



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN
MASALAH UTAMA NYERI PUNGGUNG**

SHAFIRA LUTFIA SHOLEHAH

202201081

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

PROGRAM DIPLOMA III

TAHUN AKADEMIK

2024/2025



**ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN
MASALAH UTAMA NYERI PUNGGUNG**

Karya Tulis Ilmiah di Susun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Menyelesaikan
Program Pendidikan Diploma III Keperawatan

SHAFIRA LUTFIA SHOLEHAH

202201081

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

PROGRAM DIPLOMA III

TAHUN AKADEMIK

2024/2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Shafira Lutfia Sholehah
NIM : 202201081
Program Studi : D3 Keperawatan
Instutisi : Universitas Muhammadiyah Gombong

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan karya tulis ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Gombong.....24 April 2024

Pembuat Pernyataan



Shafira Lutfia Sholehah

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademika Universitas Muhammadiyah Gombong, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Shafira Lutfia Sholehah

NIM : 202201081

Program Studi : DIII Keperawatan

Demi mengembangkan Ilmu Pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Gombong Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah saya yang berjudul : "Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Masalah Utama Nyeri Punggung".

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Muhammadiyah Gombong berhak menyimpan, mengalih media/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 : Gombong

Pada tanggal : 24 April 2025
2024

Yang Menyatakan

The block contains an official stamp of Universitas Muhammadiyah Gombong, which includes the university's logo and name. Overlaid on the stamp is a handwritten signature in black ink.

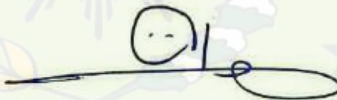
Shafira Lutfia Sholehah

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Shafira Lutfia Sholehah NIM 202201081 dengan judul "Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Masalah Utama Nyeri Punggung" telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan

Gombong, 21 Mei 2025

Pembimbing



Diah Astutiningrum, S.Kep., Ns., M.Kep.

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



Hendri Pamata Ruda, S.Kep., Ns., M.Kep.

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Shafira Lutfia Sholehah dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Masalah Utama Nyeri Punggung ” telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 3 Juli 2025

Dewan Penguji

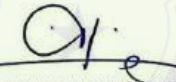
Penguji Ketua :

Eka Riyanti, M.Kep. Sp. Kep. Mat

(.....)

Penguji Anggota :

Diah Astutiningrum, S.Kep., Ns., M.Kep.

(.....)

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Diploma III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep.

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang maha pengasih dan maha penyayang segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Masalah Utama Nyeri Punggung “ .

Adapun maksud penulis membuat laporan ini adalah sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi Keperawatan Diploma III Universitas Muhammadiyah Gombong.

Kelancaran penulisan karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan yang baik ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan penulis kemudahan dan petunjuk dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
2. Kedua orang tua penulis, Bapak Aris Sudarmaji dan Ibu Rosita Ambarwati yang senantiasa mendo'akan putrinya, memberikan dukungan, semangat, materi sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan baik, dan semoga kelak bisa menjadi anak yang membanggakan kedua orang tua dan keluarga.
3. Ibu Dr. Hj. Herniyatun, M.Kep., Sp. Mat selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gombong.
4. Bapak Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gombong.
5. Ibu Diah Astutiningrum, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan waktu, ilmu, dan juga telah membimbing dengan sabar, memberikan masukan-masukan juga arahan, inspirasi, dan juga semangat dalam menjalani bimbingan sehingga terselesaikannya karya tulis ilmiah ini.

6. Ibu Eka Riyanti , M.Kep., Sp.Mat. selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan dan saran untuk kebaikan hasil laporan studi kasus ini.
7. Ibu Diah Astutiningrum, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku pembimbing akademik yang telah memberikan nasihat dan motivasinya.
8. Kakak dan Adik penulis Rizal dan Andika yang selalu memberikan semangat dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
9. Teman-teman seperjuangan D III Keperawatan khususnya Niken dan Tata yang selalu memberikan semangat dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
10. Guyon Waton, NDX A.K.A, Seventeen , Exo , Niken Salindry, dan Ateez yang selalu menemani penulis dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini dengan karya musiknya.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan saran dan bantuan sehingga karya tulis ini dapat terselesaikan dengan baik.
12. Untuk diri penulis Shafira Lutfia Sholehah yang mampu bertanggung jawab dalam menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena tidak pernah menyerah dan tetap bertahan atas keraguan orang lain terhadap diri penulis.

Semoga atas kebaikan yang telah kalian berikan mendapatkan balasan yang setimpa dari Allah SWT. Kritik dan saran yang membangun untuk penulis sangat diharapkan. Semoga laporan ini dapat bermanfaat untuk kita semua. Amin.

Gombong,

Shafira Lutfia Sholehah

Program Studi Keperawatan Program Diploma III
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Gombong
KTI, April 2025

Shafira Lutfia Sholehah¹, Diah Astutiningrum²
Email: shafiralutfia286@gmail.com

ABSTRAK

ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN MASALAH UTAMA NYERI PUNGGUNG

Latar Belakang: Nyeri punggung adalah kondisi yang sering dijumpai selama kehamilan. Meskipun bisa dimulai sejak awal kehamilan, nyeri ini paling sering dirasakan pada trimester ketiga. Salah satu terapi non farmakologis yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri punggung ibu hamil trimester III adalah dengan terapi pijat endorphen dan musik klasik, yang bersifat menenangkan dan menurunkan nyeri.

Tujuan: Menerapkan terapi pijat endorphen dan musik klasik sebagai pengobatan nonfarmakologis dalam menurunkan nyeri pada ibu hamil trimester III.

Metode: Karya tulis ilmiah ini dilakukan menggunakan metode deskripsi. Ddata diperoleh dari wawancara, observasi, dokumentasi, studi kepustakaan. Penelitian ini menggunakan terapi pijat endorphen dan musik klasik pada ibu hamil trimester III yang mengalami nyeri punggung, dengan variable nyeri dan instrument asuhan keperawatan selama 15-20 menit dengan memberikan terapi.

