

**Lampiran 1 Jadwal Penelitian**

**Jadwal Kegiatan Penelitian  
Pengaruh Latihan Gym ball Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah  
Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bumi Sehat**

No	Kegiatan	Waktu Kegiatan (Dalam Minggu)																							
		Januari				Februari				Maret				April				Mei				Juni			
		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	Penyusunan Proposal Penelitian		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■												
2	Seminar Proposal Penelitian											■	■												
3	Revisi Proposal													■	■	■									
4	Pengurusan Izin Penelitian													■	■	■									
5	Pengumpulan Data														■	■	■								
6	Pengolahan Data															■	■								
7	Analisis Data																■	■							
8	Penyusunan Laporan																	■	■	■					
9	Sidang Hasil Penelitian																		■	■					
10	Revisi Laporan																				■	■	■	■	
11	Pengumpulan Skripsi																						■	■	■

Keterangan : warna hitam ( proses penelitian).

## Lampiran 2 Realisasi Anggaran Biaya Penelitian

### Realisasi Anggaran Biaya Penelitian Pengaruh Latihan Gym ball Terhadap Intensitas Nyeri Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bumi Sehat

Alokasi dana yang diperlukan dalam penelitian ini direncanakan sebagai berikut:

No	Kegiatan	Rencana Biaya
1	Tahap Persiapan	
	a. Pembelian Gym Ball	Rp. 375.000
	b. Pembelian ATK	Rp. 50.000
2	Tahap Pelaksanaan	
	a. Pengajuan ethical clearance	Rp 100.000
	b. Pengadaan lembar pengumpulan data	Rp 380.000
	c. Transportasi dan akomodasi penelitian	Rp 200.000
	d. Konsumsi Responden	Rp 100.000
		Rp. 680.000
3	Tahap Akhir	
	a. Penyusunan Laporan	Rp 220.000
	b. Penggandaan Laporan	Rp 100.000
	c. Revisi Laporan	Rp 100.000
Jumlah		Rp 2.305.000

### Lampiran 3 Instrumen Pengumpulan Data

#### INSTRUMEN PENGUMPULAN DATA

Judul Penelitian	Pengaruh Latihan Gym ball Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bumi Sehat
No. Kode Responden	
Tanggal Penelitian	

#### Petunjuk Pengisian :

1. Mohon lengkapi identitas terlebih dahulu.
2. Lingkari salah satu angka pada skala nyeri yang dirasakan.
3. Bila ada yang tidak mengerti, silahkan tanyakan ke peneliti.

#### Identitas Responden

Umur :

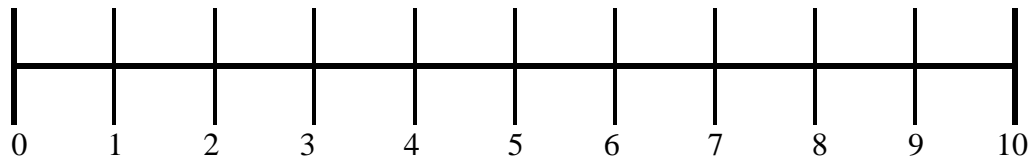
Pekerjaan :

Usia Kehamilan :

## Intensitas Nyeri

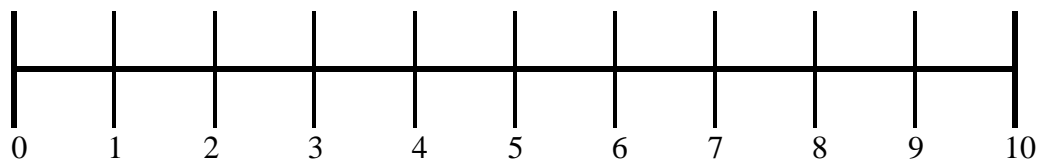
### 1. Intensitas Nyeri Sebelum Diberikan Latihan Gym ball

Tunjukkan pada titik mana tingkat nyeri yang saudara rasakan :



### 2. Intensitas Nyeri Setelah Diberikan Latihan Gym ball

Tunjukkan pada titik mana tingkat nyeri yang saudara rasakan :



## Lampiran 4 Master Tabel

**Master Tabel Pengumpulan Data**  
**Pengaruh Latihan *Gym ball* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung**  
**Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bumi Sehat**

