

DAFTAR PUSTAKA

- Amayri, A., Khalayli, N., Haj Ali, D., & Kudsi, M. (2023). Low back pain in a sample of Syrian pregnant women: A cross-sectional study. *Health Science Reports*, 6(7). <https://doi.org/10.1002/hsr2.1389>
- 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>
- Ari Shanti, E. F., & Utami, N. W. (2021). Efektivitas Prenatal Yoga Dengan Teknik Birth Ball Pada Ibu Hamil Terhadap Nyeri Punggung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 16(1), 20–26. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v16i1.131>
- Aryunani, A., & Wilianarti, P. F. (2020). Efektifitas Senam Pilates Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 4(2), 228–231. <https://doi.org/10.30651/jkm.v4i2.3934>
- Azis, R., Wahyuni, E., Mulyana, & Taher, R. (2023). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Ulugalung The Influence Of Pregnancy Exercise On Reducing Back Pain In Trimester Iii Pregnant Women In Ulugalung Health Center Nyeri punggung saat kehamilan me. *MPPK: Media Publikasi Penelitian Kebidanan*, 6(2), 155–162.
- Budi Rahayu. (2023). Prenatal Yoga to Relief Back Pain among Pregnant Women. *Embrio*, 15(1), 28–33. <https://doi.org/10.36456/embrio.v15i1.6416>
- Cholifah, siti. rinata evi. (2021). Buku Ajar Kuliah Asuhan Kebidanan Kehamilan. In *Deepublish Publisher*.
- Dainty Maternity, Lia Maria, M. H. (2020). *Program pengabdian masyarakat untuk ibu hamil nyeri punggung dengan senam hamil di bpm lia maria*. 5(Juni), 1910–1917.
- Desai, R., Rathi, M., & Palekar, T. J. (2024). Effects of Movement Retraining and Lumbar Stabilization Exercises in Mechanical Low Back Pain: A Pilot Study. *Cureus*, 16(2), 1–15. <https://doi.org/10.7759/cureus.54291>
- Desmawati, R. S. (2022). *Intervensi Non Farmakologi Untuk Ibu Hamil Trimester III Dengan Nyeri Punggung Bawah*.
- Dewi, A. A. S., & Febriyanti, N. M. A. (2022). Reduksi Nyeri Punggung Bawah dengan Prenatal Gentle Yoga pada Kehamilan Trimester III di Gianyar Bali Tahun 2021. *Jurnal Bidang Ilmu Kesehatan*, 12(1), 10–16. <https://doi.org/10.52643/jbik.v12i1.1957>

- Dini, A. (2019). The Effect of Prenatal Yoga on Primigravida Trimester II and III in Studio Qita Yoga District South Semarang Indonesia. In *Journal Keperawatan* (Vol. 9, Issue 1).
- Faradilla, N., & Ambarwati, E. R. (2021). Pijat Effleurage Pada Nyonya Wdalam Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan Di Klinik Pratama Widuri Sleman. *Husada Mahakam : Jurnal Kesehatan*, 11(1), 62–70. <http://husadamahakam.poltekkes-kaltim.ac.id/ojs/index.php/Home/article/view/218>
- Fatimah, & Nuryaningsih. (2019). *Buku Ajar Asuhan kebidanan Pada Kehamilan*.
- Fitriani, A. (2022). *Buku Ajar Asuhan Kehamilan DIII Kebidanan Jilid II*. www.mahakarya.academy
- Franisia, C. A., Dahlan, F. M., & Suralaga, C. (2022). Science Midwifery The Effectiveness of Prenatal Yoga on Back Pain in Third Trimester Pregnant Women at the Depok Clinic in 2022. *Science Midwifery*, 10(3), 2721–9453. www.midwifery.iocspublisher.org
- Harlayati, S., & Rahmadhena, M. P. (2022). Yoga Exercise Reduced Back Pain Level On The Third Trimester Of Pregnancy. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 8(4), 834–839. <https://doi.org/10.33024/jkm.v8i4.8071>
- Haslin, S., Simanjuntak, N. M., & Lestari, P. (2023). The Relationship Of Prenatal Yoga To Back Pain In Pregnant Women. *Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 6(November). <https://doi.org/10.56013/jurnalmidz.v6i2.2479>
- Indriyani Makmun, Ana Pujiarti Harahap, Aulia Amini, Rizkia Amilia, & Ni Wayan Ari Adiputri. (2022). Implications of Prenatal Gentle Yoga on Low Back Pain among Women in the Second and Third Trimesters of Pregnancy. *Embrio*, 14(2), 221–226. <https://doi.org/10.36456/embrio.v14i2.5710>
- Irfana Tri Wijayanti. (2023). Perbandingan Ibu Hamil Yang Melakukan Exercise Gym Ball Dan Ibu Hamil Yang Melakukan Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah (Irfana Tri Wijayanti) 38 Comparison of pregnant mother which gymnastic ball and pregnant exercise Against decrease la. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(1), 38–46.
- Irianti, S., & Nurjanah, S. (2020). Changes in Levels of Back Pain in Third Trimester of Pregnant Women Who Do Yoga Exercises. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 1581–1587. <https://doi.org/10.30994/sjik.v9i2.501>
- Kadir, F., & Sulfakar, S. (2024). Penatalaksanaan Senam Hamil Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di Poskesdes Lego Desa Lego Kec. Tamangalle Kab. Polman Provinsi Sul-Bar. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 8(2), 466–474.

