

LAMPIRAN

Lampiran 1

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG**

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

IZIN LOKASI PENGAMBILAN STUDI KASUS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Komariah, S.ST
Alamat : Branti, Lampung Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

Nama : Ari Puji Pangestuti
NIM : 1715401050
Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Telah mengambil studi kasus kebidanan di PMB Komariah, SSt. sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan ahli madya kebidanan pada Program Studi DIII Kebidanan Tanjungpurang Politeknik Kesehatan Tanjungpurang.

Lampung Selatan, Februari 2020



Komariah, S.ST

Lampiran 2

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPURANG
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPURANG**

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERMINTAAN MENJADI SUBYEK

Yang bertanda tangan di bawah ini:

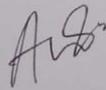
Nama : Ny. Sunarti
Umur : 33 tahun
Alamat : Branti, Lampung Selatan

Menyatakan bahwa saya bersedia untuk menjadi pasien dalam asuhan kebidanan kehamilan dengan *pelvic rocking* untuk mengurangi nyeri pinggang untuk menyelesaikan laporan tugas akhir. Asuhan akan diberikan oleh mahasiswa yang bersangkutan yaitu:

Nama : Ari Puji Pangestuti
NIM : 1715401050
Tingkat/Semester : III (Tiga)/VI (Enam)

Lampung Selatan, Febuari 2020

Mahasiswa,



Ari Puji Pangestuti

Klien,



Sunarti



Lampiran 3

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNGPUR
PRODI D III KEBIDANAN TANJUNGPUR

Jl. Soekarno-Hatta No.1, Hajimena, Bandar Lampung

LEMBAR PERSETUJUAN (INFORMED CONSENT)

Yang bertanda tangan di bawah ini:

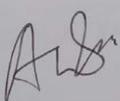
Nama : Tn. feriyanto
Umur : 32 tahun
Alamat : Branti, Lampung Selatan

Selaku (SUAMI/KELUARGA/KLIEN)* telah mendapat penjelasan, memahami dan ikut menyetujui terhadap asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan Penanganan nyeri pinggang dengan *pelvic rocking*. Terhadap ISTRI/KELUARGA/YANG BERSANGKUTAN)*:

Nama : Ny. Sunarti
Umur : 33 tahun
Alamat : Branti, Lampung Selatan

Lampung Selatan, Febuari 2020

Mahasiswa,


Ari Puji Pangestuti

Klien,


Sunarti

Suami/Keluarga,


Feriyanto

Menyetujui,
Pembimbing Lapangan.



PROSEDUR PELAKSANAAN
PELVIC ROCKING EXERCISES
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

	<i>PELVIC ROCKING EXERCISES</i>		
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR			
PENGERTIAN	<i>Pelvic rocking exercises</i> atau disebut sebagai goyang panggul merupakan salah satu latihan dengan menggoyangkan panggul kearah kiri, kanan, depan maupun belakang bisa juga dengan gerakan memutar panggul.		
TUJUAN	Melakukan latihan <i>Pelvic rocking exercises</i> pada ibu hamil sebagai salah satu penanganan untuk mengurangi nyeri pinggang.		
KEBIJAKAN	Ibu hamil yang terpilih menjadi Responden sesuai kriteria inklusi dan eksklusi untuk melakukan <i>Pelvic rocking exercises</i> sebanyak 3 kali pertemuan 30 menit / pertemuan.		
PETUGAS	Peneliti		
PERALATAN	<ol style="list-style-type: none"> 1. SOP <i>Pelvic rocking exercises</i> 2. Lembar observasi latihan ,TTV dan DJJ 3. Alat Pemeriksaan Tanda-tanda Vital (Tensimeter dan stetoskop) 		
REFRENSI	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aprilia,2011.Hypnostetri Rileks, Nyaman, Dan Aman Saat Hamil Dan Melahirkan.Jakarta: Gagas Media186 Halaman. 2. Wahyuni,Catur.2019 Efektivitas Pelvic Rocking Exercise Pada Ibu Bersalin Kala I Terhadap Kemajuan Persalinan Dan Lama Persalinan.Semarang:Gajah Mungkur.Semarang 		