Hasil: Pengkajian dilakukan klien mengalami nyeri skala 5-6 sehingga ditemukan diagnose nyeri akut dengan intervensi keperawatan manajemen nyeri. Tindakan nonfarmakologis yang diberikan yaitu pijat endorphen dan musik klasik selama 15-20 menit. Hasil setelah dilakukan kedua terapi tersebut didapatkan data skala nyeri 4-5, keluhan nyeri menurun, meringis menurun.

Rekomendasi: Melakukan terapi pijat endorphen dan musik klasik dapat menurunkan nyeri akut akibat dari kehamilan trimester III.

Kata kunci; *Ibu Hamil, Musik Klasik, Nyeri Akut, Terapi Pijat endorphen.*

¹ Mahasiswa, Universitas Muhammadiyah Gombong

² Dosen, Universitas Muhammadiyah Gombong

Diploma III of Nursing Study Program
Faculty of Health Sciences
Universitas Muhammadiyah Gombong
Scientific Paper, April 2025

Shafira Lutfia Sholehah¹, Diah Astutiningrum²
Email: shafiralutfia286@gmail.com

ABSTRACT

NURSING CARE FOR PREGNANT WOMEN IN THE THIRD TRIMESTER WITH BACK PAIN AS THE PRIMARY COMPLAINT

Background: Back pain is a common complaint encountered during pregnancy. Although it may occur as early as the first trimester, it is most prevalent during the third trimester. One non-pharmacological intervention that can be utilized to alleviate back pain in third-trimester pregnant women is endorphin massage combined with classical music therapy. This approach has been shown to have a calming effect and contributes to pain reduction.

Objective: The implementation of endorphin massage therapy and classical music as non-pharmacological interventions to reduce pain in third-trimester pregnant women.

Method: This scientific paper employs a descriptive method. Data were collected through interviews, observations, documentation, and literature review. The study applies endorphin massage therapy and classical music to third-trimester pregnant women experiencing back pain. The variables measured include pain levels, and the instrument used is a nursing care protocol. The intervention was administered for 15–20 minutes using the specified therapies.

Results: Assessment revealed that the client experienced pain at a scale of 5–6, leading to a diagnosis of acute pain with nursing interventions focused on pain management. The non-pharmacological treatments administered were endorphin massage and classical music therapy for 15–20 minutes. Following the interventions, pain scale ratings decreased to 4–5, with reported reductions in pain complaints and grimacing.

Recommendation: Endorphin massage therapy combined with classical music can reduce acute pain resulting from third-trimester pregnancy.

Keywords; *Acute pain, classical music, Endorphin Massage Therapy, Pregnant mother.*

¹ Student of Universitas Muhammadiyah Gombong

² Lecturer of Universitas Muhammadiyah Gombong

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penulisan.....	6
BAB II TINJAUAN LITERATURE.....	7
A. Konsep Dasar Kehamilan.....	7
B. Konsep Nyeri Punggung.....	10
C. Konsep Asuhan Keperawatan	15
D. Konsep Pijat Endorphen	26
E. Konsep Terapi Musik Klasik.....	27
F. Kerangka Konsep.....	28
BAB III METODE STUDI KASUS	29
A. Desain Karya Tulis.....	29
B. Pengambilan Subjek	29
C. Lokasi Dan Waktu Pengambilan Kasus	30
D. Definisi Operasional	31
E. Instrumen	32
F. Langkah Pengambilan Data	32

G. Etika Studi Kasus	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Studi Kasus	34
B. Pembahasan.....	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pathway	10
Gambar 2.2 Numeric Rating Scale	13
Gambar 2.3 Numeric Rating Scale	14
Gambar 2.4 Kerangka Konsep	28



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses kehamilan adalah sebuah tahapan alami dalam reproduksi manusia. Proses ini dimulai dengan terjadinya pembuahan. Ketika sel telur wanita bertemu dengan sel sperma pria. Hasil dari pertemuan tersebut adalah pembentukan zigot yang akan tumbuh dan berkembang di rahim ibu selama sekitar 280 hari. Selama masa kehamilan, tubuh wanita mengalami berbagai perubahan fisiologis. (Rambe & Siregar, 2022).

Perkembangan kehamilan membawa dampak pada perubahan fisik dan psikologis. Perubahan fisik selama kehamilan meliputi peningkatan massa tubuh dan dimensi tubuh, termasuk perubahan postur ibu. Secara fisiologis, pertumbuhan rahim yang semakin membesar menyebabkan peregangan ligamen dan otot, yang bisa mengakibatkan spasme dan nyeri. Dengan menerapkan mekanika tubuh yang baik, ibu diharapkan dapat menghindari postur yang buruk serta mengidentifikasi trauma, kerusakan otot, atau disfungsi saraf. Dengan mekanika tubuh yang tepat, angka morbiditas dapat diturunkan, termasuk pengurangan nyeri pada ibu hamil.

Frekuensi ketidaknyamanan punggung lebih besar pada wanita hamil, paling utama di trimester ketiga. Sakit punggung pada ibu hamil dapat menyebabkan beberapa faktor, termasuk pembesaran rahim, lordosis, dan kenaikan mobilitas pada sendi sakroiliaka, sakral, dan genital akan mempengaruhi karena perubahan hormon (Morimoto et al., 2022). Biasanya, nyeri punggung umum terjadi pada ibu hamil di daerah lumbosakral. Apabila tidak diatasi dengan cepat, rasa nyeri tersebut dapat mengakibatkan nyeri yang terus-menerus, meningkatkan kemungkinan munculnya nyeri punggung setelah proses kelahiran, serta memicu terjadinya nyeri punggung kronis yang memerlukan penanganan lebih rumit. (Kartikasari & Nuryanti, 2019 dalam Silvana & Megasari, 2022).

Prevalensi nyeri punggung di kalangan wanita hamil adalah keluhan yang sering dilaporkan, dengan angka berkisar antara 50% hingga 70% secara global. Menurut temuan World Health Organization (WHO), sekitar 50% ibu hamil di dunia mengalami sakit punggung, yang menjadi penyebab utama kecacatan. Kondisi ini memiliki prevalensi global sebesar 7,2% dan memengaruhi empat dari setiap lima orang sepanjang hidup mereka (Rosy & Reviny, 2021). Studi tentang kejadian nyeri punggung pada ibu hamil di banyak daerah di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensinya kini meningkat menjadi 60%-80%. Sekitar 70% wanita hamil mengalami nyeri punggung akibat perubahan otot di daerah tulang belakang, yang mungkin disebabkan oleh retraksi atau ketegangan, seperti yang dijelaskan oleh Wardani (2020).