- Kasmiati., Purnamasari., Ernawati., J., Salina., Winda Dwi Puspita., Ernawati S.ST., Rikhaniarti., Syahrana., A., & A. Oka., M. (2023). *Asuhan Kehamilan*.
- Kosayriyah, S. D., Kholisotin, K., Munir, Z., FR, H., & Wahid, A. H. (2020). the Effect of Antenatal Yoga on Low Back Pain in Third-Trimester of Pregnancy. *Journal of Maternity Care and Reproductive Health*, 2(4), 38–46. <https://doi.org/10.36780/jmcrh.v3i1.124>
- Kurniasih, U. (2020). Pengaruh senam hamil terhadap nyeri punggung pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan*, 8(2), 1004–1010. <https://doi.org/10.38165/jk.v8i2.110>
- Kuswati, K., Wahyuni, T., & Sri Mulati, T. (2022). the Effect of Yoga on the Reduction of Back Pain in Pregnant Womens Trimester II and III. *Jurnal Doppler*, 6(1), 67–76. <https://doi.org/10.31004/jd.v6i1.3626>
- Lilis, D. N. (2019). Pengaruh Senam Hamil Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi Tahun 2019. *Journal Health & Science : Gorontalo Journal Health and Science Community*, 1(2), 40–45. <https://doi.org/10.35971/gojhes.v1i2.2714>
- Lubis, R. C., & Saragih, P. W. B. (2024). The effect of yoga exercises on back pain in third trimester pregnant women at the Bunda Tessa Pratama Clinic. *Journal of Midwifery and Nursing*, 6(1), 339–344.
- Maidawilis, Asmaria, M., Alimuiddin, Dewi, S., Minerva, P., Miswarti, & Gusni, J. (2023). Reducing back pain intensity using a combination of music therapy and yoga: Case study in pregnant women. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(12), 3385–3390. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.12388>
- Mardiana, H. (2021). Perbedaan Penurunan Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Senam Hamil Dan Tanpa Senam Hamil Di Kecamatan Mojosari Mojokerto. *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti*, 9(1). <https://doi.org/10.47794/jkhws.v9i1.297>
- Mu'alimah, M. (2021). The effect of Prenatal Yoga on Back Pain in Third Trimester of Pregnant Women. *Jurnal Kebidanan*, 10(1), 12–16.
- Mutoharoh, S., Astuti, D. P., Kusumastuti, K., Rahmadhani, W., & MD, P. T. P. (2021). Effectiveness of Pregnancy Exercise With Kinesio Taping on Lower Back Pain in Pregnant Women in the Third Trimester. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 12(3), 241–249. <https://doi.org/10.26553/jikm.2021.12.3.241-249>
- Namdar, P., Hoseini, N., Dehghankar, L., Yekefallah, L., Noorian, S., Golestaneh, F., & Taheri, S. (2021). The effect of yoga on the delivery and neonatal outcomes in nulliparous pregnant women in Iran: a clinical trial study. *Practising Midwife*, 24(7), 24–30. <https://doi.org/10.55975/vhwk4106>

