

**Lampiran 1 : Jadwal Penyusunan Skripsi**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**JADWAL PENYUSUNAN SKRIPSI**

NO	KEGIATAN	Sept 2019				Okt 2019				Nov 2019				Des 2019				Jan 2020				Feb 2020				Maret 2020				April 2020				Mei 2020			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	Pengajuan judul Dan Nama pembimbing	█																																			
2	Konfirmasi judul Dan Nama pembimbing	█																																			
3	Penelusuran literatur, proses bimbingan dan penyusunan proposal	█																																			
4	Seminar proposal					█																															
5	Revisi dan persetujuan proposal oleh Pembimbing					█																															
6	Penelitian dan penulisan laporan Penelitian																					█															
7	Pendaftaran Ujian SKRIPSI																									█											
8	Pelaksanaan Ujian SKRIPSI																													█							
9	Revisi laporan SKRIPSI																																	█			
10.	Penyerahan laporan SKRIPSI																																	█			

Lampiran 2 : Lembar Studi Pendahuluan



INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPROAEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG



INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN RS dr. SOEPROAEN  
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN

Nomor : B/Keb/ / /2020  
Perihal : Studi Pendahuluan & Pelaksanaan Penelitian

Malang, 2020

Kepada

Yth. DINAR NACITA Amd. Keb

Di  
Tempat

1. Dasar
  - a. Kalender Akademik Program Sarjana Terapan Kebidanan Tahun Ajaran 2020 / 2021.
  - b. Pelaksanaan Skripsi Program Sarjana Terapan Kebidanan Tahun Ajaran 2020 / 2021.

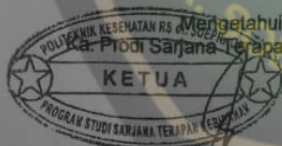
2. Sehubungan dengan hal tersebut diatas, mohon diijinkan mahasiswa dengan

Nama : APRILIA DINY WILURUKS  
NIM : 206048 A3  
Semester : VI

Untuk dapat melakukan \*( Studi Pendahuluan & Pelaksanaan Penelitian) yang berjudul:

"PENGARUH TERAPI PELVIC TILTING TERHADAP NYERI PUNGEUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESDIKAR NACITA KAWAJAL KABUPATEN MALANG"

3. Demikian atas ijin dan perkenannya kami sampaikan terima kasih.



Ina Indriah, SST., M.Kes

Koordinator UAP

Rosyidah Alfitri, SST, M.PH

Tembusan : 1. Arsip

Dipindai dengan CamScanner

**Lampiran 3 : Lembar Balasan Studi Pendahuluan**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**SURAT BALASAN UNTUK IJIN MELAKUKAN STUDI PENDAHULUAN  
DI PMB DINAR NACITA, Amd.Keb WAJAK KABUPATEN MALANG**

Kepada

Yth. Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan  
ITSK RS dr. Soepraoen  
Malang

Dengan Hormat,

Sehubung dengan adanya penyusunan proposal skripsi maka dengan ini saya Bidan Dinar Nacita, Amd.Keb menerima dengan adanya kegiatan studi pendahuluan dan menyatakan bahwa mahasiswa :

Nama : Aprilia Diny Wilujeng  
NIM : 206048 AJ  
Judul Skripsi : " Pengaruh Teknik Pelvic Tilting Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di PMB Dinar Nacita Wajak Kabupaten Malang ".

Demikian atas kerjasamanya saya ucapkan terimakasih.

Malang, Maret 2021

Hormat Saya

(Dinar Nacita, Amd.Keb)

**Lampiran 4 : Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian**  
**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN**  
**KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**



**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN**

Kepada :  
Yth. Calon Responden  
Di Tempat

Dengan hormat

Sebagai persyaratan tugas akhir Sarjana Terapan Kebidanan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang, saya :

Nama : Aprilia Diny Wilujeng

NIM : 206048AJ

Akan melakukan penelitian tentang “Pengaruh Teknik *Pelvic Tilting* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil TM III Di PMB Dinar Nacita Wajak Kabupaten Malang”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Pengaruh Teknik *Pelvic Tilting* Terhadap Nyeri Punggung Bawah”

Untuk keperluan tersebut, saya mohon bantuan kepada calon responden untuk meluangkan waktu guna menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan tanpa prasangka dan perasaan tertekan. Semua keterangan dan jawaban yang saya peroleh semata-mata untuk kepentingan penelitian dan dirahasiakan. Oleh karena itu besar artinya jawaban yang responden berikan bagi kelancaran penelitian ini.