Salah satu langkah yang bisa diambil untuk mengurangi rasa sakit pada ibu hamil di trimester terakhir ialah dengan melakukan terapi pijat pada bagian atas dan bawah punggung, sambil didampingi oleh alunan musik klasik yang menenangkan. Pijat memiliki manfaat yang besar karena dapat meningkatkan perasaan nyaman dan kualitas hidup, terutama bagi ibu hamil. (Darmawan & Waslia, 2019). Musik memiliki kemampuan untuk memberikan efek menenangkan dan membuat pendengarnya merasa rileks, sehingga dapat membantu mengurangi rasa cemas dan nyeri yang dirasakan. Musik memiliki peran penting sebagai alat untuk mengalihkan perhatian dan terhubung dengan zat kimia alami di otak, seperti di hipotalamus dan sistem limbik. (Purwaningtyas & Masruroh, 2021).

Salah satu jenis pijat yang dapat membantu mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil adalah pijat endorfin. Pijat endorfin adalah opsi perawatan tanpa obat yang efektif dalam mengurangi rasa sakit di bagian punggung pada ibu hamil yang sedang menjalani trimester ketiga. Metode ini mencakup terapi sentuhan atau pijatan lembut yang sangat bermanfaat bagi ibu hamil hingga saat persalinan tiba. Pijatan ini mendorong tubuh untuk

melepaskan senyawa endorfin yang dapat mengurangi rasa nyeri dan memberikan perasaan bahagia. (Cahyani et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Gozali, Astini, dan Permaidi (2020), terdapat perbedaan intensitas nyeri sebelum dan setelah ibu hamil mendapatkan intervensi pijat, dan disarankan agar ibu hamil rutin melakukan terapi pijat untuk mengurangi nyeri. Penelitian lain oleh Lestari, Widyawati, dan Budiyono (2020) menunjukkan bahwa latihan mengguncang panggul menggunakan bola dapat menurunkan ketegangan otot panggul, mengelola rasa sakit, dan meningkatkan kenyamanan, sehingga membantu merilekskan tubuh dan meningkatkan kadar endorfin.

Menurut penelitian terbaru yang dilakukan oleh Anjani et al. (2022), Karuniawati (2020), dan Safitri & Maita (2021), penerapan Pijat Endorfin selama trimester ketiga kehamilan teruji efektif dalam menghilangkan nyeri punggung. Inovasi ini membuktikan bahwa stimulasi tersebut dapat mendorong pelepasan endorfin, meningkatkan sirkulasi darah, menciptakan relaksasi otot, dan memperbaiki postur tubuh. Faktor-faktor tersebut berkontribusi secara bersamaan dalam meredakan sakit punggung pada ibu hamil, maka dari itu dapat menciptakan pengalaman kehamilan yang lebih nyaman dan lancar.

Pengetahuan didapat melalui cara manusia memahami objek tertentu secara lebih mendalam. Proses persepsi ini terwujud melalui pancaindera seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecap, dan perabaan. Hasil riset menunjukkan bahwa aspek pengetahuan kurang memadai pada 14 peserta (35%). Musik memiliki kemampuan untuk menenangkan sistem saraf yang mengontrol kontraksi otot, sehingga dapat meredakan ketegangan otot, kecemasan, dan depresi, serta menurunkan detak jantung dan tekanan darah, sambil mengurangi rasa sakit. Musik yang menenangkan diyakini bermanfaat untuk menjaga stabilitas fisik dan psikis ibu, menciptakan suasana yang nyaman bagi janin, sekaligus mempererat hubungan kasih sayang antara ibu

dan janin. Dengan cara lainnya, musik bisa memberikan semangat dan motivasi melalui iramanya, sehingga musik dengan tempo yang pas dapat membantu wanita mengontrol pernafasannya dan mengurangi kegelisahan serta rasa sakit. (Kemenkes, 2023). Penelitian oleh Wijayanti dan Yeni Wardani (2023) Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara tingkat nyeri sebelum dan setelah terapi musik pada ibu yang sedang mengalami fase aktif.

Terapi musik bisa menjadi opsi yang efektif bagi ibu yang merasa nyeri karena dapat membantu mengurangi rasa sakit dengan cara mengalihkan pikiran, memberikan rasa rileks, serta memperbaiki kesejahteraan. Musik dapat membantu mengurangi rasa sakit yang dirasakan, serta membantu meningkatkan kemampuan menoleransi rasa sakit baik yang bersifat akut maupun kronis. Mendengarkan musik bisa membantu ibu mengalihkan perhatiannya dari rasa sakit karena musik memberikan rasa senang dan menghentikan siklus ketakutan yang bisa memperparah reaksi terhadap rasa sakit. (Ulfah & Hidayanti, 2023). Musik klasik, khususnya, dapat menciptakan suasana damai yang menenangkan, membawa pendengarnya ke dalam keadaan meditasi. Alunan piano dan instrumen lainnya merangsang bagian otak yang berkaitan dengan energi positif, menghasilkan relaksasi yang nyata.

New Zealand Society for Music Therapy (NZSMT) Dia menjelaskan bahwa terapi musik lebih efektif dalam bidang kesehatan karena musik mampu mengurangi kecemasan, menghilangkan rasa sakit dan stres, serta meningkatkan suasana hati yang baik. (Yulianti & Mualifah, 2022). Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk menerapkan teknik non-farmakologi dalam mengatasi gangguan nyeri punggung dengan menggunakan terapi pijat endorfin dan musik klasik. Terapi pijat endorfin telah terbukti dapat meringankan nyeri pada punggung ibu hamil. Oleh karena itu, penulis akan menerapkan pendekatan ini dalam asuhan keperawatan melalui “Terapi pijat endorfin dan musik klasik untuk menurunkan nyeri punggung pada ibu hamil” sebagai bentuk terapi non-farmakologi.