- Nengsih, D., Syamsiah, S., & Suciawati, A. (2021). The Effectiveness of Pregnancy Exercise In Relieving Back Pain During Third Trimester of Pregnancy At BPM Nurhidayah Cisarua Bogor In 2021. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 897–903. <https://doi.org/10.30994/sjik.v10i1.734>
- Nikmah, K., Fajrin, F. I., & Darwati, L. (2023). *Application of Pregnancy Exercise to Pregnant Women ' s Readiness in Overcoming Back Pain in Pregnant Women Trimester III*. 7(2), 81–85.
- Ningttyas, iwayan rahayu, D. (2023). *Menejemen Nyeri* (Vol. 01).
- Nur Alfi Fauziah, Riona Sanjaya, R. N. (2023). Pengaruh prenatal yoga terhadap pengurangan nyeri punggung pada ibu hamil trimester III. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 7(1), 134–140. <https://doi.org/10.54877/maternal.v7i1.936>
- Octavia, A. M., Zuhroh, I. N., & Sandi, D. F. (2019). Pengaruh Senam Yoga Terhadap Nyeri Punggung Pada ibu Hamil Trimester III. *Jurnal STIKES Insan Cendekia Medika Repository*, 2. <http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/id/eprint/1405>
- Oktavia, N., Pramesti, A. P., & Setyani, R. A. (2023). The Effectiveness of Prenatal Yoga on Back Pain Intensity of Third Trimester Pregnant Women in Surakarta. *Journal of Community Empowerment for Health*, 6(3), 139. <https://doi.org/10.22146/jcoemph.83276>
- Patiyah, P., Carolin, B. T., & Dinengsih, S. (2021). Pengaruh Senam Prenatal Yoga Terhadap Kenyamanan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 174–183. <https://doi.org/10.37012/jik.v13i2.463>
- Podungge, Y. (2019). Endhorpin Massage and Pregnancy Exercise as a Method to Relieve Lower Back Pain in Trimester III Pregnant Women. *Health Notions*, 3(4), 166–172. <https://doi.org/10.33846/hn30402>
- Puspitasari, E. K. A. (2019). Effectiveness of Acuyoga (Accupresure and Yoga) Antenatal and Pregnancy Massage Against Intensity of back pain and sleep disturbance in Third Trimester Pregnant Woman in dr.Aisyatul Mukminah Sp.OG (K)'s Practice in Tulungagung. *Journal for Quality in Public Health*, 1(1), 77–89.
- Retni, A., A. Lihu, F., Harismayanti, H., & Mantu, R. A. (2024). Pengaruh Senam Ibu Hamil terhadap Pengurangan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Paguyaman. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(4), 1796–1804. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13981>
- Rita Afni, O. D. R. (2024). Endorphin massage dan senam hamil terhadap penatalaksanaan ketidaknyamanan nyeri punggung pada kehamilan di wilayah kerja puskesmas payung sekaki kota pekanbaru. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 1(April), 243–252.