Kode Responden	Umur	Pekerjaan	Kelompok	Usia Kehamilan	Skor Nyeri Pre-Test	Intensitas Nyeri	Skor Nyeri Post-Test	Intensitas Nyeri
1	2	5	1	36	4	2	1	1
2	2	3	1	30	5	2	3	1
3	2	2	1	36	7	3	2	1
4	2	1	1	32	7	3	5	2
5	2	2	1	36	8	3	3	1
6	2	3	1	34	4	2	1	1
7	2	4	1	28	4	2	2	1
8	2	1	1	32	5	2	1	1
9	2	5	1	31	4	2	2	1
10	2	2	1	28	8	3	4	2
11	2	2	1	30	6	2	3	1
12	2	2	1	30	4	2	2	1
13	2	2	1	35	8	3	6	2
14	2	1	1	28	6	2	2	1
15	2	2	1	28	8	3	4	2
16	2	1	1	28	7	3	3	1
17	2	5	1	28	5	2	1	1
18	2	5	2	31	4	2	3	1
19	2	1	2	36	8	3	6	2
20	2	1	2	28	7	3	5	2
21	2	2	2	36	7	3	4	2

22	2	3	2	28	5	2	3	1
23	2	5	2	30	6	2	4	2
24	2	5	2	29	4	2	4	2
25	2	1	2	34	7	3	6	2
26	2	3	2	30	6	2	2	1
27	2	5	2	36	8	3	4	2
28	2	2	2	28	5	2	2	1
29	2	1	2	32	6	2	5	2
30	2	5	2	28	7	3	4	2
31	2	1	2	28	5	2	4	2
32	2	2	2	31	8	3	5	2
33	2	3	2	34	6	2	3	1
34	2	1	2	30	7	3	6	2

Keterangan Dummy Tabel:

Kelompok Responden  
1 = Kelompok Perlakuan  
2 = Kelompok Kontrol

Pekerjaan  
1 = IRT  
2 = Karyawan Swasta  
3 = Wiraswasta  
4 = PNS

Kode Intensitas Nyeri  
1 = Ringan  
2 = Sedang  
3 = Berat

## Lampiran 5 Surat Permohonan Menjadi Responden

### SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.

Bapak/Ibu/Saudara/I calon Responden

Di-

Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa program Studi Sarjana Terapan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar dengan:

Nama : Kadek Ena Ardiyanti

NIM : P07120219075

Akan melakukan penelitian tentang “Pengaruh Latihan Gym Ball Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bumi Sehat”, sebagai persyaratan untuk menyelesaikan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan.

Berkaitan dengan hal tersebut, saya mohon kesediaannya untuk menjadi responden pada penelitian ini. Apabila bersedia dan menyetujui, maka saya mohon untuk menandatangani lembar persetujuan. Demikian permohonan ini saya sampaikan dan atas partisipasinya saya ucapkan terima kasih.

Denpasar,

2023

Hormat saya,

Kadek Ena Ardiyanti  
NIM. P07120219075

## Lampiran 6 Informed Consent

### PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (*INFORMED CONSENT*) SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

Yang terhormat Ibu, Kami meminta kesediannya untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Keikutsertaan dari penelitian ini bersifat sukarela/tidak memaksa. Mohon untuk dibaca penjelasan dibawah dengan seksama dan disilahkan bertanya bila ada yang belum dimengerti.

Judul	Pengaruh Latihan <i>Gym ball</i> Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III
Peneliti Utama	Kadek Ena Ardiyanti
Institusi	Poltekkes Kemenkes Denpasar
Peneliti Lain	-
Lokasi Penelitian	Klinik Bumi Sehat
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan *Gym ball* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III. Jumlah peserta sebanyak 34 orang dengan syaratnya yaitu kriteria inklusi merupakan Ibu Hamil Trimester III yang mengalami nyeri punggung bawah, ibu yang mampu berkomunikasi dengan baik dan ibu yang bersedia menjadi subjek penelitian. Kriteria eksklusi merupakan ibu yang tidak kooperatif dan ibu yang mengundurkan diri menjadi responden. Peserta akan diberikan Latihan *Gym ball* untuk mengetahui apakah ada pengaruh terhadap intensitas nyeri punggung yang dirasakan oleh ibu.

Latihan *gym ball* yaitu terapi non farmakologis yang dilakukan oleh ibu hamil untuk mengurangi intensitas nyeri dengan duduk diatas bola berdiameter 65-75 cm, dengan berbagai gerakan seperti menggoyangkan pinggul. Latihan *gym ball* dilakukan selama 30 menit dengan gerakan minimal 20 kali.

