

PRAKATA

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan Senam Kegel Pada Ibu *Postpartum* Spontan Luka Episiotomi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Rumah Sakit Handayani Kotabumi Lampung Utara”. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep.) pada Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dewi Purwaningsih, S.SiT., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.
2. dr. Ratna Sari Ritonga, M.M., Sp.A., FISQua, selaku Direktur Sakit Umum Handayani sebagai tempat pengambilan kasus untuk subyek penelitian.
3. Tori Rihiantoro, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.
4. Sono, S.Kp., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Kotabumi
5. Zenni Puspitarini, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Pembimbing I atas ilmu, kesediaan, kesabaran, dan waktu dalam memberikan bimbingan dan saran bagi penulis dalam penyelesaian tugas akhir ini.
6. Fitarina, SKM., M.Kes, selaku Pembimbing II atas ilmu, kesediaan, kesabaran, dan waktu dalam memberikan bimbingan dan saran bagi penulis dalam penyelesaian tugas akhir ini.
7. Heni Apriyani, M.Kep., Sp.KMB, selaku Penguji Karya Tulis Ilmiah, yang telah memberikan arahan, dan bimbingan kepada penulis.

8. Mama dan Papa tersayang, bapak Hodri Syarif dan Ibu Yulina Sari, yang selalu memberikan motivasi, semangat, serta selalu mengupayakan yang terbaik kepada saya, hingga saya dapat mencapai proses ini
9. Teman seangkatan yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terutama teman-teman yang telah banyak membantu dan menemani saya selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
10. Seluruh Dosen dan Staff Politeknik Kesehatan Tanjungkarang yang telah banyak membantu penulis dalam memperoleh data yang diperlukan.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Kotabumi, Mei 2025



Penulis

BIODATA PENULIS



Nama : Aninda Nur Sakinah
NIM : 2214471029
Tempat, Tanggal Lahir : Kotabumi, 09 Desember 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jalan Simpang Saprodi, RT/RW 006/004, Desa Abung Jayo, Kecamatan Abung Selatan, Kabupaten Lampung Utara, Provinsi Lampung
No. HP : 083143075180
Email : anindanursakinah@gmail.com

Riwayat Pendidikan

Program Studi DIII Keperawatan Kotabumi : Mahasiswa aktif tahun 2025
SMA Negeri 1 Kotabumi : lulus tahun 2022
SMP Negeri 1 Abung Selatan : lulus tahun 2019
MI Qudsiyah : lulus tahun 2016

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh:

Nama : Aninda Nur Sakinah
NIM : 2214471029
Program Studi : Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi
Judul : Penerapan Senam Kegel pada Ibu *Postpartum* Spontan Luka
Episiotomi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di
Rumah Sakit Handayani

Telah disetujui oleh pembimbing untuk dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam sidang Karya Tulis Ilmiah sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

PEMBIMBING

Pembimbing 1 : Zenni Puspitarini, S.Kep., Ners., M.Kes
NIP. 198704242022032001

()

Pembimbing 2 : Fitarina, SKM., M.Kes
NIP. 196804121990032014

()

Disetujui di : Kotabumi
Tanggal : Mei 2025

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh:

Nama : Aninda Nur Sakinah
NIM : 2214471029
Program Studi : Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi
Judul : Penerapan Senam Kegel pada Ibu *Postpartum* Spontan Luka
Episiotomi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di
Rumah Sakit Handayani

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dalam sidang Karya Tulis Ilmiah sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Penguji 1 : Heni Apriyani, M.Kep., Sp.KMB
NIP. 197304181995032001

(.....)

Penguji 2 : Zenni Puspitarini, S.Kep., Ners., M. Kes
NIP. 198704242022032001

(.....)

Penguji 3 : Fitarina, SKM., M.Kes
NIP. 196804121990032014

(.....)

Mengetahui
Ketua Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi



Sono, S.Kp., M.Kep
NIP. 196607061993031003

Disetujui di : Kotabumi
Tanggal : Mei 2025

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aninda Nur Sakinah
NIM : 2214471029
Tempat, Tanggal Lahir : Kotabumi, 09 Desember 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat Rumah : Jalan Simpang Saprodi, RT/RW 006/004, Desa
Abung Jayo, Kecamatan Abung Selatan, Kabupaten
Lampung Utara, Provinsi Lampung
No. HP : 083143075180
Email : anindanursakinah@gmail.com

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul "Penerapan Senam Kegel pada Ibu *Postpartum* Spontan Luka Episiotomi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Rumah Sakit Handayani Kotabumi" **bebas dari plagiarisme dan bukan hasil karya orang lain.**

Apabila di kemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian dari Karya Tulis Ilmiah saya terdapat indikasi plagiarisme, saya akan **bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi** sesuai dengan peraturan yang berlaku di Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa paksaan dari siapapun.

Dibuat di : Kotabumi
Tanggal : Mei 2025

Mengetahui
Pembimbing I,



Zenni Puspitarini, S.Kep., Ners., M.Kep
NIP. 198704242022032001

Yang membuat pernyataan,



Aninda Nur Sakinah
NIM. 2214471029

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Aninda Nur Sakinah
NIM : 2214471029
Program Studi : Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi
Jurusan : Keperawatan
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-eksklusive Royalty-Free Right*)** atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul “Penerapan Senam Kegel pada Ibu *Postpartum* Spontan Luka Episiotomi dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di Rumah Sakit Handayani” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini, Program Studi D-III Keperawatan Kotabumi berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, 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.

Dibuat di : Kotabumi

Pada Tanggal :

Yang Menyatakan,



Aninda Nur Sakinah
NIM. 2214471029

MOTTO

Hidup itu sederhana, jangan dibuat rumit.