

**PENGARUH PRENATAL YOGA DENGAN NYERI PINGGANG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS
SENTOLO II KABUPATEN KULON PROGO**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Program Studi Kebidanan (S-1)
Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



DISUSUN OLEH :

ONDIANA

212207150

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S-1)
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2022/2023**

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**PENGARUH PRENATAL YOGA DENGAN NYERI PINGGANG
PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI PUSKESMAS SENTOLO
II KABUPATEN KULON PROGO**

Diajukan oleh :

ONDIANA

212207150

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Syah
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan


Program Studi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal : 14 Agustus 2023.

Menyetujui

Penguji

Pembimbing


(Tyas Ning Yuni A., SST., M.Kes)

NIDN.05-1006-8501


(Dian Puspitasari, SST., M.Keb)

NIDN. 06-0406-8201

Kaprodi


(Budi Rahayu, S.ST., M.Keb)

NPP. 05-2305-8810

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Nama : Ondiana
NPM : 212207150
Program Studi : Kebidanan (S-1)
Judul Skripsi : Pengaruh Prenatal Yoga Dengan Nyeri Pinggang pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sentolo II Kabupaten Kulon Progo

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 06 Agustus 2023



Ondiana

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil alamin, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat serta hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Prenatal Yoga Dengan Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sentolo II Kabupaten Kulon Progo”**, Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan Program Studi Kebidanan (S-1) Achmad Yani Yogyakarta.

Selama penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bantuan, dukungan, nasehat dan bimbingan dari berbagai pihak. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih sebesar- besarnya kepada:

1. Ibu Budi Rahayu, S.ST., M.Keb, selaku Kaprodi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta yang memberikan motivasi kepada mahasiswinya.
2. Ibu Dian Puspitasari, S.ST.,M.Keb, selaku pembimbing yang banyak memberikan arahan, bimbingan dan petunjuknya dalam penyusunan Skripsi.
3. Ibu Tyas Ning Yuni Astuti Anggraini, SST., M.Kes selaku dosen penguji skripsi yang memberikan bimbingan dan arahnya.
4. Ibu Siti Aminah,SKM.,S.Tr.Keb selaku ibu kepala KIA di puskesmas sentolo II kulon progo yang membantu terhadap proses penyelesaian skripsi ini.
5. Kepada kedua Orang tua ibu dan ayah yang senantiasa mendoakan dan mendukung penulis sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepada teman-teman seperjuangan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan dukungan.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna untuk itu saran dan kritikan yang membangun untuk karya yang lebih baik lagi kedepannya. Harapannya, skripsi ini akan memberikan manfaat bagi para pembaca.

Yogyakarta, Agustus 2023

(Penulis)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
RINGKASAN	ix
ABSTRACT	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Teori	6
B. Kerangka Teori	25
C. Kerangka Konsep	26
D. Hipotesis Penelitian	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Desain Penelitian.....	27
B. Lokasi dan Waktu	27
C. Populasi dan Sampel Penelitian	28
D. Variabel Penelitian	29
E. Definisi Operasional	30
F. Alat dan Bahan.....	30
G. Pelaksanaan Penelitian	30
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data	32
I. Instrumen Penelitian.....	35
J. Etika Penelitian	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	37
A. Hasil Penelitian	37
B. Hasil Penelitian	38
C. Pembahasan.....	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran.....	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN.....	51

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	4
Tabel 3.1 Kerangka Penelitian	27
Tabel 3.2 Operasional Penelitian	30
Tabel 3.3 Coding Karakteristik Responden dan Kategori Pretest dan Posttest	33
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden dan Kategori Pretest dan Posttest	38
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Sentolo II	39
Tabel 4.3 Uji Normalitas	39
Tabel 4.4 Nyeri Pinggang Responden Pretest dan Posttest.....	40

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Numeric Ranting Scale (NRS)	17
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	25
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	26

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Jadwal Penelitian	52
Lampiran 2 : <i>Informed consent</i>	53
Lampiran 3 : Instrumen penelitian/kajian ilmiah	54
Lampiran 4 : Lembar Pretest dan Posttest	55
Lampiran 5 : SOP Prenatal Yoga	59
Lampiran 6 : Pengantar Surat Izin Studi Pendahuluan	76
Lampiran 7 : Persetujuan Etik	77
Lampiran 8 : Lembar persetujuan dinas kesehatan	78
Lampiran 9 : Lembar izin penelitian	80
Lampiran 10 : Lembar Konsul	81
Lampiran 11 : Dokumentasi	82
Lampiran 12 : Hasil uji statistik dengan SPSS Versi 16.0	85
Lampiran 13 : Hasil cek plagiarisme	89

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL AGUMAD YANI
YOGYAKARTA