B. Rumusan Masalah

Punggung sering kali menjadi persoalan yang umum terjadi pada ibu hamil, terutama saat trimester ketiga. Punggung yang terasa tidak nyaman pada ibu hamil dapat dipicu oleh beragam faktor, seperti pembesaran rahim, lordosis, dan peningkatan gerakan sendi. Salah satu metode yang bisa digunakan untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil adalah dengan mengombinasikan pijat endorfin dan musik klasik. Kedua teknik ini bekerja secara perlahan namun efektif meredakan ketidaknyamanan yang dirasakan melalui efek menenangkan dan memberikan perasaan aman. Berdasarkan uraian tersebut Bagaimana gambaran Asuhan Keperawatan pada ibu hamil Trimester III dengan Masalah Utama Nyeri Punggung?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menggambarkan Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Masalah Utama Nyeri Punggung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengkajian keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan masalah utama nyeri punggung menggunakan kombinasi terapi pijat endorphen dan musik klasik
- b. Mendeskripsikan diagnosa keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan masalah utama nyeri punggung menggunakan kombinasi terapi pijat endorphen dan musik klasik
- c. Mendeskripsikan intervensi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan masalah utama nyeri punggung menggunakan kombinasi terapi pijat endorphen dan musik klasik

- d. Mendeskripsikan implementasi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan masalah utama nyeri punggung menggunakan kombinasi terapi pijat endorphen dan musik klasik
- e. Mendeskripsikan hasil evaluasi keperawatan pada ibu hamil trimester III dengan masalah utama nyeri punggung menggunakan kombinasi terapi pijat endorphen dan musik klasik
- f. Mendeskripsikan kemampuan sebelum melakukan edukasi dengan metode terapi kombinasi pijat endorphen dan musik klasik

D. Manfaat

Karya Tulis Ilmiah ini, diharapkan Memberi Manfaat bagi :

3. Masyarakat

Menembangkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Pengobatan Non-Farmakologis melalui Kombinasi Terapi Pijat Endorphen dan Musik Klasik pada Ibu Hamil Trimester III

4. Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Memperbanyak Wawasan Ilmu untuk Mengatasi Gangguan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III

5. Penulis

Memperoleh Pengalaman dalam Pengimplementasian Kombinasi Terapi Pijat Endorphen dan Musik Klasik pada Asuhan Keperawatan Dengan Gangguan Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III

DAFTAR PUSTAKA

- Adita, L., Saudah, N., & Dewi, C. P. L. (2021). Gambaran Nyeri Punggung pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Puspo. *Jurnal Keperawatan Bina Sehat PPNI Mojokerto*, 1(1), 4–10.
- Amir, A. Y., Meysetri, F. R., Herayono, F., Fransisca, D., & Manila, H. D. (2022). Pengaruh Endorphen Massage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Setia Padang Pariaman. *Jurnal Kesehatan Media Saintika*, 13(1), 297-306.
- Amperaningsih, Y., Nawati, N., Sriningsih, N., & Manurung, I. (2022). Pengaruh Back Rub Terhadap Nyeri Punggung Dan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. *Malahayati Nursing Journal*, 4(6), 1520–1532.
- Andini, R., & Junaidi, A. (2021). “Proses Persalinan: Tinjauan Fisiologis dan Psikologis.” *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 45- 50.
- Anggasari, Y., & Mardiyanti, I. (2021). Pengaruh Antara Keteraturan Prenatal Gentle Yoga Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Pinggang Pada Ibu Hamil Trimester III. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM Mataram*, 6(1), 34–38.
- Aprilian, E., & Elsanti, D. (2020). Perbedaan Efektivitas Terapi Musik Klasik dandan Aromaterapi Peppermint Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Ibu *Post Sectio Caesarea*. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, September, 326–332.
- Apriyani, Anita, and Tusi Eka Redowati. “Ketidaknyamanan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil
- Ayu Handayany, D., Mulyani, S., & Nurlinawati. (2020). Pengaruh Endorphen Massage
- Cahyani, I. A., Winarsih, S., & Arfiana. (2020). *The Effect of Endorphen Massage Towards Decreasing Low Back Pain In Third Trimester Pregnant Women. Midwifery and Nursing Reseach*, 2(01), 41–45.
- Cahyani, L. A., Winarsih, S., & Arfiana, A. (2020). *The Effect of Endorphen Massage towards Decreasing Low Back Pain In Third Trimester*

- Pregnant Women. Midwifery and Nursing Research*, 2(1), 41-45.
<https://doi.org/10.31983/manr.v2i1.5520>
- Diana, W. (2019). Endorphin Massage Efektif Menurunkan Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester Iii. *Journal of Health Sciences*. 12(02), 62-70. <https://doi.org/10.33086/jhs.v12502.1128>
- Gozali, W., Astini, N. A. D., & Permadi, M. R. (2020), Intervensi Nyeri Punggung pada Ibu Hamil di Desa Pengelatan. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 4(3), 134-139. <https://doi.org/10.23887/ijnse.v4i3.29368>
- Handayany Ayu Diah, Mulyani S, N. (2020). PENGARUH ENDORPHIN MESSAGE TERHADAP INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH IBU HAMIL TRIMESTER III. In <https://www.online-journal.unja.ac.id/JINI> (Vol. 75. Issue 17).
- Intensitas Nyeri Punggung Ibu Hamil di Klinik Uwen Yuheni. *Jurnal Ners*, 8(2), 1862-1866.
- Ladyfiora, 2021. (n.d.). Pengaruh *Back Massage* Terhadap Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III di PMB Sri Mulyani. 5–29. Astuti, E. W., Murwati, & Fitriani, N. (2022). *The Effect of Endorphin Massage on Reducing*
- Mayasari, S. I. (2018). Pain Reduce dengan Latihan Gym Ball pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 7(2), 65-70.
- Niu, F., Romauli, S., Rerey, H. V., & Maay, J. (2019). *The effects of pre-test and post-test endorphin massage on reducing intensity of lower back pain in pregnant woman at trimester III in abepura health center. International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 7(7), 149-160.
- Nurdiana, N., & Faridah, U. (2020). “Pengertian dan Tahapan Kehamilan.” *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Reproduksi*, 4(2), 75-80.
- Nurfadilah, E. L., & Rahmadhena, M. P. (2024). Pengaruh Endorphin *Massage* Terhadap Punggung Ibu Hamil Trimester III di PMB Novi Astutik S, Tr. Keb Pamotan Dampit Kabupaten Malang. *Jurnal Locus Penelitian dan Pengabdian*, 3(5), 419-428. Riskesdas. (n.d.). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.
- Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan. Jakarta: DPP PPNI. Badriyah, L., Maulina, R., & Purwati, A. (2024). Pengaruh Pijat Endorphin terhadap Nyeri