Kepesertaan dalam penelitian ini tidak secara langsung memberikan manfaat kepada peserta penelitian, karena penelitian ini merupakan penelitian yang memberikan perlakuan secara langsung kepada ibu hamil. Atas kesedian berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Kompensasi lain yaitu peneliti akan



memberikan snack untuk peserta penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta penelitian ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Ibu pada penelitian ini bersifat sukarela. Ibu dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Ibu diminta untuk menandatangani formulir ‘Persetujuan Setelah Penjelasan (Informed Consent) Sebagai \*Peserta Penelitian. Setelah Ibu benar-benar memahami tentang penelitian ini. Ibu akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditanda tangani ini. Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Ibu untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Ibu. Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti :

**Kadek Ena Ardiyanti dengan no HP 081353259082**

Tanda tangan Ibu dibawah ini menunjukkan bahwa Ibu telah membaca dan telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi \*Peserta Penelitian.**

**Peserta/ Subyek Penelitian,**

**Wali,**

---

*Tanda Tangan dan Nama*  
*Tanggal (wajib diisi): / /*

---

*Tanda Tangan dan Nama*  
*Tanggal (wajib diisi): / /*

***Tanda tangan saksi diperlukan pada formulir Consent ini hanya bila***

- Peserta Penelitian memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan, tetapi tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- Wali dari peserta penelitian tidak dapat membaca/ tidak dapat bicara atau buta
- Komisi Etik secara spesifik mengharuskan tanda tangan saksi pada penelitian ini (misalnya untuk penelitian resiko tinggi dan atau prosedur penelitian invasive)

Catatan:

Saksi harus merupakan keluarga peserta penelitian, tidak boleh anggota tim penelitian.

**Saksi:**

Saya menyatakan bahwa informasi pada formulir penjelasan telah dijelaskan dengan benar dan dimengerti oleh peserta penelitian atau walinya dan persetujuan untuk menjadi peserta penelitian diberikan secara sukarela.

---



*Nama dan Tanda tangan saksi*

*Tanggal:     /     /*

*(Jika tidak diperlukan tanda tangan saksi, bagian tanda tangan saksi ini dibiarkan kosong)*

\* coret yang tidak perlu

**Lampiran 7 SOP Latihan Gym Ball**

	<p><b>POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR JURUSAN KEPERAWATAN</b></p> <p><b>STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL (SPO) LABORATORIUM KEPERAWATAN</b></p>	
<p><b>LATIHAN GYM BALL</b></p>		
<p>Pengertian</p>	<p>Sebuah terapi yang dilakukan oleh ibu hamil dengan duduk diatas bola berdiameter 65-75 cm, dengan berbagai gerakan seperti menggoyangkan pinggul. Latihan gym ball dilakukan selama 30 menit dengan gerakan minimal 20 kali.</p>	
<p>Tujuan</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Membantu mengurangi intensitas nyeri punggung bawah pada ibu hamil trimester III.</li> <li>2. Membuat otot-otot dan ligamentum rileks</li> </ol>	
<p>Indikasi</p>	<p>Klien yang mengalami nyeri punggung bawah dengan skala 1-6</p>	
<p>Kontra Indikasi</p>	<p>Klien dengan kehamilan ganda dan memiliki Riwayat trauma pada punggung</p>	
<p>Prosedur : Persiapan Alat</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gym ball</li> <li>2. Matras</li> </ol>	
<p>Pra Interaksi</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mengukur ntensitas nyeri klien.</li> <li>2. Menyiapkan alat-alat yang diperlukan.</li> <li>3. Mengatur posisi reponden</li> </ol>	
<p>Tahap Orientasi</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Beri salam dan perkenalan diri</li> <li>2. Identifikasi klien: tanyakan nama serta alamat</li> <li>3. Tanyakan kondisi atau keluhan klien.</li> <li>4. Jelaskan tujuan, prosedur, lama Tindakan dan hal yang perlu dilakukan pasien</li> <li>5. Berikan kesempatan klien untuk bertanya sebelum kegiatan dimulai</li> </ol>	
<p>Tahap Kerja</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan gerakan <i>bouncing</i> yaitu duduk diatas <i>Gym ball</i> sambil gerakan mantul-mantulkan, Saat melakukan gerakannya bisa sambil berpegangan dengan pasangan atau kursi dan meja. Gerakan dilakukan 1 putaran yaitu 20x</li> <li>2. Melakukan gerakan <i>pelvic rocking</i> yaitu duduk diatas</li> </ol>	

