DAFTAR PUSTAKA

Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan.

Azizah, H., Afni, R., & Triana, A. (2025). Pengaruh *Pilates Exercise* Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Multigravida Trimester III Tahun 2024. Prosiding Hang Tuah Pekanbaru, 2(1), 62–69.

Cunningham, F. Gary, Et Al. *Williams Obstetrics*, Edisi Ke-26 (2022), Diterbitkan Oleh *Mcgraw-Hill Education*.

Dewi, R. A. (2024). Pengaruh Teknik Rebozo Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan (*Evidence Based Case Report*). Jurnal Kesehatan Siliwangi, 5(2), 615–623.

Dinas Kesehatan Kota Medan. (2025). Profil Kesehatan Kota Medan Tahun 2024. Medan: Dinas Kesehatan Kota Medan.

Gilligan, M. (2020). *The Rebozo Technique: Unfolding The Mystery And Rebozo Manteada Methods For Pregnancy, Birth And Beyond. Spinning Babies*.

Handayani, T. R. (2025). Penatalaksanaan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III: Tinjauan Literatur Terbaru Tentang Intervensi Non-Farmakologis Dan Peran Perawatan Kebidanan. *Journal Of Educational Innovation And Public Health*, 3(1), 180–187.

Hurin'in, N. M., & Agustina, R. (2025). Perbedaan Efektifitas Rebozo Dan *Gymball* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 18(1).

Indonesian Pain Society. (2017). Buku ajar nyeri. Yogyakarta: Perkumpulan Nyeri Indonesia.

Indrayani, K. N., Darmapatni, M. W. G., & Ariyani, N. W. (2025). Perbedaan Skala Nyeri Punggung Bawah Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Teknik Rebozo Pada Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Berita Kesehatan, 18(2), 134–144.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Yang Harus Ditangani. Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjutan.

Khairunnisa, E., Riana, E., Putri, D. K., & Agfiani, S. R. (2022). Gambaran Derajat Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. WOMB *Midwifery Journal*, 1(2), 13–17.

Lowdermilk, D. L., Perry, S. E., Cashion, K., & Alden, K. R. (2024). *Maternity And Women's Health Care* (13th Ed.). Elsevier.

Marmi. (2017). Asuhan Kebidanan Pada Masa Antenatal. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Moore, K. L., Dalley, A. F., & Agur, A. M. R. (2018). *Clinically Oriented Anatomy. Wolters Kluwer*.

Mustikawati. (2022). Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Jakarta: Trans Info Media.

Patia, S., Hidayanti, D., & Widayani, W. (2026). *Continuity of midwifery care with Rebozo technique application: A case report. Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal,* 10(1), 1–10.

Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2018). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI): Definisi Dan Indikator Diagnostik (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.

Prawirohardjo, S. (2020). Ilmu Kebidanan (Edisi Ke-4). Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Riana, E. (2023). Efektivitas Senam Hamil terhadap Nyeri Punggung dan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Riset Kebidanan Indonesia, 7(2), 113–118.

Riana, M. (2023). Efektivitas Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Dan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Riset Kebidanan Indonesia, 7(2).

Ridhatullah, R. Y., & Afiah. (2022). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester III Ny. H G2P1A0H1 Di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Nelly Suryani Wilayah Kerja Puskesmas Kuok. SEHAT: Jurnal Kesehatan Terpadu, 1(4), 470–477.

Rofiqoh, L. A., Primadevi, I., Ashari, Y., & Trisnawati, E. (2024). Penerapan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Kesmas Asclepius, 6(2).

Romauli, S. (2018). Buku Ajar Asuhan Kebidanan I: Konsep Dasar Asuhan Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika.

Salari, N., Darvishi, N., Khaledi-Paveh, B., Et Al. (2023). *The Global Prevalence Of Low Back Pain In Pregnancy: A Comprehensive Systematic Review And Meta-Analysis. BMC Pregnancy And Childbirth,* 23(1), 830.

Salari, N., Mohammadi, A., Hemmati, M., Hasheminezhad, R., Kani, S., Shohaimi, S., & Mohammadi, M. (2023). The global prevalence of low back pain in pregnancy: A comprehensive systematic review and meta-analysis. BMC Pregnancy and Childbirth, 23, 830.

Sarli, D., & Putri, A. D. (2024). *Rebozo Technique To Decrease Pain Intensity And Length Of Labor*. Medisains: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan, 22(2), 82–85.

Simbolon, G. A. H., & Siburian, U. D. (2021). Efektifitas teknik rebozo dalam lama persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin primigravida di wilayah Kabupaten Tapanuli Utara bulan Januari s/d Oktober 2020. *Syntax Literate*: Jurnal Ilmiah Indonesia, 6(*Special Issue* 1), 140–149.

Suwandi, L. P. E. S., Adhiestiani, N. M. E., Purnamayanthi, P. P. I., & Udayani, N. P. M. Y. (2023). Pengaruh Endorphin Massage Dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Kesehatan Al-Irsyad, 16(2).

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Indikator Diagnostik (Edisi 1). Jakarta: DPP PPNI.

Tim Pokja SIKI DPP PPNI. 2018. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Tindakan Keperawatan. Jakarta: DPP PPNI.

Tim Pokja SLKI DPP PPNI. 2019. Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi Dan Kriteria Hasil Keperawatan. Jakarta: DPP PPNI.

Tortora, G. J., & Derrickson, B. (2017). *Principles Of Anatomy And Physiology. Wiley.*

Tyastuti, S., & Wahyuningsih, H. P. (2022). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Wahyuni, I. G. A. P. S., Saudia, B. E. P., & Najahah, I. (2024). The Effect Of The Rebozo (Oles) *Technique On The Low Back Pain Of Pregnant Women At Aikmual Public Health Center. Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal),* 6(2), 42–48.

Walyani, E. S. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

World Health Organization. (2023). *WHO Guideline For Non-Surgical Management Of Chronic Primary Low Back Pain In Adults.*

World Health Organization. (2023, June 19). *Low Back Pain. World Health Organization.*

LAMPIRAN

Lampiran 1

SURAT IZIN SURVEY AWAL

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 02 Juni 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/ 913c/ 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Survey Awal

Kepada Yth:

Kepala Klinik Pratama Sarfina

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Prodi Ners TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun (KIAN) Karya Ilmiah Akhir Ners di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Yesa Ignasia Br Bukit	P0712062570	Penerapan *Rebozo Technique* Terhadap Nyeri Akut Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Pratama Sarfina

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr. Amira R.S. Tarigan, S.Kep, Ns,M.Kes
NIP. 197703162002122001

Lampiran 2

SURAT BALASAN IZIN SURVEY AWAL

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA
Jl. Cinta Karya No 60 B, Kel. Sari Rejo, Kec. Medan Polonia, Kota Medan 20157
Telp/Hp : 0852 6163 2229 Email : klinikpratamasarfinasembiring@gmail.com

