

Lampiran 2

REALISASI ANGGARAN PENELITIAN

No.	Kegiatan	Biaya (Rp)
	Tahap Persiapan	
1.	Pengajuan judul dan studi pendahuluan	100.000,00
	Penyusunan usulan skripsi, pengetikan, dan penggandaan	300.000,00
	Transportasi	300.000,00
	Seminar usulan skripsi	350.000,00
	Perbaikan usulan skripsi	300.000,00
	Tahap Pelaksanaan	
2.	Pengurusan Izin Penelitian	100.000,00
	Pengadaan instrument pengumpulan data	250.000,00
	Bentuk penghargaan pada responden	5.00.000,00
	Jasa Operasional	250.000,00
	Pengumpulan data	400.000,00
	Transportasi	150.000,00
	Pengolahan data	300.000,00
	Analisa Data	200.000,00
	Tahap Pengakhiran Publikasi	
3.	Menyusun skripsi, pengetikan, dan penggandaan	600.000,00
	Seminar hasil penelitian	350.000,00
	Perbaikan skripsi	200.000,00
Jumlah		4.400.000,00

PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN

(INFORMED CONSENT)

SEBAGAI PESERTA PENELITIAN

Yang terhormat Ibu/Saudara, 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 Kombinasi Terapi Akupresur Titik <i>Bladder 23</i> dengan <i>Soft Form A Prenatal Gentle</i> Yoga Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III
Peneliti Utama	Ni Kadek Ayu Diantari Lestari
Institusi	Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Kebidanan
Lokasi Penelitian	Griya Kamini Gianyar
Sumber pendanaan	Swadana

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga pada Ibu Hamil Trimester III di Griya Kamini Gianyar. Jumlah peserta sebanyak 16 orang pada responden yang akan diberikan intervensi kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga dengan syaratnya yaitu usia ibu 20-35 tahun, usia kehamilan 28–38 minggu, riwayat persalinan kurang dari empat, belum pernah melakukan terapi akupresur dan *prenatal gentle* yoga, responden tidak memiliki pekerjaan yang membutuhkan aktifitas fisik berat (buruh, petani dan kuli panggul), tidak pernah mengalami nyeri punggung akibat penyakit, dan responden bersedia menandatangani *informed concent* serta mengikuti protokol kesehatan Covid-19 selama penelitian.

Responden tidak diikutsertakan dalam penelitian ini apabila tidak datang pada saat intervensi selanjutnya atau sedang bersalin (inpartu) selama penelitian,

mengalami nyeri punggung akibat penyakit, kelainan kongenital atau trauma, mengalami komplikasi kehamilan atau penyakit penyerta kehamilan (hyperemesis gravidarum, kehamilan ganda, sesak nafas, tekanan darah tinggi, nyeri pubis dan dada, mola hidatidosa, perdarahan pada kehamilan, kelainan jantung dan PEB (preeklampsia berat), riwayat serviks inkompeten (mulut rahim lemah), setiap kondisi medis atau kehamilan lainnya yang berhubungan atau kondisi medis pra-kehamilan atau cedera.

Tingkat nyeri punggung bawah peserta akan diukur menggunakan kuesioner pengukuran intensitas nyeri sebelum melakukan gerakan kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga. Selanjutnya akan dilaksanakan kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga satu minggu dua kali dengan durasi 60 menit selama dua minggu. Pada minggu kedua akan dilakukan kembali pengukuran tingkat nyeri punggung bawah setelah dilakukan kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga menggunakan kuesioner pengukuran intensitas nyeri yang sama. Kepesertaan dalam penelitian dapat memberi gambaran informasi yang lebih banyak tentang kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga. Serta dapat menambah wawasan ibu hamil tentang cara mengatasi keluhan yang sering dialami ibu hamil trimester III seperti nyeri punggung bawah dengan melakukan kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga sehingga ibu hamil dapat menjalani kehamilannya dengan rasa nyaman. Pada awal melakukan kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga mungkin akan menimbulkan rasa lelah. Namun hal tersebut wajar dirasakan peserta dan tidak menimbulkan risiko.