<p>PROSEDUR PELAKSANAAN</p>	<p>A. Tahap Pra Interaksi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memperkenalkan diri 2. Menyiapkan kondisi lingkungan yang nyaman untuk melakukan perlakuan. 3. Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan ibu. Peneliti akan melakukan latihan <i>Pelvic rocking</i> bersama Ny. S yang sebelumnya akan dilakukan pemeriksaan TTV dan Denyut Jantung Janin terlebih dahulu. <p>B. Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjelaskan tahapan yang akan dilakukan saat melakukan latihan <i>Pelvic rocking</i> mencakup tahap awal, tahap inti dan tahap akhir. 2. Menjelaskan lama waktu melaksanakan latihan selama ± 30 menit. 3. Meminta kepada pasien untuk menggunakan pakaian yang nyaman untuk mempermudah latihan <i>Pelvic rocking</i> 4. Berikan kesempatan kepada Ny. S untuk bertanya jika ada yang kurang jelas <p>C. Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tahap awal <ol style="list-style-type: none"> a. Pastikan ibu dan bayi dalam keadaan sehat periksa TTV ibu dan denyut jantung janin sebelum melakukan tindakan. b. Menjelaskan latihan yang akan dilakukan diawali dengan latihan pernafasan, gerakan panggul dan kebelakang kedepan, gerakan panggul ke kekanan dan kekiri, gerakan panggul memutar 180° baik tanpa atau dengan bantuan bola. 2. Tahap inti <ol style="list-style-type: none"> a. Ibu duduk di gym ball tetapi tetap rileks b. Lakukan latihan pernafasan dengan menarik nafas dari hidung dan tahan ± 3 detik lalu hembuskan nafas dari mulut perlahan ± 5 detik sebanyak 8 kali. Berbarengan latihan pernafasan tanamkan dalam fikiran ibu hamil “ saya dan bayi sehat” c. Ambil posisi pada bola kemudian gerakkan bola kebelakang lalu kedepan lakukan gerakan ini sebanyak 4 kali. d. Ambil posisi pada bola Gerakan pinggul kekiri dan kekanan masing-masing 4 kali e. Ambil posisi pada bola Gerakan pinggul
---------------------------------	---

	<p>memutar kekiri dan kekanan masing-masing 4 kali</p> <p>f. Ambilah posisi pada bola Gerakan pinggul memutar membentuk angka delapan.</p> <p>3. Tahap akhir</p> <p>a. Ambil posisi duduk jika memungkinkan bersandar rilekskan kaki lanjutkan dengan posisi bersila dan akhiri dengan latihan pernafasan sebanyak 3 kali latihan pernafasan dengan menarik nafas dari hidung dan tahan \pm 3 detik lalu hembuskan nafas dari mulut berlahan \pm 5. Berbarengan latihan pernafasan tanamkan dalam fikiran ibu hamil “ saya dan bayi sehat,”</p> <p>b. Diperhatikan dalam setiap langkah jika ibu merasa lelah maka istirahat sejenak baru lanjutkan latihan, bila dirasakan ibu tidak kuat melakukan latihan maka sebaiknya jumlah latihannya dikurangi pada tahap awal dan ditambah pada latihan berikutnya secara bertahap</p> <p>B. Tahap Terminasi</p> <p>1. Evaluasi pemahaman ibu adakah yang merasa kesulitan atau merasa terlalu lelah dengan latihan yang dilakukan</p> <p>2. Setelah ibu merasa rileks 5-10 menit pasca melakukan latihan lakukan pemeriksaan TTV ulang dan pemeriksaan Denyut Jantung Janin.</p>
<p>EVALUASI EFEKTIVITAS</p>	<p>1. Pengamatan nyeri pinggang ibu berkurang</p> <p>2. Gunakan skala untuk menentukan nyeri nya</p>

LAMPIRAN FOTO