Nomor : 68/Bal/KPS/VI/2026 Medan, 04 Juni 2026
Lamp : -
Hal : Balasan Izin Survey Awal

Kepada Yth :
Ketua Politeknik Kesehatan Medan
Di
Tempat

Dengan Hormat, Sehubungan dengan surat dari Politeknik Kesehatan Medan Medan Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/913.C/2026 Tentang izin Penelitian Maka dengan ini, yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : dr. Shafira Noverina
Jabatan : Pimpinan Klinik

Menerangkan Bahwa :

NO	NAMA	NIRM	PRODI/JURUSAN
1	Yesa Ignasia br Bukit	P0712062570	Ners

Telah Kami setujui untuk melaksanakan Riset di klinik Pratama Rawat Inap Sarfina sebagai syarat penyusunan (KIAN) Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul :

"Penerapan Rebozo Technique Terhadap Nyeri Akut Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Pratama Sarfina"

Demikianlah surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Medan, 04 Juni 2026
Pimpinan Klinik

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA Jl. Cinta Karya No. 60 B Sari Rejo Medan Polonia

(dr. Shafira Noverina)

Lampiran 3

ETHICAL CLEARANCE

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.3568/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

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

Peneliti utama : YESA IGNASIA BR BUKIT
Principal In Investigator

Nama Institusi : Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"PENERAPAN REBOZO TECHNIQUE TERHADAP NYERI AKUT PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA SARFINA MEDAN"

"APPLICATION OF THE REBOZO TECHNIQUE FOR ACUTE PAIN IN PREGNANT WOMEN IN THE THIRD TRIMESTER AT THE PRATAMA SARFINA CLINIC IN MEDAN"

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 13 Agustus 2026 sampai dengan tanggal 13 Agustus 2027.

This declaration of ethics applies during the period August 13, 2026 until August 13, 2027.

August 13, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Lampiran 4

SURAT IZIN PENELITIAN

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 15 Juni 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/1613.a/ 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:

Kepala Klinik Pratama Sarfina

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Prodi Ners TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun (KIAN) Karya Ilmiah Akhir Ners di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Yesa Ignasia Br Bukit	P0712062570	Penerapan *Rebozo Technique* Terhadap Nyeri Akut Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Pratama Sarfina

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.Amura P.S.Tarigan, S.Kep, Ns,M.Kes
NIP. 197703162002122001

Lampiran 5

SURAT BALASAN IZIN PENELITIAN

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA

Jl. Cinta Karya No 60 B, Kel. Sari Rejo, Kec. Medan Polonia, Kota Medan 20157
Telp/Hp : 0852 6163 2229 Email : klinikpratamasarfinasembiring@gmail.com

Nomor : 163/Bal/KPS/VI/2026 Medan, 17 Juni 2026
Lamp : -
Hal : Balasan Izin Penelitian

Kepada Yth :
Ketua Poltekkes Kemenkes Medan
Di
Tempat

Dengan Hormat, Sehubungan dengan surat dari Poltekkes Kemenkes Medan Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/1013.a/2026 Tentang izin Penelitian Maka dengan ini, yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : dr.Shafira Noverina
Jabatan : Pimpinan Klinik

Menerangkan Bahwa :

NO	NAMA	NPM	PRODI/JURUSAN
1	Yesa Ignasia br Bukit	P0712062570	Keperawatan

Telah Kami setujui untuk melaksanakan Riset di klinik Pratama Rawat Inap Sarfina sebagai syarat Pelaksanaan Penyusunan Karya ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan Judul :

"Penerapan Rebozo Technique Terhadap nyeri Akut Pada Ibu Hamil trimester III Di Klinik Pratama Sarfina"

Demikianlah surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Medan, 17 Juni 2026
Pimpinan Klinik

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA Jl. Cinta Karya No.60 B Sari Rejo Medan Polonia

(dr. Shafira Noverina)

Lampiran 6

SURAT SELESAI PENELITIAN

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA

Jl. Cirria Karya No 60 B, Kel. Sari Rejo, Kec. Medan Polonia, Keta Medan 20157
Teiptip : 0852 6163 2229 Email : klinikpratamasarfinasembiring@gmail com

Nomor : 167/Bal/KPS/VI/2026 Medan, 10 Juli 2026
Lamp : -
Hal : Selesai Penelitian

Kepada Yth :
Ketua Poltekkes Kemenkes Medan
Di
Tempat

Dengan Hormat, Sehubungan dengan surat dari Poltekkes Kemenkes Medan Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/1013.a/2026 Tentang selesai Penelitian dengan ini, yang bertanda tangan dibawah ini :
Nama : dr.Shafira Noverina
Jabatan : Pimpinan Klinik

Menerangkan Bahwa :

NO	NAMA	NPM	PRODI/JURUSAN
1	Yesa Ignasia br Bukit	P0712062570	Keperawatan

Telah melaksanakan penelitian di Klinik Pratama Rawat Inap Sarfina sebagai syarat pelaksanaan penyusunan karya ilmiah akhir ners (KIAN) dengan Judul :

"Penerapan Rebozo Technique Terhadap Nyeri Akut Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Pratama Sarfina Medan"

Demikianlah surat ini kami sampaikan dan atas kerjasamanya kami ucapkan terimakasih.

Medan, 10 Juli 2026
Pimpinan Klinik

KLINIK PRATAMA RAWAT INAP SARFINA

(dr. Shafira Noverina)

Scanned with CamScanner

Lampiran 7

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth,

Ibu/Saudari

Perkenalkan nama saya Yesa Ignasia Br Bukit, saya adalah mahasiswi program studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan, dengan ini memohon kesediaan anda untuk mau menjadi peserta penelitian saya yang berjudul "**PENERAPAN *REBOZO TECHNIQUE* TERHADAP NYERI AKUT PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA SARFINA MEDAN"**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penerapan *Rebozo Technique* dalam menurunkan nyeri akut (nyeri punggung) pada ibu hamil trimester III melalui pemberian asuhan keperawatan.

Dalam penelitian ini, Ibu akan mendapatkan tindakan keperawatan berupa penerapan *Rebozo Technique* sesuai prosedur yang aman bagi ibu hamil, serta dilakukan pengkajian dan penilaian tingkat nyeri sebelum dan sesudah tindakan menggunakan instrumen yang telah ditentukan. Seluruh tindakan akan dilakukan sesuai standar praktik keperawatan dengan tetap menjaga kenyamanan, keamanan, dan kerahasiaan data Ibu.

Saya mengharapkan kesediaan Ibu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Apabila Ibu bersedia menjadi responden, saya mohon kesediaannya untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden penelitian (*informed consent*). Partisipasi Ibu bersifat sukarela dan Ibu berhak mengundurkan diri dari penelitian kapan saja tanpa adanya konsekuensi apa pun.