Terhadap Intensitas Remai Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Ilmiah Ners Indonesia, 1(1), 12–23.
Journal.unja.ac.id/JINI/article/download/9230/13499

The Intensity of Back Pain in Third Trimester Pregnant Women: A Systematic Review. Journal of Maternal and Child Health, 7(2), 148–158.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017) Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, Edisi 1 Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2019). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik. Jakarta: DPP PPNI. Tim Pokja SIKI DPP PPNI. (2019).

Tim Pokja SIKI DPP PPNI, (2018), Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1. Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia

Tim Pokja SLKI DPP PPNI (2018) Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SIKI), Edisi 1, Jakarta, Persatuan Perawat Nasional Indonesia

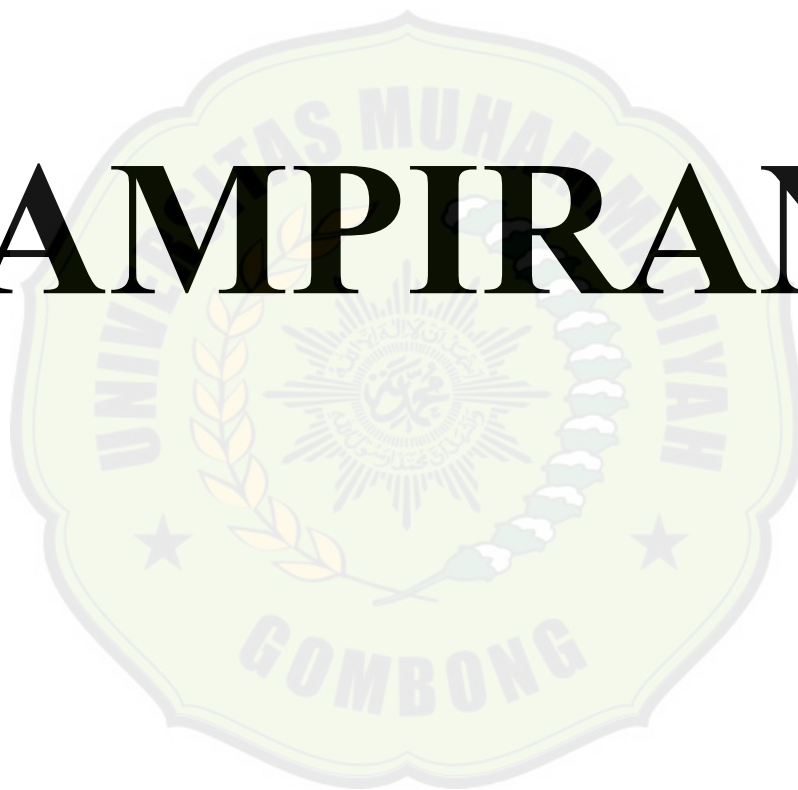
Trimester Iii.” Jurnal Kesehatan 8.2 (2024).

WHO. (2021). WHO/ILO: Almost 2 million people die from work-related causes each year.

Yulizawati, et al. (2019). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan. Padang, Sumatera Barat: Penerbit Erka.

Yusniar, S. R. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Dengan Hiperemesis Gravidarum Yang Di Rawat Di Rumah Sakit. In National Bureau of Economic Research (Vol. 232).

LAMPIRAN



Lampiran 1

Lembar Konsul Pembimbing



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM D-III

**LEMBAR KONSULTASI
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

NAMA : Shafira Lutfia Sholehah
NIM : 202201081
NAMA PEMBIMBING : Diah Astutiningrum, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NO.	TANGGAL	REMOKENDASI PEMBIMBING	PARAF PEMBIMBING
1.	11 Oktober 2024	konsultasi Judul dan Acc Judul	
2.	15 Oktober 2024	Lanjut BAB I	
3.	21 Oktober 2024	Revisi BAB I lanjut bab III	
4.	11 November 2024	Revisi BAB II lanjut bab III	
5.	11 November 2024	Konsultasi Bab II dan III	
6.	18 November 2024	Uji plagiarisme	
7.	26 November 2024	ACC	

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program D-III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep.,Ns.,M.Kep



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG
PROGRAM KEPERAWATAN DIPLOMA III

LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

NAMA : Shafira Lutfia Sholehah
NIM : 202201081
NAMA PEMBINGBING : Diah Astutiningrum, S.Kep., Ns., M.Kep.

No	Tanggal	Rekomendasi Pembimbing	Paraf Pembimbing
1	14 April 2025	Konsul bab 4 dan 5	
2.	18 April 2025	Revisi BAB 4 dan 5	
3.	21 April 2025	Konsul Revisi bab 4 dan 5	
4.	22 April 2025	Acc Bab 4 dan 5	

Mengetahui

Ketua Program Studi Keperawatan Program D-III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Lampiran 2

Konsul Abstract



PROGRAM STUDI KEPERAWATAN DIPLOMA III
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GOMBONG

LEMBAR KONSULTASI
ABSTRAK KARYA TULIS ILMIAH

Nama : Shafira Lutfia Sholehah
NIM : 202201081
Dosen Pembimbing : Muhammad As'ad, M.Pd.

No.	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	PARAF MAHASISWA	PARAF PEMBIMBING
1.	03/07/2025	Revisi Abstract		
2.	04/07/2025	Acc Abstract		

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan Program Diploma III



Hendri Tamara Yuda, S.Kep., Ns., M.Kep.