- Sánchez-Polán, M., Nagpal, T. S., Zhang, D., Silva-Jose, C., Montejo, R., & Barakat, R. (2024). The Influence of Physical Activity during Pregnancy on Maternal Pain and Discomfort: A Meta-Analysis. *Journal of Personalized Medicine*, 14(1). <https://doi.org/10.3390/jpm14010044>
- Saputri, N., Hasyim, D., of, R. S.-M. I. J., & 2021, undefined. (2021). A Yoga programme approaches for pregnancy-related low back and pelvic pain. *Karya.Brin.Go.Id*, 04(1), 35–41. https://karya.brin.go.id/20299/1/Jurnal_Nurwinda Saputri_Universitas Muhammadiyah Pringsewu_2021-5.pdf
- Susanti, N. Y., & Madhav, N. (2022). Exercise for Pregnancy and Pregnant Women Back Pain. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(1), 15–19. <https://doi.org/10.30994/sjik.v11i1.886>
- Tampubolon, E., & Fransysca, H. (2022). Effect of Pregnancy Exercise on Lower Back Pain in Pregnant Women in The Village of The Working Area of Medan Tuntungan Public Health Center. *International Journal of Clinical Inventions and Medical Science*, 4(1), 11–16. <https://doi.org/10.36079/lamintang.ijcims-0401.306>
- Tirta Anggraini, L. (2020). Perbandingan Ibu Hamil Yang Melakukan Exercise Gym Ball Dan Ibu Hamil Yang Melakukan Senam Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah. *Jurnal Kebidanan Indonesia : Journal of Indonesia Midwifery*, 11(1), 38. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v11i1.324>
- Tono, S. F. N. (2022). Pengaruh Yoga Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Tm III. *Jurnal Kebidanan*, 11(1), 27–32. <https://doi.org/10.47560/keb.v11i1.343>
- Ulya, P. S., Yunanto, E., & Mariyana, A. (2023). *Differences In The Discomfort Of Pregnant Women In The Third Trimester Before And After Prenatal Yoga At Pmb Midwifery Umroh Grogol Sukoharjo*. 6(2).
- Usman, H., Batjo, S. H., Dalle, F., & Suryani, L. (2022). Pengaruh Senam Hamil terhadap Penurunan Ketidaknyamanan Nyeri Punggung dan Nyeri Pinggang pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Bidan Cerdas*, 3(3), 129–136. <https://doi.org/10.33860/jbc.v3i3.407>
- Wadhwa, Y., Alghadir, A. H., & Iqbal, Z. A. (2020). Effect of antenatal exercises, including yoga, on the course of labor, delivery and pregnancy: A retrospective study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(15), 1–11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17155274>
- Wilujeng, A. R., Roza, N., Arianggara, A. W., Margiyanti, N. J., Sari, D. P., Tarigan, R. A., Handayani, T. Y., Velangi, S. N., & Ritonga, T. A. (2022). Penerapan Senam Hamil untuk Mengurangi Nyeri Punggung. *Dst*, 2(2), 134–138. <https://doi.org/10.47709/dst.v2i2.1725>

- Wirda, W., & Ernawati, E. (2020). Efektifitas senam hamil pada ibu hamil trimester III terhadap penurunan nyeri punggung di desa pa'rapunganta kecamatan polongbangkeng utara kabupaten takalar. *Journal of Islamic Nursing*, 5(1), 68. <https://doi.org/10.24252/join.v5i1.13992>
- Wulandari, D. A., Ahadiyah, E., & Ulya, F. H. (2020). Prenatal Yoga untuk Mengurangi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal SMART Kebidanan*, 7(1), 9. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v7i1.349>
- Yuanita Mega et al. (2022). *Efektifitas senam hamil terhadap tingkat nyeri punggung ibu hamil trimester III di desa kayen*. 8(2), 74–82.
- Yuliani, N. R., & Andarwulan, S. (2022). Efficacy of Prenatal Yoga on Second Stage Progress in Third Trimester Pregnant Women. *International Journal of Clinical Inventions and Medical Sciences*, 4(2), 56–61. <https://doi.org/10.36079/lamintang.ijcims-0402.408>
- Yuliasuti, E., & Rafidah. (2022). Hubungan Senam Hamil Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III Di BPM ” L ” Guntung Manggis Kota Banjarbaru. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan*, 13(2), 1–10.

LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat 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 APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No: 01.25 970 /KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2024

Protokol Penelitian yang diusulkan oleh :
The Research Protocol Proposed By

Peneliti Utama : ROHIMA FITRIANI SITUMORANG
Principil In Investigator

Nama Institusi : Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan
Name of the Institution

Dengan Judul :
Title

"PENGARUH SENAM HAMIL DAN YOGA TE RHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL
TRIMESTER III: STUDI LITERATUR TAHUN 2024"

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.