Medan, Juni 2026

Peneliti,

Yesa Ignasia Br Bukit

NIM. P0712062570

Lampiran 8

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Setelah membaca dengan seksama, mengerti dan memahami penjelasan informasi yang diberikan dari peneliti, maka saya bersedia ikut berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Yesa Ignasia Br Bukit dengan judul "**PENERAPAN *REBOZO TECHNIQUE* TERHADAP NYERI AKUT PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI KLINIK PRATAMA SARFINA MEDAN** ".

Saya bersedia memberikan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian sesuai dengan kondisi yang sesungguhnya. Demikianlah pernyataan persetujuan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak sedang dalam keadaan paksaan siapapun serta untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Peneliti	Responden
(Yesa Ignasia Br Bukit)	( )
NIM. P0712062570	

Lampiran 9

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) *REBOZO TECHNIQUE*

Kemenkes Poltekkes Medan	**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)** ***REBOZO TECHNIQUE***
PENGERTIAN	*Rebozo Technique* adalah tindakan nonfarmakologis menggunakan kain Rebozo yang digerakkan secara lembut dan ritmis pada area panggul atau punggung ibu hamil untuk membantu relaksasi, meningkatkan kenyamanan, dan mengurangi nyeri punggung.
TUJUAN	*Rebozo Technique* bertujuan untuk mengurangi nyeri punggung dan ketegangan otot pada ibu hamil trimester III, meningkatkan relaksasi dan kenyamanan, membantu mengoptimalkan posisi janin, serta mempersiapkan kondisi fisik ibu agar lebih nyaman dalam menghadapi persalinan.
INDIKASI	1. Ibu hamil trimester III. 2. Mengalami nyeri punggung atau nyeri pinggang. 3. Mengalami ketegangan otot pada punggung dan panggul. 4. Mengalami ketidaknyamanan akibat perubahan postur tubuh selama kehamilan. 5. Memerlukan relaksasi untuk meningkatkan kenyamanan selama kehamilan. 6. Sebagai persiapan fisik menjelang persalinan.
KONTRAINDIKASI	1. Ibu hamil dengan perdarahan pervaginam. 2. Ibu hamil dengan ketuban pecah dini. 3. Ibu hamil yang mengalami nyeri perut hebat atau kontraksi abnormal. 4. Ibu hamil dengan kondisi gawat janin atau penurunan gerak janin.

	5. Ibu hamil dengan komplikasi kehamilan yang memerlukan tirah baring atau pengawasan ketat, seperti preeklamsia berat. 6. Ibu hamil yang tidak bersedia atau merasa tidak nyaman saat dilakukan tindakan *Rebozo Technique*. 7. Ibu hamil dengan kondisi medis tertentu yang tidak memungkinkan dilakukan mobilisasi atau perubahan posisi tubuh sesuai anjuran tenaga kesehatan.
PERSIAPAN ALAT	1. Kain/ Jarik/ Selendang 2. Gym Ball/ Kursi 3. Matras 4. Bantal
PROSEDUR PELAKSANAAN	**A. Persiapan** 1. Melakukan pendekatan dengan pasien, dan membina hubungan baik dengan klienserta keluarga 2. Memberikan informed consend untuk meminta persetujuan sebagai klien 3. Menjelaskan pada ibu dan keluarga tanda-tanda persalinan dan ketidak nyamanan pada proses persalinan 4. Memastikan ibu dan keluarga mengerti maksud dan tujuan mengenai asuhan kebidanan menggunakan Teknik Rebozo yang akan dilakukan 5. Menjelaskan serta mengajarkan pada ibu dan keluarga penerapan Teknik Rebozo untuk meminimalisir nyeri yang dirasakan **B. Pelaksanaan** 1. Anjurkan ibu berlutut dan bertumpu pada *gymball*/ kursi dengan kedua kaki dibuka

	selebar bahu dan lutut sedikit ditekuk agar tubuh lebih rileks. 2. Petugas berdiri di belakang ibu. 3. Letakkan bagian tengah kain Rebozo mengelilingi perut ibu sampai trokanter mayor (samping panggul) sehingga kain menopang perut bagian depan dan samping. 4. Pegang kedua ujung kain dengan kedua tangan hingga kain terasa pas dan menopang perut tanpa menekan. 5. Lakukan gerakan mengayun dengan menggerakkan kedua tangan ke kanan dan ke kiri secara bergantian sehingga panggul ibu ikut bergerak lembut dari sisi ke sisi. 6. Pertahankan gerakan yang ritmis, lembut, dan stabil selama 5-10 menit. 7. Observasi kenyamanan ibu selama tindakan berlangsung. **2. *Shake the Apples*** 8. Pertahankan posisi ibu tetap berlutu dan bertumpu pada *gymball*/kursi dan posisi kain berada pada area panggul hingga menutupi bokong 9. Pegang kedua ujung kain Rebozo dengan kedua tangan dalam posisi sedikit tegang. 10. Berikan gerakan getaran kecil, cepat, dan ringan menggunakan pergelangan tangan sehingga kain menghasilkan vibrasi pada area panggul. 11. Pastikan gerakan berasal dari tangan petugas bukan berupa tarikan kuat pada tubuh ibu.

	12. Lakukan getaran secara ritmis selama 5-10 menit hingga ibu merasa lebih rileks. 13. Amati respons ibu dan hentikan bila timbul ketidaknyamanan. **3. *Rebozo Sifting While Lying Down*** 14. Bantu ibu berbaring miring ke kiri di atas tempat tidur atau matras yang datar dan nyaman. 14. Letakkan bantal pada kepala dan di antara kedua lutut bila diperlukan untuk meningkatkan kenyamanan. 15. Selipkan bagian tengah kain Rebozo di bawah panggul ibu hingga kain berada tepat pada daerah bokong dan panggul. 16. Tarik kedua ujung kain ke arah petugas yang berada di belakang atau di sisi tempat tidur. 17. Pegang kedua ujung kain dengan kedua tangan dan pastikan panggul ibu tersangga dengan baik oleh kain. 18. Lakukan gerakan mengayun perlahan ke kanan dan ke kiri sehingga panggul ibu bergerak lembut mengikuti arah ayunan kain. 19. Pertahankan gerakan yang ritmis dan lembut selama 5-10 menit. 20. Amati kenyamanan ibu selama tindakan berlangsung. 21. Akhiri tindakan secara perlahan, lepaskan kain Rebozo, kemudian bantu ibu kembali ke posisi yang nyaman. **C. Evaluasi** Evaluasi tingkat nyeri dan kenyamanan ibu setelah tindakan selesai.

	1. Bertanya kepada ibu hamil bagaimana perasaaanya setelah di lakukan Teknik Rebozo 2. Mengevaluasi intensitas nyeri punggung 3. Menyimpulkan hasil Tindakan 4. Cuci tangan setelah selesai melakukan tindakan **D. Dokumentasi** Dokumentasikan hasil tindakan dan respons ibu.

Sumber: Dimodifikasi dari Gilligan (2020).