Atas bantuan dan partisipasinya saya sampaikan terimakasih.

Malang,

2021

Aprilia Diny Wilujeng  
206048 AJ

**Lampiran 5 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

**(INFORMED CONSENT)**

Yang bertandatangan di bawah ini, saya :

Nama :

Umur :

Alamat :

Setelah mendapatkan keterangan secukupnya dari peneliti tentang penelitian yang akan dilakukan dengan judul

**“Pengaruh Teknik *Pelvic Tilting* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu hamil Trimester III Di PMB Dinar Nacita Wajak Kabupaten Malang ”,**

Dengan ini saya menyatakan: Bersedia/Tidak bersedia

Untuk berpartisipasi jika saya dijadikan subyek penelitian dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam hal apapun saya berhak membatalkan persetujuan ini, saya mengetahui kerahasiaan akan dijamin oleh peneliti dan akan menggunakan data yang mencantumkan identitas saya sesuai dengan pengolahan data.

Demikian persetujuan saya secara sukarela tanpa paksaan dari siapapun.

Malang, 2021

Peneliti,

Responden Penelitian

APRILIA DINY WILUJENG

Tanda tangan dan nama terang

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

(INFORMED CONSENT)

Yang bertandatangan di bawah ini, saya :

Nama : N  
Umur : 22 tahun  
Alamat : Patok picis

Setelah mendapatkan keterangan secukupnya dari peneliti tentang penelitian yang akan dilakukan dengan judul

**"Pengaruh Teknik Pelvic Tilting Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu hamil Trimester III Di PMB Dinar Nacita Wajak Kabupaten Malang",**

Dengan ini saya menyatakan. Bersedia/Tidak bersedia

Untuk berpartisipasi jika saya dijadikan subyek penelitian dengan catatan bila sewaktu-waktu merasa dirugikan dalam hal apapun saya berhak membatalkan persetujuan ini, saya mengetahui kerahasiaan akan dijamin oleh peneliti dan akan menggunakan data yang mencantumkan identitas saya sesuai dengan pengolahan data.

Demikian persetujuan saya secara sukarela tanpa paksaan dari siapapun

Malang, 17 April 2021

Peneliti,

Responden Penelitian

APRILIA DINY WILUJENG


Nur Fadilla  
Tanda tangan dan nama terang

**Lampiran 6 : Lembar SOP Teknik *Pelvic Tilting***



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**SOP (Standart Operasional Prosedur) Teknik *Pelvic Tilting***

Kegiatan	Uraian
Pengertian	<i>Pelvic tilting exercise</i> adalah latihan penguatan otot - otot perut dalam menurunkan nyeri punggung bawah dan meningkatkan kemampuan fungsional pada gangguan musculoskeletal, latihan <i>pelvic tilting</i> sangat berperan penting dalam meningkatkan keterbatasan seseorang dalam melakukan aktivitas fungsionalnya sehari - hari yang di akibatkan oleh nyeri punggung bawah.
Tujuan	Untuk memperkuat otot perut, otot gluteus maksimus, memperbaiki postur tubuh ibu (mengurangi hiperlordosis ibu) dan mengurangi sakit punggung.
Manfaat	Di harapkan dengan diberikannya Teknik <i>Pelvic Tilting</i> Pada ibu hamil TM III Di PMB Dinar Nacita Wajak Malang ini dapat mengurangi Nyeri Punggung Bawah pada ibu hamil TM III.
Alat dan bahan	Matras
Prosedur Pelaksanaan	<p>a. <b>Sikap dan perilaku</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Memberi <b>salam</b> dan memperkenalkan diri</li> <li>2) Menjelaskan <b>maksud</b> dan tujuan</li> <li>3) Menjelaskan <b>prosedur tindakan</b></li> <li>4) Mengawali kegiatan dengan basmalah dan mengakhiri dengan hamdalah</li> </ol> <p>b. <b>Tahap Kerja</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Jelaskan <b>pada klien</b> mengenai prosedur yang akan dilakukan</li> <li>2) Posisikan <b>responden</b> agar rileks (tidur) dengan posisi lutut dibengkokkan <b>70°</b> kemudian secara lembut menarik punggung dan abdomen (perut) ke atas tahan 3 detik kemudian kembali ke posisi semula dengan 10 repetisi sebanyak 2 set dengan setiap set nya terdapat jeda 3-4 menit setiap set nya.</li> <li>3) Latihan ini dilakukan dengan frekuensi 3 kali seminggu, pelaksanaan latihan ini dilakukan selama 4 minggu.</li> <li>4) Kaji perubahan yang terjadi selama diberikan <i>pelvic tilting exercise</i>.</li> </ol> <div style="text-align: center;">  <p>Gambar 5</p> </div> <p>a. <b>Tahap Terminasi</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Mengevaluasi hasil kegiatan</li> <li>2) Merapikan kembali alat</li> <li>3) Mengobservasi</li> <li>4) Mencuci tangan</li> <li>5) Mengakhiri kegiatan dengan baik</li> </ol>