	<p><i>Gym ball</i> sambil melakukan gerakan putaran panggul di atas <i>Gym ball</i> 1 putaran 20x berputar dari sisi kanan dan bergantian sisi kiri panggul</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Melakukan gerakan Angka 8 yaitu duduk diatas <i>Gym ball</i> sambil melakukan gerakan dari depan kebelakang membentuk akan 8. Gerakan dilakukan 1 putaran 20x</li> <li>4. Melakukan gerakan <i>pelvic tilt</i> yaitu gerakan kedepan kebelakang kebelakang, dilakukan 20x</li> <li>5. Melakukan gerakan <i>side to side</i> yaitu Duduk diatas <i>Gym ball</i> sambil melakukan gerakan pinggul kesamping- kiri dan kanan dengan tangan diangkat keatas dengan 20 kali Gerakan</li> <li>6. Melakukan gerakan <i>Infinity</i> Seperti gerakan angka 8 tapi gerakan 8 terbalik dilakukan 20x</li> <li>7. Melakukan gerakan <i>hip circle</i>, yaitu Peluk bola, buka kaki dan lutut sejajar pinggul dan buat gerakan memutar dipinggul. Lakukan gerakan 20x</li> <li>8. Melakukan gerakan <i>cat and cow</i> Peluk bola, buka kaki dan lutut sejajar pinggul dan buat gerakan naik turun panggul dilakukan 20 kali</li> </ol>
Tahap Terminasi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Evaluasi hasil Latihan</li> <li>2. Berikan umpan balik</li> <li>3. Rapikan alat-alat.</li> </ol>

## Lampiran 8 Hasil Uji Statistik

### HASIL UJI STATISTIK DATA PENGARUH LATIHAN GYM BALL TERHADAP INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI KLINIK BUMI SEHAT

#### 1. Karakteristik Responden

		Statistics		
		Umur	Pekerjaan	Usia Kehamilan
		Responden	Responden	Responden
N	Valid	34	34	34
	Missing	0	0	0
Mean		26.79		
Std. Error of Mean		.585		
Median		26.60 <sup>a</sup>		
Mode		31		
Std. Deviation		3.409		
Variance		11.623		
Skewness		.055		
Std. Error of Skewness		.403		
Kurtosis		-1.312		
Std. Error of Kurtosis		.788		
Range		11		
Minimum		21		
Sum		911		
Percentiles	10	22.30 <sup>b</sup>		
	20	23.43		
	25	24.00		
	30	24.43		
	40	25.37		
	50	26.60		
	60	27.69		
	70	29.30		
	75	30.25		
	80	30.67		
	90	31.47		
	100	.		

a. Calculated from grouped data.

b. Percentiles are calculated from grouped data.

### Umur Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	21	1	2.9	2.9	2.9
	22	3	8.8	8.8	11.8
	23	3	8.8	8.8	20.6
	24	3	8.8	8.8	29.4
	25	5	14.7	14.7	44.1
	26	1	2.9	2.9	47.1
	27	4	11.8	11.8	58.8
	28	3	8.8	8.8	67.6
	29	1	2.9	2.9	70.6
	30	1	2.9	2.9	73.5
	31	7	20.6	20.6	94.1
	32	2	5.9	5.9	100.0
	Total	34	100.0	100.0	

### Pekerjaan Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	10	29.4	29.4	29.4
	Karyawan Swasta	10	29.4	29.4	58.8
	Wiraswasta	5	14.7	14.7	73.5
	PNS	9	26.5	26.5	100.0
	Total	34	100.0	100.0	

### Usia Kehamilan Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	22 MINGGU	1	2.9	2.9	2.9
	25 MINGGU	1	2.9	2.9	5.9
	26 MINGGU	3	8.8	8.8	14.7
	28 MINGGU	6	17.6	17.6	32.4
	29 MINGGU	1	2.9	2.9	35.3
	30 MINGGU	6	17.6	17.6	52.9
	31 MINGGU	3	8.8	8.8	61.8
	32 MINGGU	3	8.8	8.8	70.6

34 MINGGU	3	8.8	8.8	79.4
35 MINGGU	1	2.9	2.9	82.4
36 MINGGU	6	17.6	17.6	100.0
Total	34	100.0	100.0	

## 2. Intensitas Nyeri Masing-Masing Kelompok

### Pre Test Kelompok Perlakuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	10	58.8	58.8	58.8
	Berat	7	41.2	41.2	100.0
	Total	17	100.0	100.0	

### Post Test Kelompok Perlakuan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	13	76.5	76.5	76.5
	Sedang	4	23.5	23.5	100.0
	Total	17	100.0	100.0	

### Pre Test Kelompok Kontrol

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	9	52.9	52.9	52.9
	Berat	8	47.1	47.1	100.0
	Total	17	100.0	100.0	

### Post Test Kelompok Kontrol

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ringan	5	29.4	29.4	29.4
	Sedang	12	70.6	70.6	100.0
	Total	17	100.0	100.0	

## 3. Hasil uji Wilcoxon

### Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest_klp_kontrol - pretest_klp_kontrol	Negative Ranks	17 <sup>a</sup>	9.00	153.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	17		
posttest_klp_perlakuan - pretest_klp_perlakuan	Negative Ranks	17 <sup>d</sup>	9.00	153.00
	Positive Ranks	0 <sup>e</sup>	.00	.00
	Ties	0 <sup>f</sup>		
	Total	17		