Lampiran 10

LEMBAR KUESIONER DATA DEMOGRAFI

Nama Responden : ……

Tanggal pengisian : ……

Petunjuk pengisian : Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan yang mewakili jawaban ibu.

1. Umur:

1. 16 – 20 tahun
2. 20 – 25 tahun
3. 25 – 30 tahun
4. 31 – 35 tahun

2. Tinggi:

1. 146 – 150 Cm
2. 151 – 155 Cm
3. 156 – 160 Cm
4. 161 – 165 Cm

3. Berat badan sebelum hamil:

1. < 40 Kg
2. 40 – 50 Kg
3. 50 – 60 Kg
4. 60 Kg

4. Berat badan saat ini:

1. 41 – 50 Kg
2. 51 – 60 Kg
3. 61 – 70 Kg
4. 70 Kg

5. Usia kehamilan:

1. 0 – 13 minggu
2. 14 – 27 minggu
3. 28 – 40 minggu

4. ≥ 40 minggu

6. Pengalaman nyeri punggung bawah:

1. Tidak pernah
2. Saat beraktifitas
3. Saat menstruasi
4. Kehamilan sebelumnya

7. Pekerjaan:

1. Tidak bekerja
2. Swasta, sebutkan: ……
3. Wiraswasta, sebutkan: ……
4. PNS/ASN, sebutkan: ……

8. Paritas (jumlah kehamilan, termasuk kehamilan saat ini):

1. Kehamilan pertama (G1)
2. Kehamilan kedua (G2)
3. Kehamilan ketiga (G3)
4. Kehamilan keempat atau lebih (G4+)

9. Riwayat cedera punggung:

1. Tidak pernah
2. Pernah, karena kecelakaan
3. Pernah, karena olahraga
4. Pernah, karena aktivitas kerja/rumah tangga

10. Kebiasaan olahraga/aktivitas fisik sebelum hamil:

1. Tidak pernah berolahraga
2. Jarang (1–2 kali/minggu)
3. Sering (3–4 kali/minggu)
4. Rutin (≥5 kali/minggu)

LEMBAR KUESIONER PENGKAJIAN NYERI PUNGGUNG BAWAH

Nama Responden : ……

Tanggal penelitian : ……

Petunjuk pengisian : Jawablah pertanyaan di bawah ini dengan memberikan tanda silang (X) pada pilihan yang mewakili jawaban ibu.

1. Pengalaman mengatasi nyeri dalam seminggu ini?

1. Beristirahat/tidur
2. Kompres air hangat
3. Meminum obat anti nyeri
4. Dibiarkan saja

2. Bagaimana irama nyeri punggung bawah yang ibu rasakan saat ini?

1. Terus-menerus sepanjang hari
2. Hilang timbul
3. Semakin lama semakin bertambah
4. Semakin lama semakin berkurang

3. Kapan nyeri tersebut timbul?

1. Saat tidur/istirahat
2. Saat bekerja
3. Saat bangun tidur di pagi hari
4. Saat perubahan posisi tubuh

4. Kapan nyeri tersebut meningkat?

1. Berbaring/tidur
2. Duduk
3. Berdiri/berjalan
4. Mengangkat beban berat

5. Bagaimana karakteristik nyeri punggung bawah yang ibu rasakan?

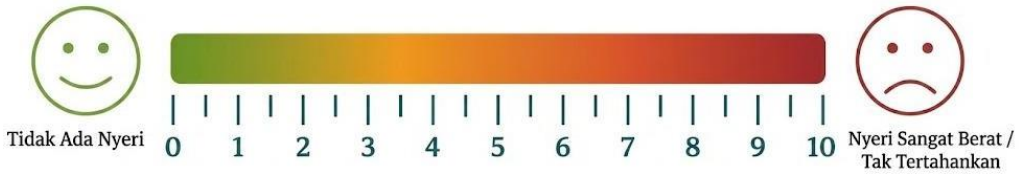
1. Seperti ditekan
2. Seperti tertusuk
3. Seperti ditarik
4. Seperti kram/kaku

6. Berapa kali dalam seminggu ibu mengalami keluhan nyeri punggung bawah?

1. 1 – 2 kali

2. 3 – 4 kali
3. 5 – 6 kali
4. Setiap hari selama 7 hari

7. Skala Nyeri (*Numeric Rating S*) Berilah tanda silang (X) pada angka yang paling menggambar k t nyeri punggung bawah paling parah yang ibu rasakan dalam seminggu terakhir:



Keterangan:

0 = Tidak nyeri
1 – 3 = Nyeri ringan
4 – 6 = Nyeri sedang
7 – 9 = Nyeri berat
10 = Nyeri sangat berat (tak tertahankan)

8. Apakah nyeri punggung bawah menjalar ke bagian tubuh lain?

1. Tidak menjalar
2. Menjalar ke bokong
3. Menjalar ke paha
4. Menjalar ke tungkai/kaki

9. Apa yang membuat nyeri punggung bawah berkurang?

1. Istirahat/berbaring
2. Perubahan posisi
3. Pijatan/kompres hangat
4. Minum obat pereda nyeri

10. Sejauh mana nyeri punggung bawah mengganggu aktivitas sehari-hari ibu?

1. Tidak mengganggu
2. Sedikit mengganggu
3. Cukup mengganggu
4. Sangat mengganggu (butuh bantuan)

Sumber: Dimodifikasi dari Dartiwen & Nurhayati (2019).

Lampiran 11

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP)

***REBOZO TECHNIQUE* PADA IBU HAMIL TRIMESTER III**

Topik	:	Teknik Rebozo (*Rebozo Technique*)
Sub Topik	:	Penerapan teknik rebozo untuk mengurangi nyeri punggung, meningkatkan relaksasi, dan kenyamanan ibu hamil trimester III
Sasaran	:	Ibu hamil trimester III dan keluarga/pendamping
Tempat	:	Rumah Ny. S / Jl.Karya April
Waktu	:	30 - 35 menit

A. LATAR BELAKANG

Kehamilan trimester III merupakan periode akhir kehamilan yang sering disertai berbagai ketidaknyamanan fisik akibat perubahan hormonal, peningkatan berat badan, dan pergeseran pusat gravitasi tubuh, seperti nyeri punggung bawah, kram kaki, gangguan pola tidur, serta kecemasan menjelang persalinan. Ketidaknyamanan tersebut apabila tidak ditangani dapat memengaruhi kualitas hidup dan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan.

Teknik rebozo merupakan salah satu metode non-farmakologis yang berasal dari budaya Meksiko, menggunakan kain panjang (rebozo) untuk membantu relaksasi otot, mengurangi nyeri punggung, memperbaiki posisi janin, serta memberikan rasa nyaman pada ibu hamil. Teknik ini aman, sederhana, murah, dan dapat diajarkan kepada pendamping persalinan sehingga dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Berdasarkan hal tersebut, perlu dilakukan penyuluhan kesehatan mengenai teknik rebozo agar ibu hamil trimester III dan keluarga memahami manfaat serta mampu mempraktikkannya dengan benar.