Atas kesedian berpartisipasi dalam penelitian ini maka akan diberikan imbalan sebagai pengganti waktu yang diluangkan untuk penelitian ini. Kompensasi imbalan yang diberikan yaitu peneliti akan menanggung biaya pelaksanaan kombinasi terapi akupresur titik *bladder 23* dengan *soft form a prenatal gentle* yoga di Griya Kamini yang diberikan selama menjadi peserta penelitian ini. Peneliti menjamin kerahasiaan semua data peserta dalam penelitian

ini dengan menyimpannya dengan baik dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Kepesertaan Ibu/Saudara pada penelitian ini bersifat sukarela. Ibu/Saudara dapat menolak untuk menjawab pertanyaan yang diajukan pada penelitian atau menghentikan kepesertaan dari penelitian kapan saja tanpa ada sanksi. Keputusan Ibu/Saudara untuk berhenti sebagai peserta penelitian tidak akan mempengaruhi mutu dan akses/ kelanjutan pengobatan yang akan diberikan.

Jika setuju untuk menjadi peserta penelitian ini, Ibu/Saudara diminta untuk menandatangani formulir 'Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*) Sebagai Peserta Penelitian setelah Ibu/Saudara benar-benar memahami tentang penelitian ini. Ibu/Saudara akan diberi Salinan persetujuan yang sudah ditandatangani ini.

Bila selama berlangsungnya penelitian terdapat perkembangan baru yang dapat mempengaruhi keputusan Ibu/Saudara untuk kelanjutan kepesertaan dalam penelitian, peneliti akan menyampaikan hal ini kepada Ibu/Saudara.

Bila ada pertanyaan yang perlu disampaikan kepada peneliti, silakan hubungi peneliti: **Ni Kadek Ayu Diantari Lestari dengan nomor Hp 087810037867**

Tanda tangan Ibu/Saudara dibawah ini menunjukkan bahwa Ibu/Saudara telah membaca, telah memahami dan telah mendapat kesempatan untuk bertanya kepada peneliti tentang penelitian ini dan **menyetujui untuk menjadi peserta penelitian.**

Peserta/ Subyek Penelitian

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal :

Peneliti

Tanda Tangan dan Nama

Tanggal

Lampiran 4

FORMAT PENGUMPULAN DATA

(PRE TEST)

Judul : Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur Titik *Bladder 23* dengan *Soft Form A Prenatal Gentle* Yoga Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di Griya Kamini

Tanggal Penelitian :

No. Kode Responden :

Nama Responden :

Umur :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Kehamilan Ke :

Usia Kehamilan :

A. Intensitas Nyeri Sebelum diberikan Kombinasi Terapi Akupresur Titik *Bladder 23* dengan *Soft Form A Prenatal Gentle* Yoga

Lingkari pada angka mana tingkat nyeri yang saudara rasakan saat ini :

0. Tidak ada nyeri
1. Nyeri hampir tak terasa (sangat ringan)
2. Tidak menyenangkan (nyeri ringan)
3. Bisa ditoleransi (nyeri sangat terasa)
4. Menyedihkan (kuat dan nyeri yang dalam)
5. Sangat menyedihkan (kuat, dalam dan nyeri yang menusuk)

6. Intens (kuat, dalam dan nyeri yang menusuk hingga mempengaruhi beberapa indra)
7. Sangat intens (rasa nyeri lebih mendominasi hingga tidak dapat berkomunikasi dengan baik)
8. Benar-benar mengerikan (nyeri sangat hebat hingga tidak dapat berfikir jernih)
9. Menyiksa dan tidak tertahankan (nyeri sangat kuat hingga tidak bisa ditoleransi)
10. Nyeri tidak terbayangkan dan tidak dapat diungkapkan (nyeri sangat kuat hingga tidak sadarkan diri).