**Lampiran 7 : Lembar Kusioner Penelitian Pre Test**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**LEMBAR OBSERVASI PENELITIAN**

**PENGARUH TEKNIK *PELVIC TILTING* TERHADAP NYERI  
PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI  
PMB DINAR NACITA WAJAK KABUPATEN MALANG**

Tanggal Pengkajian :

**A. DATA UMUM**

1. Nama :
2. Usia :
3. Pendidikan :
4. Pekerjaan :
5. Paritas :
6. Usia Kehamilan :

**B. DATA KHUSUS**

**SKALA NYERI NUMERIK RATING SCALE (NRS)**

**Petunjuk pengisian :**

Berikan tanda centang/ceklist (  $\checkmark$  ) pada kolom ya dan tidak, sesuai kondisi pasien

No	Skala Nyeri	Ya	Tidak
1.	0 : Tidak nyeri		
2.	1-3 : Nyeri ringan : secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik dan memiliki gejala yang tidak dapat terdeteksi.		
3.	4-6 : Nyeri sedang : Secara obyektif klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik. Memiliki karakteristik adanya peningkatan frekuensi pernafasan, tekanan darah, kekuatan otot, dan dilatasi pupil.		
4.	7-9 : Nyeri berat : Secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi nafas panjang dan distraksi. Memiliki karakteristik muka klien pucat, kekakuan otot, kelelahan dan keletihan		
5.	10 : Nyeri sangat berat : Pasien sudah tidak mampu lagi berkomunikasi, memukul.		



Lampiran 7 : Lembar Observasi Penelitian



INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPROAEN  
KESDAM VI BRAWIJAYA MALANG

LEMBAR OBSERVASI PENELITIAN

PENGARUH TEKNIK PELVIC TILTING TERHADAP NYERI  
PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI  
PMB DINAR NACITA WAJAK KABUPATEN MALANG

Tanggal Pengkajian :

A. DATA UMUM

1. Nama : NY-N  
2. Usia : 22 th  
3. Pendidikan : SMA  
4. Pekerjaan : RT  
5. Pantas : Hamil pertama  
6. Usia Kehamilan : 32-32 minggu

B. DATA KHUSUS

SKALA NYERI NUMERIK RATING SCALE (NRS)

Petunjuk pengisian

Berikan tanda centang/ceklist ( ✓ ) pada kolom ya dan tidak, sesuai kondisi pasien

No	Skala Nyeri	Ya	Tidak
1	0 Tidak nyeri		
2	1-3 Nyeri ringan secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik dan memiliki gejala yang tidak dapat terdeteksi		
3	4-6 Nyeri sedang Secara obyektif klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik. Memiliki karakteristik adanya peningkatan frekuensi pernafasan, tekanan darah, kekuatan otot, dan dilatasi pupil	✓	
4	7-9 Nyeri berat Secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi nafas panjang dan distraksi. Memiliki karakteristik muka klien pucat, kekakuan otot, kelelahan dan keletihan		
5	10 Nyeri sangat berat Pasien sudah tidak mampu lagi berkomunikasi, memukul		