B. TUJUAN

1. Tujuan Umum:

Setelah mengikuti penyuluhan selama 30-35 menit, ibu hamil trimester III dan keluarga diharapkan mampu memahami dan menerapkan teknik rebozo secara mandiri di rumah.

2. Tujuan Khusus:

a. Menjelaskan kembali pengertia bozo

b. Menyebutkan manfaat teknik rebozo bagi ibu hamil trimester III
c. Menyebutkan indikasi dan kontraindikasi teknik rebozo
d. Menyebutkan alat/bahan yang digunakan dalam teknik rebozo
e. Mendemonstrasikan langkah-langkah teknik rebozo bersama pendamping

C. MATERI

1. Pengertian teknik rebozo
2. Manfaat teknik rebozo pada kehamilan trimester III
3. Indikasi dan kontraindikasi
4. Alat dan bahan
5. Langkah-langkah pelaksanaan teknik rebozo
6. Hal-hal yang perlu diperhatikan (keamanan)

D. METODE

1. Ceramah
2. Demonstrasi
3. Tanya jawab
4. Redemonstrasi

E. MEDIA DAN ALAT

1. Kain rebozo / kain panjang sejenis jarik atau selendang (± 2,5 - 3 meter)
2. Poster
3. Matras atau alas duduk
4. Kursi

F. KEGIATAN PENYULUHAN

Tahap	Waktu	Kegiatan Penyuluh	Kegiatan Peserta
Pembukaan	5 menit	1. Memberi salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan tujuan dan kontrak waktu penyuluhan 3. Melakukan apersepsi/menggali pengetahuan awal ibu tentang teknik rebozo	1. Menjawab salam 2. Menyimak dan memperhatikan 3. Menyampaikan pengetahuan awal yang dimiliki

Pelaksanaan	10 menit	1. Menjelaskan pengertian teknik rebozo 2. Menjelaskan manfaat teknik rebozo bagi ibu hamil trimester III 3. Menjelaskan indikasi dan kontraindikasi teknik rebozo 4. Menjelaskan alat/bahan yang digunakan (kain rebozo/jarik panjang) 5. Mendemonstrasikan langkah-langkah teknik rebozo (rebozo sifting/shaking dan rebozo relaxation) dengan bantuan pendamping 6. Memberi kesempatan ibu dan pendamping untuk redemonstrasi	1. Menyimak penjelasan dengan saksama 2. Mengamati demonstrasi yang dilakukan penyuluh 3. Mencoba melakukan redemonstrasi bersama pendamping 4. Mengajukan pertanyaan bila ada hal yang belum dipahami
Evaluasi & Penutup	5-10 menit	1. Memberikan kesempatan bertanya (sesi tanya jawab) 2. Mengevaluasi pemahaman ibu dengan meminta menjelaskan kembali secara singkat	1. Mengajukan pertanyaan 2. Menjawab pertanyaan evaluasi/menjelaskan kembali 3. Menyimak kesimpulan 4. Menjawab salam

		3. Menyimpulkan materi yang telah disampaikan 4. Mengucapkan terima kasih dan salam penutup	

G. EVALUASI

1. Evaluasi Struktur:

a. Media dan alat penyuluhan tersedia dan siap digunakan

b. Tempat penyuluhan sesuai dan kondusif

2. Evaluasi Proses:

a. Ibu dan pendamping mengikuti kegiatan penyuluhan dari awal hingga akhir

b. Ibu dan pendamping aktif berta mengikuti demonstrasi

3. Evaluasi Hasil:

a. Ibu mampu menjelaskan kembali pengertian dan manfaat teknik rebozo minimal 3 poin

b. Ibu dan pendamping mampu meredemonstrasikan teknik rebozo dengan benar

H. DAFTAR PUSTAKA

Kholisatun, N., dkk. (2022). Efektivitas *Rebozo Technique* terhadap Penurunan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Kebidanan.

Simkin, P., & Ancheta, R. (2011). *The Labor Progress Handbook: Early Interventions to Prevent and Treat Dystocia. Wiley-Blackwell.*

Perkumpulan Obstetri dan Ginekologi Indonesia (POGI). Panduan Asuhan Persalinan Normal dan Metode Non-Farmakologis dalam Kehamilan.

LAMPIRAN MATERI TEKNIK REBOZO
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

A. Pengertian

Teknik rebozo adalah suatu metode non-farmakologis yang menggunakan kain panjang tenun khas Meksiko yang disebut rebozo untuk membantu ibu hamil dan bersalin memperoleh relaksasi otot, mengurangi nyeri, serta membantu optimalisasi posisi janin. Kain ini dililitkan pada bagian tubuh tertentu, biasanya pada area pinggul atau perut, kemudian digoyangkan secara ritmis oleh pendamping melalui gerakan yang dikenal dengan istilah rebozo sifting atau shaking. Selain digunakan untuk gerakan ritmis, kain rebozo juga dapat difungsikan sebagai penopang tubuh ibu ketika beristirahat dalam posisi tertentu, sehingga memberikan rasa aman dan nyaman secara fisik maupun psikologis.

B. Manfaat

Penerapan teknik rebozo pada ibu hamil trimester III memberikan sejumlah manfaat yang saling berkaitan. Secara fisik, gerakan lembut dan berirama dari kain rebozo membantu meredakan nyeri punggung bawah yang kerap muncul akibat perubahan postur tubuh serta pertambahan beban perut pada usia kehamilan lanjut. Goyangan tersebut juga merelaksasikan otot-otot di area panggul, punggung, dan bahu yang cenderung menegang seiring bertambahnya usia kehamilan, sekaligus membantu memperlancar sirkulasi darah pada area panggul sehingga ibu merasa lebih ringan dan nyaman.

Di samping manfaat fisik, teknik ini juga berperan dalam membantu memperbaiki posisi janin menuju posisi yang lebih optimal menjelang persalinan. Secara psikologis, sentuhan dan gerakan yang diberikan pendamping selama proses ini turut menurunkan kecemasan ibu serta meningkatkan rasa nyaman secara keseluruhan. Karena pelaksanaannya melibatkan pendamping secara langsung, teknik rebozo juga menjadi sarana untuk mempererat dukungan emosional antara ibu dan pendamping menjelang proses persalinan.

C. Indikasi

Teknik rebozo dapat diterapkan pada ibu hamil trimester II dan III yang tidak mengalami penyulit kehamilan, terutama pada ibu yang mengeluhkan nyeri

punggung bawah atau rasa pegal pada area panggul akibat perubahan postur tubuh. Teknik ini juga sesuai diberikan pada ibu yang mengalami ketegangan otot serta kecemasan ringan menjelang persalinan, karena sifatnya yang menenangkan dan melibatkan interaksi langsung dengan pendamping.