- a. posttest\_klp\_kontrol < pretest\_klp\_kontrol
- b. posttest\_klp\_kontrol > pretest\_klp\_kontrol
- c. posttest\_klp\_kontrol = pretest\_klp\_kontrol
- d. posttest\_klp\_perlakuan < pretest\_klp\_perlakuan
- e. posttest\_klp\_perlakuan > pretest\_klp\_perlakuan
- f. posttest\_klp\_perlakuan = pretest\_klp\_perlakuan

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

	posttest_klp_kontrol - pretest_klp_kontrol	posttest_klp_perlakuan - pretest_klp_perlakuan
Z	-3.671 <sup>b</sup>	-3.660 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000	.000

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

## 4. Hasil Uji Beda

	Ranks			
	Kelompok Responden	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Intensitas Nyeri Punggung Setelah Intervensi	Perlakuan	17	12.71	216.00
	Kontrol	17	22.29	379.00
	Total	34		



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

Intensitas Nyeri

Punggung

Setelah

Intervensi

Mann-Whitney U	63.000
Wilcoxon W	216.000
Z	-2.857
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.004 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Kelompok Responden

b. Not corrected for ties.

## Lampiran 9 Dokumentasi Kegiatan Penelitian



## Lampiran 10 Surat-Surat



Nomor : PP.08.02/020/ 0623 /2023

Rabu, 29 Maret 2023

Lampiran :

Hal : Mohon ijin Penelitian

Yth :

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu  
Satu Pintu Kabupaten Gianyar

di-

Tempat

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir mahasiswa Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar tahun akademik 2022-2023, kami mohon perkenannya untuk memberikan ijin penelitian kepada mahasiswa kami atas nama :

Nama : Kadek Ena Ardiyanti  
Nim : P07120219075  
Judul penelitian : Pengaruh Latihan *Gym Ball* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Bumi Sehat  
Lokasi penelitian : Klinik Bumi Sehat  
Waktu penelitian : 1 – 30 April 2023

Atas perkenannya kami ucapkan terima kasih

Ketua Jurusan Keperawatan



Ners. I Made Sukarja, S.Kep, M.Kep

NIP : 196812311992031020



ඔස්සේ පළාත් පාලන ආයතන පාලකයාගේ කාර්යාලය  
**PEMERINTAH KABUPATEN GIANYAR**  
 ඔස්සේ පළාත් පාලන ආයතන පාලකයාගේ කාර්යාලය  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
 PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**



ඔස්සේ පළාත් පාලන ආයතන පාලකයාගේ කාර්යාලය  
 Jalan Ngurah Rai No.5-7- Telp.(0361), Kode Pos 80511, Telpn 944123

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN/REKOMENDASI**

NOMOR : 070/0889/IP/DPM PTSP/2023

I. Dasar

1. Keputusan Bupati Gianyar Nomor 608/E-13/HK/2020 Tentang Standar Pelayanan Penyelenggaraan Pelayanan Perizinan dan Non Perizinan Pada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Gianyar.
2. Surat dari Politeknik Kesehatan Denpasar, Nomor : PP.08.02/020/0623/2023, Tanggal 29 Maret 2023, Perihal Mohon Ijin Penelitian,
3. Surat permohonan yang bersangkutan nomor : 1374/DPMPSTSP/IP/2023 tanggal 31 Maret 2023.

II. Setelah Mempelajari dan meneliti rencana kegiatan yang diajukan, maka dipandang perlu memberikan Rekomendasi Kepada :

Nama : Kadek Ena Ardiyanti  
 Pekerjaan : Mahasiswi  
 Alamat : Br. Tunjuk Tengah, Desa Tunjuk, Tabanan, Bali  
 Judul Penelitian : Pengaruh Latihan Gym Ball Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bumi Sehat  
 Lokasi Penelitian : Klinik Bumi Sehat  
 Jumlah Peserta : 1 Orang  
 Lama Penelitian : 1 April 2023 s/d 30 April 2023

III. Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan memenuhi ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan kegiatan agar melaporkan kedatangannya kepada Camat setempat atau pejabat yang berwenang
2. Dilarang melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan judul kegiatan. Apabila melanggar ketentuan, maka Surat Keterangan/Rekomendasi akan dicabut dihentikan segala kegiatannya.
3. Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku, serta mengindahkan norma adat istiadat dan budaya setempat.
4. Apabila masa berlaku Surat Keterangan/Rekomendasi ini telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai, maka perpanjangan Surat Keterangan/Rekomendasi agar ditujukan kepada instansi pemohon.
5. Menyerahkan hasil kegiatan kepada Bupati Gianyar, melalui Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Gianyar
6. Apabila dikemudian hari ternyata terdapat kekeliruan dalam penerbitan Surat Keterangan/Rekomendasi ini maka akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