Lampiran 5

FORMAT PENGUMPULAN DATA

(POST TEST)

Judul : Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur Titik *Bladder 23* dengan *Soft Form A Prenatal Gentle* Yoga Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah pada Ibu Hamil Trimester III di Griya Kamini

Tanggal Penelitian :

No. Kode Responden :

Nama Responden :

Umur :

Pendidikan :

Pekerjaan :

Kehamilan Ke :

Usia Kehamilan :

A. Intensitas Nyeri Setelah diberikan Kombinasi Terapi Akupresur Titik *Bladder 23* dengan *Soft Form A Prenatal Gentle* Yoga

Lingkari pada angka mana tingkat nyeri yang saudara rasakan saat ini :

0. Tidak ada nyeri
1. Nyeri hampir tak terasa (sangat ringan)
2. Tidak menyenangkan (nyeri ringan)
3. Bisa ditoleransi (nyeri sangat terasa)
4. Menyedihkan (kuat dan nyeri yang dalam)
5. Sangat menyedihkan (kuat, dalam dan nyeri yang menusuk)

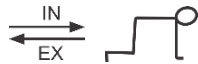
6. Intens (kuat, dalam dan nyeri yang menusuk hingga mempengaruhi beberapa indra)
7. Sangat intens (rasa nyeri lebih mendominasi hingga tidak dapat berkomunikasi dengan baik)
8. Benar-benar mengerikan (nyeri sangat hebat hingga tidak dapat berfikir jernih)
9. Menyiksa dan tidak tertahankan (nyeri sangat kuat hingga tidak bisa ditoleransi)
10. Nyeri tidak terbayangkan dan tidak dapat diungkapkan (nyeri sangat kuat hingga tidak sadarkan diri).

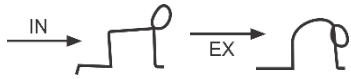
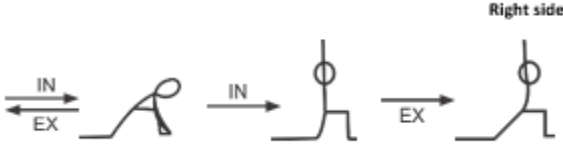

Lampiran 6

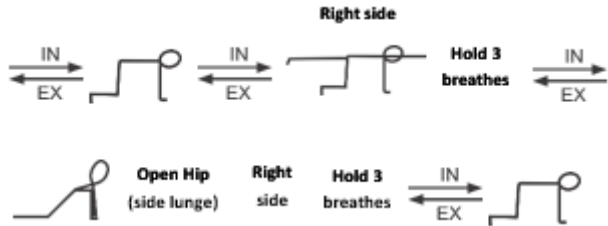
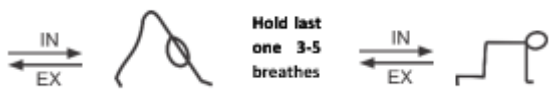
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR

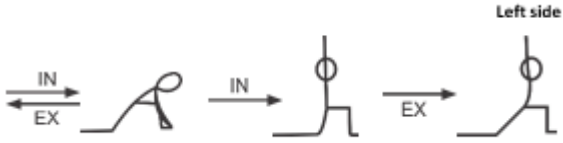
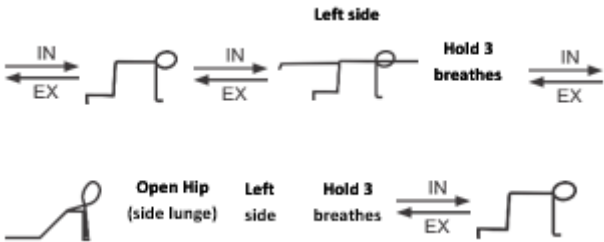
Kombinasi Terapi Akupresur Titik *Bladder 23* dengan *Soft Form A Prenatal Gentle Yoga*