**Lampiran 8 : Lembar Kusioner Penelitian Post Test**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**LEMBAR OBSERVASI PENELITIAN**

**PENGARUH TEKNIK *PELVIC TILTING* TERHADAP NYERI  
PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI  
PMB DINAR NACITA WAJAK KABUPATEN MALANG**

Tanggal Pengkajian :

**A. DATA UMUM**

1. Nama :
2. Usia :
3. Pendidikan :
4. Pekerjaan :
5. Paritas :
6. Usia Kehamilan :

**B. DATA KHUSUS**

**SKALA NYERI NUMERIK RATING SCALE (NRS)**

**Petunjuk pengisian :**

Berikan tanda centang/ceklist (  ) pada kolom ya dan tidak, sesuai kondisi pasien

No	Skala Nyeri	Ya	Tidak
1.	0 : Tidak nyeri		
2.	1-3 : Nyeri ringan : secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik dan memiliki gejala yang tidak dapat terdeteksi.		
3.	4-6 : Nyeri sedang : Secara obyektif klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik. Memiliki karakteristik adanya peningkatan frekuensi pernafasan, tekanan darah, kekuatan otot, dan dilatasi pupil.		
4.	7-9 : Nyeri berat : Secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi nafas panjang dan distraksi. Memiliki karakteristik muka klien pucat, kekakuan otot, kelelahan dan keletihan		
5.	10 : Nyeri sangat berat : Pasien sudah tidak mampu lagi berkomunikasi, memukul.		



LEMBAR OBSERVASI PENELITIAN

PENGARUH TEKNIK PELVIC TILTING TERHADAP NYERI  
PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI  
PMB DINAR NACITA WAJAK KABUPATEN MALANG

Tanggal Pengkajian :

A. DATA UMUM

1. Nama : Ny. N
2. Usia : 22 tahun
3. Pendidikan : SMA
4. Pekerjaan : RT
5. Paritas : Hamil pertama
6. Usia Kehamilan : 28 - 32 minggu

B. DATA KHUSUS

SKALA NYERI NUMERIK RATING SCALE (NRS)

Petunjuk pengisian :

Berikan tanda centang/ceklist ( ✓ ) pada kolom ya dan tidak, sesuai kondisi pasien

No	Skala Nyeri	Ya	Tidak
1.	0 : Tidak nyeri		
2.	1-3 : Nyeri ringan : secara obyektif klien dapat berkomunikasi dengan baik dan memiliki gejala yang tidak dapat terdeteksi.	✓	
3.	4-6 : Nyeri sedang : Secara obyektif klien mendesis, menyeringai, dapat menunjukkan lokasi nyeri, dapat mendeskripsikannya, dapat mengikuti perintah dengan baik. Memiliki karakteristik adanya peningkatan frekuensi pernafasan, tekanan darah, kekuatan otot, dan dilatasi pupil.		
4.	7-9 : Nyeri berat : Secara obyektif klien terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri, tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi nafas panjang dan distraksi. Memiliki karakteristik muka klien pucat, kekakuan otot, kelelahan dan keletihan		
5.	10 : Nyeri sangat berat : Pasien sudah tidak mampu lagi berkomunikasi, memukul.		



**Lampiran 9 : Lembar Hasil Olah Data SPSS**  
**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN**  
**KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**Frequencies**

		Statistics						
		Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Paritas	BB Ibu Hamil	Skala Nyeri Sebelum	Skala Nyeri Sesudah
N	Valid	20	20	20	20	20	20	20
	Missing	0	0	0	0	0	0	0
Mean		1,95	3,60	1,40	1,70	2,20	3,00	2,10
Std. Error of Mean		,050	,134	,184	,179	,092	,000	,161
Median		2,00	4,00	1,00	1,50	2,00	3,00	2,00
Mode		2	4	1	1	2	3	2
Std. Deviation		,224	,598	,821	,801	,410	,000	,718
Variance		,050	,358	,674	,642	,168	,000	,516
Skewness		-4,472	-1,245	1,624	,627	1,624		-,152
Std. Error of Skewness		,512	,512	,512	,512	,512	,512	,512
Kurtosis		20,000	,783	,699	-1,108	,699		-,880
Std. Error of Kurtosis		,992	,992	,992	,992	,992	,992	,992
Range		1	2	2	2	1	0	2
Minimum		1	2	1	1	2	3	1
Maximum		2	4	3	3	3	3	3
Sum		39	72	28	34	44	60	42