Lampiran 3

Uji Plagiarisme



SURAT PERNYATAAN CEK SIMILARITY/PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sawiji, M.Sc
NIK : 96009
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT

Menyatakan bahwa karya tulis di bawah ini sudah lolos uji cek similarity/plagiasi:

Judul : Asuhan Keperawatan pada Ibu Hamil Trimester III
Pegangan masalah utama Nyeri punggung

Nama : Shafira Ulfa Sholeha
NIM : 2022 010 01
Program Studi : D3 Keperawatan
Hasil Cek : 13 %

Gombong, 24 April 2025. ...

Pustakawan

Mengetahui,
Kepala UPT Perpustakaan, Multimedia, SIM, dan IT


(Dwi Sunelan Zahri)



Lampiran 4

PENJELASAN MENGIKUTI PENELITIAN (PSP)

1. Kami adalah penulis dari Universitas Muhammadiyah Gombong/Keperawatan Program Diploma III dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul **“ASUHAN KEPERAWATAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN MASALAH UTAMA NYERI PUNGGUNG”**
2. Tujuan dari penelitian studi kasus ini adalah yang dapat memberi manfaat berupa menambah keluasan ilmu dan terapan dibidang keperawatan pada pasien, penelitian ini akan berlangsung selama 1 minggu
3. Prosedur pengambilan bahan data dengan wawancara terpimpin dengan menggunakan pedoman wawancara yang akan berlangsung kurang lebih 20-30 menit. Cara ini mungkin akan menimbulkan ketidaknyamanan tetapi anda tidak perlu khawatir karena penelitian ini untuk kepentingan pengembangan asuhan dan tindakan yang diberikan.
4. Keuntungan yang anda peroleh dalam keikutsertaan anda pada penelitian ini adalah anda turut terlibat aktif mengikuti perkembangan asuhan dan tindakan yang diberikan.
5. Nama dan jati diri anda beserta seluruh informasi yang saudara sampaikan akan tetap dirahasiakan.
6. Jika saudara membutuhkan informasi sehubungan dengan penelitian ini, silahkan menghubungi peneliti pada nomor Hp. 089514049232

Lampiran 5

INFORMED CONSENT
(Persetujuan Menjadi Partisipan)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa saya telah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti mengenai penelitian yang akan dilakukan oleh Shafira Lutfia Sholehah dengan judul “Asuhan Keperawatan Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Masalah Utama Nyeri Punggung “.

Saya memutuskan setuju untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini secara sukarela tanpa paksaan. Bila selama penelitian ini saya menginginkan mengundurkan diri, maka saya dapat mengundurkan sewaktu-waktu tanpa saksi apapun.

Kebumen, ...

Peneliti

Saksi

.....

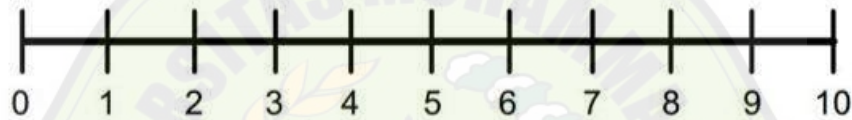
.....

Lampiran 6

PENILAIAN INTENSITAS NYERI PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH SUMPIUH

Sala Nyeri Numeric Rating Scale

Petunjuk : Pasien menunjukkan angka berapa nyeri yang dirasakan dengan menggunakan skala nyeri Numeric Rating Scale 0-10 yaitu:



- 1.0 : Tidak nyeri
- 2. 1-3 : Nyeri ringan
- 3. 4-6 : Nyeri sedang
- 4. 7-10 Nyeri berat

Tanyakan kepada pasien dari angka 0-10 berapa nyeri yang dirasakannya dengan menunjukkan posisi garis sesuai untuk menggambarkan nyeri yang dirasakan oleh pasien sebelum dan sesudah dilakukan terapi pijat endorphin kombinasi musik klasik dengan membuat tanda (x) pada skala yang telah disediakan.

Lembar Observasi

No	Hari / Tanggal	Waktu	Skala Nyeri 0-10	
			Sebelum	Sesudah
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				

Lampiran 7

	SOP Endorphin Massage
PENGERTIAN	Endorphin Massage adalah salah satu terapi non farmakologi untuk mengurangi atau meringankan rasa sakit, dan sentuhan ringan untuk membantu memberikan rasa tenang dan nyaman
TUJUAN	Mengendalikan rasa sakit yang persisten atau menetap
INDIKASI	Bagi ibu hamil yang memasuki usia kehamilan minggu ke 36 dan mempunyai keluhan nyeri punggung. Dilakukan selama 2 minggu, 1 minggu dilakukan 2 kali penelitian dan berdurasi 20 menit. Pemijatan dan dilakukan oleh peneliti
KEBIJAKAN	Prosedur ini dilakukan oleh peneliti dalam pemberian terapi yang digunakan kepada ibu hamil dengan umur kehamilan 36 atau lebih dan memiliki keluhan nyeri punggung
PERSIAPAN PASIEN	Inform consent kepada ibu
PERSIAPAN ALAT	a. Bantal b. Buku tulis c. Ballpoint d. Lembar skala nyeri
CARA KERJA	1. Kaji tingkat nyeri ibu hamil 2. Catat tingkat nyeri dan tekanan darah klien 3. Anjurkan ibu hamil untuk senyaman mungkin, bisa sambil duduk atau berbaring miring. 4. Anjurkan ibu hamil untuk tarik nafas sambil pejamkan mata. a. Biarkan peneliti mulai memberikan sentuhan ringan permukaan bagian lengan ibu hamil, mulai dari lengan atas hingga lengan bawah. b. Setelah kira-kira 5 menit lakukan pada lengan yang satunya. c. Tindakan yang sama dapat dilakukan pada bagian tubuh lainnya seperti leher dan bahu. 5. Teknik sentuhan ringan ini sangat efektif jika dilakukan dibagian punggung, caranya yaitu:

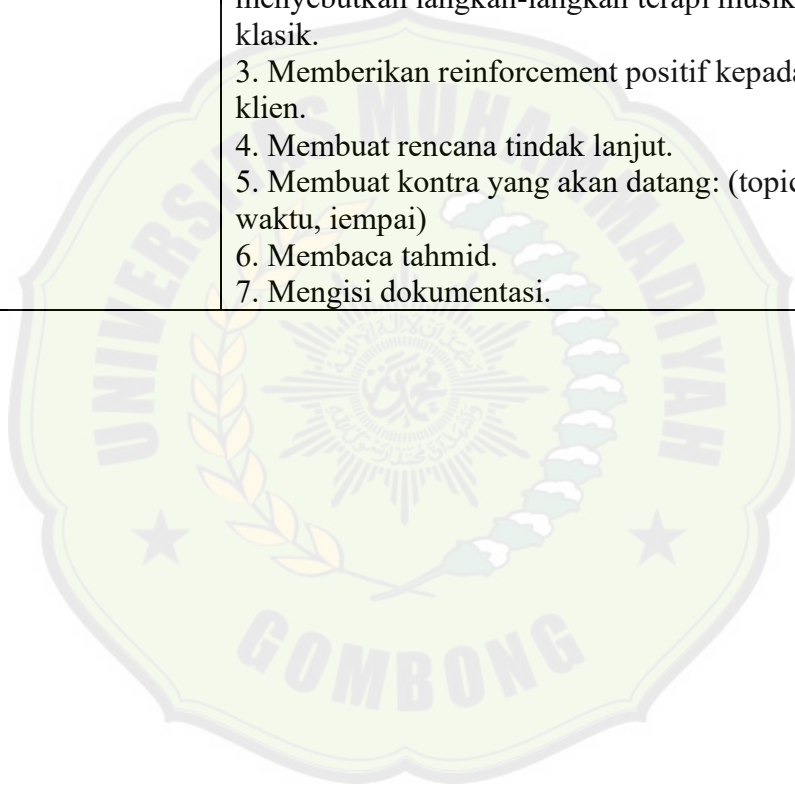
	a. Anjurkan ibu hamil untuk miring atau duduk, dimulai dari punggung atas sampai tulang ekor, selanjutnya pijat leher dengan lembut membentuk huruf V terbalik menuju sisi tulang rusuk ibu hamil. b. Anjurkan ibu hamil untuk rileks dan merasakan
--	---



SOP Musik Klasik

	TERAPI MUSIK KLASIK
PENGERTIAN	Pemanfaatan kemampuan musik dan elemen musik oleh terapi pada klien.
TUJUAN	1. Menurunkan kecemasan klien. - Pemanfaatan kemampuan musik dan elemen musik oleh terapi pada klien. 2. Memberikan perasaan nyaman dan tenang. 3. Memperbaiki kondisi fisik.
KEBIJAKAN	Klien dengan kecemasan
INSTRUMEN	1. Alat tulis 2. Earphone 3. Handpone yang berisi musik klasik Mozart
PETUGAS	Mahasiswa
PELAKSANAAN	A. Tahap pra interaksi 1. Melihat data tingkat kecemasan. 2. Siapkan alat-alat. 3. Cuci tangan. B. Tahap orientasi 1. Menyampaikan salam dan menanyakan nama. 2. Memperkenalkan diri. 3. Menanyakan perasaan hari ini. 4. Menanyakan cara yang sudah digunakan untuk mengatasi masalah. 5. Menyampaikan tujuan dan prosedur. 6. Menyampaikan kontrak waktu. 7. Menyampaikan persetujuan dan kesiapan. C. Tahap kerja 1. Membaca tasmiyah. 2. Memposisikan klien senyaman mungkin, duduk maupun berbaring. 3. Mengatur lingkungan yang nyaman dan tenang. 4. Batasi stimulus eksternal seperti cahaya, suara, panggilan telfon selama mendengarkan musik. 5. Meminta klien untuk menarik nafas dalam dahulu sampai terasa sudah nyaman. 6. Meminta klien memejamkan mata. 7. Menyambungkan earphone pada handphone, lalu memasang ketelinga klien. 8. Mengatur volume sesuai keinginan klien. 9.

	Menganjurkan selama terapi musik berlangsung sambil menarik nafas dalam. 10. Melakukan terapi musik selama 15-30 menit. 11. Setelah 30 menit, akhiri intervensi terapi musik. 12. Memberikan reinforcement D. Tahap terminasi 1. Evaluasi subyektif: evaluasi perasaan klien setelah dilakukan tindakan. 2. Evaluasi obyektif: meminta klien menyebutkan langkah-langkah terapi musik klasik. 3. Memberikan reinforcement positif kepada klien. 4. Membuat rencana tindak lanjut. 5. Membuat kontrak yang akan datang: (topic, waktu, tempat) 6. Membaca tahmid. 7. Mengisi dokumentasi.
--	---



Lampiran 8

**PENGKAJIAN
PRENATAL**

Tanggal Pengkajian :

Nama Pengkaji :

Alamat :

Waktu Pengkajian :

A. IDENTITAS KLIEN

Nam :

Umur :

Jenis kelamin :

Alamat:

Status :

Agama :

Suku :

Pendidikan :

Pekerjaan :

B. IDENTITAS PENANGGUNG JAWAB

Nama :

Umur :

Jenis kelamin :

Alamat :

Pendidikan :

Pekerjaan :

C. KELUHAN UTAMA

D. RIWAYAT KESEHATAN SEKARANG

E. RIWAYAT KESEHATAN DAHULU

F. RIWAYAT KESEHATAN KELUARGA

G. GENOGRAM

H. RIWAYAT GINEKOLOGI

I. RIWAYAT KEHAMILAN DAN PERSALINAN YANG LALU

No	Tahun	Jenis Persalina n	Penolong	JK	Keadaan Bayi Waktu Lahir	Masalah Kehamilan
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						

Pengalaman menyusui : ya / tidak

Berapa lama :

J. RIWAYAT KB

K. RIWAYAT KEHAMILAN SAAT INI

HPHT :

Taksiran partus :

BB sebelum hamil :

TD sebelum hamil :