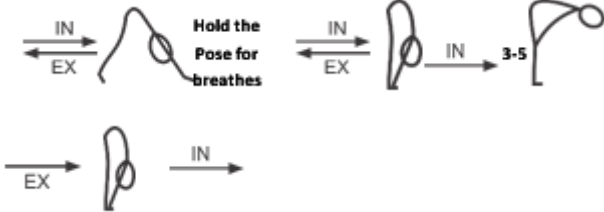
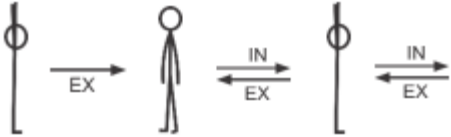
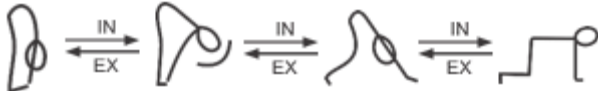
NO.	KEGIATAN
TAHAP PERSIAPAN	
1.	Memberikan salam
2.	Melakukan doa bersama dipandu oleh praktisi yoga
3.	Melakukan perkenalan diri antar praktisi yoga beserta peserta ibu hamil.
4.	Menjelaskan tujuan, manfaat pelaksanaan, prosedur dan lamanya pelaksanaan serta memberikan kesempatan peserta untuk bertanya.
5.	Menjelaskan aturan pelaksanaan yaitu ibu hamil melakukan gerakan sesuai kemampuan masing-masing dan tidak dipaksakan, ibu hamil dapat beristirahat serta minum air mineral bila merasa lelah ditengah pelaksanaan intervensi.
6.	Melakukan pemeriksaan pada ibu hamil untuk memastikan kondisi kehamilan sehat sebelum memulai gerakan dengan melakukan pemeriksaan: <ul style="list-style-type: none">– Tekanan darah– Palpasi– Denyut Jantung Janin (DJJ)– Suhu
7.	Menyiapkan alat-alat dan bahan serta ruangan yang sudah didesinfektan sebagai media pelaksanaan kombinasi terapi akupresur titik <i>bladder 23</i>

	<p>dengan <i>soft form a prenatal gentle</i> yoga, yaitu:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Matras yoga – Balok yoga – Minyak VCO <p>Persiapan ibu:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Ibu sudah makan minimal 2 jam yang lalu – Ibu menggunakan masker atau <i>face shield</i>
8.	<p>Ibu hamil mengambil posisi dengan memperhatikan protokol kesehatan seperti:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Duduk diatas matras dan menjaga jarak minimal 2 meter dengan peserta yoga ibu hamil lainnya – Menanyakan kesiapan ibu hamil
TAHAP PELAKSANAAN	
9.	<p>Melakukan latihan pernafasan (pranayama) yang disesuaikan dengan kebutuhan ibu hamil seperti teknik pernafasan perut (<i>belly breathing</i>). Latihan pernafasan dilakukan selama 5 menit.</p>
10.	<p>Selanjutnya gerakan pemanasan dilakukan selama 5 menit untuk mengaktifkan otot-otot tubuh.</p>
11.	<p>Dilanjutkan gerakan inti <i>soft form a prenatal gentle</i> yoga dimulai dari posisi <i>Table pose (All fours)</i>. Dilakukan dengan membuka tangan selebar bahu, pastikan telapak tangan di bawah bahu. Buka kaki selebar pinggul, pastikan lutut tepat di bawah pinggul.</p> <div style="text-align: center;">  </div>
12.	<p>Kemudian <i>Cat cow pose (Bilikasana)</i>, gerakan ini dilakukan dengan</p>

	<p>menarik nafas dalam (Inhale) sambil panjangkan tulang belakang, buka dada, pandangan lihat keatas kemudian keluarkan nafas perlahan (Exhale) sambil lengkungkan punggung, pandangan lihat ke arah pusar masukkan tulang ekor. Lakukan pengulangan sebanyak 3 kali siklus nafas.</p> 
13.	<p>Selanjutnya lakukan <i>Anjeneyasana / Lunge pose</i>, gerakan ini dilakukan dengan Inhale, letakkan balok tepat di atas jari telunjuk kemudian Exhale. Lalu Inhale sambil langkahkan kaki kanan, pastikan telapak kaki kanan tepat disamping balok kemudian Exhale. Inhale sambil angkat badan dan kedua tangan kearah langit langit, panjangkan sisi kanan dan kiri tubuh (<i>Urdhva Hastasana Action</i>), masukkan tulang ekor. Kemudian Exhale, tekuk lutut kaki kanan, pastikan lutut tepat diatas tumit.</p> 
14.	<p>Gerakan selanjutnya <i>Balasana / child pose</i>, gerakan ini dilakukan dengan Inhale sambil bawa kaki kanan kebelakang, masuk ke dalam posisi Table, lalu buka kedua lutut selebar matras, letakkan tulang duduk di atas tumit. Exhale, langkahkan tangan kedepan, panjangkan tulang belakang, pandangan ke matras lalu rileks, masuk dalam pose Adho Mukha Virasana (tahan hingga 3 siklus nafas).</p> 