**Frequency Table**

		Usia			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Usia < 20 Tahun	1	5,0	5,0	5,0
	Usia 21-35 Tahun	19	95,0	95,0	100,0
Total		20	100,0	100,0	

**Pendidikan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	1	5,0	5,0	5,0
	SMP	6	30,0	30,0	35,0
	SMA	13	65,0	65,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

#### Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	16	80,0	80,0	80,0
	Wiraswasta	4	20,0	20,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

#### Paritas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Hamil Pertama	10	50,0	50,0	50,0
	Hamil 2	6	30,0	30,0	80,0
	Hamil > dari 2 kali	4	20,0	20,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

#### BB Ibu Hamil

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	51- 60 kg	16	80,0	80,0	80,0
	> 60 kg	4	20,0	20,0	100,0
	Total	20	100,0	100,0	

### Skala Nyeri Sebelum

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Nyeri Sedang	20	100,0	100,0	100,0

### Skala Nyeri Sesudah

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak Nyeri	4	20,0	20,0	20,0
Nyeri Ringan	10	50,0	50,0	70,0
Nyeri Sedang	6	30,0	30,0	100,0
Total	20	100,0	100,0	

### Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skala Nyeri Sesudah - Skala Nyeri Sebelum	14 <sup>a</sup>	7,50	105,00
Negative Ranks	0 <sup>b</sup>	,00	,00
Positive Ranks	6 <sup>c</sup>		
Ties	20		
Total			

- a. Skala Nyeri Sesudah < Skala Nyeri Sebelum
- b. Skala Nyeri Sesudah > Skala Nyeri Sebelum
- c. Skala Nyeri Sesudah = Skala Nyeri Sebelum

### Test Statistics<sup>a</sup>

	Skala Nyeri Sesudah - Skala Nyeri Sebelum
Z	-3,448 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on positive ranks.

**Lampiran 10 : Lembar Formulir Usulan Judul dan Bimbingan Skripsi**  
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG



**FORMULIR USULAN JUDUL DAN BIMBINGAN SKRIPSI**

Kepada : Yth. Koordinator Proposal SKRIPSI Program Studi  
Kebidanan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr.  
Soepraoen Malang.

Yang bertandatangan di bawah ini :

N a m a : Aprilia Diny Wilujeng  
N I M : 206048 AJ

Dengan ini mengajukan rencana SKRIPSI sebagai berikut :  
Lingkup/Rencana Judul SKRIPSI :

“Pengaruh Teknik *Pelvic Tilting* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu  
Hamil TM III di PMB Dinar Nacita Wajak Kabupaten Malang”

Dan sebagai dosen / komisi pembimbing SKRIPSI saya adalah:

1. Bu Tut Rayani A. W, S.ST., M.Keb
2. Bu Rosyidah Alfitri, S.ST, MPH

Malang, 2021

Aprilia Diny Wilujeng  
206048 AJ

**Lampiran 11 : Lembar Master Sheet**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**“ Pengaruh Teknik *Pelvic Tilting* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III DI PMB Dinar Nacita Wajak Kabupaten Malang ”**

No.	Responden	Usia	Pendidikan	Pekerjaan	Paritas	BB	Intensitas Nyeri Punggung (Numeric Rating Scale)		Keterangan
							Sebelum	Sesudah	
1	R1	U2	P4	K1	P1	B2	3	2	
2	R2	U1	P4	K1	P1	B2	3	2	
3	R3	U2	P3	K1	P2	B3	3	1	
4	R4	U2	P2	K1	P3	B3	3	3	
5	R5	U2	P4	K1	P1	B2	3	2	
6	R6	U2	P4	K1	P1	B2	3	2	
7	R7	U2	P3	K1	P2	B3	3	3	
8	R8	U2	P4	K1	P1	B2	3	2	
9	R9	U2	P4	K1	P2	B2	3	2	
10	R10	U2	P3	K3	P3	B2	3	3	
11	R11	U2	P4	K1	P1	B2	3	1	
12	R12	U2	P4	K1	P1	B2	3	2	
13	R13	U2	P4	K1	P2	B2	3	2	
14	R14	U2	P3	K3	P3	B2	3	3	
15	R15	U2	P4	K1	P1	B2	3	1	
16	R16	U2	P4	K3	P1	B2	3	2	
17	R17	U2	P4	K3	P3	B3	3	3	
18	R18	U2	P3	K1	P2	B2	3	1	
19	R19	U2	P3	K1	P2	B2	3	3	
20	R20	U2	P4	K1	P1	B2	3	2	



