024 10.33	Acc judul skripsi, setelah sebelumnya melakukan pergantian judul, dan melanjutkan untuk melakukan stupen dan BAB 1	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
3	Minggu,16/06/2024 09.35	Konsul bab 1 latar belakang	Khairunnisa
4	Kamis,18/07/2024 09.50	Revisi bab 1	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
5	Senin,22/07/2024 08.04	Konsul bab 1 dan 2, lanjut membuat 3	Khairunnisa
6	Jum'at,26/07/2024 21.04	Konsul bab 3	Khairunnisa
7	Rabu,31/07/2024 10.52	Pengarahan Bab 1, 2 dan 3 untuk di revisi	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
8	Kamis,01/08/2024 01.08	Penyerahan Revisi bab 1, 2, 3, pengarahan dari Bu wahyu untuk persiapan EC	Khairunnisa
9	Selasa,06/08/2024 23.04	Pengarahan revisi EC	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
10	Sabtu , 10/08/2024 14.28	Pengarahan untuk persiapan penelitian	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
11	Kamis,15/08/2024 14.08	Konsul Bab 4 dan 5	Khairunnisa
12	Kamis,15/08/2024 15.01	Pemberian arahan untuk revisi bab 4 dan 5	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
13	Kamis 16/08/2024 21.33	Mengirim Revisian bab 4 dan 5	Khairunnisa
14	Jum'at,17/08/2024 09.56	Arahan untuk perbaiki lagi bab 4 dan 5	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
15	Senin,19/07/ 2024	Arahan untuk persiapan Turnitin	Wahyu

	09.00	dan daftar ujian	Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
16	Selasa,20/08/2024 13.51	Penandatanganan lembar persetujuan untuk ujian, lengkapi lampiran dan buat PPT	Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H
17	Selasa,20/08/2024 18.00	Pendaftaran Ujian	Khairunnisa

Mengetahui Ketua Program Studi

Semarang, 20 Agustus 2024



Luvi Dian Afriyani, S. Si.T., M.Kes  
(NIDN: 0627048302)



Khairunnisa Anugrah Oktadwiyanti  
152231034

Dosen pembimbing



Wahyu Kristiningrum, S.Si.T.,M.H  
(NIDN:0610048803)