15.	<p>Kemudian gerakan <i>Balancing open hips</i>, gerakan ini dilakukan dengan Inhale, kembali ke pose Table lalu Exhale. Inhale sambil luruskan kaki kanan kebelakang, jejakkan kaki di matras lalu angkat kaki kanan lurus ke belakang dengan kaki aktif, ketika seimbang angkat tangan kiri kedepan, pastikan pinggul sejajar, tahan hingga 3 siklus nafas. Exhale, buka kaki kanan, lurus ke samping kanan, pastikan jempol kaki sejajar dengan lutut kaki kiri.</p>  <p>The diagram illustrates the sequence for Balancing Open Hips. It starts with a stick figure in a Table pose (all fours). An arrow labeled 'IN' points right, and an arrow labeled 'EX' points left. The figure then moves to a side lunge position with the right leg forward and the left leg back. A second 'IN/EX' arrow pair is shown. The figure then transitions to a standing position with the right leg forward and the left leg back, labeled 'Right side'. A 'Hold 3 breathes' instruction is shown. A final 'IN/EX' arrow pair is shown. Below this, the figure is shown in a side lunge with the right leg forward, labeled 'Open Hip (side lunge)'. A 'Right side' label is present. A 'Hold 3 breathes' instruction is shown. A final 'IN/EX' arrow pair is shown.</p>
16.	<p>Dilanjutkan dengan gerakan <i>Adho mukha svanasana / Downward facing dog pose</i>, gerakan ini dilakukan dengan Inhale sambil jejakkan kedua kaki. Exhale, angkat kedua lutut, bawa tulang ekor ke arah langit langit, panjangkan tulang belakang, tahan hingga 3 siklus nafas. Exhale, kembali ke posisi Table.</p>  <p>The diagram illustrates the sequence for Adho Mukha Svanasana. It starts with a stick figure in a Table pose (all fours). An arrow labeled 'IN' points right, and an arrow labeled 'EX' points left. The figure then moves to a downward-facing dog position. A 'Hold last one 3-5 breathes' instruction is shown. A final 'IN/EX' arrow pair is shown, leading back to the Table pose.</p>
17.	<p>Kemudian gerakan <i>Anjeneyasana</i>, gerakan ini dilakukan dengan Inhale, letakkan balok tepat di atas jari telunjuk kemudian Exhale. Inhale, langkahkan kaki kiri, pastikan telapak kaki kiri tepat disamping balok lalu Exhale. Inhale, angkat badan dan kedua tangan ke arah langit langit, panjangkan sisi kanan dan kiri tubuh (<i>Urdhva Hastasana Action</i>), masukkan tulang ekor. Exhale, tekuk lutut kaki kanan, pastikan lutut tepat</p>