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 Consent, referring to the 2016 CIOMS guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard

Pernyataan Layak Etik ini berlaku selama kurun waktu 7 Juni 2024 sampai 7 Juni 2025

This declaration of ethics applies during the period 7 June 2024 until 7 June 2025

Medan, 7 June 2024
Ketua/chairperson



Lampiran 2: Pernyataan Persetujuan Publikasi

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAHUNTUK KEPENTINGANAKADEMIS

=====

Sebagai civitas akademik Poltekkes Kemenkes Medan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Rohima Fitriani Situmorang
NIM	: P07524423138
Program Studi/Jurusan	: Sarjana Terapan Kebidanan Medan
Judul Tugas akhir	: Pengaruh Senam Hamil Dan Yoga Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III: Studi Literatur Tahun 2024

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Medan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)** atas Skripsi saya yang berjudul :

Pengaruh Senam Hamil Dan Yoga Terhadap Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III: Studi Literatur Tahun 2024

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Medan berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 01 Juli 2024
Yang menyatakan

(Rohima Fitriani Situmorang)

Lampiran 3 : Kartu Bimbingan



**Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan**

• Jalan Jamin Giring KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
☎ (061) 8368633
🌐 <https://poltekkes-medan.ac.id>

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA MAHASISWA : ROHIMA FITRIANI SITUMORANG
NIM : P07524423138
JUDUL SKRIPSI : PENGARUH SENAM HAMIL DAN YOGA TERHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III: STUDI LITERATUR TAHUN 2024
PEMBIMBING UTAMA : MELVA SIMATUPANG, SST,M.Kes
PEMBIMBING PENDAMPING : DREVI IRIANTI, SKM, M.Kes (BIOMED)

NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1	22 Desember 2023	Pengajuan Judul Pembimbing 1	ACC Judul	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
2	22 Desember 2023	Pengajuan Judul Pembimbing 2	ACC Judul	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
3	04 Januari 2024	Konsul BAB I	Perbaikan BAB I	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
4	10 Januari 2024	Konsul BAB I	Perbaikan Ganti Judul	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
5	11 Januari 2024	Pengajuan Judul Ke-2 Pembimbing 1	ACC Judul	 Melva Simatupang, SST,M.Kes

6	11 Januari 2024	Pengajuan Judul Ke-2 Pembimbing 2	ACC Judul	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
7	15 Januari 2024	Konsul Penulisan BAB 1	Perbaikan Penulisan BAB 1	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
8	02 Februari 2024	Konsul BAB 1 dan 2	Lanjut Tambahin BAB 3	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
9	13 Februari 2024	Konsul BAB 1,2,3	Perbaikan BAB 1,2,3	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
10	22 Februari 2024	Konsul BAB 1,2,3	ACC Maju Proposal	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
11	22 Februari 2024	Konsul BAB 1,2,3	ACC Maju Proposal	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)

PEMBIMBING UTAMA



MELVA SIMATUPANG, SST,M.Kes
NIP. 196104231986032003

PEMBIMBING PENDAMPING



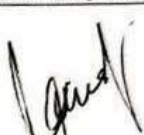
DR.EVI IRIANTI, SKM, M.Kes (Biomed)
NIP. 196911051991032002

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

NAMA MAHASISWA : ROHIMA FITRIANI SITUMORANG
NIM : P07524423138
JUDUL SKRIPSI : PENGARUH SENAM HAMIL DAN YOGA TERHADAP
 NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER
 III: STUDI LITERATUR TAHUN 2024
PEMBIMBING UTAMA : MELVA SIMATUPANG, SST,M.Kes
PEMBIMBING PENDAMPING : DR.EVI IRIANTI, SKM, M.Kes (BIOMED)

NO	TANGGAL	URAIAN KEGIATAN BIMBINGAN	HASIL	PARAF
1	26 April 2024	Bimbingan Selesai Semprom	Revisi BAB 1, 2, 3	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
2	16 Mei 2024	Bimbingan Penulisan	Perbaiki Penulisan	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
3	21 Mei 2024	Bimbingan Revisi Semprom BAB 1,2,3	Lanjut BAB 4	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
4	29 Mei 2024	Bimbingan Revisi Semprom mengenai jurnal dan BAB 4	Diusulkan Agar Menggunakan PICO	 Dr. Samsider Sitrus, SST, M.Kes
5	03 Juni 2024	Konsul Metodel dan BAB 4	Perbaiki BAB 4	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)