D. Kontraindikasi

Meskipun tergolong aman, teknik rebozo tidak dianjurkan pada beberapa kondisi tertentu. Ibu dengan plasenta previa atau yang mengalami perdarahan antepartum sebaiknya tidak diberikan teknik ini karena gerakan pada area perut dan panggul berisiko memperberat kondisi tersebut. Kondisi lain yang menjadi kontraindikasi antara lain ketuban pecah dini dengan bagian terendah janin yang belum masuk ke pintu atas panggul, kehamilan berisiko tinggi atau tidak stabil seperti preeklampsia berat tanpa anjuran tenaga kesehatan, riwayat perdarahan pervaginam yang belum jelas penyebabnya, serta nyeri perut hebat yang belum terdiagnosis. Pada kondisi-kondisi tersebut, teknik rebozo hanya boleh dilakukan atas pertimbangan dan pengawasan tenaga kesehatan.

E. Alat dan Bahan

Pelaksanaan teknik rebozo memerlukan persiapan yang sederhana, yaitu satu buah kain rebozo atau kain panjang sejenis seperti jarik atau selendang dengan panjang kurang lebih 2,5 hingga 3 meter, matras atau alas yang nyaman sebagai tempat ibu berbaring atau merangkak, serta beberapa bantal secukupnya untuk menopang posisi tubuh ibu selama proses berlangsung.

F. Langkah-Langkah Pelaksanaan

1. *Rebozo Sifting/Shaking* (posisi berdiri atau merangkak)

Pelaksanaan diawali dengan ibu mengambil posisi berdiri sedikit membungkuk dengan bertumpu pada meja atau kursi, atau dapat pula mengambil posisi merangkak *(all-fours)* di atas matras. Setelah posisi ibu nyaman, kain rebozo dililitkan pada bagian pinggul atau bokong ibu, dengan kedua ujung kain dipegang oleh pendamping. Pendamping kemudian menggoyangkan kain secara lembut dan ritmis ke arah kanan dan kiri selama beberapa menit, disesuaikan dengan kenyamanan ibu. Sepanjang proses ini, tempo gerakan dijaga tetap perlahan dan terus disesuaikan dengan respons yang ditunjukkan ibu, sehingga gerakan tidak dilakukan secara tergesa-gesa atau berlebihan.

2. *Rebozo Relaxation* (posisi berbaring miring)

Pada teknik ini, ibu berbaring miring dalam posisi yang nyaman dengan lutut sedikit ditekuk, sementara bantal diletakkan untuk menopang perut serta di antara kedua kaki. Kain rebozo kemudian diletakkan menutupi area pinggul ibu, dengan kedua ujungnya dipegang oleh pendamping dari sisi tempat tidur. Pendamping menggoyangkan kain secara lembut dengan gerakan naik-turun atau menyamping selama kurang lebih 3 hingga 5 menit, sementara ibu diminta untuk bernapas perlahan dan membiarkan tubuhnya rileks sepanjang proses berlangsung.

G. Hal-Hal yang Perlu Diperhatikan

Sepanjang pelaksanaan teknik rebozo, gerakan yang diberikan harus selalu lembut dan tidak boleh dilakukan secara kuat atau menyentak. Apabila selama proses ibu merasa pusing, nyeri bertambah, mual, atau menunjukkan tanda ketidaknyamanan lainnya, teknik harus segera dihentikan. Sebelum memulai, penting untuk memastikan bahwa ibu tidak memiliki kondisi yang termasuk kontraindikasi, dan pada kunjungan pertama sebaiknya pelaksanaan teknik ini dilakukan atas anjuran atau di bawah pengawasan tenaga kesehatan. Durasi pelaksanaan juga perlu disesuaikan dengan toleransi dan kenyamanan ibu, tanpa dipaksakan bila ibu merasa kurang nyaman.

Lampiran 12

MEDIA EDUKASI KESEHATAN

REBOZO *Technique*

UNTUK IBU HAMIL TRIMESTER III

Rilekskan Tubuh, Kurangi Nyeri, Dukung Kehamilan yang Nyaman



APA ITU REBOZO TECHNIQUE?



Rebozo Technique adalah teknik nonfarmakologis menggunakan kain panjang (rebozo) untuk menggoyangkan dan mendukung tubuh secara lembut.

Teknik ini membantu meredakan nyeri punggung bawah, mengurangi ketegangan otot, meningkatkan sirkulasi, serta memberikan rasa nyaman pada ibu hamil trimester III.

MANFAAT REBOZO TECHNIQUE

- Mengurangi nyeri punggung bawah
- Merilekskan otot dan mengurangi ketegangan
- Melancarkan sirkulasi darah
- Meningkatkan kenyamanan dan kualitas tidur
- Mendukung keseimbangan tubuh menjelang persalinan

LANGKAH–LANGKAH REBOZO TECHNIQUE

1 REBOZO SIFTING (STANDING)



Ibu berdiri dengan posisi nyaman.
Kain rebozo dililitkan di sekitar pinggul/ panggul.
Pengasuh menggoyangkan kain ke arah kiri–kanan secara lembut dan ritmis untuk membantu merilekskan otot punggung dan panggul.

Durasi: ± 5–10 menit

2 SHAKE THE APPLES



Ibu bersandar di atas bola atau posisi merangkak.
Rebozo dililitkan di sekitar pinggul.
Pengasuh menggoyangkan kain dengan gerakan kecil dan cepat secara ritmis seperti "menggoyang apel" untuk membantu melemaskan otot panggul, punggung, dan menenangkan tubuh.

Durasi: ± 10 menit

3 REBOZO SHIFTING (LYING DOWN)



Ibu berbaring miring ke kiri dengan posisi nyaman.
Rebozo dililitkan di sekitar panggul.
Pengasuh menggeser kain dari sisi depan ke belakang secara lembut untuk membantu meredakan ketegangan dan memberikan rasa rileks mendalam.

Durasi: ± 10 menit

SIAPA YANG BOLEH MENDAPATKAN?

- Ibu hamil trimester III
- Mengalami nyeri punggung bawah
- Tidak ada kontraindikasi medis
- Dengan izin/anjuran tenaga kesehatan

PERHATIAN

Konsultasikan dengan bidan/dokter sebelum melakukan Rebozo Technique jika ada kondisi khusus.

TIPS AGAR LEBIH NYAMAN

- Lakukan di tempat yang tenang dan nyaman
- Minum air putih yang cukup
- Tarik napas dalam dan hembuskan secara perlahan
- Gunakan pakaian yang longgar dan nyaman

Ibu yang nyaman, janin pun bahagia.
Rawat diri, untuk persalinan yang lebih siap.

REBOZO TECHNIQUE AMAN, ALAMI, DAN MENYENANGKAN!