	<p>di atas tumit.</p> 
18.	<p>Kemudian gerakan Balancing Open Hips, gerakan ini dilakukan dengan Inhale, kembali ke posisi Table lalu Exhale. Inhale, luruskan kaki ke belakang, jejakkan kaki di matras lalu angkat kaki kiri lurus ke belakang dengan kaki aktif, ketika seimbang angkat tangan kanan ke depan, pastikan pinggul sejajar, tahan hingga 3 siklus nafas. Exhale, buka kaki kanan lurus ke samping kiri, pastikan jempol kaki sejajar dengan lutut kaki kanan. Inhale, panjangkan tulang belakang, buka kaki kanan ke kanan 90 derajat. Exhale, tekuk kaki kiri, bawa geser seluruh badan ke arah kiri, pastikan lutut kaki kiri ke arah langit-langit. Exhale, kembali ke posisi Table.</p> 
19.	<p>Lalu gerakan Adho Mukha Svanasana Standing Forward Bend, gerakan ini dilakukan dengan Inhale, jejakkan kaki lalu Exhale sambil angkat kedua lutut, bawa tulang ekor ke arah langit-langit, panjangkan tulang belakang, tahan hingga 3 siklus nafas. Inhale, buka kaki selebar matras, kedua lutut ditekuk sedikit lalu bawa badan melangkah mundur, letakkan kedua tangan, di depan jemari kaki, <i>Uttanasana</i>. Inhale, pandangan lihat ke</p>

	<p>depan, tangan kanan di paha kanan, tangan kiri di paha kiri lalu Exhale.</p> 
20.	<p>Selanjutnya posisi Standing, dilakukan dengan Inhale, berdiri tegak kedua tangan ke arah langit langit <i>tadasana urdhva hastasana</i>. Exhale <i>tadasana</i>. Inhale <i>tadasana urdhva hastasana</i>.</p> 
21.	<p>Kemudian gerakan inti <i>soft form a prenatal gentle</i> yoga terakhir yaitu Kneeling, gerakan ini dilakukan dengan Exhale sambil <i>uttanasana</i> lipat tubuh anda ke depan. Inhale, pandangan lihat ke depan, langkahkan tangan ke depan. Exhale <i>Adho Mukha Svanasana</i>. Inhale, panjangkan tulang belakang. Exhale, <i>table pose</i> kembali.</p> 
22.	<p>Ibu dapat duduk dengan rileks dengan meluruskan kedua kaki sambil beristirahat selama 2 menit. Kedua tangan ibu sambil berada pada perut ibu dan merasakan gerakan janin.</p>
23.	<p>Praktisi prenatal yoga dan akupresur mempersiapkan diri sebelum memberikan terapi akupresur yaitu dengan mencuci tangan.</p>
24.	<p>Kemudian dengan posisi ibu duduk rileks badan tegak, praktisi yoga dan</p>

	akupresur melakukan terapi akupresur titik <i>bladder 23</i> pada ibu hamil.
25.	Praktisi yoga menentukan daerah meridian atau titik akupresur pada titik <i>bladder 23</i> .
26.	Praktisi yoga mengoleskan minyak VCO pada titik akupresur kemudian melakukan penekanan menggunakan jari tangan 1,5 <i>cun</i> pada titik <i>bladder 23</i> . Penekanan dilakukan selama dua detik sebanyak 30 kali penekanan secara gentle.
TAHAP AKHIR	
27.	Menjelaskan pada peserta bahwa terapi telah selesai dilakukan dan mengkaji respon peserta setelah diberikan intervensi kombinasi terapi akupresur titik <i>bladder 23</i> dengan <i>soft form a prenatal gentle</i> yoga.
28.	Setelah ibu merasa rileks kemudian perlahan ibu dapat duduk dengan tegap dan berdoa bersama setelah selesai melakukan kombinasi terapi akupresur titik <i>bladder 23</i> dengan <i>soft form a prenatal gentle</i> yoga.

Lampiran 7

A. Hasil Analisis Univariat

		Statistics				
		Umur	Pendidikan	Pekerjaan	Usia Kehamilan	Paritas
N	Valid	16	16	16	16	16
	Missing	0	0	0	0	0

Umur Responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-25	3	18.8	18.8	18.8
	26-30	10	62.5	62.5	81.3
	30-35	3	18.8	18.8	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Pendidikan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SMA	4	25.0	25.0	25.0
	Perguruan Tinggi	12	75.0	75.0	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bekerja	11	68.8	68.8	68.8
	Tidak bekerja	5	31.3	31.3	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Usia Kehamilan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	28-33 minggu	9	56.3	56.3	56.3
	34-38 minggu	7	43.8	43.8	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