\$(result\_url\_qrcode)

Di Keluarkan di Gianyar  
 Pada Tanggal 3 April 2023  
 Plt. Kepala Dinas Penanaman Modal dan  
 Pelayanan Terpadu Satu Pintu  
 Kabupaten Gianyar



**I Dewa Gede Alit Mudiarta, SE., MM**  
 Pembina Utama Madya  
 NIP. 19650810 198503 1 005

Tembusan kepada Yth. :

1. Kepala UPTD Puskesmas Ubud I
2. Kepala DPM-PTSP Prov. Bali
3. Kepala Badan Kesbangpol Prov. Bali
4. Kepala Badan Kesbangpol Kab. Gianyar
5. Instansi Terkait di lingkungan Pemerintah Kabupaten Gianyar sesuai keperluan penelitian

Dokumen ini telah disahkan dengan tanda tangan elektronik yang tersertifikasi



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN**  
**SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**  
**POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR**  
**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)**



Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan  
Telp : (0361) 710447 Faximili : (0361) 710448  
Laman (website) : [www.poltekkes-denpasar.ac.id](http://www.poltekkes-denpasar.ac.id)

**PERSETUJUAN ETIK / ETHICAL APPROVAL**

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0376 /2023

Yang bertandatangan di bawah ini Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Denpasar, setelah dilaksanakan pembahasan dan penilaian, dengan ini memutuskan protokol penelitian yang berjudul :

Pengaruh Latihan Gym Ball Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bumi Sehat

yang mengikutsertakan manusia sebagai subyek penelitian, dengan Ketua Pelaksana/Peneliti Utama :

Kadek Ena Ardiyanti

**LAIK ETIK.** Persetujuan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan sampai dengan batas waktu pelaksanaan penelitian seperti tertera dalam protokol dengan masa maksimum selama 1 (satu) tahun

Pada akhir penelitian, peneliti menyerahkan laporan akhir kepada KEPK-Poltekkes Denpasar. Dalam pelaksanaan penelitian, jika ada perubahan dan/atau perpanjangan penelitian, harus mengajukan kembali permohonan kaji etik penelitian (amandemen protokol)

Denpasar, 2 Mei 2023

Ketua,



Dr. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**  
**BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN**  
**SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN**

POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR  
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)

Alamat : Jl. Sanitasi No 1 Sidakarya Denpasar Selatan

Telp : (0361) 710447 Faximili : (0361) 710448

Laman (website) : [www.poltekkes-denpasar.ac.id](http://www.poltekkes-denpasar.ac.id)



Lampiran Ethical Approval No : LB.02.03/EA/KEPK/ 0376 /2023

**SARAN REVIEWER**

Nama Peneliti	Judul	Saran Tindak lanjut	
		Reviewer 1	Reviewer 2
Kadek Ena Ardiyanti	Pengaruh Latihan Gym Ball Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III di Klinik Bumi Sehat	Dapat dilanjutkan	Perhatikan waktu kegiatan penelitian dengan dikeluarkannya persetujuan kaji etik. Berapa lama evaluasi hasil kegiatan dari intervensi? Bagaimana saudara memastikan bahwa intervensi yang saudara berikan yang mengurangi keluhan?

Denpasar, 2 Mei 2023

Ketua,



Dr. Ni Komang Yuni Rahyani, S.Si.T., M.Kes

## Lampiran 11 Bukti Penyelesaian Administrasi



**BUKTI PENYELESAIAN ADMINISTRASI**  
**SEBAGAI PERSYARATAN MENGIKUTI UJIAN SKRIPSI**  
**PRODI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN POLTEKES DENPASAR**

Nama Mahasiswa: Kadek Ena Ardiyanti  
 NIM : P07120219075

NO	JENIS	TGL	PENANGGUNG JAWAB	
			TANDA TANGAN	NAMA TERANG
1	Akademik	5/6/2023		Bunshih
2	Perpustakaan	5/6/2023		Dewo Triwijaya
3	Laboratorium	5/6/2023		Sunardi
4	HMJ	5/6/2023		Sunardi
5	Keuangan	5/6/2023		I.A Suabek
6	Administrasi umum/ perlengkapan	5/6/2023		I.A kt Alit

**Keterangan :**

Mahasiswa dapat mengikuti Ujian Skripsi jika seluruh persyaratan diatas terpenuhi.