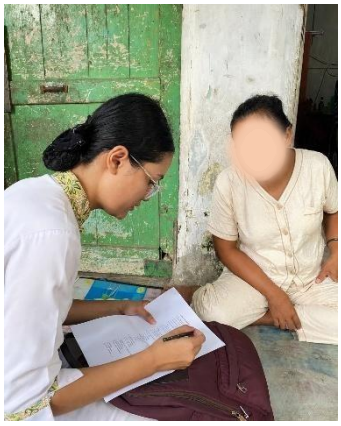
Dukungan lembut hari ini, persiapan terbaik untuk persalinan esok hari.

Disusun oleh:
Yesa Ignasia Br Bukit
NIM : P0712062570

Kemenkes
Poltekkes Kemenkes Medan

Lampiran 13

DOKUMENTASI PENELITIAN











Lampiran 14

LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KIAN

Judul : Penerapan *Rebozo Technique* Terhadap Nyeri Akut Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Pratama Sarfina Medan

Nama : Yesa Ignasia Br Bukit

NIM : P0712062570

Pembimbing Utama : Lestari, S.Kep.,Ners.,M.Kep

Pembimbing Pendamping : Ns. Dedy Fernandes, S.Kep.,M.Kep

No	Hari / Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf		
			Mahasiswa	Pembimbing Utama	Pembimbing Pendamping
1	Jumat, 02/04/2026	Pengajuan Judul KIAN			
2	Jumat, 10/04/2026	ACC Judul KIAN			
3	Kamis, 16/04/2026	Konsultasi BAB I dan BAB II			
4	Rabu, 29/04/2026	Revisi BAB I, BAB II dan konsultasi BAB III			
5	Selasa. 05/05/2026	ACC Proposal KIAN			
6	Senin, 08/06/2026	Konsultasi BAB III			
7	Selasa, 09/06/2026	Revisi BAB III			
8	Rabu, 10/05/2026	Konsultasi BAB IV dan BAB V			
9	Jumat, 12/06/2026	Revisi BAB IV dan BAB V			

10	Senin, 15/06/2026	ACC BAB III, BAB IV, dan BAB V			
11	Rabu, 17/06/2026	ACC Sidang			
12.	Kamis, 25/06/2026	Revisi Karya Ilmiah Akhir Ners			
13.	Senin, 29/06/2026	Revisi Karya Ilmiah Akhir Ners			
14.	Rabu, 01/07/2026	Revisi Karya Ilmiah Akhir Ners			
15.	Kamis, 02/07/2026	ACC Karya Ilmiah Akhir Ners			

Medan, 08 Juli 2026
Ka. Prodi Profesi Ners

(Lestari, S.Kep., Ners., M.Kep)
NIP. 198008292002122002

Lampiran 15

BIODATA PENULIS



DATA PRIBADI

Nama	:	Yesa Ignasia Br Bukit
NIM	:	P0712062570
Pekerjaan	:	Mahasiswa
Program Studi	:	Profesi Ners
Institusi	:	Poltekkes Kemenkes Medan
Tempat/Tanggal Lahir	:	Kabanjahe, 11 Oktober 2026
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Agama	:	Katolik
Alamat	:	Jl. Katepul Gg. 88 Lorong II, Kec. Kabanjahe Kab. Karo
Alamat Email	:	yesaignasiabkt03@gmail.com
No. Telp	:	082289070649

RIWAYAT PENDIDIKAN

1.	Tahun 2008 - 2009	:	TK Negeri Pembina Kabanjahe
2.	Tahun 2009 - 2015	:	SD Santo Xaverius Kabanjahe
3.	Tahun 2015 - 2018	:	SMP Negeri 1 Kabanjahe
4.	Tahun 2018 – 2021	:	SMA Negeri 2 Kabanjahe
5.	Tahun 2021 – 2025	:	Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Medan
6.	Tahun 2025 - 2026	:	Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Medan

Lampiran 16

TURNITIN

KARYA ILMIAH AKHIR NERS YESA IGNASIA BR BUKIT.docx

ORIGINALITY REPORT

24%	12%	7%	17%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to Politeknik Kesehatan Kemenkes Padang Student Paper	8%
2	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	2%
3	Submitted to Universitas Muslim Indonesia Student Paper	1%
4	Submitted to LL Dikti IX Turnitin Consortium Student Paper	1%
5	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Tengah Student Paper	1%
6	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	1%
7	Submitted to LL DIKTI IX Turnitin Consortium Part III Student Paper	1%
8	siakad.stikesdhb.ac.id Internet Source	1%
9	sejurnal.com Internet Source	<1%
10	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta I 2023 Student Paper	<1%
11	Submitted to Konsorsium PTS Indonesia - Small Campus II Student Paper	<1%
12	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	<1%
13	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source	<1%
14	repository.stikesrspadgs.ac.id Internet Source	<1%
15	repository.unissula.ac.id Internet Source	<1%

16	core.ac.uk Internet Source	<1%
17	eprints.kertacendekia.ac.id Internet Source	<1%
18	prin.or.id Internet Source	<1%
19	bnj.akys.ac.id Internet Source	<1%
20	ejournal.warunayama.org Internet Source	<1%
21	repo.poltekkesbandung.ac.id Internet Source	<1%
22	pt.scribd.com Internet Source	<1%
23	es.scribd.com Internet Source	<1%
24	jurnal.poltekkespangkalpinang.ac.id Internet Source	<1%
25	repository.universitasalirsyad.ac.id Internet Source	<1%
26	Dwi Tristiningdyah, Sri Rejeki, Machmudah Machmudah, Edy Soesanto, Yunie Armiyati. "Pengaruh Prana-Beats (Kombinasi Prenatal Gentle Yoga dan Binaural Beats) Terhadap Intensitas Nyeri Punggung dan Kualitas Tidur Pada Ibu Hamil Trimester III : Sistematik Literature Review", Jurnal Ners, 2026 Publication	<1%
27	Submitted to Universitas Katolik Santo Agustinus Hippo Student Paper	<1%
28	bemj.akbidbunda.ac.id Internet Source	<1%
29	tawon.co.id Internet Source	<1%
30	Submitted to Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta Student Paper	<1%
31	Submitted to Universitas Airlangga Student Paper	<1%

32	journal.ilmudata.co.id Internet Source	<1%
33	phdi.or.id Internet Source	<1%
34	repository.stikespantirapih.ac.id Internet Source	<1%
35	jurnal.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id Internet Source	<1%
36	repository.poltekeskupang.ac.id Internet Source	<1%
37	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1%
38	ejournal.poltekkesjakarta1.ac.id Internet Source	<1%
39	openjournal.wdh.ac.id Internet Source	<1%
40	www.scribd.com Internet Source	<1%
41	Submitted to Universitas Katolik Musi Charitas Student Paper	<1%
42	repositorynew.poltekkes-mks.ac.id Internet Source	<1%
43	Nuraidah Nuraidah, Herinawati Herinawati, Rosmaria Rosmaria, Ghea Atika, Iksaruddin Iksaruddin. "Efektivitas Kinesio taping dan Pelvic rocking exercise terhadap Penurunan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi", Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 2025 Publication	<1%
44	Dista Putri Dewi Pritasari, Sulistiyah Sulistiyah, Reni Fatmawati. "Efektivitas Senam Hamil terhadap Penurunan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Reni Fatmawati", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2026 Publication	<1%
45	Submitted to Konsorsium OC 2025 - FPPTI Jawa Tengah Student Paper	<1%
46	Ni Wayan Sulasmin, Ni Made Dwi Purnamayanti. "Efektifitas Prenatal Yoga terhadap Keluhan Nyeri Punggung dan Pinggang pada Ibu Hamil", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2026 Publication	<1%