Statistics

		Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi
N	Valid	16	16
	Missing	0	0

Sebelum Intervensi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	4	25.0	25.0	25.0
	4	7	43.8	43.8	68.8
	5	2	12.5	12.5	81.3
	6	3	18.8	18.8	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

		Sesudah Intervensi			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	5	31.3	31.3	31.3
	1	9	56.3	56.3	87.5
	2	2	12.5	12.5	100.0
	Total	16	100.0	100.0	

		Statistics	
		Sebelum Intervensi	Setelah Intervensi
N	Valid	16	16
	Missing	0	0
Mean		4.2500	.8125
Median		4.0000	1.0000
Mode		4.00	1.00
Std. Deviation		1.06458	.65511
Minimum		3.00	.00
Maximum		6.00	2.00

B. Uji Normalitas Data *PRE* dan *POST TEST*

Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Sebelum Intervensi	16	100.0%	0	0.0%	16	100.0%
Setelah Intervensi	16	100.0%	0	0.0%	16	100.0%

Descriptives

		Statistic	Std. Error	
Sebelum Intervensi	Mean	4.2500	.26615	
	95% Confidence Interval for Mean			
	Lower Bound		3.6827	
	Upper Bound		4.8173	
	5% Trimmed Mean		4.2222	
	Median		4.0000	
	Variance		1.133	
	Std. Deviation		1.06458	
	Minimum		3.00	
	Maximum		6.00	
	Range		3.00	
	Interquartile Range		1.75	
	Skewness		.568	.564
Kurtosis		-.718	1.091	
Setelah Intervensi	Mean	.8125	.16378	
	95% Confidence Interval for Mean			
	Lower Bound		.4634	
	Upper Bound		1.1616	
	5% Trimmed Mean		.7917	
	Median		1.0000	
	Variance		.429	
	Std. Deviation		.65511	
	Minimum		.00	
	Maximum		2.00	
	Range		2.00	
	Interquartile Range		1.00	
	Skewness		.197	.564
Kurtosis		-.373	1.091	

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sebelum_Intervensi	.280	16	.002	.846	16	.012
Setelah_Intervensi	.300	16	.000	.794	16	.002

a. Lilliefors Significance Correction

C. Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Setelah_Intervensi - Sebelum_Intervensi	Negative Ranks	16 ^a	8.50	136.00
	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	16		

a. Setelah_Intervensi < Sebelum_Intervensi

b. Setelah_Intervensi > Sebelum_Intervensi

c. Setelah_Intervensi = Sebelum_Intervensi

Test Statistics^a

		Setelah_Intervensi - Sebelum_Intervensi
Z		-3.621 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Lampiran 8



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



PERSETUJUAN ETIK / ETHICAL APPROVAL

Nomor : LB.02.03/EA/KEPK/ 0293 /2022

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 Kombinasi Terapi Akupresur Titik Bladder 23 dengan Soft Form A Prenatal Gentle Yoga Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah

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

Ni Kadek Ayu Diantari Lestari

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, 28 April 2022

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



Lampiran Ethical Approval No : LB.02.03/EA/KEPK/ 0293 /2022

SARAN REVIEWER

Nama Peneliti	Judul	Saran Tindak lanjut	
		Reviewer 1	Reviewer 2
Ni Kadek Ayu Diantari Lestari	Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur Titik Bladder 23 dengan Soft Form A Prenatal Gentle Yoga Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah	Penelitian dapat dilanjutkan, perhatikan komunikasi dan respon responden saat melakukan akupresure	-

Denpasar, 28 April 2022



Ketua,

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

SURAT KETERANGAN PENELITIAN



PEMERINTAH KABUPATEN GIANYAR
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan Ngurah Rai No. 5-7 Telp (0361) 942230
Website : <https://dpmptsp.gianyarkab.go.id> email : dpmptsp@gianyarkab.go.id
instagram @dpmptsp_gianyar
GIANYAR