Denpasar, 5 Juni 2023  
 Ketua Jurusan Keperawatan,

Ners. Made Sukarja, S.Kep. M.Kep.  
 NIP. 196812111992031020

## **Lampiran 12 Validasi Bimbingan Skripsi**



## Lampiran 13 Hasil Penilaian Plagiarisme Turnitin 15 Word

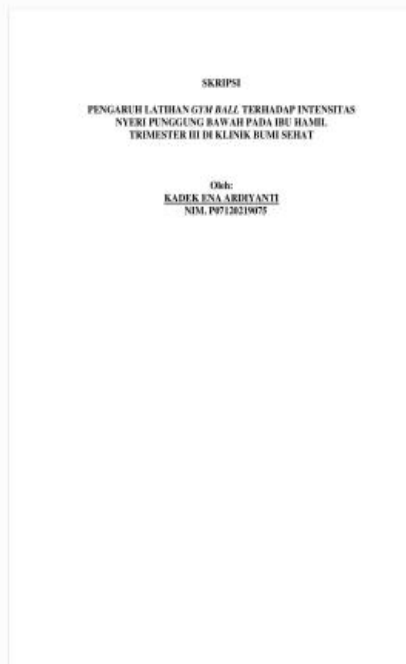


### Digital Receipt

This receipt acknowledges that Turnitin received your paper. Below you will find the receipt information regarding your submission.

The first page of your submissions is displayed below.

Submission author: Phalyakamalaputri@gmail.com Phalyakamalaputri@gmail.com  
Assignment title: NO REPOSITORY  
Submission title: TURNITIN\_SKRIPSI\_KADEK ENA ARDIYANTI  
File name: SKRIPSI\_KADEK\_ENA\_ARDIYANTI\_075.docx  
File size: 156.73K  
Page count: 50  
Word count: 8,992  
Character count: 56,595  
Submission date: 06-Jun-2023 02:39AM (UTC+1000)  
Submission ID: 2109626376



## TURNITIN\_SKRIPSI\_KADEK ENA ARDIYANTI

### ORIGINALITY REPORT

<b>23%</b>	<b>22%</b>	<b>12%</b>	<b>9%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

### PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>repository.poltekkes-denpasar.ac.id</b> Internet Source	<b>8%</b>
<b>2</b>	<b>repository.stikesrspadgs.ac.id</b> Internet Source	<b>3%</b>
<b>3</b>	<b>jurnal.akperdharmawacana.ac.id</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>4</b>	<b>ecampus.poltekkes-medan.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>www.scribd.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>jak.stikba.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan</b> Student Paper	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>www.researchgate.net</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>9</b>	<b>ejournal.stikesbuleleng.ac.id</b> Internet Source	<b>&lt;1%</b>

10	<a href="http://ejournal2.undip.ac.id">ejournal2.undip.ac.id</a> Internet Source	<1 %
11	<a href="http://nanopdf.com">nanopdf.com</a> Internet Source	<1 %
12	<a href="http://jurnal.fk.unand.ac.id">jurnal.fk.unand.ac.id</a> Internet Source	<1 %
13	<a href="http://akperinsada.ac.id">akperinsada.ac.id</a> Internet Source	<1 %
14	<a href="http://online-journal.unja.ac.id">online-journal.unja.ac.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="http://eprints.ums.ac.id">eprints.ums.ac.id</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://repository.unhas.ac.id">repository.unhas.ac.id</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="http://e-journal.uajy.ac.id">e-journal.uajy.ac.id</a> Internet Source	<1 %
18	<a href="http://e-perpus.unud.ac.id">e-perpus.unud.ac.id</a> Internet Source	<1 %
19	<a href="http://repository.itekes-bali.ac.id">repository.itekes-bali.ac.id</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://adoc.pub">adoc.pub</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="http://docobook.com">docobook.com</a> Internet Source	<1 %

22	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet Source	<1 %
23	repository.umy.ac.id Internet Source	<1 %
24	www.slideshare.net Internet Source	<1 %
25	repo.poltekkesbandung.ac.id Internet Source	<1 %
26	repository.unimugo.ac.id Internet Source	<1 %
27	archive.org Internet Source	<1 %
28	asepsulaemantea.wordpress.com Internet Source	<1 %
29	Submitted to Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang Student Paper	<1 %
30	stikespanakkukang.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes  On

Exclude matches  < 15 words

Exclude bibliography  On



## Data Skripsi Mahasiswa

N I M P07120219075  
 Nama Mahasiswa Kadek Ena Ardiantli  
 Info Akademik Fakultas : Jurusan Keperawatan - Jurusan Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan  
 + Profesi Ners  
 Semester : 8