6	24 Juni 2024	Bimbingan BAB 4 dan BAB 5	Perbaikan Jurnal	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
7	24 Juni 2024	Bimbingan BAB 4 dan BAB 5	Revisi tambahin Tabel Signifikan & Non Signifikan	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
8	25 Juni 2024	Bimbingan Tabel BAB 4	Revisi Perbaikan Isi Jurnal	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
9	26 Juni 2024	Bimbingan BAB 4 Pembahasan	ACC Maju Semhas	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
10	27 Juni 2024	Bimbingan Tabel Jurnal	ACC Maju Semhas	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
11	04 Juli 2024	Bimbingan Revisi Selesai Semhas Ganti Jurnal Harus Ada Yang Internasioanl	Perbaiki Kesimpulan dan Saran	 Melva Simatupang, SST,M.Kes
12	05 Juli 2024	Bimbingan Revisi Selesai Semhas Ganti Semua Jurnal Harus Ada Internasionalnya	Revisi Kesimpulan saran dan Hasil Pencarian Jurnal	 DR.Evi Irianti,SKM,M.Kes(Biomed)
13	08 Juli 2024	Bimbingan Mengenai Perbaikan Hasil Pencarian Kesimpulan dan Saran	ACC	 Melva Simatupang, SST,M.Kes

14	11 Juli 2024	Bimbingan Hasil dan Pembahasan	ACC	 DR. Evi Irianti, SKM, M.Kes (Biomed)
15	19 Juli 2024	Bimbingan mengenai perbaikan semua Isi Jurnal	Perbaikan penulisan daftar isi, daftar gambar, daftar tabel, daftar bagan	 Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes
16	22 Juli 2024	Bimbingan mengenai Penulisan dan 52 jurnal	Masukkan 52 Jurnal kedalam google drive	 Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes
17	25 Juli 2024	Bimbingan mengenai jurnal yang sudah dimasukkan ke dalam google drive	ACC	 Dr. Samsider Sitorus, SST, M.Kes

PEMBIMBING UTAMA



MELVA SIMATUPANG, SST, M.Kes
NIP. 196104231986032003

PEMBIMBING PENDAMPING



DR. EVI IRIANTI, SKM, M.Kes (Biomed)
NIP. 196911051991032002

Lampiran 4 : Daftar Riwayat Hidup



Rohima Fitriani Situmorang
Mobile Phone : 081264595289
E-mail : rohimasitumorang99@gmail.com

DATA PRIBADI

- | | |
|-------------------------|---|
| 1. Nama | : Rohima Fitriani Situmorang |
| 2. NIM | : P07524423138 |
| 3. Pekerjaan | : Mahasiswa |
| 4. Program Studi | : Sarjana Terapan Alih Jenjang Kebidanan |
| 5. Institusi | : Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan |
| 6. Tempat Tanggal Lahir | : Rantauprapat, 29 Maret 1999 |
| 7. Jenis Kelamin | : Perempuan |
| 8. Agama | : Islam |
| 9. Alamat | : Perumahan Kencana Residence, Jalan Bunga Rinte 20,
Simpang Selayang, Medan Tuntungan |
| 10. Alamat E-mail | : rohimasitumorang99@gmail.com |
| 11. No Telp/Hp | : 081264595289 |

RIWAYAT PENDIDIKAN

- | | |
|------------------|-------------------------------------|
| 1. 2003-2004 | : TK Arjuna |
| 2. 2004-2010 | : SD Negeri 114620 Perk. Berangir |
| 3. 2010-2013 | : SMP Negeri 2 NA. IX-X |
| 4. 2013-2016 | : SMA Negeri 1 Rantau Utara |
| 5. 2016-2019 | : D-III Poltekkes Kemenkes RI Medan |
| 6. 2023-sekarang | : D-IV Poltekkes Kemenkes RI Medan |

Lampiran 5: Turnitin

SKRIPSI Terbaru (Rohima Fitriani Situmorang).docx

ORIGINALITY REPORT

17 %	19 %	13 %	9 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.unair.ac.id Internet Source	1 %
2	www.ejurnalmalahayati.ac.id Internet Source	1 %
3	poltekkespalu.ac.id Internet Source	1 %
4	pdfcoffee.com Internet Source	1 %
5	www.sciencegate.app Internet Source	1 %
6	jurnal.stikeswilliambooth.ac.id Internet Source	1 %
7	ojs.dinamikakesehatan.unism.ac.id Internet Source	1 %
8	journal.unhas.ac.id Internet Source	1 %
9	www.researchgate.net Internet Source	1 %