SURAT KETERANGAN PENELITIAN/REKOMENDASI

NOMOR : 070/0284/IP/DPM PTSP/2022

- 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 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Nomor : PP.04.03/024/0700/2022, Tanggal 14 April 2022, Perihal Surat Izin Penelitian/Rekomendasi Penelitian,
 3. Surat permohonan yang bersangkutan nomor : 0608/DPMPPTSP/IP/2022 tanggal 27 April 2022.
- II. Setelah Mempelajari dan meneliti rencana kegiatan yang diajukan, maka dipandang perlu memberikan Rekomendasi Kepada :
- Nama : Ni Kadek Ayu Diantari Lestari
Pekerjaan : Mahasiswa
Alamat : Br. Dinas Lebu Anyar, Desa Lokasari, Sidemen, Karangasem
Judul Penelitian : Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur Titik Bladder 23 dengan Soft Form A Prenatal Gentle Yoga terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah
Lokasi Penelitian : Griya Kamini Gianyar
Jumlah Peserta : 1 Orang
Lama Penelitian : 22 April 2022 s/d 31 Mei 2022
- 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.



Di Keluarkan di Gianyar
Pada Tanggal 28 April 2022
Kepala Dinas Penanaman Modal dan
Pelayanan Terpadu Satu Pintu
Kabupaten Gianyar

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

Tembusan kepada Yth. :

1. Lurah Gianyar
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

GRIYA KAMINI
PUTU SRI WIDI ANTARI, S.Tr.Keb
Jalan Apel, No. 1, Candi Baru, Blahbatuh Gianyar, Bali 80581
Telp. 0361 945739

SURAT KETERANGAN

Nomor: VI / V / GK / 2022

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Putu Sri Widi Antari, S.Tr.Keb
Jabatan : Pemilik Griya Kamini
Alamat : Jl. Apel No 1, Candi Baru, Blahbatuh, Gianyar, Bali

Dengan ini menerangkan bahwa Mahasiswa Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes

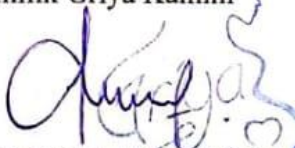

Denpasar dibawah ini:

Nama : Ni Kadek Ayu Diantari Lestari
NIM : P07124218002
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Telah melakukan penelitian di Griya Kamini Gianyar dari April-Mei dengan judul "Pengaruh Kombinasi Terapi Akupresur Titik *Bladder 23* dengan *Soft Form A Prenatal Gentle* Yoga Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III" di Jl. Apel No 1, Candi Baru, Blahbatuh Gianyar, Bali.

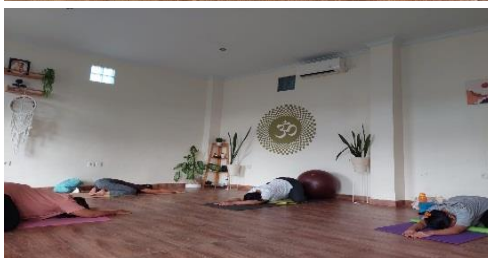
Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 06 Mei 2022
Pemilik Griya Kamini


Putu Sri Widi Antari, S.Tr.Keb


Lampiran 11

DOKUMENTASI PENELITIAN



MASTER TABEL

No Responden	Umur	Pendidikan	Pekerjaan	Paritas	Usia Kehamilan	Intensitas Nyeri Sebelum Intervensi	Intensitas Nyeri Sesudah Intervensi
1	2	1	2	2	1	5	0
2	2	1	2	2	2	4	1
3	2	2	1	2	2	4	1
4	2	1	1	2	1	6	1
5	2	2	1	1	1	3	0
6	1	2	2	1	2	5	1
7	3	2	1	2	1	3	0
8	2	2	1	1	2	4	1
9	1	2	1	1	1	3	0
10	3	2	1	2	2	6	1
11	2	2	1	1	2	3	0
12	2	2	2	2	1	4	2
13	1	2	1	1	1	4	1
14	2	1	2	1	1	4	1
15	2	2	1	1	2	6	2
16	3	2	1	1	1	4	1