Skripsi Bimbingan Jurnal Ilmiah Seminar Proposal Syarat Sidang

## Bimbingan

No	Dosen	Topik	Tanggal Bimbingan	Validasi Dosen
1	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan Judul Proposal Penelitian (ACC Judul, lanjut BAB I, perbanyak jurnal agar latar belakang kuat)	19 Jan 2023	✓
2	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB I (perbaiki margin, spasi dan penulisan kata, tambahkan hasil penelitian internasional, lanjut BAB II)	20 Jan 2023	✓
3	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB II dan III (perbaiki tata bahasa terutama pada pengulangan kata, sitasi, dan teori kehamilan fokuskan pada trimester III)	17 Feb 2023	✓
4	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB II dan III (perbaiki kerangka konsep, perbaiki manajemen nyeri, perbaiki Definisi Operasional)	28 Feb 2023	✓
5	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB III dan IV (perbaiki desain penelitian, perbaiki alur penelitian)	8 Mar 2023	✓
6	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan Proposal Penelitian (Perbaiki alat ukur, perbaiki skala data, tambahkan justice di Etika Penelitian, ACC)	10 Mar 2023	✓
7	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan Judul Proposal (judul di terima, lanjut BAB I)	23 Jan 2023	✓
8	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB I (perhatikan tata tulis sesuaikan dengan panduan, perbaiki sitasi, lanjut BAB II)	15 Feb 2023	✓
9	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB II dan BAB III (perbaiki sitasi, tambahkan teori mengenai pengklasifikasian intensitas nyeri menurut siapa)	20 Feb 2023	✓
10	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB III dan IV (perbaiki definisi operasional, perbaiki daftar pustaka gunakan harvard)	3 Mar 2023	✓
11	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB III dan IV (perbaiki skala data menjadi ordinal, tambahkan teori mengapa kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan)	9 Mar 2023	✓
12	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan Proposal Penelitian (ACC)	10 Mar 2023	✓
13	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perbaiki spasi di daftar isi, daftar tabel dan daftar gambar, perbaiki kata yg masih menggunakan bahasa proposal)	12 Mei 2023	✓
14	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (jelaskan upaya yg sudah dilakukan klinik di lokasi penelitian terkait judul, perbaiki kelemahan penelitian)	19 Mei 2023	✓
15	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perbaiki judul tabel, perbaiki tabel, pembahasan sesuaikan dengan tujuan khusus)	23 Mei 2023	✓
16	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perbaiki karakteristik gunakan narasi, perbaiki simpulan dan saran)	24 Mei 2023	✓
17	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perbaiki tabel tambahkan p-value, perbaiki saran)	26 Mei 2023	✓
18	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perhatikan jarak spasi, perbaiki lampiran)	29 Mei 2023	✓
19	197202191994012001 - Ns. NENGAH RUNIARI, S.Kp., M.Kep., SP.Mat.	Bimbingan Skripsi (ACC Ujian Skripsi)	30 Mei 2023	✓
20	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB V (perbaiki pembahasan, tambahkan opini peneliti)	15 Mei 2023	✓
21	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perhatikan tata tulis, perhatikan panduan)	16 Mei 2023	✓
22	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perbaiki pembahasan sesuaikan dengan tujuan khusus)	18 Mei 2023	✓
23	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perbaiki kelemahan penelitian, lihat dari instrumen dan metode)	22 Mei 2023	✓
24	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan BAB V dan BAB VI (perhatikan kesimpulan, sesuaikan dengan tujuan khusus, perbaiki saran)	25 Mei 2023	✓
25	196005151982121001 - I DEWA MADE RUSPAWAN, S.Kp., M.Biomed.	Bimbingan Skripsi (Acc ujian skripsi)	6 Jun 2023	✓

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI REPOSITORY

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kadek Ena Ardiyanti  
NIM : P07120219075  
Program Studi : Sarjana Terapan  
Jurusan : Keperawatan  
Tahun Akademik : 2023  
Alamat : Br. Tunjuk Tengah, Desa Tunjuk, Tabanan  
Nomor HP/Email : 081353259082/enaadynt@gmail.com

Dengan ini menyerahkan skripsi berupa tugas akhir dengan judul:

Pengaruh Latihan *Gym Ball* Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester III

1. Dan menyetujuinya menjadi hak milik Poltekkes Kemenkes Denpasar serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif untuk disimpan, dialih mediakan, dikelola dalam pangkalan data dan publikasinya di internet atau di media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.
2. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam skripsi ini, maka segala tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung pribadi tanpa melibatkan pihak Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Dengan surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 14 Juli 2023

Yang menyatakan,



Kadek Ena Ardiyanti  
NIM P07120219075