TD	BB/TD	TFU	Letak/Presentasi Janin	DJJ	Usia Gestasi	Keluhan	Data lain

L. RIWAYAT PSIKOSOSIAL

Keadaan mental :

Adaptasi psikologis :

Penerimaan terhadap kehamilan :

Masalah khusus :

M. POLA HIDUP YANG MENINGKATKAN RESIKO KEHAMILAN

N. PERSIAPAN PERSALINAN :

1. Senam hamil
2. Rencana tempat melahirkan
3. Perlengkapan kebutuhan bayi dan ibu
4. Kesiapan mental ibu dan keluarga
5. Pengetahuan tentang tanda-tanda melahirkan, cara menangani nyeri, proses persalinan

6. Perawatan payudara

O. OBAT-OBATAN YANG DIKOSUMSI SAAT INI

P. POLA FUNGSIONAL MENURUT GORDON

1. Pola Persepsi-Managemen Kesehatan
2. Pola Nurtisi –Metabolik
3. Pola Eliminasi
4. Pola Latihan-Aktivitas
5. Pola Kognitif Perseptual
6. Pola Istirahat-Tidur
7. Pola Konsep Diri-persepsi Diri
8. Pola Peran dan Hubungan
9. Pola Reproduksi/Seksual
10. Pola Pertahanan Diri (Coping-Toleransi Stres)
11. Pola Keyakinan Dan Nilai

Q. PEMERIKSAAN FISIK

Status obstetrik : G... P...A...H...minggu Keadaan umum :

.....Kesadaran

BB/TB...kg//cm

Tanda vital :

Tekanan darah mmHg.

Nadi..... x / menit

Suhu.....° C

Pernafasan x / menit

Kepala Leher

Kepala :

Mata :

Hidung :

Mulut :

Telinga :

Leher :

Masalah khusus :

Dada :

Jantung :
Paru :
Payudara :
Puting susu :
Pengeluaran ASI :
Masalah khusus :
Abdomen
Uterus
Tinggi fundus uterus : Cm , Kontraksi : ya / tidak
Leopold I : kepala/bokong/kosong
Leopold II : kanan : punggung/bagian kecil/bokong/kepala kiri :
punggung/bagian/bokong/kepala
Leopold III : kepala/bokong/kosong, penurunan kepala : sudah/belum
Leopold IV : bagian masuk PAP
Pigmentasi
Lineanigra
Striare
Fungsi pencernaan
Masalah khusus:
Perineum dan Genital
Vagina : varises : ya / tidak
Kebutuhan :
Keputihan:
Jenis/warna
Konsistensi
Bau
Hemorrhoid derajat.....lokasi.....
nyeri : ya / tidak
Masalah khusus :
Ekstremitas
Ekstermitas atas

Edema: ya/tidak, lokasi.....

Varises : ya / tidak, lokasi.....

Ekstremitas bawah

Edema : ya / tidak, lokasi

Varises : ya / tidak, lokasi.....

Reflek patela : + / - jika ada : +1 / +2 / +3

Masalah khusus :

.....

R. PEMERIKSAAN PENUNJANG

S. ANALISA DATA

TGL /JAM	DATA	PROBLEM	ETIOLOGI
	DS : DO:		

T. PRIORITAS DIAGNOSA KEPERAWATAN

1.

U. INTERVENSI KEPERAWATAN

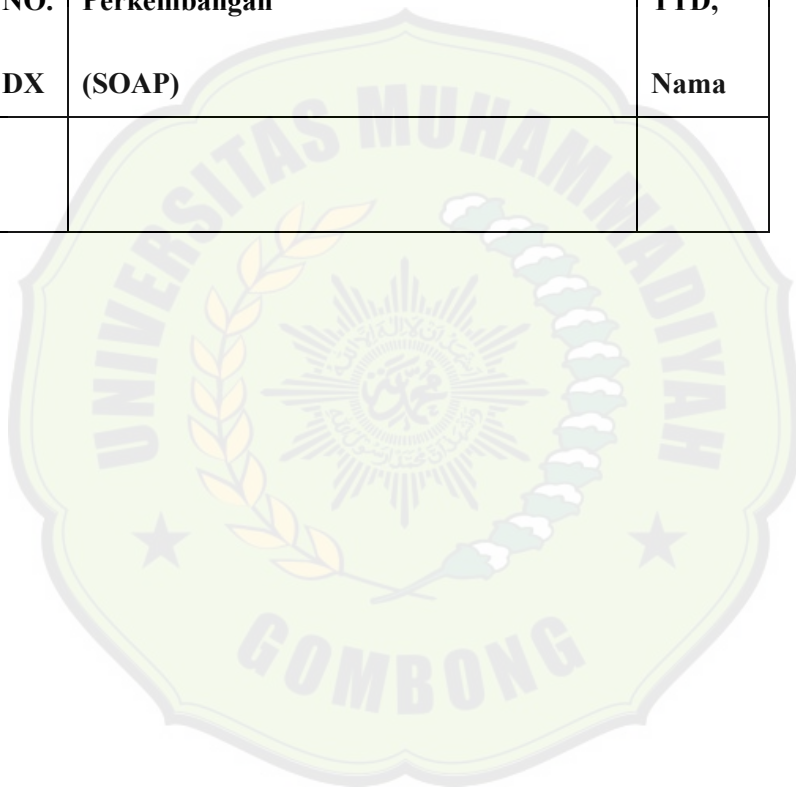
TGL/Jam	NO. DX	Tujuan dan Hasil yang diharapkan/Kriteria Hasil	Intervensi	TTD, Nama

V. IMPLEMENTASI KEPERAWATAN

TGL/Jam	NO. DX	Tindakan/Implementasi	Respon	TTD, Nama

W. EVALUASI

TGL/Jam	NO. DX	Perkembangan (SOAP)	TTD, Nama



Lampiran 9

No.	Kegiatan	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
1.	Penentuan tema/ Judul								
2.	Penyusunan Proposal								
3.	Ujian Proposal								
4.	Pengambilan Data Penelitian								
5.	Penyusunan Bab 4 dan 5 KTI								
6.	Uji Hasil KTI								

Lampiran 10

Dokumentasi