47	eprints.umpo.ac.id Internet Source	<1%
48	kliktrend.com Internet Source	<1%
49	Submitted to Universitas Muhammadiyah Semarang Student Paper	<1%
50	ayumidwiferynote.blogspot.com Internet Source	<1%
51	jurnal.borneo.ac.id Internet Source	<1%
52	repository.umkla.ac.id Internet Source	<1%
53	Putu Candrawati, Dainty Maternity, Vida Wira Utami, Ratna Dewi Putri. "MINYAK ZAITUN (OLIVE OIL) UNTUK MENGURANGI STRIAE GRAVIDARUM PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DAN III", Jurnal Kebidanan Malahayati, 2021 Publication	<1%
54	bidanku04.blogspot.com Internet Source	<1%
55	cidinjunior.blogspot.com Internet Source	<1%
56	Submitted to iGroup Student Paper	<1%
57	repo.poltekkes-medan.ac.id Internet Source	<1%
58	repositori.ubs-ppni.ac.id Internet Source	<1%
59	Submitted to Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Student Paper	<1%
60	Submitted to Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg Student Paper	<1%
61	eprints.umm.ac.id Internet Source	<1%
62	repository.poltekkes-malang.ac.id Internet Source	<1%

63	Emilda AS, Cut Mutiah, Henniwati, Magfirah, Nora Veri. "Efektivitas Kombinasi Massase Petrissage dan Pisang Ambon (Musa Paradisiaca) Terhadap Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil", Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia, 2026 Publication	<1%
64	Yunita Raynica, Dhinny Novryanthi, Irawan Danismaya, Anggun Fajar Ramadhani. "Hubungan Lama Duduk dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Gegerbitung", Malahayati Nursing Journal, 2026 Publication	<1%
65	erepo.unud.ac.id Internet Source	<1%
66	tipaci.com Internet Source	<1%
67	Dian Reginalda Kusuma, Putu Dhanu Aryawangsa, Agung Bagus Sista Satyarsa, Putu Aryani. "PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU IBU HAMIL TERHADAP NUTRISI SELAMA KEHAMILAN DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS MENGWI I, BADUNG, BALI", GEMA KESEHATAN, 2020 Publication	<1%
68	Vriska Roro Sekar Arum, Tanti Fitriyani, Sugi Purwanti. "Perbandingan Efektivitas Aromaterapi Lavender dan Peppermint Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III", Journal of Innovative and Creativity (Joecy), 2026 Publication	<1%
69	Yuni Cahyani, Hasni Rahmah. "PENGARUH SENAM HAMIL TERHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III", Jurnal Ilmiah Citra Kebidanan, 2026 Publication	<1%
70	blog.htourist.net Internet Source	<1%
71	etd.repository.ugm.ac.id Internet Source	<1%
72	id.scribd.com Internet Source	<1%
73	idoc.pub Internet Source	<1%
74	journalcenter.org Internet Source	<1%
75	naiawicaksono.blogspot.com Internet Source	<1%

76	repositori.usu.ac.id:8080 Internet Source	<1 %
77	repository.stikes-bhm.ac.id Internet Source	<1 %
78	Chusnul Chotimah, Dwi Riyan Ariestantia. "Pengaruh Massage Effleurage pada Ibu Postpartum Multipara dalam Penurunan Intensitas Nyeri After Pains di Klinik Kusuma Kota Samarinda", LANCAH: Jurnal Inovasi dan Tren, 2026 Publication	<1 %
79	Dina Mardiana, Peni Cahyati, Yanyan Bahtiar, Dudi Hartono. "PENGARUH KOMPRES JAHE TERHADAP TINGKAT NYERI SENDI PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PURBARATU", Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada, 2026 Publication	<1 %
80	Husniatul Azizah, Rita Afni, Ani Triana. "PENGARUH PILATES EXERCISE TERHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL MULTIGRAVIDA TRIMESTER III TAHUN 2024", Prosiding Hang Tuah Pekanbaru, 2025 Publication	<1 %
81	Ranny Septiani. "EFEKTIVITAS SENAM HAMIL MENURUT MANUABA TERHADAP NYERI PUNGGUNG IBU HAMIL TRIMESTER III", Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada, 2021 Publication	<1 %
82	adoc.tips Internet Source	<1 %
83	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	<1 %
84	docplayer.info Internet Source	<1 %
85	library.poltekkes-surabaya.ac.id Internet Source	<1 %
86	proceeding.unisayogya.ac.id Internet Source	<1 %
87	repositori.usu.ac.id Internet Source	<1 %
88	repository.bku.ac.id Internet Source	<1 %
89	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet Source	<1 %
	repository.umb.ac.id	

90	Internet Source	<1%
91	text-id.123dok.com Internet Source	<1%
92	www.coursehero.com Internet Source	<1%
93	Gusti Ayu Pramita Aswitami, Putu Mastiningsih. "Pengaruh Terapi Akupresur terhadap Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Abian Semal 1", STRADA JURNAL ILMIAH KESEHATAN, 2018 Publication	<1%
94	Niswayati Niswayati, Sari Wahyuni, Asri Novianti, Nesi Novita, Nurul Komariah, Rohaya Rohaya, Rita Kamalia. "Efektivitas Massage Effleurage Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III Di UPTD Puskesmas Lumpatan", JURNAL KESEHATAN POLTEKKES KEMENKES RI PANGKALPINANG, 2026 Publication	<1%
95	samoke2012.wordpress.com Internet Source	<1%
96	stutzartists.org Internet Source	<1%
97	tutorialkuliah.blogspot.com Internet Source	<1%
98	Bella Riska Ayu. "The Effect of Warm Compress on the Intensity of Back Pain in Pregnant Women in the Third Trimester: Scoping Review", Jurnal Kesehatan, 2024 Publication	<1%
99	Intan Sari, Fitri Larasati, Serlly Destiana. "Kajian Prevalensi dan Pola Keluhan Low Back Pain Pada Ibu Hamil", Jurnal Kesehatan Qamarul Huda, 2025 Publication	<1%
100	Syaputri Syaputri, Dwi Novitasari, Amin Susanto, Warsiyati Warsiyati. "Implementasi Pin Aromaterapi Peppermint terhadap Penurunan Nyeri pada Pasien Pasca Operasi dengan Anestesi Tiva", Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 2026 Publication	<1%

Exclude quotes	Off	Exclude matches	Off
Exclude bibliography	Off		