**Responden :**  
Responden 1 : R1  
Responden 2 : R2  
Responden 3 : R3

**Pekerjaan :**  
IRT : K1  
Swasta : K2  
Wiraswasta : K3

**Pendidikan :**  
Tidak pernah sekolah : P1  
SD : P2  
SMP : P3  
SMA : P4  
Perguruan Tinggi : P5

**Usia :**  
Usia <20 tahun : U1  
Usia 21 – 35 tahun : U2  
Usia >35 tahun : U3

**Skala Nyeri :**

Tidak Nyeri : Skala 0 diberi kode 1  
Nyeri Ringan : Skala 1-3 diberi kode 2  
Nyeri Sedang : Skala 4-6 diberi kode 3  
Nyeri Berat : Skala 7-9 diberi kode 4  
Nyeri Sangat Berat : Skala 10 diberi kode 5

**Paritas :**

Hamil Pertama : Kode P1  
Hamil 2 : Kode P2  
Hamil lebih dari 2x : Kode P3

**BB :**

< 50 Kg : B1  
51-60 kg : B2  
> 60 Kg : B3



**Lampiran 12 : Lembar Konsultasi Pembimbing 1**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**LEMBAR  
KONSULTASI**

NAMA : Aprilia Diny Wilujeng  
NIM : 206048 AJ  
Judul PROPOSAL SKRIPSI : "Pengaruh Teknik *Pelvic Tilting* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil TM III di PMB Dinar Nacita Wajak Kabupaten Malang"

Pembimbing I : **Tut Rayani A. W, SST., M.Keb**  
Pembimbing II : Rosyidah Alfitri, SST, MPH

NO	TANGGAL / JAM	REKOMENDASI	TTD
1.	15-06-2021	<ul style="list-style-type: none"><li>• Revisi Abstrak</li><li>• Revisi Hasil Penelitian</li><li>• Revisi Lampiran</li></ul>	
2.	19-06-2021	<ul style="list-style-type: none"><li>• Garis Atas Tabel + ACC</li></ul>	

**Lampiran 13 : Lembar Konsultasi Pembimbing 2**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**LEMBAR KONSULTASI**

NAMA : Aprilia Diny Wilujeng  
NIM : 206048 AJ  
Judul PROPOSAL SKRIPSI : "Pengaruh Teknik *Pelvic Tilting* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil TM III di PMB Dinar Nacita Wajak Kabupaten Malang"

Pembimbing I : Tut Rayani A. W, SST., M.Keb  
Pembimbing II : **Rosyidah Alfitri, SST, MPH**

NO	TANGGAL / JAM	REKOMENDASI	TTD
1.	13-06-2021	<ul style="list-style-type: none"><li>• Revisi Penulisan</li><li>• Bab 4 = tabel</li><li>• Bab 5 = isi</li></ul>	
2.	15-06-2021	<ul style="list-style-type: none"><li>• Revisi Pembahasan</li></ul>	
3.	19-06-2021	<ul style="list-style-type: none"><li>• Revisi Bab 4 dan 5</li><li>• ACC</li></ul>	

**Lampiran 14 : Lembar Dokumentasi**



**INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/ BRAWIJAYA MALANG**

**Dokumentasi Latihan Teknik *Pelvic Tilting***



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 1 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 2 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 3 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 4 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 5 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 6 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 7 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 8 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 9 )





( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* Responden 10-20 )



( Dok : Melakukan Teknik *Pelvic Tilting* brsama-sama )



( Dok : Penyuluhan tentang Ibu Hamil TM III )

